

تفاوت فراموشی عادی با فراموشی ناشی از فرسایش مغز (۱)



- برای پرداختن به موضوع فوق اول به این سوال پاسخ می دهیم که :
❖ آیا فراموش کردن همیشه پدیده ای نامطلوب و آزار دهنده است ؟

این موضوع فراموشی و عدم بیاد آوردن برای خود ما آزاد دهنده است اما برای مغز ما آنقدر که فکر می کنیم نامطلوب نیست ، زیرا مغز در حال انجام وظیفه ی خود و فعالیتی سازنده است ؛ حذف اطلاعات نامربوط و تمرکز بر اطلاعات مهم و ضروری روشی است که گر چه ما آن را فراموش کردن اطلاعات می نامیم راهکاری برای ذخیره انرژی مغزی است.



دکتر لیلا صادق مقدم
دانشیار دانشگاه علوم پزشکی گناباد
دکترای تخصصی سلامت سالمندان

تفاوت فراموشی عادی با فراموشی ناشی از فرسایش مغز (۲)



- همان طور که گفته شد ، فراموش کردن اطلاعات برای همه ما انسان ها و در هر سنی طبیعی است ، اما آیا کسی هست که تا به حال دسته کلیدش را گم نکرده باشد یا موبایلش را جا نگذاشته باشد ؟ اگر قبل از میانسالی و سالمندی این اتفاقات بیافتد به خود می خندیم یا این موضوع را نشانه بالا رفتن سن می دانیم ؛ اما اگر این اتفاقات در دوران میانسالی و سالمندی بیافتد ، در درون نوعی ترس و نگرانی از بروز بیماری الزایمر احساس می کنیم به همین دلیل بسیاری از افراد میان سال از پزشکان خود سوال می کنند که تا چه میزان و چه نوع فراموشی طبیعی و مقتضی بالا رفتن سن و یا علامت هشدار برای ابتلا به الزایمر است ؟



دکتر لیلا صادق مقدم
دانشیار دانشگاه علوم پزشکی گناباد
دکترای تخصصی سلامت سالمندان



13

انواع اختلال حافظه

اختلال قابل برگشت حافظه

• گاهی برخی بیماری ها باعث افت عملکرد حافظه به ویژه حافظه ی کوتاه مدت می شوند ؛ ضربه به سر ، تومور مغزی، مشکلات تیروئید ، تب ، کم آبی ، مصرف الکل و کمبود ویتامین ب۱۲ می تواند از علل این اختلال باشد. همچنین هیجانات منفی و نامطلوب نظیر اضطراب، استرس و احساس تنهایی و وقوع اتفاقات تلخ مانند تصادف، از دست دادن یکی از وابستگان و یا حتی از دست دادن شغل و موقعیت اجتماعی نیز می تواند در بروز این نوع فراموشی موثر باشد ؛ نکته مهم این است که اغلب موارد با برطرف شدن علت اختلال تا حدود زیادی مشکلات حافظه برطرف می شود .







دکتر لیلا صادق مقدم
دانشیار دانشگاه علوم پزشکی گناباد
دکترای تخصصی سلامت سالمندان



12

انواع اختلال حافظه

اختلال معمول حافظه

• با افزایش سن ، تغییراتی در ساختار بدن بوجود می آید که بر عملکرد حافظه اثر می گذارد ، با بالا رفتن سن ، سلول های عصبی با سرعتی بسیار آهسته شروع به از بین رفتن می کنند ؛ همچنین میزان تولید مواد شیمیایی که برای عملکرد مغز لازم است نیز کاهش می یابد ، این تغییرات باعث می شود که مغز نتواند همچون گذشته کار کند و در یاد اوری مطالب دچار مشکل می شود ، اما این فرایند بطور طبیعی در عملکرد فرد اختلال ایجاد نمی کند مگر این فرایند به سرعت اتفاق بیافتد و فرد دچار مشکل در بیاد آوردن مطالب و مشکل در برقراری ارتباطات روزانه بشوند .







دکتر لیلا صادق مقدم
دانشیار دانشگاه علوم پزشکی گناباد
دکترای تخصصی سلامت سالمندان