



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان

آلزایمر

CCU

شناسنامه بروشور آموزشی	
عنوان	آلزایمر
تهیه کننده	اسماعیل ماندی
سال تهیه	شهریور 1404
ناظر کیفی	سوپروایزر آموزشی خانم اکبرزاد
ناظر عملی	دکتر محمد رحمانی علیزاده
منبع :	برونر و سودارث

## درمان آلزایمر:

مهارکننده‌های کولین استراز

ممانتین

داروهای ضد افسردگی

## آیا آلزایمر قابل پیشگیری است؟

- خواب کافی
- مدیریت استرس
- کنترل بیماری‌های زمینه‌ای
- عدم مصرف دخانیات
- رعایت رژیم غذایی سالم
- داشتن زندگی اجتماعی فعال
- فعالیت بدنی سبک مانند پیاده‌روی
- فعال نگه داشتن مغز با یادگیری چیزهای جدید، انجام بازی‌های فکری و تمرین حفظ کردن



## علت آلزایمر چیست؟

- سن: این بیماری معمولاً در افراد بالای ۶۵ سال بروز پیدا می‌کند.
- جنسیت: تحقیقات نشان می‌دهند، احتمال ابتلای زنان به این بیماری نسبت به مردان بیشتر است.
- ژنتیک: خطر ابتلا به این بیماری در افرادی که سابقه آلزایمر در خانواده درجه یک آن‌ها وجود دارد، بیشتر است.
- سبک زندگی و سلامت قلب: محققان دریافته‌اند، عوامل اثرگذار بر سلامت قلب مانند چاقی، دیابت، مصرف الکل و دخانیات، سیگار کشیدن، کم‌تحركی، فشار خون و کلسترول بالا، احتمال ابتلا به این بیماری را افزایش می‌دهند.
- ضربه سر: افرادی که سابقه ضربه به سر دارند، به نحوی که برای مدت طولانی سطح هوشیاری پایینی داشتند، بیشتر در معرض ابتلا به این بیماری هستند.
- مشارکت اجتماعی و یادگیری: برخی مطالعات، عدم حضور در فعالیت‌های اجتماعی و جمع‌های مختلف را در بروز این بیماری موثر می‌دانند. همچنین، فرآیند یادگیری احتمال ابتلا به آلزایمر را کمتر می‌کند.
- اختلال در خواب: خواب نامنظم یا بی‌کیفیت احتمال ابتلا به این بیماری را افزایش می‌دهد.

## آلزایمر:

نوعی بیماری پیش‌رونده (Alzheimer) آلزایمر عصبی است که به تدریج حافظه، توانایی تفکر و عملکردهای شناختی فرد را تحت تاثیر قرار می‌دهد. یا دمانس این بیماری، شایع‌ترین نوع **زوال عقل** است. دمانس یک اصطلاح کلی برای توصیف از دست دادن توانایی‌های حافظه یا دیگر توانایی‌های ذهنی به‌شمار می‌آید که بر روی زندگی روزمره فرد تاثیر منفی می‌گذارد.



## علائم اولیه آلزایمر:

نشانه‌های اولیه این بیماری معمولاً شامل فراموشی کوتاه‌مدت مثل فراموش کردن نام‌ها، مکان‌ها و رویدادها است. اغلب متخصصان علائم شروع آلزایمر را شامل موارد زیر می‌دانند:

- فراموش کردن گفتگوها یا رویدادهای اخیر
- قرار دادن اشیاء در مکان اشتباه
- فراموش کردن نام مکان و اشیاء
- مشکل در فکر کردن برای یافتن کلمه مناسب هنگام صحبت
- پرسیدن سوالات تکراری

## علائم آلزایمر خفیف

علائم آلزایمر در زنان و مردان با شدت خفیف شامل موارد زیر است:

- دشواری در انجام فعالیت‌های آشنا
- از دست دادن حافظه
- دشواری در تصمیم‌گیری
- کاهش خودانگیزگی و ابتکار عمل
- عدم تمایل برای حضور در محل کار یا محافل اجتماعی
- تغییرات خفیف رفتاری و شخصیتی مانند سردرگمی، افسردگی، اضطراب و هراس
- فراموش کردن اطلاعات و تکرار مداوم سوال
- صرف زمان بیشتر برای انجام کارهای روزمره

## علائم آلزایمر شدید و پیشرفته:

هر چه بیماری پیشرفت بیشتری داشته باشد، مشکلات در برقراری ارتباط، انجام کارهای روزمره و ناتوانی در تشخیص افراد یا مکان‌ها افزایش می‌یابند. دیگر نشانه‌های پیشرفت بیماری آلزایمر عبارت‌اند از:

- احتمال بروز علائمی مانند تشنج
- کاهش وزن
- عدم برقراری ارتباط با دیگران
- احتمال ابتلا به عفونت‌های پوستی
- دشواری در قورت دادن آب دهان
- تمایل به بیشتر خوابیدن
- تولید اصواتی مانند آه کشیدن یا ناله کردن
- عدم کنترل ادرار و مدفوع

