

Дали сте загрижени за вашето размислување и помнење?

Еве што може да сторите





Дали сте забележале промени во вашето размислување или однесување? Дали сте загрижени за тоа дека помнењето сè полошо ве служи?

Можеби сте забележале такви промени кај некој член на вашето семејство или пријател?

Многу чинители можат да предизвикаат промени во размислувањето или губење на помнењето. Меѓу нив спаѓаат:

- стресот
- болката
- хроничните болести
- некои лекови
- алкохолот
- заморот.

Понекогаш таквите симптоми се знак за рана деменција.

Големи промени во помнењето не се нормални на ни една возраст.

Ако имате тешкотии, треба да отидете на лекар.

Разговор со вашиот лекар

Не постои еден единствен медицински тест што може да покаже дали некое лице има деменција.

Зборувајте со вашиот лекар за тешкотиите што ги имате. Вашиот лекар ќе ви направи телесен и невролошки преглед. Може исто така да ве упати и кај специјалист за да се испитаат други можни причини за вашите симптоми.

Кога ќе одите на лекар, треба:

- да носите со себе список на работите што ве загрижуваат
- да му кажете на вашиот лекар колку долго имате проблеми и дали се влошуваат
- да донесете список на лековите, витамините и додатоците што ги земате.



Искористете ја колку што можете повеќе вашата посета кај лекарот

- Закажете подолго време за преглед.
- Поведете со себе некој пријател или член на семејството.
- Постапувајте прашања и кажете му на вашиот лекар ако не разбирате нешто.
- Фаќајте белешки додека сте кај лекарот.
- Разговарајте за тоа дали ви се потребни натамошни прегледи кај специјалисти.



Ми олесна кога ја дознав дијагнозата. Најстрашно од сè беше кога не знаев што ми е. ”

Фред, дијагностициран со Алцхајмерова болест

Колку поскоро ќе преземете нешто, толку подобро

Вашите симптоми може не се предизвикани од деменција. Ама ако се, тогаш раното дијагностицирање ќе помогне.

Може да добиете поддршка и информации за да разберете како може да живеете добро со деменцијата и да преземете контрола врз вашиот живот. Може да планирате однапред и да преземете позитивни чекори за да го живеете животот на најдобриот можен начин.

“

Многу ни е мило што рано ја дознавме дијагнозата. Имавме можност да го промениме нашиот начин на живот за да им одговара на моите способности. Направивме конечни планови за иднината.

Марија, дијагностицирана со деменција на крвните садови

Што е тоа деменција?

Деменција е израз што се користи за да се опишат симптомите на голема група болести што предизвикуваат постепено и незапирливо опаѓање на функционирањето на едно лице. Познати се многу видови на деменција. Најчестиот вид е Алцхајмеровата болест.

Деменцијата може да му се случи на секој. Повеообичаена е кај луѓето постари од 65 години, а особено кај луѓето постари од 85 години.

Само лекар или специјалист може соодветно и точно да ја дијагностицира деменцијата.



Список за проверка ако сте загрижени за вашето размислување и помнење

Ако сте загрижени за промените во размислувањето и помнењето кај себе или кај член на семејството или пријател, пополнете го долниот список за проверка.

Тешко ми е да запомнам скорешни настани

Ретко Понекогаш Често

Тешко ми е да го најдам вистинскиот збор

Ретко Понекогаш Често

Тешко ми е да се сетам кој ден и кој датум е

Ретко Понекогаш Често

Заборавам каде обично стојат работите

Ретко Понекогаш Често

Тешко ми е да се привикнам на промени во моите секојдневни навики

Ретко Понекогаш Често

Тешко ми е да ја разберам содржината на пишани текстови или да следам некоја приказна на телевизија

Ретко Понекогаш Често

Тешко ми е да следам разговори и да се вклучувам во нив, особено кога разговорот се води меѓу повеќе луѓе

Ретко Понекогаш Често

Имам проблеми да управувам со финансиите, на пример, при банкарските работи или при пресметувањето колку курс треба да ми вратат

Ретко Понекогаш Често

Тешко ми е вршењето на секојдневните активности, на пример, да се снајдам во локалниот трговски центар

Ретко Понекогаш Често

Го губам интересот за активности во кои обично уживам

Ретко Понекогаш Често

Тешко ми е да размислувам како да решам некој проблем

Ретко Понекогаш Често

Членовите на моето семејство и/или моите пријатели споменуваат дека имам лошо помнење

Ретко Понекогаш Често

Ако претежно означивте „понекогаш“ или „често“, треба да појдете кај вашиот лекар.



За здружението Dementia Australia

Здружението Dementia Australia е извор на сигурни информации, подучување и услуги за околу половина милион Австралијци што живеат со деменција, и за речиси 1,6 милиони луѓе што учествуваат во нивната нега.

Ние се залагаме за позитивни промени и ги поддржуваме истражувањата што се многу важни. Ние постоиме за да им дадеме поддршка на луѓето со деменција и да им овозможиме да живеат колку што е можно подобро.

Без оглед на тоа на кој начин сте засегнати од деменцијата, ние сме тука за вас.

National Dementia Helpline **1800 100 500**



За помош од преведувач
јавете се на **131 450**

Најдете нè на Интернет
dementia.org.au

