# الزائمر کے مریضوں کی دیکھ بھال کرتے وقت یاد رکھنے والی 6 اہم باتیں

صبر اور نرمی سے پیش آئیں:الزائمر کے مریض چیزیں بھول سکتے ہیں یا الجھن کا شکار ہو سکتے ہیں، نرمی سے بات کریں۔

محفوظ ماحول بنائیں: تیز دھار اشیاء ہٹا دیں اور گرنے سے بچاؤ کے لیے سہارے کے راڈز لگائیں۔

معمول کے مطابق زندگی گزاریں: روزمرہ کا باقاعدہ شیڈول الجھن اور پریشانی کو کم کرتا ہے۔

آسان زبان استعمال کریں: آہستہ بولیں اور مختصر، صاف جملے استعمال کریں تاکہ وہ سمجھ سکیں۔

سرگرمیوں میں شامل کریں: آسان کھیل، چہل قدمی یا موسیقی جیسے کام ان کے ذہن کو سرگرم رکھتے ہیں۔

اپنی بھی دیکھ بھال کریں: نگہداشت کرنے والوں کو بھی آرام، متوازن غذا اور مدد حاصل کرنی چاہیے۔