

Bezorgd over uw denken en geheugen?

Hier leest u wat u kunt doen





Hebt u veranderingen in uw denken of gedrag opgemerkt? Bent u bezorgd over toenemend geheugenverlies?

Misschien hebt u deze veranderingen opgemerkt bij een familielid of vriend?

Er zijn vele factoren die geheugenverlies of veranderingen in denken kunnen veroorzaken. Hierbij zijn inbegrepen:

- stress
- pijn
- chronische ziekte
- sommige medicijnen
- alcohol
- vermoeidheid.

Soms zijn de symptomen een teken van vroege dementie.

Grote veranderingen in geheugen zijn op geen enkele leeftijd normaal.

Als u moeilijkheden ondervindt, moet u een dokter raadplegen.

Praten met uw dokter

Er is geen alleenstaande medische test die kan aantonen of iemand dementie heeft.

Praat met uw dokter over de moeilijkheden die u ondervindt. Uw dokter zal een lichamelijk en neurologisch onderzoek bij u afnemen. U wordt misschien ook doorverwezen naar een specialist om andere mogelijke oorzaken van uw symptomen te onderzoeken.

Tijdens de afspraak dient u:

- een lijst bij u te hebben met betrekking tot uw zorgen
- uw dokter te vertellen hoe lang u al problemen heeft gehad en of ze erger zijn geworden
- een lijst bij u te hebben van de medicijnen, vitamines en supplementen die u gebruikt.



Maak het beste van uw afspraak

- Boek een langere afspraak.
- Neem een vriend of familielid mee.
- Stel vragen en laat het uw dokter weten als u iets niet begrijpt.
- Maak aantekeningen tijdens de afspraak.
- Overleg of u een verdere beoordeling nodig heeft van een specialist.



Het was een opluchting om de diagnose te krijgen. Het ergste was het niet weten. ”

Fred, bij wie de ziekte van Alzheimer is vastgesteld

Hoe sneller u ingrijpt hoe beter

Uw symptomen worden misschien niet veroorzaakt door dementie. Maar als dat wel zo is, dan helpt het als de diagnose zo vroeg mogelijk wordt vastgesteld.

U kunt steun en informatie krijgen om te begrijpen hoe u goed kunt leven met dementie en uw leven onder controle te krijgen. U kunt vooruit plannen en positieve stappen nemen om een zo goed mogelijk leven te leiden.

“

We zijn zo blij dat we die vroege diagnose kregen. We kregen de kans om onze leefwijze af te stemmen op mijn capaciteiten. We hebben definitieve plannen voor de toekomst gemaakt. ”

Maria, bij wie vasculaire dementie is vastgesteld

Wat is dementie?

Dementie is de term die gebruikt wordt om de symptomen te beschrijven van een grote groep ziektes die een progressieve verslechtering van iemands functioneren veroorzaken. Er zijn veel soorten van dementie bekend. De ziekte van Alzheimer is de meest voorkomende soort.

Dementie kan iedereen overkomen. Het komt meer voor bij mensen die ouder dan 65 zijn, en vooral bij mensen boven de 85.

Dementie kan alleen naar behoren worden vastgesteld door een dokter of specialist.



Checklist voor bezorgdheid over uw denken en geheugen

Als u bezorgd bent over veranderingen in uw denken of geheugen, of bij een familielid of vriend, vul dan onderstaande checklijst in.

Ik heb moeite met het herinneren van recente gebeurtenissen

Zelden Soms Vaak

Ik heb moeite om op het juiste woord te komen

Zelden Soms Vaak

Ik heb met moeite met het herinneren van de dag en de datum

Zelden Soms Vaak

Ik vergeet waar dingen normaal gesproken bewaard worden

Zelden Soms Vaak

Ik vind het moeilijk om met veranderingen in mijn routine om te gaan

Zelden Soms Vaak

Ik heb moeite met het begrijpen van tekst of het volgen van een verhaal op de televisie

Zelden Soms Vaak

Ik vind het moeilijk om gesprekken te volgen en er aan deel te nemen, vooral in groepen

Zelden Soms Vaak

Ik heb problemen met mijn financiën, zoals bankieren of wisselgeld uitrekenen

Zelden Soms Vaak

Ik heb moeite met alledaagse activiteiten zoals de weg vinden in mijn plaatselijke winkelcentrum

Zelden Soms Vaak

Ik verlies mijn belangstelling voor de activiteiten die ik normaal gesproken leuk vind

Zelden Soms Vaak

Ik heb moeite met nadenken over problemen

Zelden Soms Vaak

Familie en/of vrienden hebben opmerkingen gemaakt over mijn slechte geheugen

Zelden Soms Vaak

Als u voornamelijk ‘Soms’ of ‘Vaak’ hebt aangekruist, moet u een dokter raadplegen.



Over Dementia Australia

Dementia Australia is de bron van vertrouwde informatie, onderwijs en dienstverlening voor de naar schatting half miljoen Australiërs die met dementie leven, en de bijna 1,6 miljoen mensen die bij hun zorg betrokken zijn.

Wij pleiten voor positieve verandering en ondersteunen hoognodig onderzoek. We zijn er voor mensen die met dementie te maken hebben, en willen hen helpen zo goed mogelijk te leven.

Het doet er niet toe op welke manier u met dementie te maken heeft, wij zijn hier voor u.

National Dementia Helpline
1800 100 500



Bel **131 450** voor
taalkundige hulp

Vind ons online
dementia.org.au

