

تشخيص الخرف

تقدم نشرة المساعدة هذه المعلومات حول المؤشرات المبكرة لحالة الخرف (Dementia) والطرق التي يمكن من خلالها تشخيص الحالة وعلى أهمية التشخيص المبكر والصحيح.

ما هي المؤشرات المبكرة للخرف (Dementia)؟

بما أن الأمراض التي تُسبب الخرف تتطور ببطء، فإن المؤشرات المبكرة للخرف قد تكون مألوفة جداً ومُبهمة وغير واضحة فوراً. كما أن الأعراض المبكرة قد تعتمد أيضاً على نوع الخرف وتختلف كثيراً من شخص لآخر.

الأعراض الشائعة وتشمل:

- مصاعب في الذاكرة ولاسيما تذكر أحداث وقعت مؤخراً
- زيادة في التشوش
- إنخفاض في التركيز
- تغييرات في السلوك أو في المزايا الشخصية
- عدم الإكتراث والإنزواء أو الإكتئاب
- فقدان القدرة على القيام بالمهام اليومية

قد يُخفق الناس أحياناً في الإنتباه إلى أن هذه الأعراض تُشير إلى وجود خطأ ما ولربما أخطأوا في إفتراض إن هذا السلوك جزء طبيعي من التقدم في السن، أو قد تتطور الأعراض تدريجياً دون ملاحظتها لفترة طويلة وقد يرفض الناس إتخاذ أي إجراء رغم إدراكهم لوجود خلل أو خطأ ما.

وبالنسبة للشخص الذي يعاني من الأعراض فإن طبيعة هذه التغييرات في الدماغ قد تعني أن الشخص غير قادر على معرفة أن هناك تغييرات تطرأ عليه.

مؤشرات الإنذار

هذه قائمة تفقدية للأعراض الشائعة للخرف. إطلع عليها وضع إشارة إلى جانب الأعراض الحالية. وإذا كانت لديك عدة إشارات فعليك مراجعة طبيب لإجراء فحص كامل.

فقدان الذاكرة يؤثر على الوظائف اليومية

من الطبيعي أحياناً نسيان المواعيد أو رقم هاتف صديق ثم تذكرها لاحقاً. إن الشخص الذي لديه الخرف قد ينسى الأشياء بوتيرة أكبر أو قد لا يتذكرها إطلاقاً.

صعوبة في أداء المهام اليومية

قد يشعر الإنسان ويسهو من وقت لآخر ولربما نسي تقديم جزء من وجبة الطعام. إن الشخص الذي لديه الخرف قد يواجه صعوبة في تذكر الخطوات المطلوبة لتحضير وجبة طعام.

التشوش بخصوص الوقت والمكان

قد يواجه الخرف صعوبة في التجوال ضمن مكان مألوف أو يشعر بالإضطراب والتشوش حول أين هو أو قد يعتقد أنه عاد إلى فترة ماضية من حياته.

مصاعب تتعلق باللغة

يواجه كل شخص صعوبة في إختيار الكلمة المناسبة أحياناً لكن الخرف قد ينسى مفردات بسيطة أو لربما إستبدالها بأخرى غير ملائمة مما يجعل الجملة التي يتفوه بها صعبة الفهم. كما قد يجد صعوبة في فهم الآخرين.

مصاعب تتعلق بالتفكير المجرد

إن الحرص على إدارة الأوضاع المالية مسألة صعبة عند أي كان لكن الخرف قد يواجه صعوبة في التعرف على مدلولات الأرقام أو ماذا يفعل بها كأرقام.

ضعف أو تدني القدرة على التقدير

تتطلب الكثير من الأنشطة حُسن التقدير وعندما تتأثر هذه القدرة جراء الخرف فإن الشخص الذي لديه الخرف قد يجد صعوبة في صناعة القرارات الملائمة مثل ماذا يرتدي في الطقس البارد.

مصاعب تتعلق بمهارات المسافات

قد يواجه الخرف صعوبة في تقدير المسافة أو الإتجاه عند قيامة بقيادة سيارة.

مصاعب حول وضع الأشياء في غير موضعها

قد يضع أي شخص كان محفظته الشخصية أو المفاتيح في غير موضعها. لكن الخرف قد يضع الأشياء في أماكن غير ملائمة.

