

را به تاخیر می‌اندازند یا کند می‌کنند استفاده از حافظه بیشتر مثل مطالعه، تعدیه مناسب هم تاثیر دارد، هر چه قدر تغذیه طبیعی تر باشد بهتر است. ورزش کردن، حتی داشتن یک روحیه شاد، خلاق و فعال در پیشگیری از این بیماری تاثیر دارد ولی هیچ کدامشان قطعی نیستند.

با افراد آلزایمری چگونه رفتار کنیم؟
به بیان این روان‌پزشک بیماری آلزایمر تشخیص هر چه زودتر اتفاق بیفتد بیشتر می‌شود به بیمار کمک کرد در خانواده‌هایی که فرد سالمند بالای ۶۰ سال دارند افراد خانواده وقتی احساس استندند اسکالی در حافظه فرد مسن ایجاد شده است مثلا در نماز خواندن زیاد اشتباه می‌کند یا مثلا فراموش می‌کند دیروز چه کسی را دیده است، فرد را برای ویزیت به نزد پزشک بیاورند. مراجعه زود هنگام خیلی به کند کردن روند بیماری کمک کننده است. اگر دمانس ثانویه باشد علت برطرف شود بیماری هم برطرف می‌شود. نکته مهم دیگر پذیرش بیماری است. مثلا پدر خانواده که خیلی آدم موثری بوده است و به همه کمک می‌کرده وقتی دچار این بیماری می‌شود طبعاً عملکردش کاهش پیدا می‌کند. اطرافیان باید بیماری پدرشان را بپذیرند و قبول کنند که این مشکل پیش آمده است و دیگر انتظاراتی را که قبلا از او داشته‌اند نداشته باشند و به او فشار نیاورند. به بیمار کمک کنند تا اختلال حافظه‌اش به حداقل برسد تا اینکه بخواهند ایراد بگیرند و سر کوفت بزنند که تو دوباره یادت رفت.

راه‌های پیشگیری از آلزایمر
به بیان دکتر علی مفیدی علت بیماری آلزایمر هنوز ناشناخته است. وراثت و سن در بروز آلزایمر موثر هستند. از لحاظ آماری افراد بالای ۶۸ سال ۲۰ درصد و افراد بالای ۸۰ سال نزدیک به ۴۰ تا ۵۰ درصدشان امکان ابتلا به این بیماری را دارا هستند. در خانواده‌هایی که نسل قبلشان دچار این بیماری بودند احتمال بیماری بیشتر است. چون این بیماری جنبه وراثتی و ژنتیکی دارد معمولا به طور قطعی نمی‌توان از آن پیشگیری کرد ولی یکسری اقدامات تاثیر گذار هستند که روند پیشرفت بیماری می‌کند، مراجعه به پزشک باعث می‌شود تا حدودی از بدبینی بیمار کاسته شود. پس با بیمار نباید مقابله کنند و فشار بیشتری به او وارد نسانند.

مادری کردن برای مادر
رسول با کسانیه بر از سبب گلاب و آنچه نداشتند کنار مادر، رباب‌خانم به روی پسرش می‌خندد: «کجا رفته بودی مادر؟ منو خونیه غریبه‌ها تنها نگذار». چشمان رسول پر از غم است: «هیچ جا نمی‌رم. همین جام ولت نمی‌کنم». بعد دست مادر را می‌گیرد: «ترس برات سیگار روشن کنیم؟»

و شروع به بدبینی می‌کند.» وی می‌افزاید: «در اثر اشکال در حافظه فرد دچار بدبینی می‌شود مثلا یک چیزی گم کرده است فکر می‌کند کسی او را برداشته است یا مثلا فردی یک چیزی گفته است و فرد بیمار به صورت دیگری بیداش می‌آورد و برداشتنش این می‌شود که می‌خواسته چیز بدی به او بگوید یا منظور و غرضی دارد. بعضی مواقع وقتی آلزایمر پیشرفت می‌کند بدبینی حالت خیلی شدیدی پیدا می‌کند». دکتر مفیدی اختلال در خواب بی‌قراری و در مراحل پیشرفته بیماری بی‌اختیاری ادرار را از دیگر علائم این بیماری می‌داند و می‌گوید: «حتی در گفتار و رفتار بیمار تغییرات زیادی پیدا می‌شود و ممکن است شخصیتش هم عوض شود. به طور مثال فردی که تحصیل کرده و با فرهنگ بوده است ممکن است هر حرف و هر شوخی را بیان کند که متضاد با شخصیت اصلی‌اش بوده

است. این‌ها همه به دلیل آلزایمر است. حتی ممکن است دچار توهم شود چیزهایی را ببیند و یا بشنود که وجود ندارند».

