



Babam (veya annem) bazen unutkandır... bu ne kadar ciddidir?

Unutkanlık, bunama ve Alzheimer hastalığıyla ilgili bilgiler

In de serie *Informatie in andere talen zijn ook verschenen:*

- Arabisch
- Mandarijns
- Papiamentu
- Surinaams

Alzheimer Nederland heeft Nederlands-talige informatieven over diverse aspecten van dementie

“Annem 87 yaşında. Dün onu ziyaret ettiğimde yemeğe kalmayı isteyip istemediğimi sordu. Ben de ‘severek’ dedim. Daha sonra belirli bir müddet bir şey olmadı. Biraz sabırsızlandım. Nihayet pilav tenceresiyle içeriye geldiğinde pilavın pişmemiş olduğunu gördüm. Annem pilavı nasıl yapacağını unutmuştu.”

Yaşlılarda unutkanlık

Yaşlanan herkes bazen bir şeyler unutabilmektedir. Bunun bir çaresi yoktur. Unutulan hususlar çoğu zaman isimler, yüzler, randevular veya eşyaların bulunamamasıdır. Unutulan bu hususlar başka bir anda çoğu zaman yine aklımıza gelmektedir. Bu unutkanlık sıkıntı vericidir ancak normaldir.

Bazen unutkanlığın nedenini bir hastalık oluşturmaktadır. Böyle bir durumda unutkanlık daha da ciddidir. Örneğin: gazı açıp ocağı yakmayı unutmak, önemli randevuları unutmak veya giyinmeyi unutmak. Bu hastalığı ‘bunama’ veya ‘çocuklaşma’ olarak nitelendirmekteyiz. Bunamanın en önemli nedeni, Alzheimer hastalığıdır. Erkek veya kadın, zengin veya fakir, zeki veya saf olan herkes Alzheimer hastalığına yakalanabilmektedir. Buna karşın bu hastalık özellikle ileri yaşta görülmektedir.

Hastalığın gidişatı nasıldır?

Bunama çoğu zaman farkında olmadan başlamaktadır. Aile fertleri çoğu zaman bunamanın ne zaman başladığını hatırlayamamaktadır. Hastalıkla ilgili bilgisizlik de hastalığın aile tarafından çoğu zaman tanınmamasına neden olmaktadır. Baba veya anne artık yaşlanmaktadır ve biraz gevşedikleri varsayılmaktadır.

Bunama hastası olan bazı insanlar, etrafındaki insanları yanıltmaktadır. Cevabını artık bilmedikleri soruların cevabını öylesine uydurmaktalar. Cüretkar şekilde davranıp: “Benim bir şeyim yok. Arada sırada bir şey unutuyorum ama artık yaşıyorum da” şeklinde konuşabilmekteler.

Zaman geçtikçe hafızayla ilgili sorunlar daha da ciddileşmektedir. Kişi, az önce olup biten bir olayı artık hatırlayamamaktadır. Örneğin dün bir kahveye gittiğini artık hatırlamamaktadır, sürekli olarak aynı soruyu tekrarlamaktadır veya kişileri artık tanıyamamaktadır.

Daha ileri bir safhada kişi, eskiden öğrendiği her şeyi unutabilmektedir. Örneğin: bir ev hanımı çamaşır makinesinin nasıl çalıştığını artık bilmemektedir. Veya kişi temiz giysiler giyinmeyi unutmaktadır.

Bu durum bunayan kişide birçok endişeye neden olabilmektedir. Ve bu durum yerini korku veya saldırganlığa bırakabilmektedir.

Bunamanın son döneminde kişi artık içine kapanıktır ve başkaları ona ulaşamamaktadır. Hastalığın bu döneminde bunayan kişi tamamen başkalarının yardımına muhtaçtır. Bu durumda ailenin dışından olan başka kişiler bu bakımı çoğu zaman aileden devralmaktadır.

Bunama hastası olan kişi nasıl değişmektedir?

