

Pagsusuri ng demensia

TAGALOG | ENGLISH

Itong Tulong na Pahina (Help Sheet) ay nagbibigay ng impormasyon tungkol sa mga maagang palatandaan ng demensia, ang mga paraang ginagamit upang masuri ang demensia at ang kahalagahan ng maaga at tamang diyagnosis.

Ano ang mga maagang palatandaan ng demensia?

Dahilan sa dahan-dahan ang pagkabuo ng mga sakit na nagsasanhi ng demensia, ang maagang mga palatandaan ay maaaring napakapino at hindi kaagad napapansin. Ang mga maagang sintomas ay depende rin sa uri ng demensia at malaki ang pagkakaiba sa bawat isa.

Kabilang sa mga maagang sintomas ay:

- Mga problema sa memorya, lalo na sa pag-aalaala ng mga bagong pangyayari
- Sobrang pagkalito
- Nabawasang kakayahan sa pagtutuun
- Mga pagbabago sa personalidad at pag-aasal
- Kawalang interes at paglayo o depresyon
- Pagkawala ng kakayahang gumawa sa pang-araw-araw na mga gawain

Kung minsan hindi napapansin ng mga tao na ang mga sintomas na ito ay nagpapahiwatig na mayroong bagay na hindi tama. Sila ay maaaring mali sa pag-aakala na itong pag-aasal ay normal na bahagi ng pagtanda o ang mga sintomas ay maaaring unti-unting nabubuo at hindi napapansin sa kahabaan ng panahon. Kung minsan, nag-aatubili ang mga tao sa pagkilos kahit alam nilang mayroong bagay na hindi tama.

Para sa taong nakakaranas ng mga sintomas, ang natural na mga pagbabagong nagaganap sa loob ng utak ay maaaring mangahulugang ang tao mismo ay hindi napagtatanto na mayroong mga pagbabago.

Mga babalang palatandaan

Ito ay listahan ng mga karaniwang sintomas ng demensia. Basahin ito at markahan ang anumang mga sintomas na mayroon. Kung marami ang mga marka, kumonsulta sa isang doktor para sa lubusang pagtatasa.

Pagkawala ng memorya na naapektuhan ang pang-araw-araw na gawain

Normal na paminsan-minsan na makalimutan ang mga tipanan at maalaala ang mga ito sa bandang huli. Ang taong may demensia ay mas malimit ang pagkamalilimutin sa mga bagay o hindi maalaala ang kahit alinman.

Kahirapan sa paggawa ng mga datihang gawain

Ang mga tao kung minsan ay naguguluhan at makakaligtaang ihain ang isang putahe ng pagkain. Ang taong may demensia ay maaaring magkaroon ng kahirapan sa lahat ng mga dapat gawin sa paghahanda ng pagkain.

Pagkalito sa oras at lugar

Ang taong may demensia ay maaaring may kahirapan sa pagpunta sa lugar na dating alam na niya o makaramdam ng pagkalito kung nasaang lugar o isiping sila ay nagbalik sa nakaraang bahagi ng kanilang buhay.

Mga problema sa wika

Ang bawat isa kung minsan ay nahirapang mahagilap ang tamang salita, ngunit ang taong may demensia ay makakalimot ng mga simpleng salita o ipinagpapalit ang mga salitang hindi nababagay na tuloy lalong hindi maintindihan. Maaaring mahirap din nilang maintindihan ang ibang tao.

Mga problema sa paggamit ng numero

Ang pangangasiwa ng mga pampinansya ay mahirap para kaninuman, ngunit sa taong may demensia maaaring magkaroon sila ng problemang malaman ang ibig sabihin ng mga numero o kung ano ang gagawin sa mga ito.

Humihina o mababang kakayahan sa pagpapasya

Maraming aktibidad na kailangan ang mahusay na pagpapasya. Kapag ang kakayahang ito ay naapektuhan ng demensia, ang tao ay may kahirapang gumawa ng nararapat na desisyon, gaya ng ano ang dapat isuot sa panahong malamig.

Mga problema sa mga kakayahang 'spatial'

Ang taong may demensia ay may kahirapang magtantiya ng kalayuan o direksyon sa pagmamaneho ng sasakyan.

Mga problema sa pagkawaglit ng mga bagay

Kahit sinuman ay pansamantalang naiwawaglit ang pitaka o mga susi. Ang taong may demensia ay maaaring malimit ang paglalagay ng mga bagay sa hindi tamang mga lugar.

Mga pagbabago sa pakiramdam, personalidad o asal

Ang lahat ay nakakaranas ng lungkot o nagiging bugnutin paminsan-minsan. Ang sinumang may demensia ay maaaring magpakita ng biglang pagbabago ng pakiramdam ng walang dahilan. Sila ay nagiging lito o lumalayo. Ang iba ay nagiging di mahiyain o lalong madaldal.

Ang pagkawala ng inisyatiba

Normal lang na magsawa sa ilang mga aktibidad. Ngunit ang demensia ay maaaring magsanhi sa isang tao na mawalan ng interes sa dating kinagigiliwang mga aktibidad.

National Dementia Helpline 1800 100 500

dementia.org.au

Maaaring hindi ito demensia

Tandaan na maraming mga sintomas ay katulad ng demensia, kaya huwag akalaing ang tao ay may demensia dahil lang sa mayroong ilang sintomas na kagaya sa itaas. Ang mga stroke, depresyon, bisyo sa alak, mga impeksyon sakit sa hormone, mga kakulangan sa nutrisyon at tumor sa utak ay lahat nagsasanhi ng mga sintomas na gaya ng demensia. Marami sa mga kondisyong ito ay nagagamot.

