ALZHEIMER'S & DEMENTIA CARE BRIDGE

الزائمر اور ڈیمنشیا کے بارے میں بنیادی معلومات

ایلذا ئیمرز کی بیماری کے بارے میں بنیادی معلومات

نسیان (بھولنے کا مرض)

نسیان ایک بیماری کے نتیجے میں واقع ہوتا ہے۔ جب ڈاکٹر کسی شخص میں نسیان کی تشخیص کرتے ہیں تو اس کا مطلب ہے کہ اس شخص میں یادداشت، سوچ بچار، اور رویوں میں تبدیلی کی نمایاں علامات ظاہر ہوئی ہیں۔ مریض میں پہلی تبدیلی انکی نزدیکی یادداشت میں کمی اور روزمرہ کے کاموں کی ادائیگی میں دشواری ہوتی ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ ذہنی الجھاؤ، شخصیت اور رویوں میں تبدیلی، اندازوں میں غلطی، صحیح الفاظ کے چناؤ میں دشواری، مکمل خیالات اور ہدایات پر عملدرآمد میں مشکلات جیسی کیفیات بھی ظاہر ہوتی ہیں۔ ایلذا ئیمرز کی بیماری، نسیان کی سب سے بڑی وجہ ہے۔ اسکے علاوہ (ویسکولر ڈیمنشیا) Vascular Dementia بھی نسیان کی عام پائی جانے والی بیماریوں میں سے ایک ہے۔

ایلذا ئیمرز کی بیماری

ایلذا ئیمرز کی بیماری دماغ کے ان حصوں پر حملہ آور ہوتی ہے جو سوچ بچار، یادداشت اور بول چال کو کنٹرول کرتے ہیں۔ بیماری کی ابتداء بتدریج ہوتی ہے اور اسکا اثر مریض پر آہستہ آہستہ ہوتا ہے۔ فی الحال ایلذا ئیمرز کی بیماری کی وجوہات اور علاج دریافت نہیں ہو سکا ہے۔ اس بیماری کا نام ڈاکٹر الاؤس ایلذا ئیمرز کے نام پر رکھا گیا ہے جنہوں نے 1906 میں پہلی مرتبہ ایک خاتون مریضہ کے دماغ کے حصوں میں تبدیلی بیان کی جو ایک نامعلوم دماغی بیماری کی بناء پر وفات پا گئی تھی۔ یہ دماغی تبدیلیاں اب ایلذا ئیمرز کی بیماری کی مخصوص دماغی تبدیلیوں کے طور پر جانی جاتی ہے۔

اگرچہ ایلذا ئیمرز عمر رسیدہ افراد پر زیادہ حملہ آور ہوتی ہے لیکن اس بیماری سے کم عمر افراد بھی متاثر ہو سکتے ہیں۔ ایلذا ئیمرز معاشرے کے ہر طبقے میں پائی جاتی ہے اور اس کا تعلق کسی خاص سماجی طبقے، جنس، لسانی گروپ یا جغرافیائی حدود سے نہیں ہوتا۔

ایلذا ئیمرز کی بیماری کی علامات

یہ بیماری ہر فرد پر مختلف انداز سے اثر انداز ہوتی ہے اس کا اثر بہت حد تک متاثرہ شخص کی بیماری سے پہلے کی شخصیت، انکی جسمانی صحت اور طرز زندگی پر منحصر ہے۔ اس بیماری کی علامات کو سمجھنے کیلئے بیماری کے تین مراحل کو سمجھنا ضروری

ویسکلر نسیان کا علاج موجود نہیں ہے۔ البتہ ہائی بلڈ پریشر کو خوراک، ایکسرسائز اور ادویات کی مدد سے کنٹرول کرنا اس بیماری کی بہترین احتیاطی تدابیر ہیں۔

نسیان کی دیگر وجوہات

نسیان کی دیگر اقسام بھی ہیں جو کافی کم پائی جاتی ہیں۔ مزید تفصیلات کیلئے ایلذا ئیمرز پاکستان یا ایلذا ئیمرز ڈزیز انٹرنیشنل سے رابطہ کیا جا سکتا ہے۔

