

## دمانس و امور رانندگی

پدر بزرگ سه سال قبل به بیماری آلزایمر مبتلا شده بود. احمد در پایان روز به منزل بازگشت و به عادت همیشگی، سراغ پدر بزرگ رفت ولی اثری از وی نیافت. همسر احمد به او گفت که نتوانسته جلوی پدر بزرگ را بگیرد و او ساعتی قبل با اتومبیل از منزل خارج شده است. احمد با کمک پلیس و سایر فامیل، نهایتاً نیمه‌های شب، پدر بزرگ را گرسنه و تشنه در کلانتری پیدا کرد. عباری که با او تصادف کرده بود به بیمارستان منتقل شده بود.

### مهارت در رانندگی

رانندگی کار پیچیده‌ایست که نیاز مداوم به ترکیبی از عملیات تفکر، تصمیم‌گیری، و اجرای سریع تصمیم‌ها، همراه با بهره‌گیری از حواس بینایی و شنوایی دارد. بیشتر ما، با توجه به تجربه سالها رانندگی و بدون در نظر گرفتن پیش‌نیازهای بالا، به آسانی و خودکار رانندگی می‌کنیم. با بالا رفتن سن، به دلایل ضعف ماهیچه‌ها، کم شدن حس‌های بینایی و شنوایی، و تنوع داروهای مصرفی، زمان عکس‌العمل<sup>۱</sup> ما طولانی‌تر شده و به از دست رفتن تدریجی مهارت‌های رانندگی می‌انجامد.

### دمانس (فرسایش مغز)<sup>۲</sup> و مهارت در رانندگی

بیماران مبتلا به دمانس، به دلیل تحلیل قوای مغزی و فکری، از تصمیم‌گیری سریع و صحیح ناتوانند و در نتیجه احتمال بروز تصادف و صدمه دیدن آنها بیشتر از سایر رانندگان است. آنها برای درک درست موقعیتهای مختلف، تصمیم‌گیری در باره اقدام لازم، و انجام مانورهای مورد نیاز، از سرعت و دقت لازم برخوردار نیستند. تغییرات شناختی و کنیدی یا نقص پردازش اطلاعات، آسیب‌پذیری بیماران مبتلا به فرسایش مغز را در امور رانندگی دوچندان می‌کند.

- اگر کسی از افراد خانواده شما مکرراً تصادف میکند، این یک زنگ خطر است و باید برای روشن شدن علت آن به پزشک مراجعه نمایید.
- در بیماری آلزایمر، فراموشی کوتاه مدت معمولاً قبل از سایر عوارض بروز می‌کند و می‌تواند هشدار برای اطرافیان باشد. در حالیکه در بعضی از انواع دمانس، اختلالات ذهنی قبل از

<sup>1</sup> Reaction time

<sup>2</sup> Dementia

فراموشی پدیدار می شود و ممکن است بیمار با وجود دمانس خفیف، بیماریش از اطرافیان پوشیده بماند. مقاله انواع دمانس را مطالعه نمایید.

### ابتلا به نوعی دمانس (فرسایش مغز) و ادامه رانندگی

- آیا پس از ابتلا به نوعی بیماری دمانس، باید بیمار از رانندگی کردن منع شود؟ ابتلا به دمانس به خودی خود منجر به ممنوعیت از رانندگی بیمار نمی شود. پرسش مهم این است که آیا رانندگی بیمار برای او و سایرین خطر آفرین است؟ آیا او از توانایی های مختلف ادراکی که در رانندگی ایمن مورد نیاز می باشد برخوردار است؟
- بیمار معمولاً باور دارد که سالم است و از عهده انجام کارهای خود، از جمله رانندگی، مانند گذشته بر می آید. بر اساس آمار منتشره از سوی موسسه ملی سلامتی آمریکا، یک پنجم کسانی که به دمانس زودرس مبتلا می باشند به رانندگی ادامه می دهند در حالی که دو سوم آنها خطر آفرینند.
- از آنجا که دمانس بیماری تحلیل برنده و پیش رونده است، بیماری که اکنون توان رانندگی دارد، چندی بعد ممکن است به دلیل پیشروی بیماری، رانندگی او از ایمنی لازم برخوردار نباشد. به همین دلیل، نظارت بر توان رانندگی بیمار باید امری مستمر تلقی شده و هر چند مدت یکبار، در خیابان و جاده، عملاً مورد آزمایش قرار گیرد.
- دقت داشته باشید که درک و توان بیمار ممکن است در طول روز هم با نوسانهایی همراه باشد و عواملی مانند خستگی، توان تصمیم گیری و دقت او را تحت تاثیر قرار دهد. به عبارت دیگر، بیمار مبتلا به دمانس خفیف که در ساعات اولیه روز به خوبی از عهده رانندگی ایمن بر می آید، ممکن است بعد از ظهر همان روز این توانایی را کاملاً از دست بدهد.
- مراقب باید با هوشیاری بر ایمن بودن رانندگی بیمار نظارت کند. در صورت نیاز می توانید از افراد متخصص برای ارزشیابی ایمنی رانندگی بیمار کمک بگیرید. هدف این است که بالاترین سطح استقلال برای بیمار حفظ شود در حالی که ایمنی او و سایر شهروندان به خطر نیفتد. در صورت نیاز از پزشک کمک بگیرید.
- پزشک معالج باید با بررسی وضعیت توانایی های فیزیکی، مهارت های ادراکی، و نوع داروهای مصرفی بیمار، نسبت به ایمنی رانندگی او اظهار نظر کند. بیماران معمولاً به توصیه های پزشکان بیشتر از راهنمایی های مراقب خود عمل می کنند و بهتر است پزشک این تصمیم را برای بیمار به روشنی توضیح دهد.
- نقش پزشک خانواده که در جریان سایر بیماریها ی عزیز شما قرار دارد نیز حائز اهمیت است.

