

# TAMAMLAYICI TEDAVİLER



ALZHEIMER HASTALIĞI İÇİN



Co-funded by  
the European Union

Birçok tamamlayıcı tedavi, Alzheimer hastalarının yaşam kalitesini artırmak için geleneksel ilaçlarla birlikte kullanılmaktadır.

Örnekler şunlardır:

Aromaterapi

Meditasyon

Müzik

Işık

Sanat

Evcil hayvan

Oyuncak Bebek

Bununla birlikte, bu tamamlayıcı tedavilerin sonuçlarını ve kullanımını doğru bir şekilde desteklemek için ek titiz klinik araştırmalara ihtiyaç vardır, ancak şimdilik neler yapıldığını daha fazla öğrenelim.

## IŞIK TERAPİSİ

Işık Terapisi ile 2017 yılında yapılan kısa bir çalışmada demans hastası katılımcılar bilişsel performanslarında iyileşme, daha iyi uyku, daha az öfke patlaması, daha az anksiyete ve deneme sonrasında daha az dolaşma bildirmişlerdir.

## SANAT TERAPİSİ

Vaka çalışmaları ve kısa denemelere göre, sanat terapisi dikkati çeker, keyif verir ve nöropsikiyatrik semptomları, sosyal davranışları ve benlik saygısını iyileştirir. Ancak bu avantajların atölye dışına taşıp taşmadığı belirsizdir.

## MÜZİK TERAPİSİ

Demans için müzik terapisi üzerine yapılan bir inceleme, mevcut kanıtlara dayanarak, demanslı kişilerin ve bakıcılarının semptomlarını tedavi etmede ve yaşam kalitelerini artırmada faydalı olabileceği sonucuna varmıştır.



## Meditasyon

Alzheimer hastalarını ve bakıcılarını farkındalık temelli stres azaltma konusunda eğitmenin yaşam kalitelerini artırdığı ve streslerini azalttığı gösterilmiştir.

Jon Kabat-Zinn bu meditasyon temelli tekniği yaratmış ve yaygınlaştırmıştır. MBSR okullar ve hapishaneler gibi yerlerde kullanılmaktadır. Yine, meditasyonun avantajları çoğunlukla hastalığın erken evreleriyle sınırlıdır. .

## Aromaterapi

Bir çalışma, 17'si Alzheimer hastası olan 28 yaşlı yetişkinde aromaterapinin demanstaki iyileştirici faydalarını analiz etmiştir.

Terapiden sonra, tüm hastalar bilişsel işlevle ilişkili kişisel oryantasyonda önemli ölçüde iyileşme göstermiştir.

Özellikle Alzheimer hastalığı olan hastalar, genel TDAS (Dokunma Paneli Tipi Demans Değerlendirme Ölçeği) skorlarında önemli bir iyileşme sergilemiştir. Rutin laboratuvar testlerinde önemli bir değişiklik görülmemiştir, bu da aromaterapi kullanımıyla bağlantılı herhangi bir etki olmadığını



# Çekinmeyin yardım isteyin

**En iyisi, mevcut tedavisine müdahale etmeyeceğini doğrulamak için sevdiğiniz kişinin doktoruna potansiyel tamamlayıcı tedaviler hakkında danışmaktır.**

Avrupa Komisyonu'nun bu yayının hazırlanmasına verdiği destek, sadece yazarların görüşlerini yansıtan içeriğin onaylandığı anlamına gelmez ve Komisyon burada yer alan bilgilerin herhangi bir şekilde kullanılmasından sorumlu tutulamaz.

