

ՄՏԱԳԱՐՈՒԹԵԱՆ ԱԽՏԱՃԱՆԱԶՈՒՄ

ARMENIAN | ENGLISH

Այս Օգնության Թերթիկը կը պարունակե տեղեկություն մտազարության նախնական ախտանշաններու, մտազարության ախտաճանաչման համար օգտագործուած միջոցներու եւ կանուխու ճշգրիտ ախտաճանաչման կարելորութեան մասին:

Ի՞նչ են մտազարության նախնական նշանները

Քանի որ մտազարություն պատճառող հիւանդությունները աստիճանաբար կը զարգանան՝ նախնական նշանները կրնան շատ նուրբ ըլլալ եւ անմիջապէս յայտնի չըլլալ: Նախնական ախտանշանները նաեւ կախում ունին մտազարութեան տեսակէն եւ անձէ անձ շատ կը տարբերին:

Նախնական սովորական ախտանշաններէն են՝

- Յիշողութեան հարցեր, յատկապէս վերջին իրադարձությունները յիշելու
- Խառնաշփոթութեան աճ
- Կեդրոնացումի նուազում
- Անհատականութեան կամ վարուելակերպի փոփոխություն
- Անտարբերություն եւ ներքաշում կամ ընկճուածություն
- Առօրեայ գործերը կատարելու անկարողություն

Երբեմն մարդիկ չեն նկատեր որ այս ախտանշանները կը նշանակեն որ սխալ բան մը կայ: Անոնք սխալմամբ կրնան ենթադրել որ նման վարուելակերպը ծերանալու գործընթացի բնականոն մէկ մասն է, կամ ախտանշաններ կրնան առաջանալ այնքան աստիճանաբար որ աննկատ կ'անցնին երկար ժամանակ: Երբեմն մարդիկ կը դժկամին բան մը ընել երբ նոյնիսկ գիտեն որ բան մը սխալ է:

Ախտանշանները ունեցող անձին համար, ուղեղին մէջը կատարուող փոփոխություններու բնոյթը կրնայ նշանակել որ անձը անկարող է ճանչնալ որ փոփոխություններ կան:

Ազդանշաններ

Ասիկա ճշդումի ցանկ մըն է մտազարութեան սովորական ախտանշաններու: Կարդացէք ցանկը եւ նշեցէք ներկայ ախտանշանները: Եթէ մի քանի նշաններ կան, բժիշկին դիմեցէք ամբողջական քննութեան համար:

Յիշողութեան կորուստ որ կ'ազդէ առօրեայ գործունէութեան

Բնական է երբեմն մոռնալ ժամադրություններ եւ վերջը յիշել զանոնք: Մտազարություն ունեցող անձ մը կրնայ բաներ մոռնալ աւելի յաճախ կամ երբեք չյիշել զանոնք:

Ծանօթ գործեր ընելու դժուարություն

Մարդիկ երբեմն մտացիր կ'ըլլան եւ կրնան մոռնալ ճաշին մէկ մասը հրամցնելու: Մտազարություն ունեցող անձ մը կրնայ դժուարություն ունենալ ճաշը պատրաստելու մէջ:

Շփոթություն ժամի եւ վայրի մասին

Մտազարություն ունեցող անձ մը կրնայ դժուարանալ ծանօթ տեղ մը երթալու, կամ շփոթիլ թէ ո՞ր է, կամ կարծել թէ իր կեանքի մէկ անցեալ ժամանակին մէջ է:

Լեզուի դժուարություն

Ամէն մարդ դժուարություն կ'ունենայ ճիշդ բառը գտնելու երբեմն, բայց մտազարություն ունեցող անձ մը կրնայ մոռնալ պարզ բառեր կամ փոխանակել զանոնք անյարմար բառերով, դժուար հասկնալի դարձնելով: Անոնք նաեւ կրնան ուրիշները հասկնալու դժուարություն ունենալ:

Վերացական մտածումի հետ դժուարություն

Ֆինանսները կառավարելը կրնայ դժուար ըլլալ ռելե մէկուն համար, բայց մտազարություն ունեցող անձ մը կրնայ դժուարանալ գիտնալու թէ ի՞նչ կը նշանակեն թիւերը կամ ի՞նչ ընել ատոնց հետ:

Տկար կամ նուազած դատողություն

Շատ գործունէություններ լաւ դատողություն կը պահանջեն: Երբ այս կարողությունը կ'ազդուի մտազարութենէն, անձը կրնայ դժուարանալ համապատասխան որոշումներ կայացնելու, ինչպէս օրինակ ի՞նչ հագնիլ ցուրտ եղանակին:

Տարածական հիմտութեան դժուարություն

Մտազարություն ունեցող անձ մը ինքնաշարժ վարելու ժամանակ կրնայ դժուարանալ դատելու հեռաւորությունը կամ ուղղությունը:

Բաները սխալ տեղ դնել

Ռելե մէկը կրնայ ժամանակաւոր կերպով սխալ տեղ դնել դրամապանակ մը կամ բանալիներ: Մտազարություն ունեցող անձ մը կրնայ բաները դնել անյարմար տեղեր:

Տրամադրութեան, անհատականութեան կամ վարուելակերպի փոփոխություն

Ամէն մարդ երբեմն կը տխրի կամ անտրամադիր կ'ըլլայ: Մտազարություն ունեցողը կրնայ ցուցադրել արագ տրամադրութեան փոփոխություններ առանց որեւէ յայտնի պատճառի: Ան կրնայ շփոթիլ, կասկածիլ կամ ներքաշուիլ: Ոմանք կրնան դառնալ անզուսպ կամ աւելի արտագնայ:

Ձեռներեցութեան կորուստ

Բնական է ձանձրանալ կարգ մը գործունէություններէ: Սակայն մտազարությունը կրնայ պատճառ դառնալ որ անձ մը կորսնցնէ իր հետաքրքրությունը նախապէս սիրած գործունէություններու նկատմամբ:

National Dementia Helpline 1800 100 500

dementia.org.au

Կրնայ մտագարություն չլրլլալ

Յիշեցեք որ շատ մը պարագաներ կան մտագարութեան նման ախտանշաններով, այնպէս որ մի ենթադրեք որ մէկը մտագարութիւն ունի պարզապէս որովհետեւ վերի ախտանշաններէն ոմանք գոյութիւն ունին: Կաթուածներ, ընկճուածութիւն, ալքոլամոլութիւն, վարակուեմներ, հորմոնի խանգարում, սննդառութեան անբաւարարութիւններ եւ ուղեղի ուռեր, բոլորը կրնան մտագարութեան նման ախտանշաններ պատճառել: Այս պարագաներէն շատերը կարելի է խնամել:

Ճշգրիտ ախտաճանաչում մը կարեւոր է

Կանուխէն բժիշկի մը հետ խորհրդակցիլը վճռորոշ է: Միայն բժիշկ մը կրնայ մտագարութեան ախտաճանաչում կատարել: Ամբողջական բժշկական եւ հոգեբանական գնահատում մը կրնայ ստուգել խնամելի պարագայ մը եւ ապահովել որ ան խնամուի ճիշդ կերպով, կամ հաստատել մտագարութեան ներկայութիւնը:

Գնահատում մը կրնայ ընդգրկել հետեւեալը.

- Բժշկական պատմութիւն – Բժիշկը պիտի հարցնէ անցած եւ ներկայ բժշկական խնդիրներու մասին, ընտանեկան բժշկական պատմութիւն, որեւէ օգտագործուած դեղեր, եւ յիշողութեան, մտածողութեան կամ վարուելակերպի հետ կապուած դժուարութիւններ, որոնք մտահոգութիւն կը պատճառեն: Բժիշկը կրնայ նաեւ ուզէ խօսիլ մօտիկ ընտանեկան անդամի մը հետ որը կրնայ օգնել հայրայթելու բոլոր անհրաժեշտ տեղեկութիւնները:
- Ֆիզիքական քննութիւն – այս կրնայ ընդգրկել զգայարաններու եւ շարժումներու գործելակերպի քննութիւն, ինչպէս նաեւ սրտի եւ թոքի գործելակերպ, զանց առնելու համար այլ պարագաներ:
- Տարրալուծարանի քննութիւններ – ներառեալ զանազան արեան եւ մէզի քննութիւններ ստուգելու որեւէ հաւանական հիւանդութիւն որ կրնայ պատասխանատու ըլլալ ախտանշաններուն համար: Կարգ մը պարագաներու մէջ ողնուղեղային հեղուկի փոքր նմոյշ կրնայ առնուիլ փորձարկման համար:
- Ջղահոգեբանական կամ իմացական քննութիւն – շարք մը քննութիւններ կ'օգտագործուին գնահատելու մտածողութեան կարողութիւնները, այդ թուին յիշողութեան, լեզուի, ուշադրութեան եւ խնդրի լուծման: Այս կրնայ օգնել բացայայտելու յատուկ հարցի պարագաներ որը իր հերթին կ'օգնէ բացայայտելու հիմնական պատճառը կամ մտագարութեան տեսակը:
- Ուղեղի նկարահանում – Կան որոշ նկարահանումներ որոնք կը նային ուղեղի կառուցուածքին եւ կ'օգտագործուին բացատրելու ուղեղի ուռեցքներ կամ ուղեղին մէջ արեան դոնդողներ որպէս պատճառ ախտանշաններուն եւ երեւան հանելու ուղեղի հիւսուածքի կորուստի օրինակներ որոնք կարող են զանազան մտագարութեան տարբեր տեսակներու միջեւ: Այլ քննութիւններ կը նային թէ ուղեղի որոշ հատուածներ որքան գործօն են եւ կրնան նաեւ օգնել զանազան մտագարութեան տեսակը:

- Հոգեբանական գնահատում – ստուգելու համար բուժելի խանգարումներ ինչպէս օրինակ ընկճուածութիւն, եւ կառավարելու հոգեբանական ախտանշաններ ինչպէս օրինակ մտահոգութիւն կամ ցնորքներ որոնք կրնան պատահիլ մտագարութեան կողքին:

Ու՞րկէ սկսիլ

Սկսելու լաւագոյն տեղը անձին բժիշկն է: Ախտանշանները նկատի առնելէ եւ նկարահանման քննութիւնները ապսպրելէ ետք, բժիշկը կրնայ նախնական ախտաճանաչում կատարել եւ լաւագոյնը՝ անձը կ'ուղղէ մասնագէտ բժիշկի մը ինչպէս շղարհանի, ծերունաբանի կամ հոգեբոյժի մը:

Կարգ մը անձեր կը հակառակին բժիշկ մը այցելելու գաղափարին: Երբեմն մարդիկ չեն անդրադառնար, որ հիւանդ են, որովհետեւ մտագարութեան պատճառով կատարուող ուղեղի փոփոխութիւնները կը միջամտեն ճանչնալու կարողութեան կամ գնահատելու կատարուող փոփոխութիւնները: Ուրիշներ, որոնք իրենց վիճակին պատկերացումը ունին, կրնան վախնալ որ իրենց մտավախութիւնները պիտի հաստատուին: Այս հարցը յարթահարելու ամենաազդու միջոցներէն մէկն է ուրիշ պատճառ մը գտնել բժիշկին այցելելու համար: Թերեւս առաջարկել սրտի քննութիւն մը, արեան ճնշումի քննութիւն կամ երկարաժամ գործածուող դեղի վերանայում: Այլ միջոց մըն է առաջարկել թէ ժամանակն է որ երկուքդ ալ ֆիզիքական քննութիւն մը ունենաք: Հանդարտ, հոգատար կեցուածք մը այս պահուն կրնայ նուաճել անձին մտահոգութիւններն ու վախերը:

Եթէ անձը տակաւին չ'ուզէ բժիշկին այցելել.

- Խօսեցեք անձի բժիշկին խորհուրդ առնելու համար
- Դիմեցեք ձեր տեղական Տարեցներու Հոգատար Գնահատման Խմբակին (ACAT) My Aged Care – ի միջոցով՝ **1800 200 422** տեղեկութեան համար
- Հեռաձայնեցեք Ազգային Մտագարութեան Օգնութեան Գիծ՝ **1800 100 500**

Եթէ կ'զգայ որ ձեր բժիշկը ձեր մտահոգութիւնները լուրջի չ'առնէր, երկրորդ կարծիք մը առնելու մասին մտածեցեք:

Մտագարութեան կանխանշաններու եւ բժիշկէ մը օգնութիւն խնդրելու մասին յաւելեալ մանրամասն տեղեկութեան համար ներբերեք **Worried About Your Memory?** գրքոյկը Dementia Australia կայքէջէն կամ օրինակ մը ապսպրելու համար հեռաձայնեցեք Ազգային Մտագարութեան Օգնութեան Գիծ:

ՅԱԻԵԼԵԱՆ ՏԵՂԵԿՈՒԹԻՒՆ

Dementia Australia կ'առաջարկէ աջակցութիւն, տեղեկութիւն, դաստիարակութիւն եւ խորհրդատուութիւն: Հեռաձայնեցե՛ք **National Dementia Helpline 1800 100 500** թիւին, կամ այցելեցե՛ք մեր կայքէջը՝ **dementia.org.au**



Լեզուի օգնութեան համար հեռաձայնեցե՛ք Թարգմանութեան Սպասարկութիւն **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**