ሕማም ኣልዘሀይመር

ሓበሬታ ካብ ሽወደናዊ ማእከል ረሲዕ

Alzheimers sjukdom • faktablad tigrinja

እቲ ዝውቱር ዝኾነ ሕማም ረሲዕ

ረሲዕ፡ ናይ ምሕሳብ፡ መደብ ናይ ምውጻእን ናይ ምዝርራብን ጸገም ከምዚሎ ዘርእዩ ናይ ሓያሎ ምልክታት ድምር መጸውዒ እዩ። እቲ ምልክት ኣብ ሓንጎል ዘጋጥም ሓያሎ ሕማማትን ማህሰይትን ዝስዕብ እዩ። እቲ ኣዝዩ ዝውቱር ሕማም ኣልዘሀይመር ኰይኑ፡ ካብቶ ምዘጋጥሙ ሕማማት ረሲዕ 60–70 ሚእታዊት ይሽፍን።

ኣብ ትሕቲ 65 ዓመት ዝዕድመኦም ንቡር ኣይኰነን

ኣብ ሽወደን ልዕሊ 100 000 ሰባት ኣልዘሀይመር ከምዘለዎም ይግመት። እዚ ሕማም ቅድሚ 65 ንቡር ኣይኰነን፡ ዕድመ እናወሰኸ ክኸይድ ከሎ ግን ድሕርዚ እቲ ተኽእሎ ይዓቢ። ኣብ ክሊ ዕድመ 70–74 ትሕቲ ኣርባዕተ ሚእታዊት ሕማም ኣልዘሀይመር ኣለዎም፡ ኣብቶም ልዕሊ 90 ዝዕድመኦም ሓደ ካብ ሰለስተ እቲ ሕማም ኣለዎም።

ኣብ ሓንጎል ዘጋጥም እንታይ እዩ፧

ምስ ምጅማር ሕማም ኣልዘሀይመርስ እቲ ፕሮቲን *beta-amyloid* ኣብ ሞንጎ ዋህዮታት ነርቭ ናይ ሓንጎል ክጭበጥን ክውህለልን ይጅምር። ውሽጣዊ ዋህዮታት ይህነጹ፡ *fibriller,* ዋሕዚ ኣገደስቲ መኣዛታት ዝዕንቅጹ ጐረቤት ድማ ይኾኑ። እዘም ልውጥታት ሕማም እዚኣቶም፡ የስፋሕፍሑ እሞ ምስ ግዜ ድማ መጠነ ሰፊሕ ክፋል ኣእምሮ ይሃስዩ። ደረጃታት እቲ ሕማም ኣብ ብዙሕ ዓመታት እዩ ዝዝርጋሕ።

እቲ ሕማም ተሓቢኡ እዩ ዝመጽእ

ሕማም ኣልዘሀይመር ተሓቢኡ እዩ ዝመጽእ። ኣብ መብዝሕትኡ ኲነት ምስ ባህርያዊ ዕብየት ተደናጊሩ እዩ ዝመጽእ። ቀዲሞም ዝረኣዩ ምልክታት ምርሳዕን ኣብ ቀረባኻ ዘሎ ምርካብ ክትስእን ከለኻን እዩ። ሓደሽቲ ነገራት ክትመሃር ይኸብድ፡ እቶም ቅድሚ ሕጂ ዘየሸግሩ ዝነበሩ ድማ፡ ሕጂ ግን ንምምዳቦምን ንምትግባሮምን ኣሸገርቲ ይኾኑ። ሽቓልቀል ምባል'ውን ከም ኣካል እቶም ምልክታት ክርአ ይከኣል እዩ።

ኣብ ኣልዘሀይመር ቀዲሞም ዝረኣዩ ምልክታት፡

- ሓደሽቲ ነገራት ክትምሃር ምጽጋም
- ምርሳዕ
- ቃል ንምርካብ ትጽገም
- ሽቓልቀል

እቶም ምልክታት እናበዝሑን እናጐልሑን ይመጹ

ቀስ ብቐስ እቶም ካልኦት ተኽእሎታት'ውን ይደኽሙ፡ ንኣብነት ቋንቋ፡ ምፍላጥ ግዜ፡ ገምጋም ምግባር'ውን። እቲ ሕማም ንናይ ምዝርራብ ክእለት'ውን ከቢድ ይገብሮ። ምልባስ ክዳን፡ ሓለዋ ጽሬት፡ ክንክን ሰብነት፡ ቀስ ብቐስ ሓገዝ ዘድልዮም ኰይኖም ይርከቡ።

ኣቐዲምካ መርመራ ምግባር ኣገዳሲ እዩ

ሕማም ኣልዘሀይመር እንተጠርጢርካ፡ ምስ ሓኪም ተራኺብ መርመራ ብዝቐልጠፈ ክጅምር ይግባእ። እቲ ሕማም ብቐሊል ፈተና ክፍለጥ ዝከኣል ኣይኰነን። እቲ መርመራ ኣብ ዝተፈላለዩ ፈተነታትን መጽናዕትታትን ከምኡ'ውን ምስ መቕርብ ዝግበሩ ዝርርባትን እዩ ዝህነጽ። እቲ መርመራ ዝወስዶ ንውሓት ግዜ 4–6 ሰሙናት እዩ።

ሕክምናን ኣቀራርባን

መጽናዕትታት ኣልዘሀይመር ሓያሎ ስጉምትታት ከይዱ እኳ እንተኾነ፡ ዛጊት ግን ንመስርሕ እቲ ሕማም ደው ከብሎ ኣይከኣለን። ብፍላይ ኣብቲ ቀዳማይ ደረጃ ተርእዮ፡ ነቶም ምልክታት ከህድእ ዝኽእል መድሃኒታት ግን ኣሎ። ሓገዝቲ ዝኾኑ መሳርሒታትን ካልኦት ሓገዛትን ብዝተፈላለየ ኣገባብ ነቲ ዕለታዊ ናብራ ከቃልልዎ ይኽእሉ እዮም።

ጽቡቕን ትርጉም ዘለዎን ህይወት ንምምራሕ መደብ ከተውጽእ ምእንቲ ክትክእል፡ መግለጽን ምልክታትን እቲ ሕማም ክትረክብ ኣገዳሲ እዩ። ጸቕጢ ነቶም ምልክታት የሐይሎም ስለዝኾነ ኣብ ዙርያ እቲ ሕሙም፡ ህዱእን ቅሱንን ኲነት ከምዝህሉ ምግባር'ውን ኣገዳሲ እዩ።

ዝያዳ ሓገዝን ደገፍን ድማ ካብቲ ናይ ሕብረተሰብ ክንክንን ሓልዮትን የድሊ።

17 ታሕሳስ 2018 • ሽወደናዊ ማእከል ሕማም ረሲዕ ©

ብዝተፈላለዩ ቋንቋታት ዝተዳለዉ ሓበሬታታት፡ ካብ መርበብ ሓቲምኩም ንምውጻእ፡ መርበብ ሽወደናዊ ማእከል ሕማም ረሲዕ ተጠቐሙ፡
www.demenscentrum.se/Faktablad

Svenskt Demenscentrum
ሽወደናዊ ማእከል ሕማም ረሲዕ፡ Sveavägen 155, 113 46 Stockholm, 08 - 690 58 00, info@demenscentrum.se
www.demenscentrum.se