

Чи стурбовані Ви про своє мислення і пам'ять?

Ось що Ви можете зробити





Чи помітили Ви зміни у своєму мисленні або поведінці? Чи стурбовані Ви частішими провалами у Вашій пам'яті?

Можливо, Ви помітили подібні зміни у члена сім'ї або друга?

Існує багато факторів, які можуть призвести до зміни мислення або втрати пам'яті. Такі як:

- стрес
- біль
- хронічне захворювання
- деякі ліки
- алкоголь
- втома.

Іноді симптоми є ознакою ранньої деменції.

Серйозні зміни в пам'яті не є нормальними у будь-якому віці.

Якщо у Вас виникли труднощі, зверніться до лікаря.

Поговоріть з лікарем

Не існує медичного тесту який би показав, чи є в особи деменція.

Поговоріть з лікарем про труднощі, яких ви зазнаєте. Лікар проведе фізичне і неврологічне обстеження. Вас також можуть направити до фахівця для вивчення інших можливих причин виникнення симптомів.

Під час консультації, необхідно:

- взяти з собою перелік ваших труднощів
- повідомите лікаря, як давно у вас виникли ці труднощі і чи не стало гірше
- взяти список ліків, вітамінів і харчових добавок, які ви приймаєте.



Отримайте максимальну користь від консультації

- Запишіться на більш тривалу консультацію.
- Візьміть з собою друга або члена сім'ї.
- Задавайте питання і кажіть лікарю, якщо ви чогось не розумієте.
- Робіть нотатки під час візиту.
- Обговоріть, чи потрібно Вам подальше обстеження у фахівця.



Отримати діагноз було полегшенням. Найгірше було не знати. ”

Фред, діагностований хворобою Альцгеймера

Дійте якомога швидше

Ваші симптоми можуть не бути викликані деменцією. Але якщо викликані, краще поставити діагноз якомога швидше.

Ви можете отримати доступ до підтримки та інформації, щоб дізнатися, як можна добре жити при деменції й взяти своє життя під контроль. Ви можете планувати на майбутнє і робити позитивні кроки, щоб поліпшити своє життя.

“

Ми раді, що нам поставили діагноз на ранній стадії, оскільки нам це надало можливість змінити види діяльності у нашому житті, щоб вони відповідали моїм можливостям. Ми визначили певні плани на майбутнє. ”

Марія, діагностована судинною деменцією

Що таке деменція?

Деменція - це термін, який використовується для опису симптомів великої групи захворювань, які викликають прогресивне погіршення функціонування людини. Існує багато відомих типів деменції. Хвороба Альцгеймера - найбільш поширений тип.

Деменція може виникнути в будь-кого. Вона частіше зустрічається у віці старше 65 років, і особливо у віці старше 85 років.

Тільки лікар або фахівець може точно діагностувати деменцію.



Перелік контрольних питань, якщо Ви стурбовані про своє мислення і пам'ять

Якщо Ви стурбовані змінами у мисленні або пам'яті у Вас, члена сім'ї або друга, дайте відповідь на нижченаведений перелік контрольних питань.

Я погано пам'ятаю нещодавні події

Рідко Інколи Часто

Мені буває важко підібрати правильне слово

Рідко Інколи Часто

Мені важко пам'ятати день і дату

Рідко Інколи Часто

Я забуваю, де зазвичай тримаю речі

Рідко Інколи Часто

Мені важко адаптуватися до будь-яких змін у моєму повсякденному режимі

Рідко Інколи Часто

Мені важко розуміти зміст статей або слідкувати за сюжетом в книжці або по телебаченню

Рідко Інколи Часто

Мені важко слідкувати або приєднуватися до розмови, особливо в групах

Рідко Інколи Часто

Мені важко вирішувати фінансові питання, такі як справи з банком або порахувати здачу

Рідко Інколи Часто

Мені важко впоратися з повсякденними заняттями, такими як знайти дорогу до місцевого торгового центру

Рідко Інколи Часто

Я втрачаю інтерес до занять, які мені зазвичай подобалися

Рідко Інколи Часто

Мені важко вирішувати проблеми

Рідко Інколи Часто

Родина і / або друзі звертають увагу на мою погану пам'ять

Рідко Інколи Часто

Якщо ви здебільшого позначили «інколи» або «часто», вам слід звернутися до лікаря.



Про асоціацію Деменція Австралія

Асоціація Деменція Австралії є джерелом вірогідної інформації, освіти та послуг для приблизно півмільйона австралійців, хворих на деменцію, а також для майже 1,6 мільйона осіб, зайнятих у сфері догляду за ними.

Ми виступаємо за позитивні зміни та підтримуємо життєво важливі дослідження. Наша мета - підтримувати людей, які страждають на деменцію, і дати їм можливість жити якомога краще.

Незалежно від того, як саме на вас впливає деменція, наша мета підтримати вас.

National Dementia Helpline **1800 100 500**



Для отримання послуг перекладача, будь ласка, телефонуйте за номером **131 450**

Наш вебсайт
dementia.org.au