ایلذا ئیمرز کی بیماری میں مبتلا فرد کی دیکھ بھال اور ساتھ رہنا

بعض اوقات مریض کی دیکھ بھال انتہائی مشکل ہو جاتی ہے لیکن ان مشکلات سے نبرد آزما ہوا جا سکتا ہے۔ ذیل میں کچھ اشارے دیے جا رہے ہیں جو الذا ئیمرز کے کیئر گورز کے لیے مفید ثابت ہوئے ہیں:۔

معمولات کا تعین کریں حالات کو نارمل رکھیں

روزانہ کی معمولات کو باقاعدگی سے ادا کرنے سے روزمرہ کی زندگی میں آسانی ہوتی ہے اور مختلف چیزوں کے لیے بار بار فیصلے کرنے کی ضرورت نہیں رہتی۔ معمولات زندگی کو باقاعدگی (روٹین) میں رکھنے سے مریض کی حفاظت کے امکانات بھی بڑھ جاتے ہیں۔ گو باقاعدگی فائدہ مند عمل ہے لیکن اسکے باوجود معمولات کو جس حد تک نارمل رکھا جا سکے اتنا ہی بہتر ہے۔ ان بدلتے حالات میں جس حد تک ممکن ہو مریض کے ساتھ آپ کا رویہ ویسا ہی ہونا چاہئے جیسا کہ انکی بیماری سے پہلے آپ کا ہوا کرتا تھا۔

مریض کی خودمختاری

یہ ضروری ہے کہ جب تک ممکن ہو مریض کی خودمختاری کو برقرار رکھیں۔ مریض کی خودمختاری انکو اپنی عزت نفس قائم رکھنے میں مددگار اور آپ پر بوجھ پڑھنے سے بھی محفوظ رکھے گی۔

مریض کو انکا وقار قائم رکھنے میں مدد دیں

یاد رکھیں کہ مریض کی شخصیت اور محسوسات قائم ہیں۔ بعض اوقات آپکی یا دوسرے افراد کی گفتگو یا فعل مریض کیلئے پریشانی

درمیانی حالت

جیسے جیسے بیماری بڑھتی ہے مسائل زیادہ واضح ہو جاتے ہیں اور مریض کی مشکلات میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ مریض کو روزمرہ کے امور انجام دینے میں مشکلات بڑھتی جاتی ہیں۔ اسکے علاوہ درج ذیل علامات بھی ظاہر ہونا شروع ہو جاتی ہیں:۔

۱۔ یاداشت میں زیادہ کمی واقع ہو جاتی ہے خصوصاً ماضی قریب کے واقعات اور لوگوں کے نام بھولنا شروع ہو جاتے ہیں۔

۲۔ مریض کا بغیر مشکلات اکیلا رہنا ممکن نہیں رہتا۔

۳۔ مریض خرید و فروخت، صفائی اور پکانے کی اہلیت سے محروم ہو جاتا ہے۔

۴۔ مریض کا دوسروں پر انحصار بہت بڑھ جاتا ہے۔

۵۔ مریض کو ذاتی امور انجام دینے میں مثلاً بیت الخلاء جانے، صفائی اور کپڑے پہننے میں دشواری ہوتی ہے۔

۶۔ بول چال میں مزید دشواری ہو جاتی ہے۔

۷۔ بلاوجہ اِدھر اُدھر گھومنا اور رویے میں گراوٹ آجاتی ہے۔

۸۔ اپنے ہی گھر اور محلے میں بھٹک جاتا ہے۔

۹۔ مریض کو فریبی تصورات (Hallucinations) آنے شروع ہو جاتے ہیں۔

آخری حالت

اس حالت میں مریض غیر متحرک اور مکمل طور پر دوسرے کا محتاج ہو جاتا ہے۔ یاداشت انتہائی خراب اور بیماری کے ظاہری اثرات شدت اختیار کر لیتے ہیں۔ نمایاں علامات درج ذیل ہیں:۔