مهم‌ترین علامت بیماری آلزایمر
دکتر مفیدی مهم‌ترین علامت بیماری آلزایمر را اختلال حافظه می‌داند و می‌گوید: «فردی که حافظه‌اش خوب کار نمی‌کند حوادث را خوب یاد نمی‌آورد پس کلافه می‌شود و زندگی‌اش مختل. حتی ارتباط‌های بین فردی‌اش مختل می‌شود»

۲۵ درصد انسان‌ها پس از ۸۰ سالگی دچار آلزایمر می‌شوند
ما کمک می‌کند که از ابتلا به آلزایمر در امان باشیم. این متخصص مغز و اعصاب درباره طول عمر افرادی که دچار آلزایمر می‌شوند، افزود: طول عمر این بیماران به طور متوسط ۸ سال بوده این اختلال سیر پیش رونده دارد و خیلی نمی‌توانیم مانع از پیشرفت آن شویم بنابراین داروهایی که برای درمان این عارضه استفاده می‌شوند تنها می‌تواند علائم بیمار را در مراحل خفیف و متوسط کنترل کنند. ما امروز می‌توانیم با روش‌های تصویربرداری پیشرفته تا ۱۰ سال پیش از آن که علائم در فرد بروز پیدا کند وجود آلزایمر را در او تشخیص دهیم.



گزارش پاسارگاد از شیوع بیماری آلزایمر

یادم تو را فراموش

بیاوریم. مثلا شماره تلفنی را حفظ می‌کنید، چند دقیقه بعد می‌توانید بید بیاورید. در آلزایمر اختلال حافظه در دو نوع آخر بیشتر اتفاق می‌افتد. دکتر مفیدی در ادامه می‌افزاید: «به اشتباه خیلی‌ها فکر می‌کنند که فرد آلزایمری چون گذشته‌ی دور را به یاد می‌آورد، پس نباید مشکلی داشته باشد. حافظه درازمدت معمولا در آلزایمر دست‌نخورده باقی می‌ماند.» به بیان این روان‌پزشک افرادی که دچار آلزایمر نیستند ولی اختلال حافظه دارند معمولا خودشان مشکل را متوجه می‌شوند و به پزشک مراجعه می‌کنند. وقتی فرد خودش متوجه می‌شود که ذهنش خوب کار نمی‌کند و مسایلی که در طول روز برایش اتفاق افتاده است را به یاد نمی‌آورد، این افراد معمولا آلزایمر ندارند خیلی کم

و کوچک شدن مغز می‌شود و کارکرد سلول‌های مغز کم می‌شود. شایع‌ترین نوع دمانس هم آلزایمر است». مفیدی در ادامه می‌افزاید: «دمانس ثانویه به دلایلی مثل سکنه‌های مکرر مغزی، افزایش فشار داخل جمجمه، بیماری‌های ویروسی مزمن و حتی ضربه‌های مکرر به سر مثل افرادی که بوکسور هستند به وجود می‌آید».

به بیان این روان‌پزشک اصلی‌ترین دمانس از هر نوع که باشد اختلال در حافظه است. حافظه سه نوع کارکرد دارد: یکی درازمدت است، مثل حوادثی که در گذشته‌های دور اتفاق افتاده‌اند. نوع دیگری حافظه‌ی اخیر است که مربوط به روزهای قبل است بیشتر از ۲۴ ساعت. نوع سومش هم حافظه‌ی فوری است مثلا اتفاقاتی که بتوانیم چند دقیقه بعد به یاد

آخرین گزارش شیوع ابتلا به دمانس در ایران نشان می‌دهد که در هر ۱۱ و نیم دقیقه یک نفره آن مبتلا می‌شود. باید اضافه نمود که حدود ۷۰ درصد از افراد مبتلا در کشورهای در حال توسعه می‌باشند. در حالی که ۸۹ درصد هزینه‌ی جهانی در کشورهای پیشرفته صرف می‌شود.

علائم و نشانه‌های بیماری آلزایمر
دکتر علی مفیدی روان‌پزشک می‌گوید: «برای بیماری فراموشی، اصطلاح کلی‌تری داریم به نام دمانس. دمانس یعنی زوال عقل، که آلزایمر یک نوعی از دمانس است. دمانس به دو دسته کلی تقسیم می‌شود یک دسته‌اش دمانس اولیه است و دسته دیگر دمانس ثانویه. دمانس اولیه همان آلزایمر است. این بیماری باعث از دست رفتن تدریجی و مداوم

