

«Медицинский центр «Здоровая семья»

г. Новосибирск, ул. Коммунистическая, 77, подъезд №8, 2 этаж, e-mail: mc-family@mail.ru

Тел. регистратуры 223-10-40, 263-60-40

10 причин обратиться к врачу для ранней диагностики болезни Альцгеймера

(советы Ассоциации по изучению болезни Альцгеймера, www.alz.org)

Замечали ли Вы какие либо из нижеперечисленных настораживающих признаков?

Пожалуйста, составьте список всего, что вызывает у вас беспокойство и возьмите его на прием к врачу.

Данный список является исключительно информативным и не служит альтернативой консультации с квалифицированным специалистом.

1. Снижение памяти, мешающее нормальной повседневной жизни. Один из самых распространенных признаков Альцгеймера, особенно на ранней стадии, является неспособным вспомнить недавно заученную информацию. Например, забывание важных дат и событий; переспрашивание одного и того же вопроса несколько раз; использование различных памяток (блокноты/электронные устройства) или обращение к помощи близких при решении вопросов, с которыми раньше можно было справиться самостоятельно. **Что является типичным и не является признаком заболевания:** периодическое забывание имен или запланированных мероприятий, но вспоминание о них позже.
2. Трудности в планировании и принятии решений. У некоторых людей могут возникать трудности с планированием и следованием намеченному плану. Также возможны трудности при выполнении математических операций. В такой ситуации человеку может быть сложно вспомнить давно известный рецепт или вести учет денежных средств. Становится труднее концентрировать внимание и требуется гораздо больше времени на привычные дела. **Что является типичным:** периодические ошибки при ведении бухгалтерии (счета и расходы).
3. Трудности с выполнением рутинных задач дома, на работе, при проведении досуга. Людям страдающим болезнью Альцгеймера сложно справляться с повседневными задачами. Периодически, они могут забыть дорогу к известному давно месту, разучиться вести финансовый учет на работе или не вспомнить правила любимой игры. **Что является типичным и не является признаком заболевания:** Периодическая потребность в помощи при использовании бытовой техники.
4. Неспособность ориентироваться во времени и местоположении. Люди с болезнью Альцгеймера могут потерять счет дням, времени года и течению времени в целом. Для них может стать сложным восприятие ситуации, если она непосредственно не происходит. Периодически люди могут забыть, где они находятся и как они туда попали. **Что является типичным и не является признаком заболевания:** забывание дня недели, но вспоминание позже.
5. Сложности с созданием зрительного образа и с ориентацией в пространстве. У некоторых людей расстройство зрительного восприятия также может являться признаком болезни Альцгеймера. Им сложно читать, оценивать расстояние, определять цвета и сопоставлять оттенки. Что касается способности восприятия, то

люди с болезнью Альцгеймера могут пройти мимо зеркала и посчитать, что в комнате есть кто-то другой. Они могут не узнать свое собственное отражение. **Что является типичным и не является признаком заболевания:** зрительные проблемы, связанные с катарактой.

6. Возникновение проблем с воспоминанием слов и писанием. Людям с болезнью Альцгеймера может быть проблематично поддерживать разговор или вступать в беседу. Они могут замолчать в середине разговора и не понимать, как его продолжить, они повторяют несколько раз уже сказанную ранее информацию. У страдающих болезнью Альцгеймера людей возникают трудности с лексиконом, им сложно подобрать правильное название предмету (например, вместо наручных часов «настенные часы на руку»). **Что является типичным и не является признаком заболевания:** Периодические трудности с воспоминанием слов.
7. Размещение предметов в непривычные места и неспособность пошагово восстановить события. Человек, страдающий болезнью Альцгеймера, иногда кладет вещи не на свои места. Он может что-то потерять и не иметь возможности воспроизвести пошагово свои действия с целью найти потерявшийся предмет. Иногда, такие люди обвиняют других в воровстве и со временем эти случаи учащаются. **Что является типичным и не является признаком заболевания:** Расстановка вещей в неправильные места (очки, пульт от телевизора).
8. Слабость суждений, неспособность адекватно оценивать ситуацию. У людей с болезнью Альцгеймера периодически может снижаться способность к суждениям или принятию решений. Например, они иногда не способны адекватно распорядиться денежными средствами и могут потратиться на покупку ненужных вещей. Такие люди могут мало времени уделять уходу за собой или гигиене. **Что является типичным и не является признаком заболевания:** Периодическое принятие неверных решений.
9. Отстраненность от работы и социальной деятельности. Страдающие болезнью Альцгеймера люди могут забросить свое хобби и участие в социальной жизни, отказываться от проектов на работе или перестать заниматься спортом. Им сложно следить за своей любимой спортивной командой. Они могут забыть, как заниматься своим любимым делом. Они также могут начать избегать встреч и мероприятий вследствие изменений, происходящих с ними. **Что является типичным и не является признаком заболевания:** Периодическое чувство усталости от работы, семьи и социальных обязательств.
10. Перемены в настроение и личностные изменения. Настроение и поведение людей с болезнью Альцгеймера может меняться. Они могут стать растерянными, недоверчивыми, подавленными, напуганными или тревожными. Такие люди легко могут расстроиться дома, на работе, общаясь с друзьями или в любом месте за пределами их привычной среды. **Что является типичным и не является признаком заболевания:** Человек начинает себя достаточно странно вести и раздражается, когда нарушается его привычный распорядок.

Если у Вас возникли вопросы относительно любого из вышеперечисленных тревожных признаков, рекомендуется проконсультироваться со специалистом. Ранняя диагностика способствует лучшим результатам лечения, поддержки и будущего планирования.