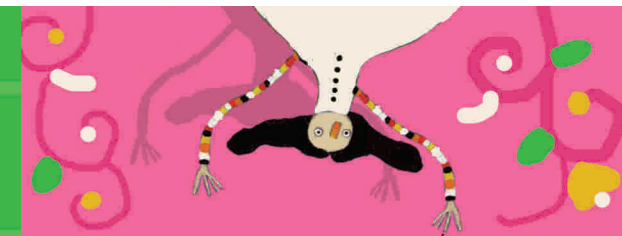


فالا همه ما می دانیم وقتی مادر بزرگ بیکار می شود، از خوردن غذا و یا حمام کردن خودداری می کند یا حتی وقتی می که می فوار به فونه برگردد، چه کار باید بکنیم (مادر بزرگ حتی دیگه فونه خودش را تشفیص نمی دهد). وقتی من از مدرسه به فونه برمی گردم، برایش قصه می گم، باهاش به پیاره روی می روی ۳۰ دستش را فیلی مفلک می گیرم و بغلش می کنم و مسابی می بوسمش، به این ترتیب او می فهمد که من فیلی دوستش دارم و احساس امنیت می کنه.



بنابراین به مادرم گفتم:

نگران نباش مادر، من در نگهداری از مادر بزرگ به شما کمک می کنم همانطور که او همیشه در مراقبت از من به شما کمک می کرد. دکتر شماره تلفن انجمن آلزایمر را به پدر بزرگ داد و او در جلسات آموزشی گروه های حمایتی انجمن شرکت کرد. به این ترتیب او بیشتر در مورد بیماری آلزایمر یاد گرفت و در مورد احساسات، نیازها و افکار مادر بزرگ درک بیشتری پیدا کرد.

گروه های حمایتی، گروهی متشکل از خانواده ها و دوستان افراد مبتلا به دمانس و آلزایمر است، که در آن افراد ضمن شرکت در جلسات آموزشی که توسط کارشناسان انجمن برگزار می شود با یکدیگر به بحث و تبادل نظر و انتقال تجربیاتشان در مورد بیماری و نگهداری از فرد مبتلا به آلزایمر می پردازند.*

دکتر برای پدر بزرگ توضیح داد که علاجه برای بیماری وجود ندارد اگر چه می توان آن را درمان کرد. بعد از آن ما به دنبال جمع آوری اطلاعات رقتیم تا یاد بگیریم چگونه با مادر بزرگ که کم کم وابسته تر می شد، زندگی کنیم و بتوانیم از دیگران در انجام کارهای روزانه اش کمک بگیریم. من فیلی ناراحت بودم از اینکه فهمیدم مادر بزرگ:

- دیگه نمی تونه مثل قبل با من بازی کنه.
- نمی تونه طرز تهیه غذاهای فوشمنزه ای را که می پخت به یاد بیاره.
- اسم من را فراموش کرده و نمی تونه بیاد بیاره که من نوه اش هستم.



۵




پدر بزرگ که فیلی نگران بود، او را به دکتر برد. چون پدر بزرگ سال ها است که با مادر بزرگ زندگی کرده و او را فوب می شناسد. می داند که او آدم شاد و شوخ طبعی بوده و حافظه قوی نیز داشته است. بعد از تست ها و آزمایشات پزشکی مختلف و مشاوره با متخصصین، دکتر به پدر بزرگ گفت که مادر بزرگ دچار فراموشی است، که در نتیجه بیماری آلزایمر ایجاد شده است.*

فراموشی: از دست دادن حافظه عملکردی به دلیل ضایعات مغزی که منجر به فراموشی پیشرفته و غیر قابل برگشت می شود.

۴

چند وقتی است که مادر بزرگ رفتارهایش عجیب شده است. مثلا:

- چیزها را، حتی وقایعی که ۵ دقیقه قبل اتفاق افتاده به یاد نمی آورد (از دست دادن حافظه).
- نمی تواند بگوید در چه سالی هستیم (عدم آگاهی به زمان).
- در خیابان گم می شود و نمی تواند راه برگشت به منزل را پیدا کند (عدم آگاهی به مکان).
- سوالات تکراری می پرسد و نمی تواند به خاطر بیاورد که پول هایش را کجا گذاشته است. (آشفتگی ذهنی)



۳

من

پاپا

مامان

سلام، اسم من سارا است با والدین و پدر بزرگ و مادر بزرگم زندگی می کنم. این درخت خانواده کی من است.

۲



دکتر الویس آلزایمر

نام بیماری آلزایمر از نام دکتر الویس آلزایمر که در سال ۱۹۰۶ مطالعات عمیقی در مورد بیماری انجام داد، گرفته شده است.*

۱

زندگی کردن با فرد مبتلا به بیماری آلزایمر

اطلاعاتی درباره بیماری آلزایمر برای کودکان و نوجوانان



Design: Rashin Khelrieh



این جور وقت ها، پدر بزرگ زمانی برای استراحت و بیرون رفتن با دوستانش داره. یا تلویزیون نگاه می کنه و کتاب می خونه.