Bunama hastası olan kişinin aklı gittikçe daha da karışmaktadır. Artık yolu bulamamaktadır veya öylesine çekip gitmektedir. Günlerden hangisinin olduğunu artık bilmemektedir. Artık kaç yaşında olduğunu bilmemektedir. Gece ve gündüzü karıştırılmaktadır. Örneğin geceleri evde dolaşabilmektedir. Daha sonra bazen kendi çocuklarını artık tanıyamamaktadır.

Düşünmek

Düşünmesi zamanla gerilemektedir. Çalışmalar artık bitirilmemektedir. Bunayan kişi artık kendi işlerini ayarlayamamaktadır. Veya, çatal ve bıçağın neden kullanılacağını unuttuğundan dolayı masada nasıl davranacağını unutmaktadır. Para kullanımını da artık mümkün değildir. Bir dükkânda cüzdanlarında euro yerine çaresizce gulden aramaktalar.

Dil

Çoğu zaman dil konusunda da sorunlar oluşmaktadır. Bir konuşmayı takip etmek çoğu zaman zordur. Özellikle daha ileri bir yaşta öğrenilen dil çabukça kaybolup insanlar

çocuk olarak öğrendikleri dile geri dönmekteler.

Duygular

Bunama hastası olan kişi, duygularını pek kolay bir şekilde kontrol altında tutamamaktadır. Öylesine ufak konular kişinin öfkelenmesine neden olmakta veya onun mutlu olmasını sağlamaktadır. Bazı hastalar kendilerini üzüntülü veya depresyonlu hissedebilmektedir. Onlarla iyi şekilde temasta olmak da zorlaşmaktadır.

Hastayla geçinmek...

Her ileri yaşta olan kişinin olduğu gibi bunama hastası olan kişiler de sayılmayı hak etmektedir. Bunayan kişiler, iyi bir ortam, ilgi ve güzel söze karşı çok hassaslardır. İyi olmayan hafızasından dolayı, bunama hastası olan bir kişiyle tartışmanın bir anlamı yoktur. Bu durum hastanın sadece üzülmelerini ve isyankâr olmasını sağlamaktadır. Hastayla geçinmek konusunda örneğin bunayan kişinin adını belirtmek, onun daha da yakınında bulunmak ve konuşma esnasında ona arada sırada dokunmak faydalı olabilmektedir. Sakin bir şekilde konuşmak, soruları basit bir şekilde iletmek ve basit cümleler kullanmak da önemlidir.

Nedenler

Bunama, önlenmesi mümkün olmayan özellikle yaşlılarda görülen ve beyinde oluşan bir hastalıktır. Ne kadar daha yaşlanırsak bu hastalığa yakalanma olasılığı o kadar daha fazladır. Hastalık çoğunlukla 65'inci yaştan sonra başlamaktadır.

Bunamanın en önemli nedeni, Alzheimer hastalığıdır. Alzheimer hastalığı, bir proteinin iyi şekilde temizlenme-

yip birikmesinden dolayı oluşmaktadır. Bunun sonucu olarak beyindeki sinir hücreleri artık (iyi şekilde) çalışmamaktadır.

Bunamanın ikinci önemli bir nedeni, vasküler bunamadır. Vasküler bunama hastası olan hastalarda beyindeki damarlar zedelenmiştir ve böylece beyindeki kan dolaşımı kötüleşip beyin hücreleri kaybolmaktadır.

Bazen bunamanın nedeni beynin dışında bulunmaktadır. Örneğin tiroit bezeleriyle ilgili bir hastalık, şeker hastalığı, iltihaplanma veya bir depresyon. Zehirli maddeler gibi zararlı maddelerle temasta olmak veya aşırı alkol kullanımı veya ilaçların yanlış kullanılması gibi hususlar bunamanın bir nedeni olabilmektedir.

Herhangi bir tedavi mümkün müdür?

