

هل تشعر بالقلق بشأن تفكيرك أو ذاكرتك؟

قد يكون التحدث عن حدوث تغييرات في الذاكرة أو التفكير أمرًا صعبًا، ولكن من المهم مشاركة مخاوفك مع طبيبك.

إذا كنت قلقًا بشأن النسيان، أو تشعر أنه يزداد سوءًا أو أن مشاكل الذاكرة بدأت تتداخل مع مهام الحياة اليومية، فقد حان الوقت للتحدث إلى أحد اختصاصيي الرعاية الصحية.



4 أسباب للخضوع للفحص!

- 1 اكتشاف الأسباب المحتملة للمشاكل - فهناك أسباب لفقدان الذاكرة والهذيان يمكن علاجها. وبعض الحالات المرضية التي تسبب أعراض الخرف قابلة للعلاج أو يمكن عكس آثارها.
- 2 يمكن لاختصاصي الرعاية الصحية تقديم رعاية سريرية أفضل لجميع حالاتك الطبية من خلال التشخيص، عندما يفهم ما يحدث.
- 3 يمكنك أنت وأحبائك وأفراد الأسرة الآخرين التخطيط للمستقبل بسهولة أكبر عندما تعرفون ما الذي تتعاملون معه. التشخيص يجعل اتخاذ الخطوات التالية أسهل قليلاً.
- 4 إذا كنت قلقًا بشأن التغييرات التي تشعر بها، ففكر في مشاركة مخاوفك مع العائلة أو الأصدقاء أو اختصاصي الرعاية المتابع لك.

أشياء يمكنك فعلها:

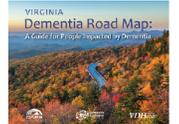
- تتبع التغييرات التي تلاحظها. وإذا لم يتحدث الشخص الذي تهتم لأمره عن الأمر، فابحث عن الوقت المناسب لمناقشة هذه التغييرات معه واستخدم طريقة تراعي حساسية الأمر عند التحدث إليه — اجعله يفصح عن الأمر.
- اتصل باختصاصي الرعاية الصحية المتابع لمن تحب واطلب منه إخضاعه لاختبار Medicare Annual Wellness (اختبار العافية السنوي لبرنامج Medicare). ولا تنردد في مشاركة ما لاحظته مع اختصاصي الرعاية الصحية سواءً من خلال التحدث إليه وجهًا لوجه أو عن طريق مراسلته كتابيًا.
- إذا كنت لا تشعر بالراحة مع اختصاصي الرعاية الصحية الحالي المتابع لمن تحب، فحاول العثور على اختصاصي جديد. يمكن للعديد من المتخصصين في الرعاية الأولية تشخيص الإصابة بالخرف.

للحصول على معلومات حول الموارد الأخرى في منطقتك، تواصل مع وكالة Area Agency on Aging المحلية لديك أو Alzheimer's Association.



للعثور على وكالة Area Agency on Aging التي تتبعها، اتصل على الرقم 1-800-552-3402

خط المساعدة لدي Alzheimer's Association المتاح على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع: 1-800-272-3900



المعلومات الواردة في ورقة النصائح هذه مأخوذة من Virginia Dementia Road Map: A Guide for People Impacted by Dementia. خريطة طريق فرجينيا للخرف: دليل للأشخاص المتأثرين بالخرف.

يمكنك تنزيل نسختك من خارطة الطريق عن طريق مسح رمز الاستجابة السريعة (QR) أو زيارة: vda.virginia.gov/DementiaCapableVA.htm