کتاب درمانی در بهبود بیماران ام اس

ام اس(MS) مخفف کلمه‌ی مولتیپل اسکلروسیس (Sclerosis Multiple) بیماری است که امروزه گریبان‌گیر جامعه‌ی ما شده و دیگر محدود به سن‌های ۲۰به بالا نیست بلکه کودکان و نوجوانان‌مان را نیز درگیر خود نموده است، ام اس نوعی اختلال خود ایمنی است که در آن دستگاه ایمنی بدن فرد به دستگاه عصبی مرکزی خودش حمله می‌کند. در واقع در بیماری ام اس، سیستم ایمنی بدن فرد به میلین حمله می‌کند و موجب تخریب و از بین رفتن آن می‌شود، با از بین رفتن میلین، آکسون‌ها قادر به انتقال موثر پیام‌های عصبی نخواهند بود.

تعداد مبتلایان به ام اس در ایران تا سال ۱۳۹۰ حدود ۳۰ هزار نفر اعلام شده و این میزان طبق تحقیقات افزایش زیادی داشته است.

یکی از اختلالاتی که به موجب این بیماری ممکن است ایجاد گردد اختلالات شناختی است که عبارت از کاهش حافظه، اختلال توجه، ناتوانی در حل مشکلات، آهسته شدن پردازش اطلاعات و اشکال در توجه به کارهای شناختی می‌باشد، برای رفع این مشکل راهکارهای زیادی در نظر گرفته شده است که توسط مختصصان بر روی بیماران اعمال می‌شود، یکی از این روش‌ها آن است که به بیماران توصیه می‌شود که به‌مطالعه کردن کتاب‌ها، مجلات، روزنامه‌ها و...بپردازند چرا که طبق نظر محققان فعالیت ذهنی مانندکتاب‌درمانی‌باعث افزایش سلول‌های مغزی در بعضی از نواحی مغز می‌شود.

کتاب درمانی واژه ای قدیمی است و مفهوم اساسی کتاب‌درمانی بازپروری از راه خواندن است.

فکر کتاب‌درمانی از آن جا بر می‌خیزد که انسان به تعیین هویت با دیگران از راه ادبیات و هنر علاقه‌مند است و کتاب‌درمانی تعامل بین خواننده و ادبیات است و برای تعریف کتاب‌درمانی در زمینه‌ی بیماری ام اس می‌توانیم بهره گرفتن از کتاب برای ایجاد دگرگونی در اختلالات شناختی را بیان کرد، کتاب برای بیماران ام اس همچون دارویی با سه برابر تاثیر داروهای شیمیایی است و مبتلایان به ام اس با تقویت اندیشه می‌توانند روند درمان خود را تسریع کنند.

ضرورت کتابخوانی و تمرکز روی مسائل فکری و ذهنی در بسیاری از کشورها مورد توجه است اما ایران در بحث توانبخشی با مشکلاتی مواجه است، با تمرکز بر روی کتابخانه‌های تخصصی می‌توان تا حدودی در رفع این معضل گام برداشت.

مطالعه از طریق کتاب‌ها تمرکز بیشتری در ذهن انسان ایجاد می‌کند و باعث پیشگیری از دست رفتن حافظه و تمرکز در این بیماران می‌گردد و آنان را برای زندگی و کار در جامعه آماده کرده و امید به زندگی را در آنان افزایش می‌دهد و این امکان هست که این افراد با مطالعه کردن ناراحتی و دردهای خود را خیلی کمتر از دیگر مواقع به یاد آورند و در آن ساعات مطالعه و با تمرکز بر روی موضوع مورد مطالعه به از دست رفتنی‌های خود نظیر سلامتی، حرکت و ... نیندیشند و بتوانند در محیط زندگی و کار خود با تسلط بر موضوعات مطالعه شده اعتماد به نفس بیشتری یابند و در جلسات بحث و گفت‌وگو و تعاملات اجتماعی قوی تر و موثرتر ظاهر شوند و نقش‌های خود را در زندگی بصورت موثرتری ایفا نمایند و در نتیجه از ابتلا به افسردگی در آن‌ها جلوگیری شود و زندگی شادتری را دنبال کنند...

در انتها به امید روزی که درمان بیماری ام اس و دیگر بیماری‌های لاعلاج پیدا شود و همه بیماران سلامتی خود را بازیابند.

پی نوشت ۱: برای مطالعه بیشتر می توانید به کتاب های (با ام اس به زندگی لبخند بزن) و (غلبه بر بیماری ام اس) و سایتhttp://www.healthline.com/health/multiple-sclerosisمراجعه نمایید.

پی نوشت ۲ : هر گونه سوال در مورد بیماری ام اس داشتید می‌توانید از طریق ایمیل (m.abdolahzadeh61@gmail.com) مطرح بفرمایید تا آنجا که در توانم باشد در خدمت دوستان و همکاران هستم.

تمامی حقوق برای مجله کتابدار 2.0 محفوظ است. نقل مطالب مجله تنها با ذکر منبع و نام نویسنده مجاز است.

منابع :

1. ام اس/دکتر علیرضا منجمی
2. بیماری ام اس و تاثیرات آن بر حافظه، خلق و احساسات/ دکتر مسعود اعتمادی و همکاران

نویسنده:مریم عبدا زاده

lib2mag.ir

مشخصات استناددهی به این مقاله

نویسنده(ها):	مریم عبدا زاده
عنوان مقاله:	کتاب درمانی در بهبود بیماران ام اس
عنوان مجله:	کتابدار ۲.۰ –(عنوان لاتین: i-Kitbdr 2.0)
دوره مجله(Vol):	۲
شماره مجله(Issue):	۱
سال(Year):	۱۳۹۵
شناسه دیجیتال(DOI):	
لینک کوتاه:	http://lib2mag.ir/3087

تمامی حقوق برای مجله کتابدار 2.0 محفوظ است. نقل مطالب مجله تنها با ذکر منبع و نام نویسنده مجاز است.