Alzheimer hastalığının tedavisi mümkün değildir. Dünyanın dört bir yanında bilim adamları Alzheimer hastalığının nedenini araştırmaktadır. Bu nedenin bulunmadığı müddetçe bir ilaç geliştirmek zordur. Günümüzde Alzheimer'i yavaşlatan ilaçlar mevcuttur.

Babanızda, annenizde veya eşinizde unutkanlığın ilk belirtileni gördüğünüzde, bunayan kişi buna karşı geliyorsa da, ev doktorunuza gidiniz. Unutkanlığın nedeninin iyi şekilde araştırılması önemlidir.

Nerede yardım bulabilirim?

Ailenizde bunayan bir kişi olduğunda ona bakmak çoğu zaman çok zordur. Sizin kendinize gelmeniz mümkün olmamaktadır.

Babanız, anneniz veya eşinizin elini bir çocuk gibi tutmanızın gerekmesi size ağır gelebilecektir. Bu nedenden dolayı bu durumun bu şekilde çok fazla uzun sürmemesini sağlamanız önemlidir.

Bunayan kişiye iyi şekilde bakabilmek için bu bakımı başka kişiyle paylaşmanız önemlidir. Bu durum hem sizin hem de bunayan kişinin faydasına olacaktır. Örneğin aile fertleri veya komşular gibi, soru ve sorunlarınızı paylaşabileceğiniz bir kişinin olmasını sağlayınız. Bunun yanında yardım aramanız önemlidir. Örneğin eviniz içinde bakımla ilgili veya uygulanmış ikametgâh konusunda yardım. Bu konuda ev doktoru size yardım edebilmektedir. Size örneğin evde bakım veya gündüz bakıma doğru yolu gösterebilecektir. Belediye veznesinde (gemeenteloket) de bu bilgi mevcuttur.

Bunun yanında Alzheimer Nederland'da her zaman danışabilirsiniz. Bunamayla ilgili sorularınız olduğunda veya bir kişiyle konuşma yapma ihtiyacınız olduğunda günün yirmi dört saatinde haftanın yedi gününde Alzheimer hattını arayabilirsiniz: 030 – 656 75 11 (sadece Hollandaca ve İngilizce konuşulmaktadır).

Daha fazla bilgiler

Alzheimer Nederland'ın bunamanın her tür şekli, hastalığın gidişatı, bunayan kişiyle nasıl geçinilmesinin gerektiğini ve nereden yardım bulabileceğinizi belirten bilgilendirme malzemesi (Hollandaca olarak) vardır. Daha fazla bilgiler için temas bilgileri şöyledir:

Stichting Alzheimer Nederland
Postbus 183
3980 CD Bunnik

Telefon: 030 – 659 69 16
E-posta: info@alzheimer-nederland.nl

Alzheimer Nederland'ın internet sitesine de bakabilirsiniz: www.alzheimer-nederland.nl
Web sitesinde bunamayla ilgili bilgiler yanı sıra bir bölge ajandasını da bulabilirsiniz. Bu ajanda size sizin bölgenizde bunayan kişiler ve onların aile fertleri için ne tür aktiviteler ve olanakların olduğunu göstermektedir.

CBF-kalite markası

Alzheimer Nederland, CBF kalite markasına sahiptir. Bu kalite markası, Fon Edinme Merkezi Bürosu (Centraal Bureau Fondsenwerving) tarafından büyük sayıda kalite şartlarını yerine getiren kuruluşlara verilmektedir. En önemli şartlardan bir tanesi, fon edinmeden edinilen her bir euronun en az 75 kuruşunun kuruluşun hedefine harcanmasının gerektiğini belirtmektedir. Önemli olan ikinci şart, fon edinme aktivitelerinin yıldırıcı olamamasıdır. Daha fazla bilgiler için: CBF, 0900 – 202 55 92 (35 euro cent /dakika) telefonu arayabilir veya www.cbf.nl adresindeki web sitesine bakabilirsiniz.