

Проблемы с памятью, что можно сделать.

Memory problems: what can be done. (Russian)

1. Что такое нормальное старение организма? Старость может повлиять на способность запоминать новую информацию. Однако, при нормальной старости эти проблемы памяти не мешают повседневной активности человека.

2. Что такое НЕ нормальное старение организма? Оно характеризуется проблемами памяти, включая суждения, поведение, речь, влияние на повседневную активность человека и когда эта активность значительно ниже обычного уровня.

3. Что такое Деменция? Деменция это группа симптомов, характеризующаяся снижением уровня сопротивления и социальных способностей, влияющих на повседневную активность человека. Есть много причин деменции; первые признаки деменции могут быть различными у людей;

Некоторые признаки ранней стадии деменции:

- задаёте тот же самый вопрос многократно или повторяете что-либо много раз.
- Забываете недавние значительные события из вашей жизни, подобно семейным торжествам, свадьбе и т. п.
- Плохо ориентируетесь в знакомых местах.
- Забываете платить счета или оплачиваете один счет несколько раз.
- Забываете как варить знакомую пищу.
- Резкие смены настроения или поведения - от спокойствия до слёз и гнева без причин.
- Нелогичные суждения.
- Трудности в подборе соответствующего слова.
- Изменения в способности вождения автомобиля.
- Нарушение правил безопасности в быту - оставляете горящей газовую плиту, забываете гасить сигарету или оставляете дверь открытой.

4. Что такое болезнь Альцхаймера? Это одна из наиболее распространенных форм деменции, которая характеризуется проблемами мышления, ориентации, внимания и речи. Наблюдаются физические изменения в клетках мозга, влияющих на его нормальную функцию. При этой болезни память ухудшается со временем.

5. Какие заболевания имеют похожие на деменцию признаки, но могут быть вылечены? Подобные симптомы могут быть при диабете, сердечных болезнях, гипертонии, инсульте, депрессии, нарушениях щитовидной железы, алкоголизме или от лекарств.

6. Как можно определить, что у человека заболевание Альцхаймера? Точное определение этого заболевания может быть сделано после смерти путем исследования мозга. Однако, могут быть проведены тесты других причин деменции; и если не будут определены другие причины, врач может поставить диагноз о возможности заболевания Альцхаймера. В дополнение к медицинской истории могут быть проделаны так же тесты на психическое состояние больного, неврологическое обследование, лабораторный анализ крови, рентген или другие обследования мозга.

7. Как часто встречается заболевание Альцхаймера и другие виды деменции?

От 5 до 10% людей в возрасте 65 лет имеют эту болезнь, а к 85 годам количество их возрастает до 30 - 40%.

8. Существует ли лечение от болезни Альцхаймера? Да, имеются лекарства, замедляющие прогрессирование этой болезни; некоторые лекарства регулируют поведение человека, уменьшая галлюцинации (видеть или слышать то, чего нет в действительности), проявление бесконтрольного гнева, обманчивые иллюзии (вера в нереальные события). Эти лекарства должны приниматься малыми дозами и контролироваться врачом.

9. Какую помощь можно оказать человеку с проблемами памяти? На ранней стадии заболевания человеку следует знать о возможном ухудшении памяти, чтобы он, вместе с семьёй, предусмотрел это на будущее. Имеются видеоленты и кассеты на английском и других языках. Некоторым людям полезно беседовать с другими людьми, имеющими подобные проблемы. На ранней стадии наиболее эффективными для замедления потери памяти являются лекарства. На более поздней стадии, когда потеря памяти значительная, человеку лучше пользоваться программой ежедневной помощи для пожилых и, возможно, ему лучше находиться в доме для престарелых, где можно получить профессиональную помощь.

10. Какая помощь может быть оказана семье? Члены семьи должны знать, что следует ожидать при прогрессировании болезни и как справляться с различными отклонениями в поведении больного. Информация имеется на английском и других языках. Есть буклеты, видеозаписи и информация на Интернете. Есть возможность поговорить со специалистами и членами других семей, имеющими подобных больных. Разработаны программы помощи членам семей для отдыха от физической и психической нагрузок по уходу за больными. Примеры подобных программ: Программа дневной помощи взрослым, где человек с проблемой памяти может находиться в благоприятной обстановке полный или неполный день; Программа помощи на дому, где приходящий работник может помогать по хозяйству, включая личный уход за больным. Есть также заведения, где человек с проблемами памяти может остаться на ночь или дольше, давая возможность членам семьи отдохнуть.