

Брину вас ваше размишљање и памћење?

Ево шта можете да урадите





Да ли сте приметили промене у свом размишљању или понашању? Да ли сте забринути због све чешћих пропушта у свом памћењу?

Можда сте приметили овакве промене код члана своје породице или код пријатеља?

Многи фактори могу да утичу на промене у размишљању или губитак памћења. Они укључују:

- стрес
- болове
- хроничне болести
- неке лекове
- алкохол
- умор.

Понекад су симптоми знак ране деменције.

Крупне промене у памћењу нису нормалне ни за једну старост.

Ако осетите потешкоће, треба да се јавите лекару.

Разговор са вашим лекаром

Не постоји ни један медицински тест који сам показује да ли неко има деменцију.

Разговарајте са својим лекаром о тешкоћама које доживљавате. Ваш лекар ће обавити телесни и неуролошки преглед. Можете такође и да budete упућени и код специјалисте да се испитају остали могући узроци ваших симптома.

За време прегледа треба:

- да понесете списак свега што вас забрињава
- да кажете свом лекару колико дуго имате проблеме и да ли су се они погоршали
- да понесете списак лекова, витамина и суплемената које пијете.



Искористите заказани преглед на најбољи начин

- Закажите дужи термин.
- Поведите са собом пријатеља или члана породице.
- Постављајте питања и дајте лекару до знања ако нешто не разумете.
- Записујте белешке током посете.
- Разговарајте о томе да ли вам је потребна даља процена од стране специјалисте.



Било је олакшање када сам добио дијагнозу. Најгоре је било док нисам знао. ”

Фред, код кога је дијагностикована Алцхајмерова болест

Што раније нешто предузмете, то боље

Ваши симптоми можда нису проузроковани деменцијом. Али, ако јесу, ранија дијагноза ће бити корисна.

Ви можете да дођете до подршке и информација да бисте разумели како можете да живите добро са деменцијом и да узмете контролу над својим животом. Можете да планирате унапред и предузмете позитивне кораке да живите на најбољи могућ начин.

“

Много нам је драго што смо добили рану дијагнозу. Добили смо прилику да променимо начин живота да се прилагодимо мојим способностима. Направили смо јасне планове за будућност. ”

Марија, код које је дијагностикована васкуларна деменција

Шта је деменција?

Деменција је појам који се користи да се опишу симптоми велике групе обољења која проузрокују прогресиван пад у функционисању неке особе.

Постоје многе познате врсте деменције. Алцхајмерова болест је најчешћа врста.

Деменција може да задеси свакога.

Чешће се јавља код особа старијих од 65 година, а нарочито код оних старијих од 85 година.

Само лекар или специјалиста могу правилно да дијагностикују деменцију.



Брину вас ваше размишљање или памћење – упитник

Ако сте забринути због промена у размишљању или памћењу код себе, или код члана породице или пријатеља, попуните ниже наведени упитник.

Тешко ми је да се сетим догађаја који су се недавно десили

Ретко Понекад Често

Тешко ми је да пронађем праву реч

Ретко Понекад Често

Тешко ми је да се сетим који је дан и датум

Ретко Понекад Често

Заборављам где ствари обично стоје

Ретко Понекад Често

Тешко се прилагођавам на промене у мојој рутини

Ретко Понекад Често

Тешко ми је да разумем написани садржај или да пратим радњу на телевизији

Ретко Понекад Често

Тешко ми је да пратим разговоре и да се у њих укључим, нарочито у групама

Ретко Понекад Често

Имам проблем са располагањем новца, на пример у вези банкарских трансакција или да израчунам курс

Ретко Понекад Често

Тешко ми је у свакодневним активностима, као на пример, да се оријентишем у локалном тржном центру

Ретко Понекад Често

Губим интересовање за активности у којима обично уживам

Ретко Понекад Често

Тешко ми је да изанализирам проблеме

Ретко Понекад Често

Породица и/или пријатељи су коментарисали моје слабо памћење

Ретко Понекад Често

Ако сте већином одговорили са 'понекад' или 'често', треба да се јавите свом лекару.



О Деменцији Аустралија (Dementia Australia)

Деменција Аустралија (Dementia Australia) је поуздани извор информација, едукације и услуга за отприлике пола милиона Аустралијанаца који живе са деменцијом и за скоро 1,6 милион људи укључених у бригу о њима.

Ми се залажемо за позитивне промене и подржавамо истраживања од виталног значаја. Ми смо ту да помажемо људима погођеним деменцијом и да им омогућимо да живе што је боље могуће.

Без обзира како сте погођени деменцијом, ми смо ту за вас.

National Dementia Helpline **1800 100 500**



За помоћ на другим језицима
позовите: **131 450**

Нађите нас на интернету на
dementia.org.au