تغيير يطرأ على المزاج، الشخصية أو السلوك

يشعر كل شخص بالحزن أو المزاجية من وقت لآخر. لكن الخرف قد تظهر لديه تقلبات سريعة في المزاج دون سبب واضح. ولربما أصبح الشخص مشوشاً، كثير الشكوك أو منزوياً. كما قد يصبح البعض غير مكترثاً وإباحياً أو أكثر إنفتاحاً تجاه الآخرين.

فقدان روح المبادرة

من الطبيعي الملل من بعض الأنشطة. لكن الخرف قد يتسبب في فقدان الشخص لإهتمامه بأنشطة كان يستمتع بها في الماضي.

قد لا تكون الحالة هي الخرف

قد يقاوم بعض الناس فكرة زيارة الطبيب لكن البعض الآخر قد لا يُدركون وجود أي مشكلة وذلك نظرًا إلى التغييرات التي تطرأ على الدماغ فإن الخرف يؤثر على القدرة في معرفة أو تقدير التغييرات التي يتعرضون لها. أما الآخرين الذين لديهم بصيرة مُتبقية فإنهم يخشون التحقق من مخاوفهم.

إن أحد أكثر الطرق فاعلية لتجاوز هذه المشكلة هي في إيجاد سبب آخر لزيارة الطبيب. لربما تقترح إجراء فحص للقلب، فحص ضغط الدم أو مراجعة الاستعمال الطويل للأدوية. وهناك طريقة أخرى لزيارة الطبيب إذا اقترحت إنه أن الأوان لكما لإجراء فحص بدني. وإحرص على تقديم الكثير من التطمينات، إن التعاطي مع الأمر بطريقة هادئة تبعث إلى التهدة في هذا الوقت ستساعد على تجاوز شجون ومخاوف الشخص المعني.

إذا كان الشخص لا يريد زيارة الطبيب رغم ذلك:

- تحدث إلى طبيب الشخص المعني للحصول على نصيحة.
 - إتصل بفريق التقويم للعناية بالمسن Aged Care Assessment Team (ACAT) عبر موقع My Aged Care على الرقم 1800 200 422 من أجل المعلومات
 - إتصل بالخط الوطني للمساعدة في الخرف (National Dementia Helpline) على الرقم 1800 100 500.
- إذا شعرت أن طبيبك لا يأخذ مخاوفك بجدية، ففكر بالحصول على رأي طبي آخر.
- للمزيد من المعلومات التفصيلية حول المؤشرات المبكرة للخرف وطلب المساعدة من طبيب، فم بتنزيل النشرة بعنوان *Worried About Your Memory?* من الموقع الإلكتروني لجمعية ألزهايمر أستراليا أو إتصل بالخط الوطني للمساعدة في الخرف من أجل حجز نسخة.

تذكر أن أعراض الكثير من الحالات مُشابهة لأعراض الخرف، لذا يجب عدم إفتراض أن شخص ما مُصاب بالخرف بمجرد وجود بعض الأعراض. إن السكتات الدماغية، الإكتئاب، إدمان الكحول، الإلتهابات، الإضطرابات الهرمونية، النقص في المواد الغذائية والأورام الدماغية قد تُسبب جميعها في أعراض شبيهة بالخرف. إن معظم هذه الحالات قابلة للعلاج.

إن التشخيص الصحيح هام

إن مراجعة طبيب في مرحلة مُبكرة مسألة بالغة الأهمية إذ أن الطبيب الوحيد الذي يستطيع تشخيص وجود الخرف. إن الخضوع لفحص طبي شامل وتقييم نفسي قد يؤدي إلى تحديد وجود حالة قابلة للعلاج والتأكد من معالجتها بشكل صحيح أو تأكيد وجود الخرف.

