

Ti preoccupano le funzioni mentali e la memoria?

Ecco cosa puoi fare





Hai notato dei cambiamenti alle funzioni mentali o nel comportamento? Sei preoccupato per i sempre più frequenti vuoti di memoria?

O magari hai notato questi cambiamenti in un familiare o un'amica?

Sono molti i fattori che possono causare cambiamenti alle funzioni mentali o perdita di memoria, tra cui:

- stress
- dolore
- malattie croniche
- alcuni farmaci
- alcolici
- stanchezza.

A volte i sintomi indicano che si è affetti da demenza precoce.

Cambiamenti notevoli alla memoria non sono normali a nessuna età.

Se hai difficoltà in merito, rivolgiti a un medico.

Parla con il tuo medico

Non esiste un singolo esame che certifichi di avere la demenza.

Parla con il tuo medico delle difficoltà che stai attraversando. Il medico ti sottoporrà a una visita a livello fisiologico e neurologico. Potresti anche essere rinvio a una specialista per indagare altre possibili cause dei tuoi sintomi.

Durante la visita devi:

- portare con te una lista di ciò che ti preoccupa
- dire al tuo medico da quanto tempo hai questi problemi e se sono peggiorati
- portare con te una lista con i farmaci, le vitamine e gli integratori che assumi.



Ottenere il massimo dalla visita medica

- Prenota un appuntamento più lungo
- Porta con te un familiare o un'amica
- Fai domande e se non capisci qualcosa fallo presente al medico
- Prendi appunti durante la visita
- Discuti se hai bisogno di ulteriori accertamenti da parte di uno specialista.



Ottenere la diagnosi è stato un sollievo. La parte peggiore è non sapere. ”

Fred (diagnosi di morbo di Alzheimer).

Prima agisci, meglio è

I tuoi sintomi potrebbero non essere causati dalla demenza. Ma qualora lo fossero la diagnosi precoce ti sarà di aiuto.

Puoi accedere ad assistenza e informazioni per capire come vivere bene con la demenza ed essere in controllo della tua vita. Puoi pianificare in anticipo e agire in modo concreto per vivere al meglio possibile.

“

Siamo davvero contenti di avere ricevuto una diagnosi precoce. Ci ha permesso di modificare il nostro stile di vita in linea con le nostre capacità. Abbiamo fatto progetti chiari per il futuro.”

Maria (diagnosi di demenza vascolare)

Cos'è la demenza?

Demenza è il termine utilizzato per descrivere i sintomi di un ampio gruppo di patologie che causano un declino progressivo delle funzionalità di una persona. Esistono diversi tipi riconosciuti di demenza, il più comune è il morbo di Alzheimer.

La demenza può colpire chiunque. È più diffusa nelle persone di età superiore ai 65 anni di età, e specialmente tra chi supera gli 85.

Solo un medico o una specialista possono diagnosticare correttamente la demenza.



Checklist per le funzioni mentali e la memoria

Se ti preoccupano i cambiamenti alle funzioni mentali o alla memoria, tuoi o di un familiare o di un'amica, compila questa checklist:

Ho difficoltà a ricordare eventi recenti

Raramente A volte Spesso

Ho difficoltà a trovare la parola giusta

Raramente A volte Spesso

Ho difficoltà a ricordare il giorno e la data

Raramente A volte Spesso

Non ricordo dove vengono di solito messe a posto le cose

Raramente A volte Spesso

Trovo difficile adattarmi a cambiamenti alla mia routine

Raramente A volte Spesso

Ho difficoltà a comprendere contenuti scritti o a seguire una storia in televisione

Raramente A volte Spesso

Trovo difficile seguire e intervenire nelle conversazioni, particolarmente in un gruppo

Raramente A volte Spesso

Ho problemi nella gestione delle finanze, come fare operazioni bancarie o calcolare il resto

Raramente A volte Spesso

Ho difficoltà con le attività quotidiane come orientarmi nel centro commerciale di zona

Raramente A volte Spesso

Sto perdendo interesse nelle attività che di solito mi piaceva fare

Raramente A volte Spesso

Ho difficoltà a risolvere problemi

Raramente A volte Spesso

Familiari e/o amici hanno fatto commenti sulla mia scarsa memoria

Raramente A volte Spesso

Se hai spuntato per la maggior parte “a volte” e “spesso” devi rivolgerti al tuo medico.



Chi siamo

Dementia Australia fornisce informazioni, educazione e servizi affidabili ai circa 421.000 australiani che vivono con la demenza e agli oltre 1,8 milioni di persone coinvolte nella loro assistenza.

Promuoviamo cambiamenti positivi e sosteniamo l'importanza della ricerca. Siamo qui per dare sostegno alle persone colpite dalla demenza e metterle in condizione di vivere al meglio.

Chiunque tu sia e in qualsiasi modo tu sia colpito dalla demenza, siamo qui per aiutarti.

National Dementia Helpline

1800 100 500



Per assistenza nella tua
lingua chiama il **131 450**

Visita il nostro sito
dementia.org.au →