۱۔ کھانے میں دشواری ہوتی ہے۔

۲۔ رشتہ داروں، دوستوں اور مانوس اشیاء کی پہچان ختم ہو جاتی ہے۔

۳۔ واقعات کو سمجھنے میں دشواری پیش آتی ہے۔

۴۔ اپنے گھر کے اندر بھی راستے کو بھول جاتا ہے۔

۵۔ چلنے پھرنے میں دشواری ہوتی ہے۔

۶۔ پیشاب اور پاخانہ میں بے اختیاری ہو جاتی ہے۔

درمیانی حالتوں کے لیے کچھ ادویات دستیاب ہیں۔ ان ادویات سے بیمار کو مکمل شفاء نہیں ملتی مگر کچھ لوگوں میں بیماری کے چند اثرات کے لیے مفید ثابت ہو سکتی ہیں۔ تیماردار کو چاہیے کہ وہ الزائمرز ایسوسی ایشن یا اپنے ڈاکٹر سے رجوع کریں۔

ویسکلر نسیان (Vascular Dementia)

ایلذ ائیمرز کی بیماری نسیان کے امراض میں سب سے زیادہ پائی جانے والی بیماری ہے۔ اس کے علاوہ بھی کافی عام ہے جس میں دماغ کے چھوٹے حصوں میں خون کی سپلائی بند ہو جاتی ہے جسکی بناء پر دماغ کے متاثرہ حصے کے سیل (خلیے) مرنا شروع ہو جاتے ہیں۔

وجوہات

ہائی بلڈ پریشر کی وجہ سے دماغ کی شریانوں کو نقصان پہنچ سکتا ہے جسکی وجہ سے فالج ہو سکتا ہے، اس وجہ سے دماغ میں موجود خون کی رگیں پھٹ سکتی ہیں یا دماغ میں خون کے جمنے سے رگوں میں رکاوٹ آ سکتی ہے اور دماغ کے مختلف حصوں کو خون کی رسد رک سکتی ہے۔

علامات

علامات یکدم یا آہستہ آہستہ ظاہر ہو سکتی ہیں۔ پہلی علامت جو دیکھی جا سکتی ہے وہ نزدیکی (ماضی قریب) یاداشت میں کمی ہے۔ اسکے بعد جوں جوں دماغ میں چھوٹے چھوٹے فالج (Stroke) ہوتے ہیں توں توں مزید صلاحیتیں متاثر ہونا شروع ہو جاتی ہیں۔ عموماً بیماری مرحلہ وار ظاہر ہوتی ہے جس میں ذہنی اہلیت ابتداء سے ہی خراب ہوتی ہے مگر پھر سنبھل جاتی ہے اور بعض اوقات بہتر بھی ہو جاتی ہے لیکن پھر مزید خراب ہو جاتی ہے۔ مریض پر شدید بوکھلاہٹ کی کیفیت کافی عام ہوتی ہے۔ البتہ اس بیماری میں ایلذ ائیمرز کی بیماری کی نسبت صلاحیتیں قدرے کم متاثر ہوتی ہیں اور انسانی شخصیت بھی قدرے کم متاثر ہوتی ہے۔

تشخیص

تشخیص کیلئے مریض میں پائی جانے والی تبدیلیوں کے ساتھ ساتھ مریض کا جسمانی اور ذہنی معائنہ کیا جاتا ہے۔

علاج

الزائمرز کی بیماری کے بارے میں بنیادی معلومات

نسیان (بھولنے کا مرض)

نسیان ایک بیماری کے نتیجے میں واقع ہوتا ہے۔ جب ڈاکٹر کسی شخص میں نسیان کی تشخیص کرتے ہیں تو اس کا مطلب ہے کہ اس شخص میں یادداشت، سوچ بچار، اور رویوں میں تبدیلی کی نمایاں علامات ظاہر ہوئی ہیں۔ مریض میں پہلی تبدیلی انکی نزدیکی یادداشت میں کمی اور روزمرہ کے کاموں کی ادائیگی میں دشواری ہوتی ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ ذہنی الجھاؤ، شخصیت اور رویوں میں تبدیلی، اندازوں میں غلطی، صحیح الفاظ کے چناؤ میں دشواری، مکمل خیالات اور ہدایات پر عملدرآمد میں مشکلات جیسی کیفیات بھی ظاہر ہوتی ہیں۔ الزائمرز کی بیماری، نسیان کی سب سے بڑی وجہ ہے۔ اسکے علاوہ (وسکولر ڈیمنشیا) Vascular Dementia بھی نسیان کی عام پائی جانے والی بیماریوں میں سے ایک ہے۔

