



مسئولیت متن و شکل بدوش نویسنده مضمون میباشد، عقیده نویسنده لزوماً نظر افغان جرمن آنلاين نمی باشد



۲۰۲۶/۰۵/۱۹

ډاکټر ش میره کی

الزایمر (Alzheimer's Disease) څرنگه ناروغي ده؟

الزایمر (Alzheimer's disease) یوه ورو، پرمختګ کوونکې دماغي ناروغي ده چې په کې د انسان د فکر، یادښت (حافظې)، خبرې کولو او ورځنیو کارونو د ترسره کولو وړتیا ورو ورو کمېږي. دا د ډیمینشیا (Dementia) تر ټولو عام ډول دی.

الزایمر څه ډول رامنځته کېږي؟

په دې ناروغي کې په دماغ کې دوه مهم بدلونونه پېښېږي:

- د Amyloid plaques په نوم پروټینونه راټولېږي
- د Tau tangles په نوم غیرطبیعي فایبرونه جوړېږي

دا دواړه د دماغ حجري زیانمنوي او ورو ورو یې له منځه وړي.

نښې (علامې) :

لومړني پړاو:

- د نوو شیانو هېرول
- د خبرو یا نومونو په یادولو کې ستونزه
- وخت او ځای کې گډوډي

منځنی پړاو:

- د کورنۍ غړي نه پېژندل
- د خبرو کولو ستونزه
- د ورځنیو کارونو (لکه جامې اغوستل) کې مشکل

وروستی پړاو:

- بشپړ حافظه له لاسه ورکول
- د خوړو، تگ او حتی خبرو توان له منځه تلل
- د نورو پرمختګ بشپړ تکیه

تشخیص (Diagnosis) :

د الزایمر تشخیص یوازې په یوه ازموینه نه کېږي، بلکې دا لارې کارول کېږي:

1. کلینیکي ارزونه (Clinical assessment) :

د حافظې، فکر او چلند معاینه

د پاڼو شمېره: له 1 تر 3

افغان جرمن آنلاين په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له مور سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de

یادونه: دلیکني د لیکنيزې بڼې پازوالي د لیکوال په غاړه ده، هیله من یو خپله لیکنه له رالیږلو مخکې په خبر و لولئ

1. ذهني ازمويڼي :
لکه:

- MMSE (Mini-Mental State Examination)
1. د دماغ انځورونه (Brain imaging) :

- MRI scan
- CT scan

2. وینه ازمويڼي (Blood tests)
د نورو ناروغيو ردولو لپاره

درملنه (Treatment) :

تر اوسه پورې الزايمر ته بشپړه درملنه نشته، خو ځيني درمل يې پرمختگ ورو کوي:

درمل:

- Donepezil
- Rivastigmine
- Memantine

دا درمل:

- حافظه يو څه ښه کوي
- د ناروغي پرمختگ ورو کوي

غير درمليزي لاري:

- ذهني تمرينونه (لکه لوستل، حساب)
- ټولنيز فعاليتونه
- منظم فزيکي حرکت
- د کورنۍ ملاتړ

مخنيوی (Prevention) :

که څه هم بشپړ مخنيوی ممکن نه دی، خو خطر کمېدلی شي:

ژوند طرز:

- سالم خواړه (سبزيجات، مېوې، د کب يوه ټوټه)
- منظم ورزش
- د وينې فشار کنټرول
- د شکرې کنټرول

دماغي فعاليت:

- مطالعه
- نوې زده کړه
- ټولنيز اړيکې

مخنيوي فکتورونه:

- سگرت پرېښودل
- الکول نه کارول

مهم ټکي :

د پاڼو شمېره: له 2 تر 3







افغان جرمن آنلاين په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له مور سره اړيکه ټينگه کړئ maqalat@afghan-german.de

يادونه: دلېکنې د ليکنيزې بنې پاروالي د ليکوال په غاړه ده، هيله من يو خپله ليکنه له راليرلو مخکې په ځير و لولئ

- دا ناروغي زياتره په زرو خلکو کې وي
- ورو ورو بدتر کېږي
- وختي تشخيص يې ډېر مهم دی
-

Alzheimer's Disease (AD)

The symptoms of AD involve a gradual decline in some, most or all of the following:

 <p>Memory.</p>	 <p>Reasoning.</p>
 <p>Language.</p>	 <p>Coordination.</p>
 <p>Mood.</p>	 <p>Behavior.</p>

Dr SH Mirakai

د پاڼو شميره: له 3 تر 3

افغان جرمن آنلاین په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له مور سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de
 یادونه: دلیکني د لیکنيزې بني پازوالي د لیکوال په غاړه ده ، هيله من يو خپله ليکنه له راليرلو مخکي په ځير و لولئ