



ممکن است لباس های آلوده پوشیده و شستن موهای سرشان را فراموش کنند.



* آلزایمر چیست؟

آلزایمر یا بیماری فراموشی ، یک نوع اختلال غیر قابل برگشت و پیشرونده مغزی است که در اثر آن به تدریج توانایی های ذهنی بیمار تحلیل می رود. البته با بالا رفتن سن ، اندکی فراموشکار شدن در افراد طبیعی است. اما در بیماری آلزایمر این اختلال حافظه به تدریج پیشرفت می کند. افزایش سن ، مهم ترین عامل خطر ابتلا به بیماری است.

یک هشتم از افراد دارای 65 سال و بیشتر، این حالت مخرب زوال عقل را دارند. آلزایمر در مرحله اول ممکن است برای خانواده و دوستان قابل تشخیص نباشد. اما قبل از بروز ، علائم هشدار از خود نشان می دهد.



* علائم هشدار دهنده ابتلا به آلزایمر :

✚ حافظه و گفتار در اوایل آلزایمر

✚ حافظه بلندمدت معمولاً باقی می ماند اما حافظه کوتاه مدت مختل می شود. شخصی که دوستش دارید ممکن است صحبت های شما را فراموش کند. او ممکن است سئوالاتی را که پاسخ داده شده تکرار کند. این بیماری گفتار را نیز مختل می کند ، بنابراین او ممکن است در یادآوری کلمات معمول دچار چالش شود.

✚ از دست رفتن حافظه و رفتار

✚ تغییر در حالت و رفتار فرد

✚ مشکلات در تفکر ذهنی

✚ از دست دادن انگیزه و ناامید شدن

✚ دشواری در انجام کارهای عادی و روزمره

آلزایمر می تواند سبب تغییرات رفتار و پریشانی شود. ممکن است عزیز شما در محلی آشنا گم شود. بی ثباتی خلقی و لغزش در قضاوت نیز عوارض رایج آن هستند. بهداشت ضعیفی نیز دارد. افرادی که قبلاً شیک پوش بودند

* چالش های مراقبت از بیمار مبتلا به آلزایمر :

در مراحل اولیه، افراد مبتلا به آلزایمر اغلب می فهمند که چه اتفاقی برایشان می افتد. این اتفاق ممکن است آنها را شرمنده یا مضطرب کند. مراقب علائم افسردگی در این بیماران باشید. برای افراد مبتلا به آلزایمر امری بسیار حیاتی است.

ایجاد محیط ایمن ، تشویق کردن به تحرک بیشتر در طول روز ، ایجاد یک مکان ساکت و آرام برای بهبود کیفیت خواب، خوابیدن در ساعت مشخص (ایجاد یک روال) ، داشتن یک برنامه روزانه منظم ، محدود کردن کافئین، استفاده از چراغ خواب و... همه این موارد می تواند در مراقبت از فرد مبتلا به آلزایمر کمک کند.



آلزایمر چیست؟

(Alzheimer's disease)



تهیه : واحد آموزش سلامت بیمارستان فوق تخصصی قائم
(عج)

منبع : پرستاری در بهداشت روان کوشان



سلامت شما، تخصص ماست



Ghaem Int Hospital

رشت، بلوار شهید افتخاری

۰۱۳۳۳۵۶۵۰۱۱-۱۹

۰۱۳۳۳۵۶۵۰۱۰

www.ghaem-hospital.ir

info@ghaem-hospital.ir



* نکاتی راجع به فرد مراقبت کننده از بیمار مبتلا به آلزایمر :

مراقبت از بیماران مبتلا به آلزایمر یک فرایند مزمن استرس زاست که پیامدهای منفی بر سلامت جسمی و روانی مراقبان دارد. نشانه های استرس مراقب عبارتند از :

- ❖ خشم ، غمگینی و تغییرات خلقی
- ❖ سردرد یا درد پشت
- ❖ مشکل تمرکز
- ❖ مشکل خواب

مراقب خودتان باشید. برای اجتناب از فرسودگی مراقب، هر روز حداقل چند دقیقه را صرف انجام کاری کنید که از آن لذت می برید. مراقب می تواند از یادداشت برای تذکر به بیمار استفاده کند