## شرایط رانندگی ایمن چیست؟

برای رانندگی ایمن، راننده بایستی:

- در ضمن آگاهی مستمر از شرایط رانندگی مانند لغزندگی یا کم عرض شدن جاده، از دقت و تمرکز لازم برخوردار باشد؛
- فاصله مناسب را رعایت کرده با سرعت متعادل در خط مجاز تردد نماید؛
- به اتفاقات جاده ای، حوادث، و موانع سر راه واکنش مناسب نشان دهد؛
- اعمال سایر رانندگان را پیش بینی نموده، تصمیم بجا بگیرد؛
- هنگام رانندگی آرامش خود را حفظ کرده و بر اعصاب خود مسلط باشد.

## نشانه های ناامن بودن رانندگی

مشاهده نشانه های زیر در بیمار بایستی زنگ خطر برای توقف رانندگی تلقی شود:

- فراموش کردن آدرس ها، عدم آگاهی از زمان، و گم شدن در مکانهای آشنای قبلی؛
- عدم توجه به علائم رانندگی؛
- کندی و اشتباه در تصمیم گیری در رانندگی؛
- رانندگی با سرعت غیر مجاز و نامناسب؛
- عصبانیت و گیجی در زمان رانندگی؛
- تصادفهای مکرر و عدم توجه به جدول های کنار خیابان؛
- اشتباه کردن بین پدالهای ترمز و گاز.

## مسایل حقوقی و مالی

در کشور ما تا جایی که ما اطلاع داریم، میزان مشخصی از فرسایش مغز که قانوناً فرد را از رانندگی محروم کند وجود ندارد و همین امر ممکن است در صورت بروز تصادف، مشکلات فراوانی برای بیمار و خانواده او بوجود آورد. دستور العملهای جدید راهنمایی و رانندگی به این مشکل توجه کرده است ولی روشهای کاری و قوانین موجود نیاز به باز نگری دارد.

- گواهینامه رانندگی افراد هفتاد سال و بالاتر، معمولاً پس از گواهی پزشک برای مدت پنج سال تمدید می شود در حالیکه گواهینامه سایر رانندگان اعتبار ده ساله دارد.

- هنگام تقاضای تمدید گواهینامه رانندگی، متقاضی پرسشنامه مخصوص راهنمایی و رانندگی مربوط به سابقه پزشکی خود را تکمیل نموده و متعهد می شود که پرسشها را با صداقت پاسخ داده است.
- هنگام معاینه بینایی، چشم پزشک براساس پرسشنامه تکمیل شده از طرف متقاضی و مشاهدات ظاهری، در مورد توانایی رانندگی بیمار نظر می دهد و در صورت لزوم، متقاضی را برای انجام آزمایشهای بیشتر و معاینه تخصصی تر به کمیسیون پزشکی معرفی می نماید.
- بدیهی است که اگر بیمار مبتلا به دمانس خفیف، از بیماری خود آگاه نباشد یا آنرا در پرسشنامه پزشکی منعکس نکند، ممکن است گواهینامه او تمدید شود و در نتیجه بیماری که احتمالاً بایستی از رانندگی منع و گواهینامه او لغو شود، اجازه رانندگی پیدا می نماید.
- در صورت بروز تصادف و ایجاد جرح و خسارت، فامیل بیمار نیز ممکن است مقصر شناخته شوند و از نظر قانونی مسئول باشند.
- شرکت بیمه هم ممکن است از پرداخت هزینه درمان، خسارت، و دیه، که می تواند رقم قابل توجهی باشد، به دلایل فوق سر باز زند و برای بیمار و فامیل او مشکل ایجاد نماید.

