

Вы обеспокоены в связи с вашим мышлением и памятью?

Что вы можете сделать





Вы заметили изменения в своем мышлении или поведении? Вы обеспокоены учащающимися провалами в памяти?

Возможно, вы заметили такие изменения у члена семьи или друга?

Изменения в мышлении или потеря памяти могут быть вызваны воздействием многих факторов. Среди них:

- стресс
- боль
- хроническое заболевание
- некоторые лекарства
- алкоголь
- упадок сил.

Иногда такие симптомы являются признаком ранней деменции.

Значительные изменения памяти не являются нормальными в любом возрасте.

Если вы испытываете трудности, вам следует обратиться к врачу.

Поговорите с врачом

Деменцию нельзя выявить с помощью одного медицинского теста.

Поговорите с врачом о тех трудностях, с которыми вы сталкиваетесь. Врач проведет физическое и неврологическое обследование. Вас также могут направить к специалисту, чтобы выяснить, нет ли каких-то других причин возникновения ваших симптомов.

На приеме у врача вам следует:

- рассказать о том, что вас беспокоит
- рассказать, когда появились эти проблемы и не наступило ли со временем ухудшение
- показать список лекарств, витаминов и пищевых добавок, которые вы принимаете.



Вам необходимо извлечь максимальную пользу из приема у врача

- Запишитесь на более продолжительный прием.
- Приведите с собой друга или родственника.
- Задайте интересующие вас вопросы. Если вы чего-то не поймете, сообщите об этом врачу.
- Ведите запись содержания разговора.
- Узнайте, не требуется ли дополнительное обследование у специалиста.



Я почувствовал облегчение, когда был поставлен диагноз. Самым худшим было то, что я не понимал, что происходит. ”

Фред. Ему поставлен диагноз болезнь Альцгеймера

Чем раньше вы начнете действовать, тем лучше

Ваши симптомы не обязательно должны быть проявлением деменции. Но даже если это на самом деле деменция, постановка диагноза на более раннем этапе сыграет положительную роль.

Вам может быть предоставлена поддержка и информация, позволяющая понять, как вы можете жить с деменцией и оказывать влияние на условия своей жизни. Вы можете планировать и предпринимать позитивные шаги, направленные на достижение максимально высокого качества жизни.

“

Мы так рады, что диагноз был поставлен на более ранней стадии. У нас была возможность привести свой жизненный уклад в соответствие с моими возможностями. Мы составили определенные планы на будущее. ”

Мария. Ей поставлен диагноз сосудистая деменция

Что такое деменция?

Деменция – это термин, используемый для описания большой группы заболеваний, вызывающих прогрессирующее нарушение функций организма. Существует много разновидностей деменции. Наиболее распространенной разновидностью является болезнь Альцгеймера.

Деменция может появиться у любого человека. Она чаще встречается у людей в возрасте старше 65 лет, особенно в возрасте старше 85 лет.

Диагноз деменция может должным образом поставить только врач или медицинский специалист.



Перечень контрольных вопросов для тех, кто озабочен в связи с изменениями в мышлении или памяти

Если вы обеспокоены в связи изменениями в мышлении или памяти у вас или у кого-то из ваших родственников или друзей, заполните следующий опросник.

Мне трудно вспомнить о том, что происходило недавно

Редко Иногда Часто

Мне трудно подыскать нужное слово

Редко Иногда Часто

Мне трудно вспомнить день недели и дату

Редко Иногда Часто

Я забываю, что где лежит

Редко Иногда Часто

Мне трудно приспособиться к изменениям в повседневной жизни

Редко Иногда Часто

Мне трудно понять содержание прочитанного или следить за тем, что происходит в телевизионных передачах

Редко Иногда Часто

Мне трудно следить за ходом разговора и вступить в разговор, особенно когда разговаривает группа людей

Редко Иногда Часто

Мне трудно заниматься денежными делами, например, пользоваться банком или подсчитывать сумму сдачи

Редко Иногда Часто

Я испытываю трудности в повседневных делах, например, мне трудно сориентироваться в местном торговом центре

Редко Иногда Часто

Я утрачиваю интерес к видам деятельности, которые когда-то доставляли мне удовольствие

Редко Иногда Часто

Мне трудно обдумывать проблемы

Редко Иногда Часто

Родственники и/или друзья делают замечания относительно моей плохой памяти

Редко Иногда Часто

Если среди отмеченных вами ответов преобладают «иногда» и «часто», то вам следует обратиться к врачу.



О службе Dementia Australia

Dementia Australia предоставляет проверенную информацию, проводит разъяснительную работу и предоставляет услуги для приблизительно полумиллиона австралийцев, страдающих деменцией, а также для почти 1,6 млн. человек, принимающих участие в уходе за ними.

Мы выступаем за позитивные изменения и оказываем поддержку важнейшим направлениям научных исследований.

Мы ставим перед собой задачу оказывать поддержку людям, на жизнь которых оказывает воздействие деменция, а также содействовать максимальному повышению качества их жизни.

Вне зависимости от того, какое воздействие оказывает на вас деменция, мы готовы вам помочь.

National Dementia Helpline **1800 100 500**



Если вам нужен переводчик,
позвоните по номеру **131 450**

Найдите нас онлайн
dementia.org.au



Общенациональная телефонная линия помощи при деменции финансируется
Правительством Австралии

© Dementia Australia 2020, 20114, December 2020