

மறதிநோய் இருப்பதைக் கண்டறிதல்

TAMIL | ENGLISH

மறதிநோயின் ஆரம்ப கால அடையாளங்கள், மறதிநோய் ஏற்பட்டிருப்பதைக் கண்டறிவதற்கான நுட்பங்கள் மற்றும் மறதிக்கோளாறு இருப்பதை ஆரம்ப காலத்திலேயே சரியாகக் கண்டறிய வேண்டியதன் அவசியம் ஆகியவை குறித்த தகவல்களை இந்த 'உதவி ஏடு' அளிக்கிறது.

மறதிக்கோளாறு நோயின் ஆரம்ப கால அடையாளங்கள் யாவை?

மறதிக்கோளாறு ஏற்படுத்தும் நோய்கள் படிப்படியாக வளரும் காரணத்தினால், இதன் ஆரம்ப கால அடையாளங்கள் மிக நுண்மையானதாகவும், உடனே பார்வையில் பட இயலாததாகவும் இருக்கக் கூடும். மறதிக்கோளாறு எந்த வகையைச் சேர்ந்தது என்பதைப் பொறுத்தும் இதன் ஆரம்ப கால அறிகுறிகள் அமையும், மற்றும் இந்த அறிகுறிகள் ஆளுக்கு ஆள் மாறும்.

பொதுவாய்க் காணப்படும் ஆரம்ப கால அறிகுறிகளில் கீழ் வருவன அடங்கும்:

- ஞாபகப் பிரச்சினைகள், குறிப்பாக சமீபத்திய நிகழ்வுகளை நினைவு கூர்வதில் பிரச்சினைகள்
- அதிகரித்துக்கொண்டு போகும் குழப்பநிலை
- குறையும் கவனக்குவியல்
- தனக்கே உரித்தான தன்மை அல்லது நடந்துகொள்ளும் விதத்தில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்
- ஆர்வமின்மை மற்றும் ஒதுக்கியிருத்தல் அல்லது மனச்சோர்வு
- அன்றாட வேலைகளைச் செய்வதற்குத் தேவைப்படும் திறனில் ஏற்படும் இழப்பு

ஏதோ சரியில்லை என்பதையே இந்த அறிகுறிகள் அடையாளம் காட்டுகின்றன என்பதை நாம் சில வேளைகளில் கவனிக்கத் தவறிவிடுகிறோம். வயதாகிக் கொண்டிருப்பதால்தான் இப்படி ஏற்படுகின்றது என்று நாம் தவறாக நினைக்கலாம், அல்லது இந்த அறிகுறிகள் மெதுவாகவும், படிப்படியாகவும் ஏற்படுவதால் நீண்ட காலத்திற்கு இவை நமது கவனத்திற்கு வராமல் போய்விடலாம். சில வேளைகளில் ஏதோ தவறாக நடக்கிறது என்று தெரிந்தாலும் இது குறித்து நடவடிக்கை எடுக்க நாம் தயங்கிவிடக்கூடும்.

மூளையில் ஏற்படும் இந்த மாற்றங்களது தன்மையின் காரணமாக, இந்த அறிகுறிகள் யாருக்கு ஏற்படுகிறதோ அவர்களால் இந்த மாற்றங்களை அவதானிக்க இயலாமல் போகக்கூடும்.

எச்சரிக்கைக் குறிகள்

மறதிக்கோளாறின் பொதுவான அடையாளங்களின் அட்டவணையாகும் இது. இந்த அட்டவணையை வாசித்துப் பார்த்து இந்த அறிகுறிகளில் ஏதும் இருக்கிறதா என்று பாருங்கள். இவற்றில் பல அறிகுறிகள் இருக்கின்றன என்று தெரிந்தால், முழு மதிப்பீட்டு சோதனை ஒன்றிற்காக மருத்துவர் ஒருவரிடம் ஆலோசியுங்கள்.

அன்றாட வேலைகளைப் பாதிக்கும் ஞாபகத் திறனீழ்ப்பு

சந்திப்புவேளைகள் மறந்துபோவதும், அவை பிறகு ஞாபகத்திற்கு வருவதும் சாதாரண விடயம்தான். மறதிநோய் உள்ள ஒருவர் அடிக்கடி விடயங்களை மறந்து போவார், மற்றும் விடயங்களை அவரால் அறவே நினைவு கூர இயலாமல் இருக்கும்.