سلامت‌نیوز: آمارها نشان می‌دهد ۲۵ میلیون نفر در دنیا به اختلالات حافظه مبتلا هستند که ۷۵ درصد از این اختلالات به علت آلزایمر ایجاد می‌شود. محمد رضا قینی عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران گفت: آلزایمر شایع‌ترین نوع اختلال حافظه در سن بالا است. برای استفاده از واکنس به منظور جلوگیری از بیماری آلزایمر پیشرفته‌هایی داشتیم اما هنوز این واکنس وارد بازار نشده است؛ امیدواریم در سال‌های آینده شاهد درمان‌های جدید آلزایمر و روش‌های جدید پیشگیری از ابتلا به این بیماری باشیم. وی

می‌کند خونیه غریبه‌هاست». مونا دختر شمسی هم خاطراتی دارد از فراموشی‌های رباب‌خانم: «یک روز بر دوشم دستشویی، سرم توی گوشه موبایلم بود و از مادر بزرگ غافل شدم. رفته بود توی باغچه نشسته بود. رفتم سراغش. گفت خدا را شکر که اومدی گم شده بودم».

در هر ۱۱ و نیم دقیقه یک نفر در ایران به آلزایمر مبتلا می‌شود
طبق آخرین گزارش سازمان بهداشت جهانی (منتشر شده در سال ۲۰۱۷)، هم اکنون در دنیا در هر ۲ ثانیه یک نفر به بیماری آلزایمر یا دمانس مبتلا می‌شود. در حال حاضر در جهان بیش از ۵۰ میلیون نفره بیماری آلزایمر مبتلا هستند. سال ۲۰۳۰ این تعداد به بیش از ۶۵ میلیون نفر افزایش خواهد یافت. در حقیقت در هر سال ۱۰ میلیون نفره جمعیت دمانس اضافه می‌شود. این تعداد برابر جمعیت کشور سوئیس است. همچنین

آخرین گزارش شیوع ابتلا به دمانس در ایران نشان می‌دهد که در هر ۱۱ و نیم دقیقه یک نفره آن مبتلا می‌شود. باید اضافه نمود که حدود ۷۰ درصد از افراد مبتلا در کشورهای در حال توسعه می‌باشند. در حالی که ۸۹ درصد هزینه‌ی جهانی در کشورهای پیشرفته صرف می‌شود.

علائم و نشانه‌های بیماری آلزایمر
دکتر علی مفیدی روان‌پزشک می‌گوید: «برای بیماری فراموشی، اصطلاح کلی‌تری داریم به نام دمانس. دمانس یعنی زوال عقل، که آلزایمر یک نوعی از دمانس است. دمانس به دو دسته کلی تقسیم می‌شود یک دسته‌اش دمانس اولیه است و دسته دیگر دمانس ثانویه. دمانس اولیه همان آلزایمر است. این بیماری باعث از دست رفتن تدریجی و مداوم

سلامت‌نیوز: آمارها نشان می‌دهد ۲۵ میلیون نفر در دنیا به اختلالات حافظه مبتلا هستند که ۷۵ درصد از این اختلالات به علت آلزایمر ایجاد می‌شود. محمد رضا قینی عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران گفت: آلزایمر شایع‌ترین نوع اختلال حافظه در سن بالا است. برای استفاده از واکنس به منظور جلوگیری از بیماری آلزایمر پیشرفته‌هایی داشتیم اما هنوز این واکنس وارد بازار نشده است؛ امیدواریم در سال‌های آینده شاهد درمان‌های جدید آلزایمر و روش‌های جدید پیشگیری از ابتلا به این بیماری باشیم. وی

گروه تولیدی بلات گره
سنگ فلات قاره
Falat-eGhare Group Tile & Stone
Travertine-Granite-Marble Import & Export

عرضه و فروش انواع سنگهای

- تراورتن سفید عباس آباد و آتشکوه
- تراورتن کرم و شکلاتی
- گرانیت و مرمریت
- مصنوعات سنگی (روشویی، ترده سنگی و...)
- آجر نما (تسوز، رستیک، پرسی)

شهرک صنعتی شماره یک. انتهای خیابان افراه
۰۹۱۳ ۳۷۹ ۳۹۴۹ - ۰۹۱۳ ۰۴۵ ۳۹۴۹

اداره حفاظت محیط زیست شهرستان سیرجان برگزار می‌نماید:
 جشن ۲۵ سالگی انجمن مهرورزان طبیعت
همراه با گرامیداشت روز جهانی محیط زیست

با اجرای مشترک رضا محمودآبادی و مرتضی اسدی

همراه با اجرای طنز بمب خنده ایران: کامران خان بیگی

با حضور افتخاری مجری برتر کشور رهام جعفر قلیخانی

پنج شنبه ۳۱ خرداد، ساعت ۲۰

مکان: منطقه ویژه اقتصادی، دهکده گردشگری شب‌دیز

کاروی تولد هم کاغذ باطله و پیمانند خشت و آسمون بیاورید

مدیریت بهداشت، ایمنی و محیط زیست کل گهر

کوشش برای پاک‌سازی