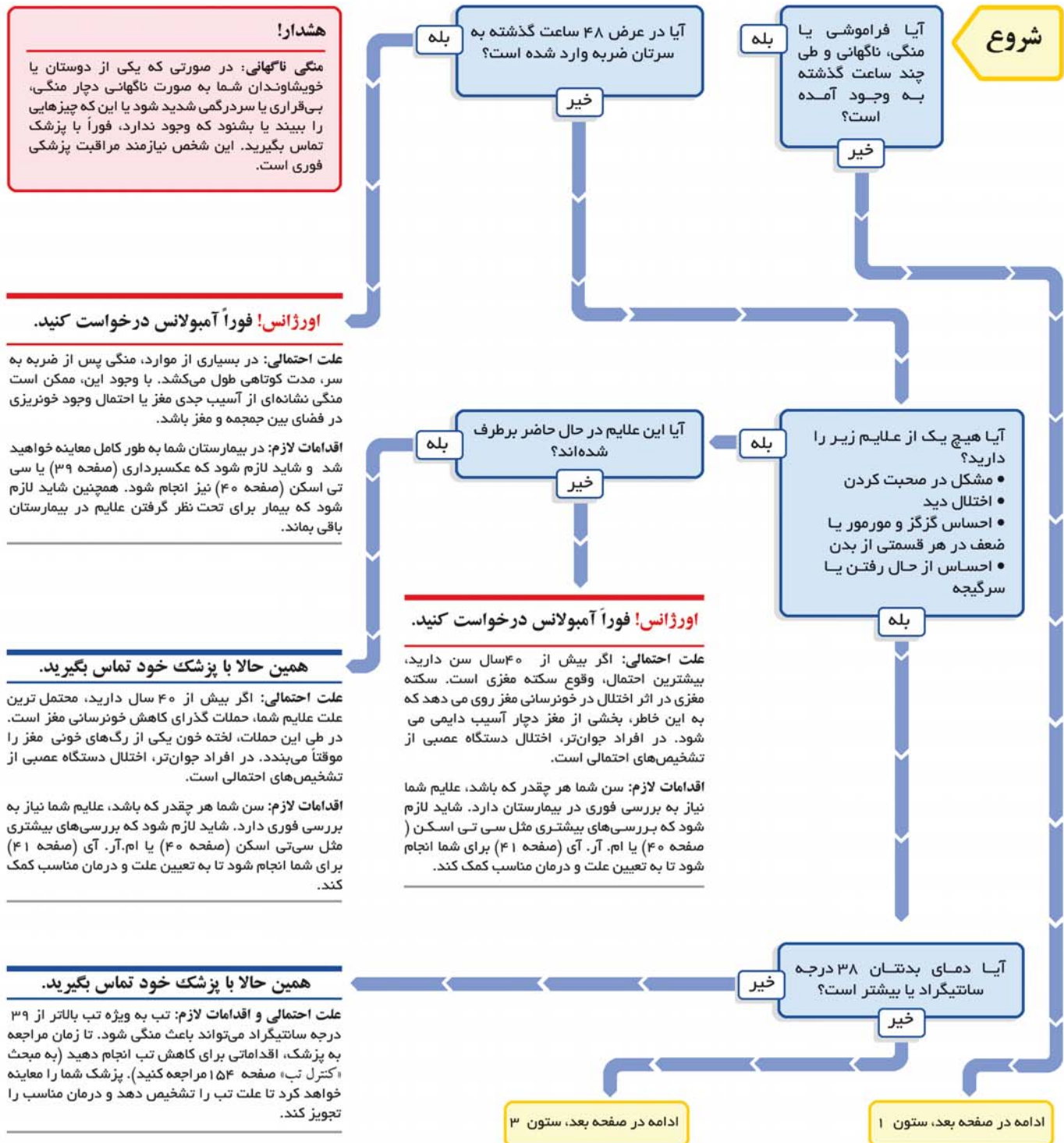


۶۷ فراموشی یا منگی

همه ما هر از چندگاهی دچار فراموشی خفیف می‌شویم، به ویژه در سنین بالا که این فراموشکاری‌ها جزئی از سیر طبیعی پیرشدن محسوب می‌شوند. اغلب افراد وقتی سرگرم کارهای دیگر هستند جزئیات را فراموش می‌کنند و این امر نباید باعث نگرانی شود. اما حالت منگی به ویژه در صورتی که ناگهانی شروع شود یا به حدی برسد که باعث ایجاد مشکل در زندگی روزمره شود، ممکن است ناشی از یک بیماری طبی زمینه‌ای باشد. این نمودار به آن دسته از انواع فراموشی می‌پردازد که شدید یا ناگهانی هستند و شما از وجود آن در خود یا در فرد دیگری که خود نسبت به آن آگاه نیست مطلع هستید.



همین حالا با پزشک خود تماس بگیرید.