பழக்கப்பட்ட வேலைகளைச் செய்வதில் கஷ்டம்

வேறு எதையோ நினைத்துக்கொண்டிருக்கும் போது, சாப்பாட்டில் ஒரு வகையை பரிமாற நாம் மறந்துவிடலாம். ஒரு வேளை சாப்பாட்டை எப்படி முழுமையாக எடுத்து வைப்பது என்பது மறதிக்கோளாறு உள்ள ஒருவருக்குக் கஷ்டமாக இருக்கலாம்.

இருக்கும் இடம் மற்றும் நேரம் ஆகியவை விளங்காமல் இருத்தல் மறதிக்கோளாறு உள்ள ஒருவருக்கு பழக்கப்பட்ட இடம் ஒன்றிற்குச் செல்வது கஷ்டமாக இருக்கலாம், அல்லது தாம் எங்கிருக்கிறோம் என்பது தெரியாமல் குழம்பி இருக்கலாம், அல்லது தமது வாழ்வின் முந்தைய ஒரு கால கட்டத்தில் தாம் இருப்பதாக நினைத்துக் கொண்டிருக்கலாம்.

மொழியைப் பயன்படுத்துவதில் ஏற்படும் பிரச்சினைகள்

சில வேளைகளில் தகுந்த வார்த்தைகள் கிடைப்பது அனைவருக்கும் கஷ்டமாக இருக்கும், ஆனால் மறதிக்கோளாறு உள்ளவர்கள் சாதாரண வார்த்தைகளைக் கூட மறந்துவிடுவார்கள், அல்லது பொருத்தமற்ற வார்த்தைகளை இவர்கள் பாவிப்பதன் காரணமாக இவர்கள் சொல்வதை விளங்கிக்கொள்வது கஷ்டமாக இருக்கும். மற்றவர்கள் சொல்வதை விளங்கிக்கொள்வதும் இவர்களுக்குக் கஷ்டமாக இருக்கக்கூடும்.

பொதுவான கருத்துக்களைப் பற்றி சிந்திப்பதில் ஏற்படும் பிரச்சினைகள்

வரவு-செலவுக் கணக்குகளைச் சரியாக வைத்துக்கொள்வது எல்லோருக்கும் கஷ்டமாக இருக்கக்கூடும், ஆனால் மறதிக்கோளாறு உடையவர்களுக்கு எண்களை விளங்கிக்கொள்வது ஒரு பிரச்சினையாக இருக்கும் அல்லது எண்களைப் பயன்படுத்தி என்ன செய்வது என்று இவர்களுக்குத் தெரியாமல் இருக்கலாம்.

குறைவான அனுமானிக்கும் திறன்

பல வேலைகளைச் சரியாய் செய்வதற்கு நல்ல அனுமானிக்கும் திறன் அவசியமாகும். மறதிக்கோளாறின் காரணமாக ஒருவரது அனுமானிக்கும் திறன் பாதிக்கப்படும்போது, சரியான முடிவுகளை இவர்களால் மேற்கொள்ள இயலாமல் இருக்கலாம். உதாரணத்திற்கு, குளிர் காலத்தில் எந்த உடம்புகளை அணிய வேண்டும் என்று இவர்களால் முடிவு செய்ய இயலாமல் போகக்கூடும்.

இருக்கும் இடம் மற்றும் தூரம் ஆகியவற்றைப் புரிந்து கொள்வதில் பிரச்சினைகள்

கார் ஓட்டும்போது, தூரம் மற்றும் போகும் திசைகளைப் புரிந்து கொள்வது ஆகியவற்றில் மறதிக்கோளாறு உள்ளவர்களுக்கு சிரமம் இருக்கலாம்.

பொருட்களைத் தவறான இடத்தில் வைத்துவிடுதல்

பணப் பை அல்லது சாவிக்களை தற்காலிகமாக யாரொருவரும் தவறான இடத்தில் வைத்துவிடக் கூடும், ஆனால் மறதிநோய் உள்ளவர்கள் அடிக்கடி பொருட்களைத் தகாத இடத்தில் வைத்துவிடுவர்.

