

Alzheimer hastasına bakım verenler mutlaka destek istemeli!

21 Eylül Dünya Alzheimer Günü kapsamında açıklama yapan Beykoz Üniversitesi Meslek Yüksekokulu Müdürü Prof. Dr. Gülten Kaptan, "Bu hastalık günlük yaşamın sürdürülmesini imkânsız hale getiriyor. Farkındalık ile hastalığın seyrini yavaşlatmak ve hastanın süreci rahat geçirmesini sağlamak mümkün" dedi. Bakım verenlerin destek istemeleri gerektiğini de belirten Kaptan, hastaların bu süreçte hayattan izole edilmemesi ve günde 10 dakika da olsa egzersiz yapmaları gerektiğini söyledi.

Alzheimer, beynin normal organizasyonu ve fonksiyonunu bozarak günlük yaşamın sürdürülmesini imkânsız hale getiriyor. Tedavisi kesin olarak bilinmiyor ancak hastanın süreci rahat geçirmesi ve hastalığın seyrinin yavaşlatılması farkındalık sayesinde mümkün olabiliyor. Bu bilinci artırmak ve demansı çevreleyen damgalamaya meydan okumak için her yıl 21 Eylül Dünya Alzheimer Günü olarak kabul ediliyor ve uluslararası alanda kampanyalar ile etkinlikler ay boyunca sürüyor.

Hastalık bilinmiyor

Dünya genelindeki 94 Alzheimer derneğinin bir araya gelerek oluşturduğu Alzheimer Disease International'a (ADI) göre, küresel olarak her 3 kişiden 2'si ülkelerinde demans anlayışının çok az olduğuna veya hiç olmadığına inanıyor. Bu rakamlara göre farkındalığın yüksek düzeyde olmadığı açıkça anlaşılıyor.

Destek istenmeli

Alzheimer hastalığı için en büyük risk faktörünün yaş olarak görüldüğünü ve 65 yaş üzerindeki kişilerde hastalığın daha belirgin olduğunu söyleyen Beykoz Üniversitesi Meslek Yüksekokulu Müdürü Prof. Dr. Gülten Kaptan, "Ancak bu durum hastalığın tamamen yaşlı kategorisine konulacak bir hastalık olduğunu göstermez. 65 yaşın altındaki kişilerde de hastalık görülebilmektedir" dedi. Alzheimer hastasının ihtiyaç duyduğu bakımın giderek artacağını ve destek gerektiren bir bakım olduğunu belirten Kaptan, "Bakımı üstlenen kişinin yardım gereksiniminin farkında olması ve yardım talebinde bulunması gerekiyor. Bunun bir eksiklik ya da sorun olarak algılanmaması önemli. En yakın bölgede bulunan kurum, kuruluş ya da dernek gibi gönüllü oluşumlarla iletişim içerisinde olup destek almak bakım verenin yükünü hafifletir ve güç verir" diye konuştu.

Hastaları izole etmek yanlış

Hastaları izole etmenin de çok yanlış olacağıının altını çizen Kaptan, sözlerini şöyle sürdürdü: "Aktif olmak ve egzersiz yapmak, hastaların kendilerini daha iyi hissetmelerine yardımcı olur. Günde 10 dakikalık egzersiz bile fayda sağlayacaktır. Egzersizlere müzik eklenmesi de motivasyonu artırır. Sağlıklı bir kiloda kalmalarına, düzenli tuvalet ve uyku alışkanlıklarına sahip olmalarına yardımcı olur."