Mahalaga ang tamang diyagnosis

Ang pagkonsulta sa doktor habang nasa maagang yugto ay kritikal. Ang doktor lang ang makapagdiagnosis ng demensia. Ang kumpletong medikal na pagtatasa ang makapagtutukoy sa sakit na nagagamot at matiyak na magagamot ito ng tama o makapagkukumpirma ito na mayroon ngang demensia.

Maaaring kabilang sa pagtatasa ang sumusunod:

- Kasaysayang medikal – magtatanong ang doktor tungkol sa nakaraan at kasalukuyang mga problemang sakit, kasaysayang medikal ng pamilya, anumang mga gamot na iniinom, at ang mga problema sa memorya, pag-iisip o pag-aasal na nakapagpapabalisa. Maaari ring kausapin ng doktor ang isang malapit na kapamilya na makakatulong sa pagbibigay ng lahat ng impormasyong kailangan.
- Pisikal na pagsusuri – maaaring kabilang dito ang mga pagsusuri ng mga pagdama at pagkilos, pati na ang paggana ng puso at baga para makatulong na di mapasali ang iba pang mga sakit.
- Mga pagsusuri sa laboratoryo – makakabilang ang ilang mga pagsusuri sa dugo at ihi para matukoy ang anumang posibleng sakit na siyang nagsasanhi ng mga sintomas. Sa ilang mga kaso, maaaring kumuha ng kaunting sampol ng likido sa gulogod para sa pagsusuri.
- Pagsusuring neurosikolohikal o pagkilala – sari-saring mga pagsusuri ang gagamitin para matasa ang mga abilidad sa pag-iisip kabilang ang memorya, wika, pagtutuun at paglulutas ng problema. Ito ay makakatulong sa pagtutukoy ng mga lugar na may problema, na makakatulong sa pagtutukoy ng pinanggagalingang dahilan o uri ng demensia.
- Pag-i-scan ng utak – may mga tamang scan na tinitingnan ang istruktura ng utak at ginagamit para alisin sa listahan ang mga tumor sa utak o pamumuo ng dugo sa utak bilang dahilan ng mga sintomas at para malaman ang mga disenyo ng pagkabawas ng kalamnan sa utak na makapagbubukod sa pagitan ng magkaka-iba't-ibang mga uri ng demensia. Ang ibang mga scan ay tinitingnan kung gaano kaaktibo ang ibang mga bahagi ng utak at makakatulong din sa pagtutukoy ng uri ng demensia.
- Sikyatrikong(Psychiatric)pagtatasa – para matukoy ang mga sakit na magagamot gaya ng depresyon, at para mapangasiwaan ang anumang sikyatrikong sintomas gaya ng pagkabalisa o delusion na maaaring mangyaring kasabay ng demensia.

Saan magsisimula

Ang pinakamahusay na pagsisimula ay ang doktor ng may kinalamang tao. Matapos ang pagkukunsidera ng mga sintomas at pagsasagawa ng mga pagsusuring pagpa-screen, maaaring magbigay ng pang-unang diyagnosis ang doktor at mas kagandahang isangguni ang tao sa isang ipesyalistang doktor gaya ng neurolohista, geriatrician, o sikyatriska.

Ang ilang tao ay maaaring umayaw sa ideyang bumisita sa doktor. Kung minsan, hindi tinatanggap ng tao na mayroong bagay na hindi tama sa kanila dahil ang nangyayaring mga pagbabago sa utak ng may demensia ay nanghihimasok sa abilidad na matanto at matanggap ang mga pagbabagong nagaganap. Sa iba naman, na may alam tungkol sa kanilang kalagayan ay maaaring takot na makumpirma ang kanilang kinatatakutan. Ang isa sa pinakamabisang paraang malampasan ang problemang ito ay humanap ng ibang dahilan sa pagpunta sa doktor. Maaaring sabihing para magpatsek ng presyon ng dugo o magparepaso sa matagal nang nararamdamang sakit o tungkol sa iniinom na gamot. Ang iba pang paraan ay sabihing panahon na na kailangan ninyong dalawa ang magpa-check up. Ang kalmadong asal sa ganitong pagkakataon ay makakatulong na malampasan ng tao ang mga pag-aalala at takot.

Kung ayaw pa rin ng taong pumunta sa doktor:

- Kausapin ang doktor ng tao at humingi ng payo
- Tawagan ang inyong lokal na Aged Care Assessment Team (ACAT) gamit ang My Aged Care sa **1800 200 422** para sa impormasyon
- Tawagan ang National Dementia Helpline sa **1800 100 500**

Kung sa pakiwari ninyo na hindi seryoso ang pagtrato ng doktor sa inyong pinag-aalala, humanap ng pangalawang mahihingan ng opinyon.

Para sa higit pang detalyadong impormasyon tungkol sa mga maagang palatandaan ng demensia at paghingi ng tulong sa inyong doktor, i-download ang buklet na *Worried About Your Memory?* mula sa website ng Dementia Australia o tumawag sa National Dementia Helpline para humiling ng kopya.

KARAGDAGANG IMPORMASYON

Ang Dementia Australia ay nagbibigay ng tulong, impormasyon, edukasyon at pagpapayo. Tawagan ang National Dementia Helpline sa **1800 100 500**, o bisitahin ang aming website sa dementia.org.au



Interpreter

Para sa tulong sa wika, tawagan ang Serbisyo sa Pagsasalinwika at Pag-iinterpretar (Translating and Interpreting Service) sa **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.

National Dementia Helpline 1800 100 500

dementia.org.au

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 Dementia Australia website or call the National Dementia Helpline to order a copy.

FURTHER INFORMATION

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



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