மனநிலை, தனித்தன்மை அல்லது நடத்தைப் பாங்கில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்

அவ்வப்பொழுது நாம் அனைவருமே சோகமாகவோ அல்லது மனநிலை சரியில்லாமலோ இருப்போம். மறதிக்கோளாறு உள்ள ஒருவருக்கு வெளிப்படையான காரணம் எதுவும் இல்லாமலேயே திடீர் மனநிலை மாற்றங்கள் ஏற்படக் கூடும். இவர்கள் குழப்பத்திற்கும், சந்தேகத்திற்கும் ஆளாகலாம், அல்லது மற்றவர்களிடமிருந்து இவர்கள் ஒதுங்கி விலகியிருக்கலாம். சிலர் கூச்சத்தை மறந்து முன்பிருந்ததை விட அதி கலகலப்பாக இருக்கலாம்.

ஆர்வ இழப்பு

சில வேலைகளை மீண்டும் மீண்டும் செய்து நாம் களைத்துப்போவது இயற்கையே. இருப்பினும், மறதிக்கோளாறின் காரணமாக முன்பு தாம் விரும்பிச் செய்த வேலைகளில் ஒருவர் ஆர்வத்தை இழக்கலாம்.

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

UNDERSTAND ALZHEIMER'S
EDUCATE AUSTRALIA

இந்தத் தகவலை அலுவல்தேரவிய அரசின் நிதியுதவியைப் பெறுகிறது.

இது மறதிக்கோளாறாக இல்லாமலும் இருக்கலாம்

மறதிக்கோளாறு உள்ளவர்களுக்கு ஏற்படுவதைப் போன்ற அறிகுறிகள் பல நோய்நிலைகளில் தென்படும் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள், எனவே மேலே சொல்லப்பட்டுள்ள அடையாளங்களில் சில ஒருவருக்கு இருக்கும் காரணத்தினால் அவருக்கு மறதிக்கோளாறு ஏற்பட்டுள்ளது என்று நீங்களாகவே யூகித்துக்கொள்ள வேண்டாம். தாக்குகள் (strokes), மனத்தளர்ச்சி, அதீத மது பாவிப்பு, நோய்த்தொற்றுக்கள், இயக்கநீர் கோளாறுகள், போஷாக்குக் குறைபாடுகள் மற்றும் மூளைக்கட்டிகள் போன்ற அனைத்துமே மறதிக்கோளாறு இருப்பவர்களுக்கு உண்டாவதைப் போன்ற அறிகுறிகளைத் தோற்றுவிக்கக் கூடும். இந்த நோய்நிலைகளில் பலவற்றிற்குச் சிகிச்சையளிக்க இயலும்.

இதை சரியாகக் கண்டறிய வேண்டியது முக்கியமானதாகும்

துவக்க நிலையிலேயே மருத்துவர் ஒருவருடன் கலந்தாலோசிக்க வேண்டியது மிகவும் அவசியமாகும். மருத்துவர் ஒருவரால் மட்டுமே மறதிக்கோளாறை அடையாளம் காண இயலும். முழு மருத்துவ மதிப்பீடு ஒன்றைச் செய்யும் பொழுது, ஏற்பட்டிருக்கும் நோய்நிலைக்கு சிகிச்சையளிக்க இயலும் என்று கண்டுபிடிக்கப்படலாம். எனவே அதற்குத் தகுந்த சிகிச்சையளிப்பது இதனால் சாத்தியமாகும், அல்லது மறதிக்கோளாறு இருக்கிறது என்றால் அதையும் இந்த முழு மருத்துவப் பரிசோதனை உறுதிப்படுத்தும்.

மருத்துவ மதிப்பீட்டில் கீழ் வருவன உள்ளடங்கலாம்:

- மருத்துவ வரலாறு – கடந்தகால மற்றும் தற்போதைய மருத்துவப் பிரச்சினைகளைப் பற்றியும், குடும்பத்தினரது மருத்துவ வரலாறு பற்றியும், மருந்து எதையும் உட்கொண்டு வருகிறீர்களா என்றும், ஞாபக சக்தி, சிந்தனை அல்லது நடத்தைப்பாங்கில் கவலையூட்டவல்ல பிரச்சினைகள் எதுவும் உள்ளனவா என்றும் வைத்தியர் கேட்பார். தேவைப்படும் அனைத்துத் தகவல்களையும் அளிப்பதில் உதவக்கூடிய குடும்ப உறுப்பினர் ஒருவருடன் தான் கதைக்க வேண்டும் என்றும் மருத்துவர் கேட்கலாம்.
- உடல்நீரியான பரிசோதனை – உணர்வுகள் மற்றும் உடல் இயக்கங்கள் சம்பந்தப்பட்ட சோதனைகள் இதில் இடம் பெறும், மற்றும் வேறு நோய்நிலைகள் எதுவும் இல்லை என்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்வதற்காக இதயம் மற்றும் நுரையீரல்கள் எவ்வாறு செயல்படுகின்றன என்பதை அறிவதற்கான சோதனைகளும் மேற்கொள்ளப்படும்.
- ஆய்வுக்கூட சோதனைகள் - ஏற்பட்டிருக்கும் அறிகுறிகளுக்குக் காரணமாக இருக்கக்கூடிய வேறு நோய்கள் எதுவும் இருக்கின்றனவா என்று அடையாளம் காண்பதற்காக செய்யப்படும் இரத்தம் மற்றும் சிறுநீர் சோதனைகள் இதில் இடம் பெறும். சிலருக்கு, சோதனை செய்வதற்காக தண்டுடலத்திற்குள் இருக்கும் திரவத்தில் சிறிது எடுக்கப்படும்.
- நரம்பு-உளவியல் அல்லது அறிந்துணர் திறன் குறித்த சோதனைகள் - ஞாபக சக்தி, மொழிப் பயன்பாடு, கவனம் மற்றும் பிரச்சினைகளைத் தீர்க்கும் திறன் ஆகியவற்றை மதிப்பீடு செய்வதற்காக பல வித சோதனைகள் செய்யப்படும். குறிப்பிட்ட பிரச்சினை உள்ள இடங்களை அடையாளம் காண இது உதவக்கூடும். மறதிக்கோளாறுக்கான அடிப்படைக் காரணத்தையும், மறதிக்கோளாறு எவ்வகைப்பட்டது என்பதையும் அறிய இது உதவலாம்.
- மூளைப் படங்கள் (Brain imaging) - மூளையின் கட்டமைப்பைப் படம் (scan) எடுக்கும் சில முறைகள் உள்ளன. ஏற்பட்டுள்ள அறிகுறிகளுக்குக் காரணம் மூளைக் கட்டிகளே அல்லது உறைந்து போன இரத்தக் கட்டிகளே இல்லை என்பதை உறுதிப்படுத்திக்கொள்ளவும், மூளைத் திசுக்களில் ஏற்பட்டுள்ள சேதார வகைகளைக் கண்டுபிடிக்கவும், மறதிக்கோளாறுகளில் உள்ள வெவ்வேறு வகைகளை அடையாளம் காணவும் இந்தப் படங்கள் (scans) உதவும். மூளையின் குறிப்பிட்ட சில பகுதிகள் எவ்வளவு சுறுசுறுப்பாக செயலாற்றுகின்றன என்பதை சில படங்களால் கண்டறிய இயலும், மற்றும் ஏற்பட்டிருக்கும் மறதிக்கோளாறு எந்த விதத்தில் மாறுபட்டது என்று வேறுபடுத்திக் காண்பதில் இப் படங்களால் உதவ இயலும்.

- மனவியல் மதிப்பீடு - மனத்தளர்ச்சி போன்ற சிகிச்சையளிக்கப்படக் கூடிய கோளாறுகளை அடையாளம் காணவும், மறதிக்கோளாறுடன் சேர்ந்து வரக்கூடிய படபடப்பு அல்லது மருட்சிகள் (delusions) போன்ற மனநோய்க்கான அறிகுறிகளை நிர்வகிக்கவும் இது உதவும்.

முதலில் என்ன செய்ய வேண்டும்?

முதலில் மருத்துவரிடம் கதைப்பதே மிகச் சிறந்த வழியாகும். ஏற்பட்டிருக்கும் அறிகுறிகளைக் கவனத்தில் கொண்டு, ஆரம்ப கட்ட மருத்துவ சோதனைகளுக்குப் பிறகு, முதல்நிலை நோயறிவுச் சோதனை ஒன்றை மருத்துவர் மேற்கொள்ளலாம், மற்றும் நரம்பியல் நிபுணர், வயதானோருக்கான மருத்துவர் அல்லது மனவியலாளர் போன்ற ஒருவரைப் பார்க்க மருத்துவர் உங்களுக்கு முறைப்படிப் பரிந்துரை அளிப்பார்.

