

**İZMİR UNUTMA**



**Adres: Mithatpaşa cad.384/1 Gurup apt. Konak/İzmir**

**GSM: 0530 774 9223 – 0533 340 6625**

**Türkiye Alzheimer Derneği İzmir Şubesi**

**Alzheimer hasta ve hasta yakınlarına destek amaçlı hizmet vermektedir.**

**Hedeflerimiz:**

Hasta yakınlarının sosyal destek gereksinimlerini gidermek,

Hastaların sağlık ve sosyal hizmet sunumlarını etkin kullanabilmelerini sağlamak,

Toplumun genel bilgi düzeyinin arttırılmasında aktif rol oynamaktır.

**Türkiye Alzheimer Derneği İzmir Şubesi’nden Kimler Yararlanabilir?**

Hastalar, hasta yakınları, hastalık konusunda bilgi ve destek almak isteyen *herkes.*

**Türkiye Alzheimer Derneği İzmir Şubesi’nde Hangi Hizmetlerden Yararlanabilirsiniz?**

Alzheimer hastalığı hakkında genel bilgi edinebilirsiniz.

Uygun sağlık ve bakım personelinin bulunması için danışmanlık alabilirsiniz,

Derneğin sosyal faaliyetlerine katılabilirsiniz.

***‘Unutkanlık, günlük hayatı etkilediğinde ve***

***basit gündelik işlerin yapılmasını aksattığında hastalık habercisi olabilir.’***

***‘Türkiye Alzheimer Derneği İzmir Şubesi’ne sizleri de bekleriz’***

**ALZHEİMER HASTALIĞI NASIL BİR HASTALIKTIR?**

* Yaşlanan Türkiye’de giderek daha fazla görülen önemli bir hastalıktır.
* Yalnızca hastayı değil tüm aileyi ve bakım verenleri etkiler.
* Alzheimer hastalığı demansın (bunamanın) en sık nedenidir.
* Yaşlanmayla görülme riski giderek artar.
* Tüm dünyada 20 milyon kişi, Türkiye’de yaklaşık 400 bin kişi, İzmir’de 6-7 bin ve üzeri Alzheimer hastası olduğu tahmin edilmektedir.
* Hastalığın nedeni henüz tam olarak bilinmemektedir.
* Geri dönüşü olmayan ve ilerleyen bir hastalıktır.
* Zaman içinde hastaların zihin ve bellek kapasiteleri azalır.
* Mantıklı düşünme, öğrenme, iletişim kurabilme yetenekleri bozulur.
* Hastalık kişiliği değiştirir.
* İleri aşamada hastalar basit günlük işlerini bile yapamazlar
* Hastalar önce kısmi sonra tamamen bağımlı hale gelir.
* Erken tanı ve tedavi ile birlikte hastanın etkin izlemi önemlidir.
* Bakım yükü nedeniyle aile ve toplum üzerinde psikolojik ve ekonomik boyutları ağırdır.

**İZMİR UNUTMA**

**Alzheimer Hastalığı ’ndan Korunmak için**

* Zihinsel olarak zorlayıcı ve ilginç aktivitelerle meşgul ol.
* Kademe kademe yeni bilgiler öğren.
* Yeterli uyu. Beynin bilgi ve deneyimleri uzun süreli hafızaya kaydetmesi için bu gerekli.
* Stresi azalt. Stres dikkat, konsantrasyon ve hatırlamayı bozar.
* Fiziksel aktivitelerini sürdür. Egzersiz kan dolaşımını arttırarak beyin hücrelerine oksijen ve gıdaların erişimini artırır ve beynin daha etkili çalışmasını sağlar.
* Sosyal ilişkiler içinde ol. Araştırmalar geniş ve çeşitli sosyal ağ içinde olan kişilerin daha sağlıklı kaldığına işaret etmektedir.



**2014-2015 YILI AKTİVİTELERİMİZİN PROGRAMI**

1. **EĞİTİM. (Her ayın ilk Pazartesi** günü SAAT 15:00’de Eğitim Seminerleri
2. **DANIŞMANLIK. (**Her **Pazartesi** günü saat 14:00’de dernek merkezimizde Alzheimer Hastalığı ve bakım sorunları ile ilgili danışmanlık.**)**
3. **GÜNDÜZ YAŞAM EVİ UYGULAMAMIZ. (**Her **Salı** saat 13:00-16:00 arası hasta ve hasta yakınlarına yönelik psiko-sosyal terapi desteği**.**
4. İkram
5. Canlı müzik dinletisi
6. Elişi (uğraş terapisi)
7. Egzersiz
8. Oyun saati (satranç-tavla-yap-boz)
9. Film-slayt gösterimi
10. Yürüyüş
11. Sohbet
12. Kitap-Şiir Okumaları
13. **EVDE EĞİTİM VE PSİKO-SOSYAL DESTEK UYGULAMALARI** (Evinden çıkamayan ileri evre hasta ve bakım verenleri için ev ziyaretleri) (Lütfen randevu alınız.)
14. **SOSYAL AKTİVİTELERİMİZ** (Yemek-piknik-kahvaltı-gezi ve sanat etkinliklerimiz)

**2014- 2016 YILI YÖNETİM KURULUMUZ**

**BAŞKAN:** Doç. Dr.Nil TEKİN (Narlıdere Huzurevi Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezi)

**BAŞKAN Yrd:** Prof. Dr. Görsev YENER (D.E.Ü. Tıp Fak. Nöroloji AD)

**SAYMAN:** Uzm. Dr. Aysel GÜRSOY (Anılar Huzurevi )

**ÜYE :** Uzm. Dr.Sevnaz ŞAHİN (Ege Ü. Tıp Fak. İç Hastalıkları AD, Geriatri Bilim Dalı)

**ÜYE :** Dr. Güler BAŞOL ( iktisat Doktoru )

***Bağışlarıyla ve gönüllü çalışmalarıyla bu hizmetlerin oluşmasına katkı veren kişi ve kuruluşlara teşekkür ederiz.***

***Derneğimize maddi manevi desteklerinizi bekler, ilerleyen yaşlarımızda yalnızlığımızı paylaşacak şefkatli dostlar dileriz.***

**Adres: Mithatpaşa cad.384/1 Gurup apt.Konak/İzmir**

**GSM: 0530 774 9223- 0533 340 6625**