

Cudurka Alzheimerka

Sida qaalibka waa cudur horey u gudba/ horumar sameeya oo xusuusta ku dhaca. Cudurka Alzheimerin waxaa lagu gartaa qaabab kala duduwan. Waxyaalaha keeni kara ee halista u ahna waxaa ka mid ah dhiig karka, dufanka qofka oo kacsan/ sareeya sidoo kale cayilka/ buurnida, jimicsi la'aanta, isticmaalka maandooriyaha iyo isku buuqsanaanta/ niyad jabka.



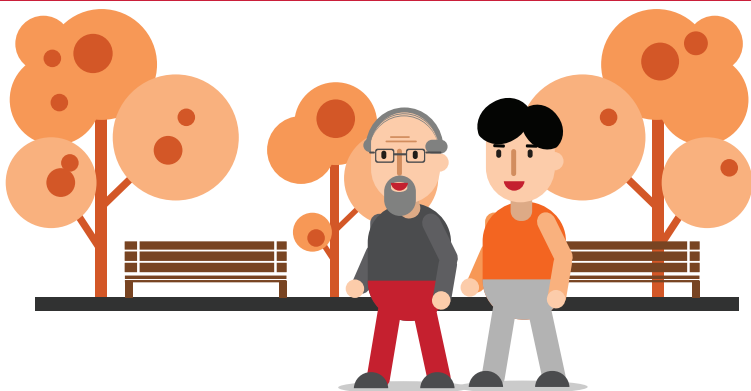
Jiradani waxay qofka ku sii korodhaa markuu sii weynaado, laakiin wuu u jiran karaa cudurkan qof weli da'adii shaqada ku jira oo aan howlgab noqonin. Caadi ahaan cudurkani wuxuu ku bilaabmaa barashada cusub iyo xusuusta dhow oo dhibaato ku timaado. Dhibaatooyinka iman karaa waxay sidoo kale ka soo muuqan karaan garashada, hadalka iyo fulinta ama agaasimidda waxqabadka.



Mugga maskaxda iyo gebi ahaanba culeyskeeda oo yaraada, khananka maskaxda walaxda ku jirta (ventricle) ayaa soo korodha waxaana diciifa/ isku urura unugga (hippokampus) ka ee udub dhexaadka u ah xusuusta. Maskaxduna wey isku soo ururtaa waxaana ku yimaada dabarka beete-amyloidka, unugyada maskaxduna wey baaba'aan waxaana ku dhaca unugyada isbedelo kale. Cudurkan waxaa kala dhaxli kara 1-2 % jirooyinka qaarkood.

Daaweynta cudurka Alzeimerka

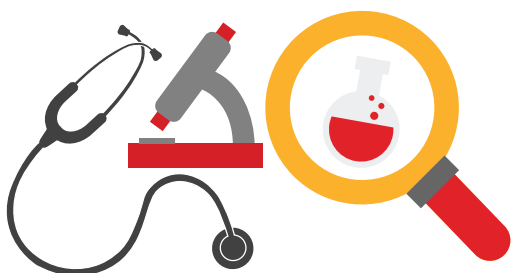
Waxaa muhiim ah in la baadho warwarka isbedeladda ku dhaca calaamadaha xusuusta ama awoodda waxqabadka. Qaab socodka cudurka ee xii gudubkiisu qof walba waa u gooni. Cudurka Alzeimerku ma laha dawo lagaga bogsoodo, laakiin awoodda waxqabadka qofka waxaa lagu qaadi karaa dawooyinka iyo sidoo kale firfircoonida noloshu.



Hadafka daaweynta laga leeyahay waa in laga kaalmeeyo qofka ka jiran xasuusta marxaladaha kala duduwan ee jirada. Daaweynta iyo dib u carbintana waxaa la isku dayaa in lagu gaabiyo cudurka sii socodkiisa/ horumarkiisa korna loogu qaado awoodda waxqabadka ee qofka iyo tayada noloshiisa.



Baadhitaanada waxaa laga dalban karaa goobta caafimaadka ee xaafadaada ama goobta daryeelka caafimaadka shaqaalaha. Marka qofka jirada lagu sheego/ lagu xaqiijiyo ka dib in si joogto ah loola socdo xaaladiisu waa muhiim.



Dhakhtarka ayaa baadhaya sameynayana baadhitaanada sii soconaya ee loo baahan yahay u sii gudbintooda. Baadhitaanada xasuusta lagu baadho waxaa ka mid ah dhiig qaadid, tijaabada xusuusta iyo in maskaxda la sawiro. Sidoo kalena ehelka qofkana waa in la dhageysto.