پدر بزرگ از طریق انجمن آلزایمر یاد گرفته که مراقب یک فرد مبتلا به آلزایمر باید هتماً از خودش نیز به فوبی مراقبت کند تا او نیز بیمار نشود.

- (من همیشه تصور می کردم که پدر بزرگ و مادر بزرگ در همه حال مراقب من خواهند بود اگر چه زندگی همیشه آنطور که ما آرزو داریم پیش نمی رود).

مادر بزرگ دیگه اصلاً مثل قبل نیست و پدر بزرگ هم همیشه فسته است. حتی مادر و پدر هم مبهورند بیشتر کار کنند چرا که هزینه های درمان مادر بزرگ خیلی گران است. من به سووم خودم، سعی می کنم همیشه عشق و محبت بیشتری نثار آنها کنم. کسانی که همیشه در کنارم بوده اند. این خیلی مهم است که خانواده با هم متهم و یکپارچه بوده و روابط دوستانه داشته باشند. برای همین است که من هیچ وقت از گفتن این جمله فسته نمی شوم.



اطلاعات مهم:

برای شناسایی و تشفیص بیماری آلزایمر یک بررسی کلینیکی و پزشکی توسط پزشکان متخصص (متخصص مغز و اعصاب، روانپزشک یا پزشک سالمندی) لازم است. این بیماری بیشتر در افراد بالای ۶۵ سال بروز می کند و نژاد و موقعیت اجتماعی افراد تاثیری در بروز آن ندارد. بیماری آلزایمر علاج ندارد و یک بیماری پیش رونده و تفریب کننده مغز است که در طول زمان پیشرفت می کند.

فرد مبتلا به آلزایمر خیلی غمگین است و احساس تنهایی می کند برای اینکه قابلیت درک وقایعی که در اطرافش اتفاق می افتد را از دست می دهد. برای همین لازم است که اطرافیان او فونسردی خود را حفظ کنند و به او محبت کنند و با عشق با او برخورد کنند چرا که فرد مبتلا هنوز توانایی درک و ابراز عشق و محبت را دارد.

بغل کردن و پوسیدن دو روش موثر هستند.

تصور نکنید فرد مبتلا به بیماری آلزایمر چیزی را درک نمی کند. چرا که او درک می کند ولی گاهی فقط نمی داند چگونه پاسخ دهد. فرد مبتلا احساس سرگشتگی و گیچی می کند و برای همین است که نباید همه چیز را به یکباره به او گفت یا از او فواست.

با آرامش در حالی که به چشمان او نگاه می کنید با او صحبت کنید.

اگر اشکالی پیش آمد و فرد مبتلا در انجام کار دچار اشتباه شد، به یاد داشته باشید وانمود کنید شما متوجه اشتباه او نشده اید، بگوئید که همه چیز مرتب است. به این ترتیب او شرمندانه ففواهد شد. بهتر است هیچ دارویی در دسترس فرد مبتلا نباشد چرا که ممکن است داروی اضافی مصرف کند.

منزل محل زندگی این افراد باید مناسب برای فرد سالمند باشد درست مثل فونه ای که برای یک کودک نوپا پیده می شود.

آشپزخانه، حمام و در ورودی باید همیشه تحت نظر باشد تا از وقوع حادثه پیشگیری شود.

فرد مبتلا به آلزایمر توانایی تنظیم مقارج و کنترل حساب پول خود را ندارد. بنابراین برای فرید و یا پرداخت قبوض لازم است کسی به او کمک کند.

• اما توجه کنید: بسیار مهم است که همه این کارها را با همراهی خود فرد انجام دهید و نه اینکه به جای او انجام کارهایش را به عهده بگیریید.



بیماری آلزایمر تمام افراد خانواده را تحت تاثیر قرار می دهد. بنابراین مهم است که بدنبال کسب اطلاعات و تجربه و حتی کمک گرفتن از سازمان هایی نظیر انجمن آلزایمر باشید که از افراد و خانواده هایی که شرایط مشابه دارند، تشکیل شده است.

حالا که می دوئید بیماری آلزایمر چیه، چطوره که این اطلاعات را با دیگران در میان بگذارید.

همچنین سعی کنید که در مورد حقوق افراد سالمند نیز بیشتر بدانید.



حالا می تونید با جواب دادن به این سوآلها توی مسابقه شرکت کنید:

انجمن آلزایمر ایران به سه نفر به قید قرعه جایزه می دهد

۱- دو تا از علامت های تغییر رفتار در مادر بزرگ را بگو

۲- چطور می تونیم به مادر بزرگ کمک کنیم تا احساس تنهایی نکنه؟

۳- برای پدر بزرگ چه راهملی پیشنهاد می کنید تا کمتر فسته بشه؟



• تهران • شهرک اکباتان (بین فاز ۱ و ۲) • نبش خروجی شهرک به سمت بزرگراه شهید ستاری • انجمن آلزایمر ایران
 تلفن های تماس: ۴۴۶۵۱۱۲۲ • ۴۴۶۳۳۵۵۵
 Email: Alzheimer-iran@yahoo.com Website: www.Alzheimer.ir