மருத்துவரைப் பார்க்க சிலர் மறுக்கலாம். சில வேளைகளில் உதவியை ஏற்றுக் கொள்ள இவர்கள் விரும்பாதிருக்கலாம், அல்லது தமக்கு உடல்நிலை சரியில்லை என்பதை இவர்கள் உணராமல் இருக்கலாம். மறதிக்கோளாறை ஏற்படுத்திய மூளையில் உருவாகியுள்ள மாற்றங்களின் காரணமாக தம்மிடம் மாற்றங்கள் ஏற்படுவதை இவர்களால் அடையாளம் காண இயலாமலிருக்கலாம், அல்லது இதை விளங்கிக்கொள்ள இயலாமல் போகலாம். தமது நிலையை உணர்ந்துகொண்ட சிலருக்கு, தமது சந்தேகம் உண்மையாகிவிடுமோ என்ற அச்சம் ஏற்படலாம். மருத்துவரிடம் செல்வதற்கு வேறொரு காரணத்தைச் சொல்வதே இந்தப் பிரச்சினையை சமாளிப்பதற்கான சிறந்த வழியாகும். இந்த அழுத்தத்தைப் பரிசோதிக்கப் போகிறோம் என்றோ அல்லது நீண்டநாளாகக் கவனிக்கப்படாமல் இருக்கும் ஒரு பிரச்சினைக்காகவோ அல்லது மருந்துகள் வாங்குவதற்காகவோ போகிறோம் என்றோ நீங்கள் அவருக்குச் சொல்லலாம். உங்கள் இருவருக்குமே உடல்நலம் பரிசோதனை செய்துகொள்வதற்கான நேரம் வந்துவிட்டது என்றும் சொல்லலாம். இப்படிப்பட்ட நேரத்தில் விடயத்தை அமைதியான முறையில் கையாளுவது ஒருவரது கவலைகளையும் அச்சத்தையும் போக்க உதவக்கூடும்.

இதற்குப் பிறகும் ஒருவர் மருத்துவரிடம் செல்ல மறுத்தால்:

- இது போன்ற பிரச்சினைகளை எதிர்கொண்ட மற்ற குடும்பத்தினர் அல்லது கவனிப்பாளர்களிடம் கதையுங்கள்
- உங்களது உள்ளூர் பகுதியிலுள்ள 'முதியோர் கவனிப்பு மதிப்பீட்டுக் குழு' (Aged Care Assessment Team (ACAT)) வினாருடன் தொடர்பு கொள்ளுங்கள். விபரங்களுக்கு 1800 200 422 என்ற இலக்கத்தை அழையுங்கள்
- 1800 100 500 –ல் 'தேசிய மறதிநோய் உதவி இணைப்பு' (National Dementia Helpline) பை அழையுங்கள்

உங்களுடைய மருத்துவர் உங்களுடைய பிரச்சினைக்கு செவி சாய்க்காமல் இருக்கிறார் என்று நீங்கள் நினைத்தால், இரண்டாம் கருத்து ஒன்றை நாடுவதைக் கருத்தில் கொள்ளுங்கள்.

மறதிநோய்க்கான ஆரம்ப நிலை அறிகுறிகளைப் பற்றியும், மருத்துவர் ஒருவரது உதவியை எப்படிப் பெறுவது என்பது பற்றியும் விபரமாகத் தெரிந்துகொள்ள 'அல்லைமர் ஆஸ்திரேலியா' (Alzheimer's Australia) வினாறு வலைத்தளத்திலிருந்து *Worried About Your Memory?* என்ற குறுநூலை இறக்கம் செய்யுங்கள், அல்லது இதன் பிரதி ஒன்றைப் பெறுவதற்காக 'தேசிய மறதிநோய் உதவி இணைப்பு' (National Dementia Helpline) பை அழையுங்கள்.

மேலதிகத் தகவல்கள்

அல்லைமர் ஆஸ்திரேலியா எனும் அமைப்பினர் இதற்கான உதவி, இது குறித்த தகவல்கள், கல்வியறிவு மற்றும் அறிவுரை-ஆலோசனைகளை வழங்குகின்றனர்.

1800 100 500 எனும் இலக்கத்தில் 'தேசிய மறதிநோய் உதவி தொலைபேசி இணைப்பு'டன் தொடர்பு கொள்ளுங்கள், அல்லது fightdementia.org.au எனும் எமது வலைத்தளத்திற்கு விசயம் செய்யுங்கள்.



மொழி உதவிக்கு 131 450 எனும் இலக்கத்தில் 'தொலைபேசி மொழிபெயர்ப்பாளர் சேவை'யை அழையுங்கள்.



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**