

## ڈیمینشیا:

• دماغ کے خلیوں میں امراضیات سے متعلق تبدیلیوں کی وجہ سے دماغ کا انحطاط پذیر مرض ہے عموماً عمر رسیدہ لوگوں پر اثر انداز ہوتا ہے، لیکن 65 سال سے زائد عمر کے لگ بھگ 4% افراد کو فتور دماغ ہوتا ہے۔ ہانگ کانگ میں 70 سال سے زائد عمر کے 9.3% افراد فتور دماغ میں مبتلا ہیں۔



## قسمیں اور وجوہات

### 1 الزائمر کا مرض

نامعلوم وجہ کے ساتھ زیادہ عمومی؛ شعوری عمل میں پیشرفت پر مائل زوال؛ موروثی ہو سکتا ہے

### 2 ملٹی انفارکٹ ڈیمینشیا

دماغ کے خلیوں کو نقصان پہنچانے والے متعدد معمولی حملہ مرض کے سبب ہوتا ہے

### (3) دیگر وجوہات

[ہائیڈروسیفالس، [Hydrocephalus ہائپوتھائیرائیڈزم، [hypothyroidism] دوا کی زہر آلودگی اور ڈپریشن

## وجوہات

- ❖ **ابتدائی مرحلہ:** ناقص حالیہ یاد داشت؛ سوچنے یا فیصلہ کرنے کی زوال پذیر اہلیت؛ الجھن کاشکار
- ❖ **درمیانی مرحلہ:** جذباتی زیرو بم اور قوت برداشت میں تبدیلیاں؛ وقت کے لحاظ سے غیر سمت بند روزمرہ کی سرگرمیوں میں اعانت درکار ہوتی ہے۔
- ❖ **آخری مرحلہ:** رشتہ داروں کو پہچاننے کی نا اہلیت، عدم اجتناب، لسانی نقص۔ کلی طور پر منحصر ہو جاتا ہے

## دیکھ بہال اور علاج

- ❖ اگر کوئی علامات ہوں تو فوراً مناسب طبی مشورہ لیں۔
- ❖ الزائمر کے مرض یا ملٹی انفارکٹ [multi-infarct] ڈیمینشیا کا کوئی مداوا نہیں ہے؛ تاہم ابتدائی مرحلے میں کچھ دوائیں یاد داشت اور شعوری اعمال کو بہتر بنا سکتی ہیں۔
- ❖ مشاورت اور رویہ جاتی تھیراپی
- ❖ خاندان کے افراد اور معاشرے کی جانب سے نگہداشت اور قبولیت کافی اہم ہیں۔

## روک تھام

- ❖ دماغی لحاظ سے تحریک انگیز سرگرمیوں میں شرکت۔
- ❖ صحت مندانہ طرز زندگی میں شرکت کرنا؛ متوازن خوراک، مستقل ورزش، سگریٹ نوشی چھوڑنا اور حد سے زیادہ شراب نوشی نہ کرنا؛
- ❖ ہائپرٹینشن، ذیابیطس شکر اور دل کے مرض کی مناسب دیکھ بہال

