ਡ਼ੱਲ

Punjabi Version

•ਦਿਮਾ×ੀ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਰੋ×ਾਤਮਕ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦਿਮਾ× ਦੀ ਅਪਕਰਸ਼ਕ ਬਿਮਾਰੀ।
•ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਬ÷ਰ× ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ, 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉੰਮਰ ਦੇ ਲ×ਭ× 4% ਲੋਕ ਡ਼ੱਲ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।
•ਹਾਂ×ਕਾਂ× ਵਿੱਚ 70 ਤੋਂ ਵੱਧ ਉੰਮਰ ਵਾਲੇ 9.3% ਲੋਕ ਡ਼ੱਲ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਨ।

ਪ੍ਰਕਾਰ ਅਤੇ ਕਾਰਨ

1) ਅਲਜ਼ਾਈਮਰ ਰੋਗ

ਅਗਿਆਤ ਕਾਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਆਮ; ਬੋਧਕ ਕਾਰਜ ਵਿੱਚ ਨਿਰੰਤਰ ਕਮੀ; ਇਹ ਖਾਨਦਾਨੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ

2) ਮਲਟੀ-ਇੰਫਾਰਕਟ ਡ਼ੱਲ

ਦਿਮਾਗੀ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਈ ਮਾਮੂਲੀ ਸਟ੍ਰੋਕਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

3) ਹੋਰ ਕਾਰਨ:

ਹਾਈਡ੍ਰੋਸੇਫਾਲਸ, ਹਾਈਪੋਥਾਈਰੋਡਿਜ਼ਮ, ਦਵਾਈ ਦਾ ਜੈਹਰੀਲਾਪਣ ਅਤੇ ਉਦਾਸੀ

ਸ਼ੰਰ±ਆਤੀ ਚਰਣ:

- ❖ **ਸ਼ੰਰ±ਆਤੀ ਚਰਣ**: ਮਾੜੀ ਹਾਲ ਦੀ ਯਾੱਦਾਸ਼ਤ; ਸੋਚਣ ਜਾਂ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦੀ ਘਟੀ ਹੋਈ ਯੋ×ਤਾ; ਬੇਚੈਨੀ
- ❖ **ਆਖਿਰੀ ਚਰਣ**: ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਅਤੇ ਮਿਜਾ÷ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ; ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਾਨਸਕ ਤੌਰ ਤੇ ਭ੍ਰਮ ਹੋਣਾ ਇਸ ਵਿੱਚ ਦੈਨਿਕ ×ਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨਾਲ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੰ§ਦੀ ਹੈ
- ❖ **ਆਖਿਰੀ ਚਰਣ**: ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਯੋ×, ਅਸੰਜਮ, ×ੱਲ ਸਮਝਾਉੰਣ ਵਿੱਚ ਅਯੋ×। ਪ±ਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਿਰਭਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ

ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਇਲਾਜ:

- ❖ ਜੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਹੰ§ਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉੰਸੇ ਵੇਲੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ।
- ❖ ਅਲ÷ਾਈਮਰ ਰੋ× ਜਾਂ ਮਲਟੀ-ਇੰਫਾਰਕਟ ਡ਼ੱਲ ਲਈ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਉੰਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਕੰ§ਝ ਦਵਾਈਆਂ ਸ਼ੰਰ±ਆਤੀ ਚਰਣ ਵਿੱਚ ਯਾੱਦਾਸ਼ਤ ਅਤੇ ਬੋਧਕ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਧਾਰ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ❖ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਅਤੇ ਰਵੱਈਏ ਸਬੰਧੀ ਉੰਪਚਾਰ
- ❖ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਦੱਸਾਂ ਅਤੇ ਸਮੰਦਾਏ ਵਲੋਂ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਵੀਕਿਤੀ ਬਹੰਤ ਮਹੱਤਵਪ±ਰਨ ਹੈ।

ਰੋਕਥਾਮ

- ❖ ਮਾਨਸਕ ਤੌਰ ਤੇ ਉੱਤੇਜਕ ×ਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਭਾ×ੀਦਾਰੀ।
- ❖ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉੰਣਾ: ਸੰਤੰਲਤ ਖੰਰਾਕ, ਨੇਮਤ ਕਸਰਤ, ਸਿ×ਰਟ ਛੱਡਣਾ ਅਤੇ ਵਾਧ± ਸ਼ਰਾਬ ਨਾ ਪੀਣਾ।
- ❖ ਉੱਚ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਡਾਇਬਿਟੀ÷ ਮੇਲਿੱਟਸ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਸੰਪ±ਰਨ ਪ੍ਰਬੰਧਨ