# الزائمر کی بیماری کو سمجھنا

## الزائمر کی بیماری کیا ہے؟

الزائمر ایک دماغی بیماری ہے جو یادداشت، سوچنے کی صلاحیت اور رویے کو متاثر کرتی ہے۔ یہ آہستہ آہستہ دماغی خلیات کو ختم کرتی ہے اور روزمرہ کے کاموں کو انجام دینے کی صلاحیت کو متاثر کرتی ہے۔

## الزائمر کی مختلف سطحی

### . ابتدائی مرحلہ

اس مرحلے میں مریض حالیہ باتیں یا واقعات بھول سکتا ہے، چیزیں رکھ کر بھول سکتا ہے یا جان پہچان کی جگہوں پر الجھن محسوس کر سکتا ہے۔

### . درمیانی مرحلہ

اس مرحلے میں یادداشت مزید خراب ہو جاتی ہے۔ مریض رشتہ داروں کو پہچاننے میں دقت محسوس کرتا ہے، بولنے میں مسئلہ ہوتا ہے اور چڑچڑا پن ظاہر کر سکتا ہے۔

### . آخری مرحلہ

اس مرحلے میں مریض بولنے یا حرکت کرنے کی صلاحیت کھو دیتا ہے اور مکمل وقت کی نگہداشت کی ضرورت ہوتی ہے۔

## الزائمر کے مریضوں کے ساتھ کیسے پیش آئیں

صبر اور نرمی سے پیش آئیں  
 آسان زبان استعمال کریں اور بات کو دہرانے میں ہچکچاہٹ نہ کریں  
 بحث سے گریز کریں اور نرمی سے موضوع تبدیل کریں  
 محبت اور سپورٹ کا اظہار کریں  
 آسان سرگرمیوں میں شامل کریں جنہیں وہ پسند کرتے ہوں

## الزائمر کے مریضوں کی دیکھ بھال کیسے کریں

گھر کو محفوظ بنائیں  
 روزمرہ کا ایک باقاعدہ شیڈول بنائیں  
 کھانے، کپڑے بدلنے اور نہانے جیسے کاموں میں مدد کریں  
 صحت اور دواؤں پر نظر رکھیں  
 بطور نگہداشت کنندہ خود بھی آرام کریں اور مدد طلب کریں