الزائمرز کی بیماری

الزائمرز کی بیماری دماغ کے اُن حصوں پر حملہ آور ہوتی ہے جو سوچ بچار، یادداشت اور بول چال کو کنٹرول کرتے ہیں۔ بیماری کی ابتداء بتدریج ہوتی ہے اور اسکا اثر مریض پر آہستہ آہستہ ہوتا ہے۔ فی الحال الزائمرز کی بیماری کی وجوہات اور علاج دریافت نہیں ہو سکا ہے۔ اس بیماری کا نام ڈاکٹر الاؤس الزائمرز کے نام پر رکھا گیا ہے جنہوں نے 1906 میں پہلی مرتبہ ایک خاتون مریضہ کے دماغ کے حصوں میں تبدیلی بیان کی جو ایک نامعلوم دماغی بیماری کی بناء پر وفات پا گئی تھی۔ یہ دماغی تبدیلیاں اب الزائمرز کی بیماری کی مخصوص دماغی تبدیلیوں کے طور پر جانی جاتی ہے۔

اگرچہ الزائمرز عمر رسیدہ افراد پر زیادہ حملہ آور ہوتی ہے لیکن اس بیماری سے کم عمر افراد بھی متاثر ہو سکتے ہیں۔ الزائمرز معاشرے کے ہر طبقے میں پائی جاتی ہے اور اس کا تعلق کسی خاص سماجی طبقے، جنس، لسانی گروپ یا جغرافیائی حدود سے نہیں ہوتا۔

الزائمرز کی بیماری کی علامات

یہ بیماری ہر فرد پر مختلف انداز سے اثر انداز ہوتی ہے اس کا اثر بہت حد تک متاثرہ شخص کی بیماری سے پہلے کی شخصیت، انکی جسمانی صحت اور طرز زندگی پر منحصر ہے۔ اس بیماری کی علامات کو سمجھنے کیلئے بیماری کے تین مراحل کو سمجھنا ضروری ہے۔ جو کہ بیماری کے ابتدائی، درمیانی اور آخری حالتیں کہلاتی ہیں۔ یہ ضروری نہیں کہ ہر مریض میں الزائمرز کی تمام علامات ظاہر ہوں اور اس کے علاوہ یہ علامات ایک مریض سے دوسرے مریض میں مختلف طریقے سے بھی ظاہر ہو سکتی ہیں۔ لیکن بیماری کی تین حالتیں مریض کے تیماردار کو مرض کے بڑھنے کے عمل کو سمجھنے اور آئندہ کی منصوبہ بندی کرنے میں مددگار ہو سکتی ہیں۔ ہر مریض بیماری کے بڑھنے کے عمل کو دوسرے مریض سے مختلف طور پر محسوس کرے گا۔ بعض علامات کسی بھی حالت میں وارد ہو سکتی ہیں۔ مثلاً رویوں میں تبدیلی آخری حالت کی بجائے درمیانی حالت میں بھی آ سکتی ہے۔ اس کے علاوہ تیماردار کو معلوم ہونا چاہیے کہ الزائمرز کی تمام حالتوں میں مریض پر ایسے مختصر دورانیے بھی آ سکتے ہیں جب وہ بالکل تندرست محسوس ہو۔

ابتدائی حالت

ابتدائی حالت کو اکثر اوقات ماہرین، رشتہ دار اور دوست احباب نظرانداز کر دیتے ہیں اور غلطی سے اس کو بڑھاپے سے تعبیر کرتے ہیں۔ اس کے شروعات کے وقت کا اندازہ لگانا مشکل ہوتا ہے۔ کیونکہ یہ بیماری بتدریج بڑھتی ہے۔

ابتدائی حالت کی مریض میں پائی جانے والی عمومی علامات درج ذیل ہیں:۔

۱۔ بول چال میں مشکل

۲۔ یادداشت میں نمایاں کمی خصوصاً ماضی قریب کی یادداشت زیادہ متاثر ہوتی ہے۔

۳۔ وقت کی بے خبری

۴۔ مانوس جگہوں میں کھو جانا

۵۔ قوت فیصلہ میں کمی

۶۔ پہل کرنے اور دلچسپی سے کام کرنے میں کمی

۷۔ افسردگی اور جارحانہ پن کا ظاہر ہونا

۸۔ مصروفیات اور مشاغل میں کم دلچسپی