

آنچه مراقبین درباره

آلزایمر

باد بدانند

تحقیق و نگارش

ندا رحیم دوست مرندی



سرشناسه	رحیم دوست مرندی، نداء ۱۳۶۶
عنوان و نام پدیدآور	آنچه مراقبین در باره آلزایمر باید بدانند/ تحقیق و نگارش ندا رحیم دوست مرندی
مشخصات نشر	تهران: آلوس، ۱۳۹۹
مشخصات ظاهری	۷۸ ص.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۷۴۵۱-۰۳-۰۰
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
موضوع	آلزایمر
موضوع	آلزایمر - تشخیص
موضوع	آلزایمر - پیشگیری
رده بندی کنگره	RC۵۲۳
رده بندی دیویی	۶۱۶/۸۳۱
شماره کتابشناسی	۷۳۲۷۷۱۸

آنچه مراقبین درباره

آلزایمر

باید بدانند

تحقیق و نگارش: ندا رحیم دوست مرندی

ناشر: انتشارات آلوس

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۹

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۴۵۱-۰۳-۰۰

قیمت ۲۰۰۰۰ تومان



فهرست

۹	مقدمه
۱۱	پیشگفتار
۱۱	زوال عقل یا آلزایمر
۱۲	شرایطی که ممکن است فرد دریم دمانس را نشان دهد
۱۲	زوال عقل سالخورده گی چیست
۱۲	تشخیص آلزایمر
۱۳	آزمایشات تشخیصی آلزایمر
۱۴	معاینه فیزیکی
۱۴	آزمایش های آزمایشگاهی استاندارد
۱۵	تست عصب روانشناختی
۱۵	اسکن مغز
۱۶	ده نشانه هشدار بیماری آلزایمر
۱۶	از دست دادن حافظه
۱۶	دشواری در انجام کارهایی که قبلا به سهولت انجام می شده است
۱۶	مشکلات زبان
۱۷	گمگشتگی در زمان و مکان
۱۷	قضاوت ضعیف یا کاهش یافته
۱۷	مشکلات تفکر انتزاعی

- ۱۸ قرار دادن اشیای وسایل
- ۱۸ تغییر در حالت یا رفتار
- ۱۸ تغییرات در شخصیت
- ۱۹ از دست دادن ابتکار عمل
- ۱۹ حل بیماری آلزایمر
- ۱۹ مرحله ۱: فرد بدون علائم قابل مشاهده
- ۲۰ مرحله ۲: آموزشی مرتبط با افزایش سن
- ۲۱ مرحله ۳: آلودگی شناختی خفیف
- ۲۳ مرحله ۴: بیماری آلزایمر خفیف
- ۲۴ مرحله ۵: بیماری آلزایمر متوسط
- ۲۶ مرحله ۶: بیماری آلزایمر مبتلا شدید
- ۳۰ مرحله ۷: بیماری آلزایمر شدید
- ۳۶ مراقبت از بیماران
- ۳۶ چگونه فعالیت‌های درمانی می‌تواند علائم آلزایمر را مدیریت کند؟
- ۳۶ چه فعالیت‌های درمانی می‌تواند بهترین تاثیر را داشته باشند؟
- ۳۸ مراقبت از فرد بیمار
- ۳۸ از عهده مراقبت برآمدن
- ۴۰ ده نشانه‌ای از استرس که به عنوان مراقبت از بیمار آن را تجربه می‌کنند
- ۴۱ تشکیل شبکه پشتیبانی و حمایت از شما
- ۴۱ چگونه با فرد مبتلا به آلزایمر صحبت کنیم؟
- ۴۱ نکاتی از سوی پزشکان برای مراقبت از بیماران
- ۴۲ تعامل با فرد مبتلا به آلزایمر
- ۴۳ چند نکته برای برقراری ارتباط بهتر چه هستند؟
- ۴۴ چه تکنیک‌های ارتباطی موثرتر واقع می‌شود؟
- ۴۴ چگونه با پرخاشگری بیمار کنار بیاییم؟
- ۴۵ رژیم غذایی، ورزش و سلامت

