

علت

دانشمندان معتقدند که آلزایمر در بیشتر افراد در اثر تلفیقی از عوامل مانند وراثت، سبک زندگی و عوامل محیطی رخ می دهد و به تدریج مغز را تحت تأثیر قرار می دهد.

هرچند دلایل ابتلا به آلزایمر هنوز به طور دقیق مشخص نشده است اما تأثیر آن بر مغز به وضوح مشخص گردیده است. بیماری آلزایمر موجب آسیب دیدن و مرگ سلول های مغزی می شود. اتصالات بین سلولی در مغزی که مبتلا به آلزایمر شده است بسیار کمتر از مغز سالم است.

عوامل خطر

سن

افزایش سن **مهمترین عامل خطر** شناخته شده در ابتلاء به آلزایمر است. آلزایمر جزئی از روند طبیعی پیر شدن نیست اما خطر ابتلاء به آن با افزایش سن به خصوص پس از ۶۵ سالگی افزایش می یابد. تقریباً نیمی از افراد بالای ۸۵ سال مبتلا به آلزایمر می شوند.

سابقه خانوادگی و وراثت

خطر ابتلاء به آلزایمر در افرادی که یکی از اقوام درجه یک آنها والدین یا خواهر و برادر سابقه ابتلاء داشته اند بیشتر است.

جنس

احتمال ابتلاء زنان نسبت به مردان بیشتر است. شاید این بدان علت باشد که میانگین طول عمر زنان بیش از مردان است.

سابقه ضربه سر

افرادی که در گذشته ضربه شدید سر را تجربه کرده اند با احتمال بیشتری در معرض خطر ابتلاء به آلزایمر می باشند.

سبک زندگی و سلامت قلب

هیچ عاملی از شیوه زندگی وجود ندارد که به طور قطعی با خطر ابتلاء به آلزایمر ارتباط داشته باشد. هر چند شواهدی وجود دارد مبنی بر اینکه همان عواملی که فرد را مستعد بیماری های قلبی می کنند، احتمال ابتلاء به آلزایمر را نیز افزایش می دهند. این عوامل می تواند شامل موارد زیر باشد:

- ورزش نکردن - استعمال دخانیات - پرفشاری خون - کلسترول خون بالا - دیابت کنترل نشده - رژیم غذایی با میوه و سبزی ناکافی - عدم فعالیت اجتماعی

حفظ فعالیت ذهنی و یادگیری و اشتغال به فعالیت های اجتماعی در تمام طول زندگی:

نتایج حاصل از مطالعات نشان می دهد که بین حفظ کار ذهنی و فعالیت های اجتماعی و ارتباط به آلزایمر ارتباط عکس وجود دارد.

عواملی که ممکن است خطر ابتلاء به آلزایمر را کاهش دهند شامل موارد زیر است:

- سطح بالاتر تحصیلات و تحصیلات تکمیلی

- داشتن شغلی پر دغدغه و فعال

- داشتن فعالیت هایی که ذهن را به چالش می کشد مانند مطالعه، بازی کردن

- دارا بودن ارتباطات اجتماعی مداوم

درمان دارویی

داروهای فعلی آلزایمر به بهبود علائم اختلالات حافظه و تغییرات شناختی کمک می کنند. دو نوع مختلف از داروهایی که برای بهبود علائم شناختی به کار می رود وجود دارد که شامل موارد زیر می باشد:

- مهارکننده های کولین استراز: این داروها سطح یک ماده میانجی بین سلولی که در آلزایمر کاهش می یابد را افزایش می دهد

- ممانتین(نامندا): این دارو بر شبکه بین سلولی مغزی دیگری تأثیر می گذارد و سرعت پیشرفت علائم را در آلزایمر متوسط تا شدید کاهش می دهد.