### سازشگری با مشکل رانندگی

مطلوب ترین راهکار، قانع کردن بیمار به توقف رانندگی است. بیماران مبتلا به آلزایمر در ابتدای بیماری از درک بالایی برخوردارند و امکان موفقیت در قانع کردن آنها وجود دارد ولی به دلیل فراموشی، ممکن است مجبور باشید این کار را به دفعات انجام دهید. در بیماران مبتلا به دمانس فرونتو تمپورال، به دلیل مختل شدن توان قضاوت بیمار، قانع کردن او بر اساس منطق معمولاً بی نتیجه است. برای توقف رانندگی بیمار می توانید از راهکارهای زیر استفاده کنید:

- با بیمار به ملایمت و صمیمانه در باره توقف رانندگی صحبت کنید. توجه داشته باشید که این مکالمه شاید در یک جلسه به نتیجه نرسد. واضح است که توقف رانندگی، به دلیل از دست رفتن استقلال بیمار، می تواند برای او بسیار اضطراب آور باشد.
- نگرانی های خود را نسبت به ادامه رانندگی بیمار و خطرات جانی و مالی احتمالی برای او و سایرین را به آرامی و با لحنی احترام آمیز و دوستانه شرح دهید. اگر واکنش بیمار پرخاشگرانه است، صحبت را به زمانی که او آرامتر است موکول نمایید.
- دست نوشته پزشک را که به صراحت دستور توقف رانندگی بیمار را داده است به او نشان دهید. در صورت لزوم از دوستان و سایر افراد فامیل که بیمار برای گفته ی آنها احترام قائل است کمک بگیرید.

- راه های جایگزین منطقی را مانند اتوبوس، تاکسی، آژانس تاکسیرانی، و داوطلبی خودتان برای جابجایی او را، در حالی که عشق و مهربانی بی چون و چرای خود را بازگو می کنید، برای بیمار بر شمارید.
- ممکن است این گفتگو به نتیجه مطلوب نرسد. بعضی از بیماران به آسانی رانندگی را ترک می کنند در حالی که گروهی دیگر سرسختی نشان می دهند.
- با بردباری با این مشکل روبرو شوید ولی در مورد توقف رانندگی پافشاری کنید. اضطراب، پرخاشگری، و عصبانیت بیمار به علت پیشرفت بیماری و از دست دادن استقلال، امری عادی است.

### راهکارهای نهایی

در صورتی که راهکارهای فوق موثر نبوده و بیمار بر ادامه رانندگی پافشاری نماید، برای جلوگیری از بروز خطرات جانی و مالی برای بیمار و دیگران، به راه های زیر متوسل شوید:

- سوئچ اتومبیل را پنهان کنید.
- با برداشتن قطعه ای از اتومبیل آن را از کار بیندازید. در صورت لزوم از مکانیک کمک بگیرید.
- اتومبیل را بفروشید.

### مراجع و منابع

179. ncbi.nih.gov; (n.d.), Dementia and Driving, retrieved Feb 2017, from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1294722/pdf/jrsocmed00112-0017.pdf>

180. ncbi.nih.gov; (n.d.), Driving and Dementia-health professionals can play an important role, retrieved Feb 2017, from <https://www.nia.nih.gov/alzheimers/features/driving-and-dementia-health-professionals-can-play-important-role>

181. alz.org; (n.d.), Dementia and Driving, retrieved Feb 2017, from <http://www.alz.org/care/alzheimers-dementia-and-driving.asp>

182. Alzheimers.org.uk; (n.d.), Dementia and Driving, retrieved Feb 2017, from [https://www.alzheimers.org.uk/site/scripts/documents\\_info.php?documentID=144](https://www.alzheimers.org.uk/site/scripts/documents_info.php?documentID=144)

183. Traffic police Tehran; (n.d.), آیین نامه قوانین راهنمایی و رانندگی، retrieved March 2017, from <http://traffic.tehran.ir/Portals/o/Document/rules/Aeen%20Nameh%20Rannandgi.pdf>

184. epolice.ir; (n.d.), تمدید گواهینامه رانندگی پلیس +۱۰، retrieved March 2017, from <http://www.epolice.ir/page.php?37>

185. [www.rahvar120.ir](http://www.rahvar120.ir); (n.d.), شرایط تمدید گواهینامه رانندگی ۷۰ سال و بالاتر، retrieved March 2017, from <http://rahvar120.ir/?siteid=1&pageid=2527>

www.dardashma.ir