قد يشمل التقييم النقاط التالية:

- تاريخ طبي تفصيلي - سيسأل الطبيب عن المصاعب الطبية الماضية والحالية وعن تاريخ العائلة الطبي والأدوية التي يتم أخذها والمصاعب في الذاكرة والتفكير أو السلوك الذي يُسبب القلق. كما قد يريد التحدث إلى أحد أفراد الأسرة المُقربين الذي يمكنه المساعدة عبر تقديم كل المعلومات الضرورية.
- إجراء فحص بدني - قد يشمل ذلك فحص الحواس ووظائف الحركة إضافة إلى وظيفة القلب والرئة لإستثناء حالات أخرى.
- فحوصات مخبرية - تشمل متنوع من فحوصات الدم والبول لتحديد أي مرض مُحتمل قد يكون مسؤولاً عن الأعراض. وفي بعض الحالات، قد تؤخذ عينة من سائل العمود الفقري لفحصها.
- فحص عصبي نفسي فحص للمدارك - قد تُستعمل بضعة فحوصات لتقييم قدرات التفكير وتشمل الذاكرة، اللغة، الإنتباه وحل المسائل، وقد تُساعد هذه في تحديد نواحي مصاعب محددة والتي من شأنها أن تساعد في التعريف بالسبب الكامن أو نوع الخرف.
- تصوير الدماغ - هناك صور محدّدة تنظر إلى بنية الدماغ تُستعمل لإستثناء وجود أورام الدماغ أو تخثر الدم في الدماغ كسبب للأعراض ولإكتشاف أنماط فقدان أنسجة الدماغ التي ستميّز بين أنواع مختلفة من الخرف. أما الصور الأخرى فتتنظر إلى مدى فاعلية بعض أجزاء الدماغ وقد تساعد أيضًا في التمييز بين أنواع الخرف.
- فحص القدرات العقلية - لتحديد الإضطرابات القابلة للعلاج كالإكتئاب مثلاً ولإدارة الأعراض العقلية مثل القلق أو التوهّم التي قد تحدث إلى جانب الخرف.

أين تبدأ

إن أفضل نقطة للبدء في إجراء التشخيص هي عند طبيب الشخص الذي يقوم بدراسة الأعراض وطلب فحوصات المسح الضرورية وقد يقدم تشخيصاً أولياً وسيقوم في الحالات المثالية بإحالة الشخص إلى طبيب إختصاصي كإختصاصي الأعصاب أو إختصاصي أمراض الشيخوخة أو إلى طبيب أمراض عقلية.

المزيد من المعلومات

تقدم جمعية ألزهايمر أستراليا الدعم والمعلومات والتثقيف والإستشارة. إتصل بالخط الوطني للمساعدة في الخرف (National Dementia Helpline) على الرقم 1800 100 500، أو زُر موقعنا الإلكتروني fightdementia.org.au

للمساعدة اللغوية إتصل بخدمة الترجمة الفورية والتحريرية على الرقم 131 450.



DIAGNOSING DEMENTIA

This Help Sheet provides information about the early signs of dementia, the techniques used to diagnose dementia and the importance of an early and correct diagnosis.

What are the early signs of dementia?

Because the diseases that cause dementia develop gradually, the early signs may be very subtle and not immediately obvious. Early symptoms also depend on the type of dementia and vary a great deal from person to person.

Common early symptoms include:

- Memory problems, particularly remembering recent events
- Increasing confusion
- Reduced concentration
- Personality or behaviour changes
- Apathy and withdrawal or depression
- Loss of ability to do everyday tasks

Sometimes people fail to recognise that these symptoms indicate that something is wrong. They may mistakenly assume that such behaviour is a normal part of ageing, or symptoms may develop so gradually they go unnoticed for a long time. Sometimes people may be reluctant to act even when they know something is wrong.

For the person experiencing the symptoms, the very nature of these changes within the brain may mean that the person is unable to recognise that there are changes.

Warning signs

This is a checklist of common symptoms of dementia. Go through the list and tick any symptoms that are present. If there are several ticks, consult a doctor for a complete assessment.

Memory loss that affects day-to-day function

It's normal to occasionally forget appointments and remember them later. A person with dementia may forget things more often or not remember them at all.

Difficulty performing familiar tasks

People can get distracted and they may forget to serve part of a meal. A person with dementia may have trouble with all the steps involved in preparing a meal.

Disorientation to time and place

A person with dementia may have difficulty finding their way to a familiar place, or feel confused about where they are, or think they are back in some past time of their life.

