

## اشتباهی در رانندگی که خبر از فراموشی میدهد

در رانندگی گاهی ممکن است با مسائلی روبرو شویم که باعث نگرانی ما نسبت به زوال عقل و آلزایمر شوند. با این وجود چه علائمی گویای زوال عقل در حین رانندگی هستند؟

به گزارش سایت خبری پرسون، هیچ حسی بهتر از این نیست که در یک جاده خلوت شروع به رانندگی کنید و تا دل تان می خواهد سرعت داشته باشید اما کم کم که سن تان بالا می رود، در انجام این کار محتاط تر می شوید.

مطالعات نشان می دهد که خطر مرگ و میر بر اثر تصادف بین سنین ۶۹ تا ۸۵ سال افزایش پیدا می کند معمولا علت آن هم یک نوع ناتعادلی ذهنی خفیف است که ممکن است باعث سردرگمی، پاسخ کند به محرک ها و تصمیم گیری ضعیف حین رانندگی شود که همه این ها می تواند از علائم اولیه آلزایمر باشد.

مطالعه جدیدی در این باره انجام شده که در مورد الگوهای خطرناک رانندگی تحقیق کرده اند و قبل از این که دیر شود، مشکلات را در این باره مورد بررسی قرار می دهند و حتما تاکید می کنند که در سنین بالا مراقب هرگونه علائم آلزایمر و فراموشی باشید و برای جلوگیری از خطر حواس تان را بیشتر به خودتان جمع کنید. برخی از علائمی که باید جدی گرفته شوند را در ادامه این بخش آورده ایم.

شتاب یا ترمز سخت می تواند از علائم فراموشی باشد

مطالعات و شواهد علمی موجود در مورد رانندگی ناتعادلی های خفیف ذهنی را نشان می دهد که می تواند در حین رانندگی بروز پیدا کند. آن ها به این نتیجه رسیدند که رانندگان بین سنین ۶۵ تا ۷۹ سال که به طور منظم ترمز سخت و شدید دارند، معمولا بیشتر در معرض فراموشی هستند. به همین دلیل چند بار ترمز کردن حین رانندگی، آن هم ترمز سخت و شدید می تواند چیزی نامتعادل را در ذهن افراد نشان دهد.

البته احتمال این که این ناتعادلی ذهنی توسط خود فرد تشخیص داده شود، کم است اما به هرحال با بررسی فنی ماشین می توان شتاب یا ترمز های شدید را بررسی کرد و متوجه تغییرات در روند رانندگی شد.

اشتباه گرفتن پدال ترمز و گاز یکی دیگر از علامت هاست

بعضی از متخصصان هشدار می دهند که اشتباه گرفتن پدال ترمز و گاز می تواند یکی دیگر از علامت های کاهش عملکرد ذهنی فرد باشد. معمولا این مشکل در بین بیماران آلزایمری بیشتر است، و آن ها اغلب این دو مورد را با هم اشتباه می گیرند. البته مصرف دارو و مشکلات فیزیکی در سنین بالا هم می تواند عامل ایجاد این مشکل باشد.

تصمیم گیری ضعیف حین رانندگی از دیگر علائم آلزایمر است

اگر احساس کردید که مهارت رانندگی در شما افت کرده، این هم می تواند از نشانه های فراموشی باشد. در واقع ناتوانی در تصمیم گیری حین رانندگی نشان دهنده افت نورولوژیکی سیگنال های مغزی است.

معمولا سرعت خیلی بالا و خارج از کنترل، اشتباه دنده عوض کردن یا حتی گذشتن تاریخ بیمه همگی می تواند از علامت های فراموشی باشد.

گم شدن حین رانندگی را نیز جدی بگیرید

گم شدن در حین رانندگی در یک محل شناخته شده یا ناشناس، هر دو یکی دیگر از مشکلات نورولوژیکی در فرد است. البته در موارد شدید تر راننده هوشیار نیست که تشخیص دهد دقیقا چه اتفاقی افتاده است و شاید طول بکشد تا متوجه شود. این که طول می کشد تا شما بفهمید چه شده یا توضیح دادنش برای تان سخت باشد زیرا خودتان هم دلایل را نمی دانید، می تواند از علائم فراموشی باشد.

اگر به آلزایمر یا دیگر نا تعادلی های خفیف ذهنی مشکوک هستید، بهترین و امن ترین کار این است که فعلا رانندگی نکنید و همچنین می توانید از یک متخصص کمک بگیرید تا مشکل تان تشخیص داده شود.