ایجاد فضایی امن و حمایت کننده:

یکی از بخش های مهم درمان بیماری آلزایمر ایجاد شرایط مناسب زندگی سازگار با بیماری فرد و نیازهایش می باشد. برای این منظور می توان از توصیه های زیر استفاده نمود:

- جمع نمودن وسایل و مبلمان و فرش های اضافی که منجر به شلوغی و ایجاد مزاحمت می شود.

- نصب نرده و دستگیره های محکم در کنار پله ها و سرویس بهداشتی.

- کاهش دادن تعداد آینه ها: تصویرها و انعکاس های درون آینه برای افراد مبتلا به آلزایمر گیج کننده و یا حتی ترسناک هستند.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی کرمانشاه

بیمارستان حضرت رسول (ص)

جوآنرود

آلزایمر



تهیه کننده

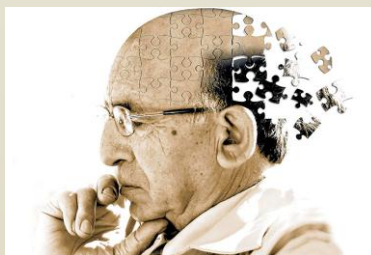
حشمت اله رحمنی

کارشناس پرستاری

مرداد ۹۸

آلزایمر

یک بیماری پیشرونده زوال حافظه و دیگر کارکردهای مهم ذهنی است. آلزایمر معمولترین علت دمانس (زوال عقلی) است. گروهی از اختلالات مغزی که منجر به از دست دادن مهارت های فکری و اجتماعی می شوند، این تغییرات به اندازه ای شدید اند که می توانند زندگی روزمره فرد را تحت تأثیر قرار دهند. در آلزایمر، تخریب و مرگ سلول های مغزی و همچنین تخریب ارتباط بین آنها باعث کاهش دائم حافظه و عملکرد ذهنی می شود



نشانه ها

در مراحل ابتدایی فراموشی و یا گجی اما با گذشت زمان بیشتر خاطرات به خصوص حافظه اخیر از یاد می رود. در صورتی که فرد مبتلا به آلزایمر شود احتمالاً اولین علامتی که فرد متوجه آن می شود سخت تر شدن غیر معمول به خاطر آوردن و سازماندهی افکار است. ممکن است خود بیمار هیچ مشکلی احساس نکند و خانواده، دوستان نزدیک یا همکاران این تغییرات را حس کنند.

تغییرات مغزی ناشی از بیماری آلزایمر منجر به ایجاد مشکلات زیر می شود:

حافظه:

هر شخصی گاهی دچار فراموشکاری می شود. این که گاهی شخص به یاد نیاورد دسته کلید را کجا گذاشته است یا نام یک آشنا را به خاطر نیاورد طبیعی است. اما اختلال حافظه ناشی از آلزایمر، دائم و وخیم شونده است

اختلال جهت یابی و تشخیص ارتباطات فضایی:

افراد مبتلا به آلزایمر ممکن است آگاهی خود را نسبت به شرایط فعلی که در آن زندگی می کنند مثل روزها، فصل و ... از دست بدهند.

نوشتار و گفتار:

آلزایمر باعث اختلال در توانایی تمرکز و تفکر به خصوص در مفاهیم انتزاعی مانند اعداد می شود. بیماران ممکن است در مدیریت مالی، تنظیم یادداشت ها و صورتحساب ها و پرداخت به موقع آنها با مشکل مواجه شوند

قضاوت و تصمیم گیری:

بیماران مبتلا به آلزایمر در اتفاقات روزمره متداول، مثل سوختن غذا روی شعله گاز یا یک تصادف رانندگی قادر به عکس العملی مناسب نیستند.

برنامه ریزی و اجرای وظایف:

معمولاً افرادی که بیماری آنها پیشرفته تر است ممکن وظایف ساده ای مثل لباس پوشیدن یا حمام کردن را فراموش کنند.

تغییر در شخصیت و رفتار:

تغییرات مغزی که در بیماری آلزایمر رخ می دهد می تواند نحوه رفتار و احساسات فرد را تحت تأثیر قرار دهد