Qorshaha macaamiishu waa muhiim waana macluumaad- lagala socdo xaalada, kaaso o lagu qorayo daawooyinka loo qorsheynayo iyo taariikh nololeedkiisa. Nolol rajeyntiisa/ rabitaanka noloshiisa sida uu rabo in loo daryeelo iyo in loo magacaabo wakiil waa mid ku wanaagsan in la sameeyo jiradu marka ay curdinka tahay ama bilowga tahay.



Calaamadaha xusuustu waxay noqon karaan kuwo cabsi leh, marka ay noqdaan sidii wax uu nolol maalmeedkii sii "lumaya/ libdhaya" oo kale. Isbedeladda maskaxdu waxay bilaabmaan 20 -30 ka hor inta aanan calaamadaha la arkin.

WAKHTIGA TAXAN

Cudurka Alzheimerka ee curdinka ah

- Howlaha nolol maalmeedka ama shaqada gudashadoodu wey sii adkaataa
- Dib u gurasho/ isa soo ururin iyo kalsooni darro ayaa ku soo korodhaa
- waxaa ka muuqan kara inuu khaatiyaan yahay, istarees, hurdo la'aan, xanaaq, niyad jab, diiqad.

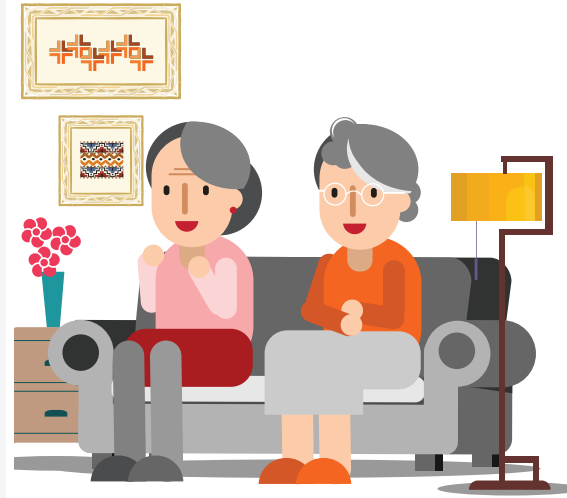


Cudurka Alzheimerka ee sahlan

- calaamadaha bilowga ah ayaa qoto dheeraada
- go'aan qaadashada iyo dhaqaalaha gurigga ayaa ku adkaada
- ereyada helitaankooda ayaa ku adkaada
- la socodka sheekooyinka ayaa aad ugu adkaada, fahanka akhriska ayaa diciifa
- waxaa iman kara inuu maleeyo waxaan jirin ama eedeeyn
- waxaa yimaada halow/ amabsho in ay dhacdo.

Cudurka Alzheimerka marxaladiisa dhexe ee adag

- iskii inuu u badbaado ayaa ku adkaata, caawimaad u baahashadiisa ayaa soo korodha
- diciifnimo jirro ayaa laga dareemaa
- daryeelka nafaqo qaadashadiisa ayaa sii adkaata, taas oo keeni karta caatow/ dhuubasho
- "guri tabyo" -xasilooni darro
- waxaa ka soo muuqan kara waxaan jirin is moodsiin, xanaaq iyo sidoo kale hab dhaqankiisa oo isbedela.



Cudurka Alzheimerka xaaladiisa ugu adag

- shaqsiyaas caawimaad u baahshadiisa ayaa si cad u soo korodha
- xaaladiisa caafimaad ee guud ayaa diciifta
- hadalka ayaa ku yaraada amaba ka luma gebi ahaanba
- awoodiisa dhaqdhaqaaq ayaa diciifi karta
- qofku ma aqoonsado/ garto ehelkiisa
- xasilooni darro ayaa ku soo korodha, haddii uu uu fahmi waayo waxa agagaarkiisa ka dhacaya

Lähteet:

www.muistiliitto.fi

www.kaypahoito.fi

Hallikainen, M., Mönkäre, R., Nukari, T. (toim.) 2017. Muistisairaan hoidon hyvät käytännöt. Duodecim.

Erkinjuntti, T., Remes, A., Rinne, J., Soininen, H. (toim.) 2015. Muistisairaudet. Duodecim.

Kuva ja taide: Karen Cipro | karencipro.deviantart.com



Salon
Muistiyhdistys ry
Muistiliiton jäsen