- ۴۶ آیا افراد مبتلا به آلزایمر نیاز به رژیم خاصی دارند؟
- ۴۷ آیا برای یک فرد مبتلا به آلزایمر مهم است که ورزش کند؟
- ۴۸ تغییرات در خانه متناسب با شرایط بیمار
- ۴۸ ایمنی عمومی
- ۵۰ موارد ایمنی جهت جلوگیری از آتش‌سوزی و سوختگی
- ۵۱ جلوگیری از افتادن و بهبود حرکت بیمار
- ۵۲ بهبود فعالیت‌های زندگی روزانه
- ۵۵ ناهاربردی پیرامون بیماری
- ۵۶ توسع در آلزایمر
- ۵۶ برخورد صحیح مراقبین در این موارد چه می‌تواند باشد؟
- ۵۷ در صورتی که بیمار از دست رفت شده را صدا کند، چه برخوردی صحیح است؟
- ۵۷ به لحاظ مدیریت اقتصادی و قانونی چه کارهایی باید انجام شود؟
- ۵۸ آیا بیمار آلزایمر متوجه شد خود را خونس است؟
- ۵۸ مقاومت در بیمار به آلزایمر
- ۶۰ نگهداری از بیمار مبتلا به آلزایمر (در خانه آرایشگاه)
- ۶۰ آیا آلزایمر درمان دارد؟
- ۶۱ چه مواردی روند بیماری را سرعت می‌بخشد؟
- ۶۱ بیمار مبتلا به آلزایمر چرا در کارهای روزمره دچار مشکل می‌شود؟
- ۶۲ چرا باید از استرس و تغییر جلوگیری کرد؟
- ۶۲ نگهداری همزمان از بیمار مبتلا به آلزایمر و کودک نوپا
- ۶۳ خریده‌ها و ملزومات نگهداری از بیمار آلزایمر
- ۶۱ پیشگیری از بیماری آلزایمر
- ۶۸ معرفی اپلیکیشن خوب برای کمک به سلامت مغز
- ۶۸ خواندن کتاب برای کودکان
- ۶۸ آنچه نزدیکان بیمار در مواجهه با دست دادن عزیزشان باید بدانند
- ۶۸ از دست دادن و سوگواری

- ۶۹ چه تفاوتی بین حزن و ناراحتی غم فقدان و سوگواری وجود دارد؟
- ۷۰ غم و ناراحتی چیست و چطور به سوگواری ارتباط پیدا می کند؟
- ۷۱ مراحل کنار آمدن با بیماری های سختی مثل آلزایمر چیست؟
- ۷۲ مرحله نهایی یک بیماری کشنده چطور بر اطرافیان تاثیر می گذارد؟
- ۷۲ هم از دست دادن قبل از وقوع مرگ به چه معناست؟
- ۷۴ در حال ناراحتی در پی از دست دادن شخصی چیست؟
- ۷۴ چه نوع کس های برای افرادی که دچار غم و اندوه می شوند، در دسترس است؟
- ۷۶ سوگوری پیچیده چیست؟
- ۷۸ منابع

مقدمه

بیماری آلزایمر نوعی اختلال مغز و اعصاب است که باعث بروز مشکلات در حافظه، مهارت‌های روزمره و رفتار می‌شود. نام بیماری به نام یک پزشک آلمانی به نام Alois Alzheimer، که اولین بار آن را در سال ۱۹۰۶ توصیف کرد، نامگذاری شده است. بیماری آلزایمر با گذشت زمان پیشرفت می‌کند و از آنجا که طول عمر جمعیت در دنیا رو به فزونی است، تعداد افراد آسیب دیده به سرعت در حال افزایش است. محققان علمی در درک آلزایمر گام‌های بلندی برداشته‌اند و امیدواری زیادی برای درمان‌های موثر و حتی درمانی می‌توانند داشته باشند. از دست دادن حافظه یکی از اولین علائم است، همراه با کاهش تدریجی سایر توانایی‌های فکری و تفکر (به نام عملکردهای شناختی)، و تغییر در شخصیت فرد است. آلزایمر رایج‌ترین شکل زوال عقل است.

در این کتاب تمرکز اصلی بر آگاهی بخشی به مراقبین است تا بتوانند درک صحیحی از شرایط بیمار داشته و بتوانند کمک موثری به بیمار و خود کنند تا اندکی این مسیر برایشان آسان شود و بدانند آنها تنها افرادی نیستند که با چنین چالشی روبرو هستند و از این طریق به آرامش برسند.