علت احتمالی: شدیدتر شدن بیماری‌های قلبی یا ریوی به صورت ناگهانی، می‌تواند میزان اکسیژن‌رسانی به مغز را کاهش دهد و در نتیجه منگی ایجاد شود.

اقدامات لازم: شاید لازم شود در بیمارستان بستری شوید تا برای برگشتن به شرایط طبیعی بدن، اکسیژن و دارو برایتان تجویز شود.

ادامه از صفحه قبل، ستون ۲

آیا مبتلا به بیماری شدید قلب یا ریه هستید؟

بله

خیر

علت احتمالی: شاید قند خون شما پایین افتاده باشد، خصوصاً در صورتی که علائم شما به طور ناگهانی شروع شده باشند. علت دیگری که احتمال آن کمتر است این است که علائم، به دلیل بالا رفتن غیر طبیعی مقدار قند خون ایجاد شده باشند.

اقدامات لازم: مواد شیرین بخورید یا بنوشید. این کار، قند خون را بالا خواهد آورد و در صورتی که مقدار قند خون بالا باشد هم، ضرری نخواهد داشت. اگر در عرض ۱۰ دقیقه بهتر نشدید، فوراً به پزشک خود مراجعه کنید.

آیا به خاطر دیابت تحت درمان هستید؟

بله

خیر

در عرض ۲۴ ساعت به پزشک خود مراجعه کنید.

علت احتمالی و اقدامات لازم: عارضه جانبی برخی از داروها می‌تواند به صورت فراموشی یا منگی باشد. تا موقعی که پزشک دستور نداده است، داروهای تجویز شده را قطع نکنید.

علت احتمالی: افسردگی به ویژه در افراد مسن، می‌تواند موجب فراموشی و منگی شود.

اقدامات لازم: به پزشک خود مراجعه کنید. اگر پزشک شما تشخیص افسردگی را تایید کند، ممکن است داروهای ضد افسردگی تجویز کند. این داروها، اغلب عملکرد ذهنی را بهتر و افسردگی را هم درمان می‌کنند، اما ممکن است چند هفته طول بکشد تا اثر بگذارند.

ادامه از صفحه قبل ستون ۱

آیا هیچ یک از علائم زیر را دارید؟

- مشکل در تمرکز یا تصمیم‌گیری
- مشکل خواب
- احساس غمگینی
- کاهش میل جنسی

بله

خیر

علت احتمالی: یکی از تشخیص‌های احتمالی، کاهش پیشرونده عملکرد ذهنی (زوال عقل) در اثر بیماری‌هایی مثل آلزایمر یا سکنه‌های کوچک مکرر است. زوال عقل اغلب در افراد بالای ۶۵ سال اتفاق می‌افتد؛ هرچند به صورت نادر، افراد جوانتر هم ممکن است به آن مبتلا شوند.

اقدامات لازم: به پزشک خود مراجعه کنید. پزشک شما را معاینه خواهد کرد و احتمالاً به پزشک متخصص ارجاع خواهد داد. برای بررسی بیماری‌های زمینه‌ای دیگر، شاید لازم شود که آزمایش خون یا ام.آر.آی (صفحه ۴۱) برای شما انجام شود در اکثر موارد، درمان دارویی نمی‌تواند زوال عقل را به حالت طبیعی برگرداند، اما پیشرفت بیماری را کندتر می‌کند. انجمن‌های حمایتی در این زمینه می‌توانند اطلاعات مفیدی در اختیار شما قرار دهند. خدمات اجتماعی به بهزیستی هم می‌توانند به صورت عملی به شما کمک کنند.

آیا می‌توانید از عهده امور روزمره برآید یا خیر؟ یا اینکه قادر به اجرای دستورات پیچیده هستید یا خیر؟

بله

خیر

آیا دارو مصرف می‌کنید؟

بله

خیر

علت احتمالی: الکل از علل شایع کاهش حافظه و منگی است.

اقدامات لازم: مصرف الکل را قطع کنید. اگر قادر به این کار نیستید، برای کسب راهنمایی با پزشک خود مشورت کنید.

آیا الکل مصرف می‌کنید؟

بله

خیر

علت احتمالی و اقدامات لازم: داروها یا مواد مخدر می‌توانند باعث منگی شوند و استفاده طولانی مدت از آنها می‌تواند به آسیب مغزی دائمی برگشت‌ناپذیر منجر شود. مصرف داروها یا مواد مخدر و استنشاق حلال‌ها را متوقف کنید. در صورتی که نمی‌توانید مصرف این موارد را ترک کنید به پزشک خود مراجعه کنید. وی ممکن است بتواند به شما کمک کند یا شما را به انجمن‌های حمایتی در این زمینه معرفی کند.

آیا دارو یا مواد مخدر مصرف می‌کنید یا حلال خاصی استنشاق می‌کنید؟

بله

خیر

اگر با استفاده از این نمودار نمی‌توانید به هیچ تشخیصی برسید، به پزشک خود مراجعه کنید.