



- मस्तिष्कका कोषहरूमा भएको प्याथोलोजिकल परिवर्तनहरूको कारणले गर्दा मस्तिष्कको क्षमता घट्दै जाने रोग ।
- विशेषगरि वृद्ध/वृद्धाहरूलाई हुन्छ, 65 वर्ष भन्दा बढी उमेरका व्यक्तिहरू मध्ये 4% लाई डिमेन्शिया हुने गर्छ । हडकडमा 70 वर्ष भन्दा बढी उमेरका व्यक्तिहरू मध्ये 9.3% डिमेन्शिया बाट पीडित छन् ।

प्रकारहरू र कारणहरू

1) अल्जाइमर्स रोग

सामान्यतया अज्ञात कारणले गर्दा हुन्छ; ज्ञानात्मक क्षमतामा क्रमिक रूपमा कमी आउँछ; वंशाणुगत हुन सक्छ

2) मल्टि-इन्फार्क्ट डिमेन्शिया

धेरै पटक सामान्य घातहरू हुनेले हुन्छ जसले गर्दा मस्तिष्कका कोषहरूमा क्षति पुग्छ

3) अन्य कारणहरू:

हाइड्रोसेफलस, हाइपोथाइरोइडिजम, औषधी विषाक्तता र उदासिनता

लक्षणहरू

- ❖ प्रारम्भिक चरण: हालैका कुराहरू स्मरण गर्न नसक्नु; सोच्ने वा निर्णय गर्ने क्षमता कम हुँदै जानु, अलमलिनु
- ❖ माध्यमिक चरण: भावनात्मक अस्थिरता र स्वभाव परिवर्तन हुनु; समयसमयमा दिशाभ्रम हुनु, दैनिक क्रयाकलापह; गर्नमा सहायता आवश्यक पर्छ
- ❖ अन्तिम चरण: आफन्तहरूलाई पहिचान गर्न सक्नु, असंयम, भाषामा कमजोरी । पूर्ण रूपमा अरुमा निर्भर हुन्छ



व्यवस्थापन र उपचार

- ❖ कुनैपनि लक्षणहरू देखा परेमा चिकित्सा सल्लाह लिनुहोस् ।
- ❖ अल्जाइमर्स रोग वा मल्टि-इन्फार्क्ट डिमेन्शियाको कुनै उपचार छैन, यद्यपि, प्रारम्भिक चरणमा केही औषधीहरूले स्मरण शक्ति वा ज्ञानात्मक क्षमतामा सुधार ल्याउन सक्छ
- ❖ परामर्श र व्यवहारात्मक थेरापी
- ❖ परिवारका सदस्यहरू र समुदायले स्वीकार्न र स्याहार प्रदान गर्न एकदमै महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।



रोकथाम

- ❖ मानसिक रूपमा उत्तेजक क्रियाकलापहरूमा सहभागी हुने ।
- ❖ स्वस्थ जीवनशैली अपनाउने: सन्तुलित आहार, नियमित व्यायाम, धूम्रपान त्याग्नुहोस् र अत्यधिक मदिरापान नगर्नुहोस् ।
- ❖ हाइपरटेन्सन (उच्च रक्तचाप), डायबिटिस मेलेटस र मुटु रोगको उचित व्यवस्थापन गर्ने ।