Problems with language

Everyone has trouble finding the right word sometimes, but a person with dementia may forget simple words or substitute inappropriate words, making them difficult to understand. They might also have trouble understanding others.

Problems with abstract thinking

Managing finances can be difficult for anyone, but a person with dementia may have trouble knowing what the numbers mean or what to do with them.

Poor or decreased judgement

Many activities require good judgement. When this ability is affected by dementia, the person may have difficulty making appropriate decisions, such as what to wear in cold weather.

Problems with spatial skills

A person with dementia may have difficulty judging distance or direction when driving a car.

Problems misplacing things

Anyone can temporarily misplace a wallet or keys. A person with dementia may often put things in inappropriate places.

Changes in mood, personality or behaviour

Everyone becomes sad or moody from time to time. Someone with dementia can exhibit rapid mood swings for no apparent reason. They can become confused, suspicious or withdrawn. Some can become disinhibited or more outgoing.

A loss of initiative

It's normal to tire of some activities. However, dementia may cause a person to lose interest in previously enjoyed activities.

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

It may not be dementia

Remember that many conditions have symptoms similar to dementia, so do not assume that someone has dementia just because some of the above symptoms are present. Strokes, depression, alcoholism, infections, hormone disorders, nutritional deficiencies and brain tumours can all cause dementia-like symptoms. Many of these conditions can be treated.

A correct diagnosis is important

Consulting a doctor at an early stage is critical. Only a medical practitioner can diagnose dementia. A complete medical assessment may identify a treatable condition and ensure that it is treated correctly, or it might confirm the presence of dementia.

An assessment may include the following:

- Medical history – the doctor will ask about past and current medical problems, family medical history, any medications being taken, and the problems with memory, thinking or behaviour that are causing concern. The doctor may also wish to speak to a close family member who can help provide all the necessary information.
- Physical examination – this may include tests of the senses and movement function, as well as heart and lung function, to help rule out other conditions.
- Laboratory tests – will include a variety of blood and urine tests to identify any possible illness which could be responsible for the symptoms. In some cases, a small sample of spinal fluid may be collected for testing.
- Neuropsychological or cognitive testing – a variety of tests are used to assess thinking abilities including memory, language, attention and problem solving. This can help identify specific problem areas, which in turn helps identify the underlying cause or the type of dementia.
- Brain imaging – there are certain scans that look at the structure of the brain and are used to rule out brain tumours or blood clots in the brain as the reason for symptoms, and to detect patterns of brain tissue loss that can differentiate between different types of dementia. Other scans look at how active certain parts of the brain are and can also help discriminate the type of dementia.
- Psychiatric assessment – to identify treatable disorders such as depression, and to manage any psychiatric symptoms such as anxiety or delusions which may occur alongside dementia

Where to begin

The best place to start is with the person's doctor. After considering the symptoms and ordering screening tests, the doctor may offer a preliminary diagnosis and will, ideally, refer the person to a medical specialist such as a neurologist, geriatrician or psychiatrist.

Some people may be resistant to the idea of visiting a doctor. Sometimes people do not realise that there is anything wrong with them because the brain changes that occur with dementia interfere with the ability to recognise or appreciate the changes occurring. Others, who do have insight into their condition, may be afraid of having their fears confirmed. One of the best ways to overcome this problem is to find another reason to visit the doctor. Perhaps suggest a blood pressure check or a review of a long-term condition or medication. Another way is to suggest that it is time for both of you to have a physical check-up. A calm attitude at this time can help overcome the person's worries and fears.

If the person still will not visit the doctor:

- Talk to the person's doctor for advice
- Contact your local Aged Care Assessment Team (ACAT) via My Aged Care on **1800 200 422** for information
- Call the National Dementia Helpline on **1800 100 500**

If you feel your doctor is not taking your concerns seriously, consider seeking a second opinion.

For more detailed information about the early signs of dementia and seeking help from a doctor, download the *Worried About Your Memory?* booklet from the Alzheimer's Australia website or call the National Dementia Helpline to order a copy.

FURTHER INFORMATION

Alzheimer's Australia offers support, information, education and counselling. Contact the National Dementia Helpline on **1800 100 500**, or visit our website at fightdementia.org.au



For language assistance phone the Translating and Interpreting Service on **131 450**