



### अल्झायमरचे निदान कसे केले जाते?

- मानसिक कार्य चाचणी रुग्ण किती चांगले विचार करतात आणि समस्या सोडवतात हे तपासते. रुग्णाला फेस क्लॉक काढण्यास सांगितले जाऊ शकते. घड्याळाला दिवसाची ठराविक वेळ दाखवावी लागेल. सध्या कोणता महिना आहे किंवा शहर विचारले जाऊ शकते. इतर चाचण्या रुग्णांचे लक्ष, भाषा कौशल्ये किंवा वस्तू कशा अंतरावर आहेत हे पाहण्याची क्षमता तपासण्यासाठी वापरली जाऊ शकतात.
- मेमरी चाचणी नियमितपणे केली जाईल जेणेकरून हेल्थकेअर प्रदाते वेळेनुसार मेमरी बदलांचे निरीक्षण करू शकतील. रुग्णाला भूतकाळातील किती आठवण आहे याबद्दल प्रश्न विचारून डॉक्टर दीर्घकालीन स्मरणशक्ती तपासतील. रुग्णाला नवीन तथ्ये लक्षात ठेवण्यास सांगून ते रुग्णाच्या अल्पकालीन स्मरणशक्तीची चाचणी देखील करतील.
- लक्षणे उद्भवू शकतील अशा इतर कोणत्याही परिस्थिती नाकारण्यासाठी रक्त चाचण्यांचा वापर केला जाऊ शकतो. काही तात्पुरत्या परिस्थिती अल्झायमर साख्या असू शकतात परंतु उपचार केले जाऊ शकतात.
- रुग्णाच्या मेंदूची एमआरआय किंवा सीटी छायाचित्रे घेतली जाऊ शकतात.
- मेंदूतील रसायनांची क्रिया रेकॉर्ड करण्यासाठी पाळीव प्राण्याचे स्कॅन वापरले जाऊ शकते.

**अल्झायमरचा उपचार कसा केला जातो?** अल्झायमर बरा होऊ शकत नाही, परंतु तो व्यवस्थापित केला जाऊ शकतो. उपचारांमध्ये शक्य तितक्या काळासाठी जीवनाचा दर्जा चांगला ठेवणे समाविष्ट आहे

- तुम्हाला चांगले विचार करण्यासाठी किंवा मेंदूच्या पेशींचा मृत्यू कमी करण्यासाठी औषधे दिली जाऊ शकतात. तुम्हाला कमी उदासीनता, चिंताग्रस्त, राग किंवा अस्वस्थ वाटण्यासाठी रुग्णाला औषधांची देखील आवश्यकता असू शकते. या औषधांमुळे रुग्णाला चांगली झोप येते. औषधे मूत्राशय आणि आतड्यांवरील नियंत्रण किंवा भ्रम (खोट्या समजूती) आणि भ्रम नियंत्रित करण्यासाठी देखील मदत करू शकतात.
- समुपदेशन (टॉक थेरेपी) रुग्णाला अल्झायमरचा सामना करण्याचे मार्ग शोधण्यात मदत करू शकते. रुग्ण फक्त सल्लागार किंवा अल्झायमर असलेल्या कुटुंबातील सदस्यांसह किंवा इतरांसोबत काम करू शकतो. समुपदेशन रुग्णाला भावनांबद्दल बोलण्यास मदत करू शकते.

### अल्झायमरचे व्यवस्थापन करण्यासाठी आपण काय करू शकतो?

- घड्याळे आणि दिनदर्शिका जिथे रुग्ण पाहू शकतील तिथे ठेवा.
- दैनंदिन क्रियाकलाप समान ठेवा.
- जेवणाच्या वेळा दररोज एकाच वेळी ठेवा.
- बाथरूमचे वेळापत्रक तयार करा.
- संध्याकाळच्या वेळी रुग्णाला द्रव पिण्याचे प्रमाण मर्यादित करा.
- रुग्णाचे मन आणि शरीर सक्रिय ठेवा.

**Reference:** Micromedex's Care Notes System Online 2.0