تأثیر بازی‌های ویدئویی بر بهبود توانمندی ذهنی سالمندان

چگونگی استفاده از بازی‌های گوشی هوشمند به عنوان یک روش درمانی کم‌هزینه و خانگی برای بهبود حافظه و قدرت حل مسئله در سالمندان مبتلا به اختلال شناختی خفیف (MCI).

بخش اول: پروتکل درمانی (مداخله)

برنامه زمانی
۳ بار در هفته به مدت ۱۲ هفته. هر جلسه به مدت ۴۵ دقیقه انجام شد که منجر به تغییرات مثبت ماندگار در ذهن گردید.

بازی‌های منتخب
سودوکو، گلف و تیراندازی. این بازی‌ها بر اساس معیارهای روان‌شناختی و محیطی برای ایجاد هیجان مثبت بدون استرس انتخاب شدند.

درمان در خانه با گوشی شخصی
برخلاف روش‌های قدیمی، این درمان نیازی به مراجعه به مراکز توانبخشی یا تجهیزات گران‌قیمت ندارد.



بخش دوم: دستاوردهای علمی و نتایج

افزایش توانایی حل مسئله
(از ۱۷.۰ به ۲۱.۱)



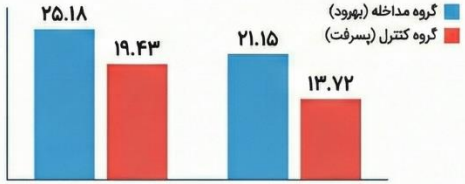
افزایش نمره در پرسشنامه PSA به معنای استقلال بیشتر سالمند در فعالیت‌های روزمره است.

ارتقای نمره عملکرد شناختی
(از ۲۰.۹ به ۲۵.۱)



بهبود در شاخص MMSE نشان‌دهنده تقویت حافظه و سرعت پردازش اطلاعات است.

مقایسه تغییرات نمرات بین گروه مداخله و گروه کنترل



تداوم اثرات مثبت بعد از پایان دوره
نتایج مثبت حتی ۴ هفته پس از قطع بازی‌ها همچنان در سالمندان پایدار بود.

علی رضا وسیعی، مصیب مظفری، معصومه اطاقی، مریم پاک سرشت (گروه پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی ایلام، ایلام، ایران)