ਅਲਜਾਈਮਰ ਰੋਗ (ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ)
(Alzheimer’s Disease)

ਅਲਜਾਈਮਰ ਰੋਗ (ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ) ਕੀ ਹੈ?
(What is Alzheimer’s disease?)

ਅਲਜਾਈਮਰ ਰੋਗ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਸਥਾਈ ਤੌਰ ਤੇ ਚੱਲੀ ਜਾਂਦੀ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਬੋਲ, ਸੋਚ, ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਦਾ ਸਥਾਈ ਤੌਰ ਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਅਲਜਾਈਮਰ ਰੋਗ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬਦਤਰ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਕਿੰਨੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਗੁਆ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਲੋਕ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਕਾਫੀ ਦੂਰ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਤਕ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

60 ਸਾਲ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹਾ ਭੁੱਲਣਾ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਲਜਾਈਮਰ ਰੋਗ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਬਦਤਰ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦਿਖਾਓ। ਜੇ ਇਹ ਅਲਜਾਈਮਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਅਲਜਾਈਮਰ ਰੋਗ ਦੇ ਕੀ -ਕੀ ਕਾਰਨ ਹਨ?
(What causes Alzheimer’s disease?)

ਅਲਜਾਈਮਰ ਰੋਗ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੱਛਣ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚਲੇ ਰਸਾਇਣਕ ਸੰਦੇਸ਼ਹਵਾਹਕਾਂ ਦੇ ਖ਼ੁੰਝਣ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਿਊਟ੍ਰੋਟ੍ਰਾਂਸਮਿਟਰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚਲੇ ਤੰਤੂ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਅਲਜਾਈਮਰ ਰੋਗ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਦੋ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਸਧਾਰਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ: ਐਮੀਲੋਇਡ ਪਲੇਕਸ ਅਤੇ ਨਿਊਰੋਫਿਬਰਿਲਰੀ ਟੈਂਗਲਸ। ਮਾਹਰਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਕਿ ਕੀ ਐਮੀਲੋਇਡ ਪਲੇਕਸ ਅਤੇ ਨਿਊਰੋਫਿਬਰਿਲਰੀ ਟੈਂਗਲਸ ਅਲਜਾਈਮਰ ਰੋਗ ਦੇ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹਨ ਜਾਂ ਕਾਰਨਾਂ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹਨ।

ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?
(What are the symptoms?)

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਅਲਜਾਈਮਰ ਰੋਗ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਲੱਛਣ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਅਕਸਰ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਭੁੱਲਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਉਹ ਇਸ ਵਲ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਪਰ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਰੋਗ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਵੀ ਪਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਗਲਤ ਹੈ।

ਅਲਜਾਈਮਰ ਦੇ ਲੱਛਣ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬਦਤਰ ਹੁੰਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ:
- ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਇਸ ਬਾਰੇ ਉਲਝ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਹੁਣ ਕਿਹੜਾ ਦਿਨ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਹੈ।
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਜਗ੍ਹਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਗੁੰਮ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ।
- ਨਵੀਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣ ਜਾਂ ਬਿਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਰਗੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਜਾਂ ਦਿਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਲੱਛਣ ਹੋਏ ਹੋਣ, ਅਚਾਨਕ ਬਦਤਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਮੱਸਿਆ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਅਲਜ਼ਾਈਮਰ ਰੋਗ ਦਾ ਨਿਦਾਨ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

(How is Alzheimer's disease diagnosed?)

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿਛਲੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇਗਾ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਮੁਆਇਨਾ ਕਰੇਗਾ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਸਰਲ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦਿਮਾਗੀ ਹੁਨਰਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਵੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮੁਆਇਨੇ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਖ਼ੂਨ ਦੀਆਂ ਜਾਂਚਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਸੀਟੀ (CT) ਸਕੈਨ ਅਤੇ ਐਮਆਰਆਈ (MRI) ਸਕੈਨਾਂ ਵਰਗੇ ਟੈਸਟ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ-ਆਪ, ਇਹ ਟੈਸਟ ਯਕੀਨੀ ਤੌਰ ਤੇ ਨਹੀਂ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਲਜ਼ਾਈਮਰ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

(How is it treated?)

ਅਲਜ਼ਾਈਮਰ ਰੋਗ ਦਾ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪਰ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਹਨ ਜੋ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਜਿਊਣਾ ਸੌਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਹਰੇਕ ਲਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਹੀਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਹਰਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹਨ।

ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਬਿਮਾਰੀ ਬਦਤਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਉਦਾਸ, ਨਰਾਜ਼ ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਡਾਕਟਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਤਜਵੀਜ਼ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਅਲਜ਼ਾਈਮਰ ਰੋਗ ਵਿਰੁੱਧ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਿਯਜਨ ਦੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?

(How can you help your loved one with Alzheimer's disease?)

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਲਜ਼ਾਈਮਰ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਿਯਜਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਰੋਗੇ, ਤਾਂ ਇਹ ਸਿੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਬਦਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਵੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਬਦਤਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਿਯਜਨ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ। ਪਹਲਿਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਸੰਭਾਲ ਪਲਾਨ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਬਦਲਵਾਂ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਦਾ ਨਾਮ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ।

ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਬਿਮਾਰੀ ਬਦਤਰ ਹੋਵੇਗੀ, ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਿਯਜਨ ਨੂੰ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਸੰਭਾਲ ਘਰ ਵਿਖੇ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਜੀਵਨ ਨਿਰਬਾਹ ਜਾਂ ਨਰਸਿੰਗ ਹੋਮ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਿਯਜਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਸਹਾਇਤਾ ਗਰੁੱਪਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਗਰੁੱਪਾਂ ਵਰਗੇ ਸਥਾਨਕ ਸਰੋਤਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ । ਤੁਸੀਂ ਆਨਲਾਈਨ ਸਹਾਇਤਾ ਗਰੁੱਪਾਂ ਲਈ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਤੇ ਵੀ ਖੋਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

24/7 ਨਰਸ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਆਮ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ (Health Link) ਨੂੰ 811 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਸਰੋਤ: www. myhealth.alberta.ca
ਵਰਤਮਾਨ ਮਿਤੀ : ਸਤੰਬਰ 11, 2018

Healthwise Inc.©, ਤੋਂ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇ ਨਾਲ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਦੇ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਰੋਗ ਦੀ ਡਾਕਟਰੀ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰੋ।