



InfoCARE | Supporting Informal
Caregivers of People with Dementia

Modül 1

Demans semptomlarının tanınması



**Co-funded by
the European Union**

Proje Numarası: 2021-1-ES01-KA220-ADU-000026660. Bu proje Avrupa Komisyonu tarafından desteklenmektedir. Bu yayın [iletişim/bağlantı] sadece yazarın görüşlerini yansıtmaktadır, ve içerdiği hiç bir bilgiden Komisyon sorumlu tutulamaz.



Bu çalışma Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 Uluslararası Lisansı altında lisanslanmıştır.



Modül İÇeriĐi

HADİ BAŞLAYALIM

- > Modül Tanıtımı
- > Öğrenim hedefleri

HADİ İÇERİKLERİ AYRINTILI İNCELEYELİM

- > Demans nedir?
- > Demans beyni nasıl etkiler?
- > Demans tipleri
- > Demans tanısı nasıl konur?
- > Demansı teşhis etmek neden önemlidir?
- > Demans ve Alzheimer hastalığı arasındaki bağlantı
- > Demans semptomları
- > Demans semptomları nasıl tanınır?
- > Normal yaşlanma ve demans arasındaki farklar
- > Kognitif yetersizlik ve demans arasındaki farklar
- > Bir sonraki adımda ne yapılabilir?

NE ÖĞRENDİĞİNİZİ KONTROL EDİN

- > Öğrenilen Dersler
- > Test Zamanı!

BİLGİNİZİ GENİŞLETİN

- > Sözlük
- > Daha fazla bilgiyi nerede bulabilirim
- > Kaynakça



Hadi başlayalım...





Modül Tanıtımı

Bugünlerde, dünya çapında 55 milyon insandan daha fazlası demans ile yaşamaktadır, ve her yıl neredeyse 10 milyon yeni vaka eklenmektedir.

Demansa sahip insanlar resmi olmayan bakıcılarının desteği sayesinde aktif, dopdolu hayatlar sürdürebilmektedir – eşler, partnerler, çocuklar veya aile üyeleri, ilaveten arkadaşlar. En önemlisi demans semptomlarını anlamak ve zamanla onları tanıyabilmektedir.





Modül Tanıtımı

Demansın erken teşhisi, hasta ve ailelerinin hayat kalitelerinin iyileştirilmesine katkıda bulunmaktadır, hem gelecek için plan yapmaya ve gittikçe yeni duruma ve sevilen birine bakmanın rolüne adapte olmaya hem de uygun desteği, tedaviyi ve profesyonel yardımı aramaya olanak tanımaktadır.

Bu modül öğrenenlere, özellikle demanslı insanların resmi olmayan bakıcılarına **pratik bilgi, farkındalık ve demans semptomlarını anlaması ve tanınması için tavsiye sağlamaktadır.**





Öğrenim Hedefleri

Bu modul sonunda, öğreneceğiniz:

1

Demans nedir ve tipleri nelerdir

2

Demans semptomları nelerdir

3

Normal yaşlanma ve demans arasındaki farklar

4

Kognitif yetersizlik ve demans arasındaki farklar

5

Demans semptomları nasıl tanınır ve sonrasında ne yapılmalıdır

Hadi içerikleri ayrıntılı inceleyelim...





Demans nedir?

Demans tekil bir hastalık değildir. Kapsamlı bir terimdir – kalp hastalığı gibi – **beyni etkileyen ve hafıza, düşünme, davranış ve duygu üzerine etkisi olan rahatsızlıkları kapsamaktadır**

Demans, **yaşlanmanın** bir diğer adımıdır. Zaman geçtikçe, yaş ilerledikçe ve bireysel koşullar değiştikçe, insanların işlevselliklerinde farklı değişiklikler olacağını varsayarsak, **normal yaşlanma, bilişsel bozulma ve hatta bunama ile karşılaşabiliriz**. Demans en ciddi yeti kaybıdır.

Yaşlanma ilerlemesi aşağıdaki gibi olacaktır:

Normal Yaşlanma □ Bilişsel Hasar □ Demans





Demans nedir?

Bu etkiler artan konuşma, öğrenme ve/veya hafıza bozukluğu yaşayan bireyin günlük hayatını ve bireyin fonksiyon yeteneğini negatif etkileyecek kadar ağırdır.

Demansın evrimi genellikle **kronik, progressif** olmakla beraber etkilenen kişinin **tamamen, hem fiziksel hemde mental olarak, bağıllığına** sebebiyet vermektedir. Evrimi üç yaygın aşamaya ayrılabilir:

- >> **Erken Aşama:** genellikle gözden kaçmıştır çünkü ilerlemesi çok yavaştır.
- >> **Orta Aşama:** semptomlar daha belirgin hale gelir ve demans ilerledikçe daha kısıtlayıcı hale gelir.
- >> **İleri Aşama:** ağır hafıza problemleri ve fiziksel semptomlar daha belirgin hale gelmesiyle, birey artan bir biçimde hareketliliğini kaybeder.



Demans beyni nasıl etkiler?

İnsan beyni 86 milyar sinir hücresi içermektedir, **neredeyse Samanyolundaki yıldızlar kadar.**



Demans sinir hücrelerine zarar vermektedir, böylece etkili bir şekilde iletişim kuramamaktadırlar ve bu da vücut fonksiyonlarımızı etkilemektedir.



Demans türleri

Demans türleri **çeşitli kriterlere** göre sınıflandırılabilir: bozukluğun başlangıç yaşı, etkilenen beyin yapıları, etiyoloji (köken), geri dönüşümlü veya geri dönüşümsüz olup olmadıkları vb.

En çok kullanılan sınıflandırma etiyolojisine (demansın arkasındaki nedenler) göredir ve bu modülde sunacağımız sınıflandırma da budur.

Etiyolojisine göre, aşağıdakiler arasında ayırım yaparız:

>>**Birincil Demans** □ bilinen bir nedeni yoktur. Demans ana bozukluktur ve bu nedenle başka bir hastalık veya bozukluğun sonucu değildir.

>>**İkincil Demans** □ demans ana bozukluğun, fiziksel hastalığın veya yaralanmanın bir sonucu olarak ortaya çıkar.





Demans türleri



BİRİNCİL DEMANS

En yaygın türleri şunlardır:

- >> **Alzheimer hastalığı:** beynin küçülmesine ve nöronların ölmesine neden olur. En yaygın demans türüdür (vakaların yaklaşık %60'ı) ve hafıza, düşünme, davranış ve sosyal becerilerde ilerleyici bir bozulmayı içerir.
- >> **Lewy cisimcikli demans (DLB):** Düşünme, hareket, davranış ve ruh halinde değişikliklere neden olur. Görsel halüsinasyonlar yaygın bir semptomdur ve başlangıçtan itibaren ortaya çıkma eğilimindedir.
- >> **Frontotemporal demans (FTD):** Beynin kişilik, davranış ve dil ile ilişkili bölgeleri olan frontal ve temporal loblarda hasara neden olur. Frontotemporal demansı olan bazı kişilerin kişiliklerinde dramatik değişiklikler olur ve sosyal olarak uygunsuz, dürtüsel veya duygusal olarak kopuk hale gelirken, diğerleri dili uygun şekilde kullanma yeteneğini kaybeder.
- >> **Karma demans:** Beyinde oluşan bozukluğun birden fazla demans türüyle ilişkili olması durumunda ortaya çıkar.



Demans türleri

İKİNCİL DEMANS

En yaygın olanı, çoklu enfarktüs demansı olarak da adlandırılan vasküler demanstır. Gerçekte, beyindeki çeşitli nedenlerin (kanamalar, trombüsler, enfarktılar, vb.) bir sonucu olarak ortaya çıkan bir grup değişiklikten oluşur. Bazı uzmanların, ülkelere göre değişmekle birlikte, vasküler demansı birincil demans olarak kabul ettiklerini vurgulamak gerekir.

Çeşitli faktörlerin neden olduğu başka ikincil demans türleri de vardır::

- >>ilaçlar
- >>toksikler
- >>kraniyal travma
- >>vasküler ve kolajen değişiklikleri
- >>bulaşıcı kökenli
- >>karsinomlarla ilişkili
- >>metabolik endokrin kökenli, vb.



Demans tanısı nasıl konur?

Demans tanısı koymanın ilk adımı herhangi bir semptom ile birlikte görüŖ, duyma, kardiyovasküler, tiroid, veya diğer rahatsızlıkları belirleyebilmek adına **medikal geçmiŖin ayrıntılı olarak gözden geçirilmesi ve fiziksel muayene** yapmaktır.

Demans tanısı koymadan önce, fonksiyon ve yeteneklerde ki yetersizlikler tanımlanmalıdır. İlaveten, benzer semptomlar ile karakterize edilen diğer tedavi edilebilir durumlar ortadan kaldırılmalıdır.





Demans tanısı nasıl konur?

Demans tanısında iki anahtar bakış açısı:

>> Bir bireyin aktivitelerinin, **fonksiyon yeteneği ile çelişen kognitif ve davranışsal semptomlara** sahip olması, daha önce ki fonksiyon seviyelerinden bir düşüş temsil etmesi, ve dalgınlık hali veya psikiyatrik bir rahatsızlık ile açıklanamıyor olması.

>> Sağlık durumu tanısı **hasta ve hastayı tanıyan biri** (aile üyesi veya yakın arkadaş) **ile görüşme** sonucu konmaktadır.

Bu tipte bir görüşme çok önemlidir, çünkü hastayı yakından tanıyan biri bireyin daha önce ki fonksiyon seviyesini bilmekte ve hekimin kognitif bozukluk mevcutluğunu belirlemede yardımcı olmaktadır.





Demans tanısı nasıl konur?

Aşağıda ki testler demanstan şüphelenilen hastanın değerlendirilmesi sırasında tavsiye edilmektedir:

- » Tam kan hücresi sayımı
- » Kan elektrolit seviyeleri (potasyum, sodyum ve klorid)
- » Kan glukozu (şeker), üre nitrojen ve kreatinin seviyeleri
- » Kandaki vitamin B12 seviyeleri
- » Karaciğer fonksiyon testleri ve tiroid fonksiyon testleri
- » Depresyon taraması





Demansı teşhis etmek neden önemlidir?

Demansın çoğu türü için henüz bir çare bulunmamaktadır, fakat **erken diagnoz birçok yarar sağlamaktadır:**

- ›› Demans semptomlarına yardımcı, özellikle erken aşamalara, genellikle daha etkili olduğundan, ilaçlar ve tedaviler. İlâveten, bazı demans tiplerinin ilerlemesi **tedavi ve hayat stili değişiklikleriyle** yavaşlatılabilir, veya tersine çevrilebilir.
- ›› Teşhis konmuş kişi hala kognitif fonksiyonlarını koruyor, gelecekte ki bakım ve medikal yardım, finans, mülk gibi konular hakkında kararlar alabilirler, bu durum **yaşam iradesine** yansıyabilir.
- ›› Yeni duruma **adaptasyon** sağlamak için hem hastaya hem de resmi olmayan bakıcısına, durumun fiziksel ve duygusal etkisi ile başa çıkmak, yardım aramak içinde **daha fazla zaman tanır.**



Demansı teşhis etmek neden önemlidir?



"Demansın erken teşhisi çok önemlidir. Bir kez teşhis konulunca, neye karşı olduğumu biliyordum. Söyledikleri gibi: düşmanını tanı.

Eğer erken teşhis konulmasaydı ve uzman hekimler ile düzenli olarak görüşmeseydim, bugün olduğum kişi olamazdım. Gelecekte ne ile karşılaşacağımı biliyorum, fakat en azından ona hazırlıklıyım."

*Norman McNamara, 50 yaşında demans teşhisi konmuştur
("Erken teşhis neden önemlidir- SCIE")*





Demans ve Alzheimer hastalığı arasında ki bağlantı

Daha önce belirtildiği gibi, **Demans**, kognitif yetersizlik ile karakterize edilen çeşitli rahatsızlıklar için kapsayıcı bir terimdir.

Alzheimer da demansın kapsamı altında bulunan en sık tiplerinden biridir. Alzheimer hastalığı gelişmesinde birçok kompleks ve birbiriyle ilişkili faktör bulunmaktadır.

Hastalığın sebepleri ve risklerinden bazıları ve koruyucu faktörleri hala tartışmalıdır. **Bazı risk faktörleri yaş, genetik özellikler, ve kanda,apolipoprotein, bir tip protein varlığını içermektedir.** Hastalığın insidansı 65 yaş sonrası her beş yılda bir ikiye katlanmaktadır.





Demans ve Alzheimer hastalığı arasında ki bağlantı

Alzheimer'a sahip birinci derece akrabaları olan bireyler ortalamadan dört kat daha fazla hastalığı geliştirme olasılığına sahiptir. Ayrıca, kadınlarda Alzheimer riski erkeklerden daha fazladır. Ayrıca kafa travması, depresyon ve düşük eğitim seviyesi de risk faktörü olarak nitelendirilmektedir. **Fakat, hastalığı tam olarak neyin tetiklediği hala bilinmemektedir.**

Bazı vakalarda, beyinde patolojik bulgular ve hastalığın genleri bulunsada, hastalığın semptomları gözlenmemektedir.





Demans ve Alzheimer hastalığı arasında ki bağlantı

Geleneksel olarak, demansın belirli teşhisi sadece ölüm sonrası beyin dokusunun incelenmesi ile yapılmaktaydı, bugünlerde teşhis hasta geçmişi, muayene, nöropsikiyatrik testler, görüntüleme metodları ve laboratuvar testleri yüksek oranla (%85-90) yapılmaktadır.

Şu anda, **Alzheimer hastalığını hiç bir tedavi tam olarak iyileştirememekte** ve gelişimini geriletememektedir. Fakat, hastalığın ilerlemesini yavaşlatan, hastanın semptomlarını hafifleten ve günlük aktivitelerini geliştiren medikal ilaçlar bulunmaktadır.





Demans semptomları

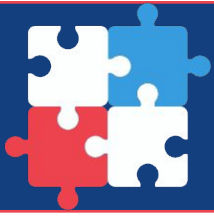
Demansın erken aşamaları genellikle gözden kaçmıştır çünkü başlangıç kademelidir ve semptomlar kognitif fonksiyonların bir çoğunu kaplamaktadır.

Başlangıcından genel olarak bahsetmek gerekirse, **duygusal davranışlarda ve kişilikte, ilaveten algı, hafıza, dil, yargı ve mantıkta ki değişimler** ile fark edilmektedir.

Demansın yaygın semptomları:

- ›› Unutkanlık: yeni yapılan konuşmaları, anılar hatırlamada zorluk ve zeka kıvraklığında fark edilebilir azalma.
- ›› Aynı zamanda birden fazla görev yapmada, karar almada veya problem çözmede zorluk.
- ›› Zaman kavramını yitirmek.
- ›› Oryantasyon kaybı: tanıdık yerlerde kaybolmak.



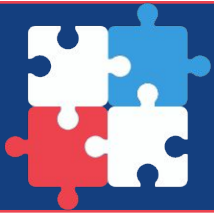


Demans semptomları

Demans ilerledikçe, yeni semptomlar ortaya çıkacaktır:

- ›› Düşünme ve ezberleme gerektiren aktivitelerde artan zorluk.
- ›› Sosyal yeteneklerin kaybı ve kişilik değişiklikleri, halk arasında uygunsuz davranışa sebebiyet ile sonuçlanabilir.
- ›› Yargı kaybı, böylelikle hasta davranışlarının risklerini hesaba katamamaktadır.
- ›› Koordinasyon ve motor fonksiyonlar da artan zorluk.
- ›› Doğru kelimeleri bulmada ve isimleri, objeleri, verileri v.s. hatırlamada güçlükte birlikte oryantasyon kaybına bağlı iletişim problemleri.
- ›› Uyku düzeninde değişiklikler, halüsinasyon ve hezeyana sebebiyet verebilir.
- ›› Psikolojik sağlığın kötüleşmesi: anksiyete, depresyon, endişe, karmaşıklık, v.s.





Demans semptomları



Erken Aşama



- Amnezi
- Zaman kavramının kaybı
- Tanıdık yerlerde kaybolmak

Orta Aşama

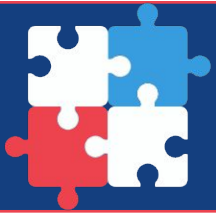


- Yeni olayları ve insanların ismini unutmak
- Artan iletişim zorlukları
- Evde kaybolmak
- Öz bakımda yardıma ihtiyaç duymak
- Davranışsal değişimler yaşamak

İleri Aşama



- Akrabaları ve arkadaşları tanımada güçlük
- Zaman ve mekan kavramının farkında olmamak
- Yürümede zorluk
- Öz bakımda daha fazla yardıma ihtiyaç duymak
- Agresif davranışsal değişimler



Demans semptomları nasıl tanınır?

Eğer sevdiğiniz biri olduğundan daha unutkan görünüyor ise, evde yapılan demans testlerinden birini yapmayı deneyin.

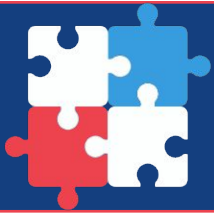
>> **SAGE testi**, açılımı Self-Administered Gerocognitive Examination/ Kendi Kendine Uygulanabilir Gerokognitif Muayene, tam olarak kişisel-uygulanabilen olmasa da doktor gerektirmez.

>> **Modifiye CDR Testi** sadece 3 dakika sürmekte ve kişisel bilgiye ihtiyaç duymamaktadır. Bir aile üyesi bireyin zeka keskinliği hakkında 6 soruya cevap verebilir ve direkt sonuç alabilir.

>> **Saat çizim Testi** – test edilen kişiden genellikle sayılar ve kollar çizilmesi istenir böylece saat spesifik bir zaman gösterir (11:10). Eğer kişi bunu zor buluyorsa veya saati yanlış çiziyorsa, bu bir demans işareti olabilir.



SAGE ve diğer test örnekleri linklerini bulabilmek için sayfa 28 de ki **“Daha fazla bilgiyi nerede bulabilirim”** kısmına bakınız.

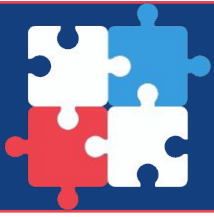


Normal yaşlanma ve demans arasındaki farklar



Normal yaşlanma, insanlarda bir dizi fiziksel ve zihinsel değişikliği içerir, bunların başlıcaları şunlardır:

- ›› Fiziksel değişiklikler: kolajende azalma, kırışıklıkların ortaya çıkması ve cilt sıkılığının kaybı; saç ve tırnaklarda kayıp ve zayıflık; elastikiyet ve kas gücünde kademeli azalma vb.
- ›› Duyuların bozulması: görme, işitme ve tat alma.
- ›› Bağışıklık kapasitesinin kaybı, hastalıklara yakalanma olasılığının artması.
- ›› Kolesterol seviyelerinde artış ve kanda glikoz fazlalığı.
- ›› Kardiyovasküler sistemin yaşlanması: Damarlar ve arterler esnekliğini kaybederek kanın geçişini zorlaştırır ve yüksek tansiyon gelişimine yol açar.
- ›› Kemik yapılarının dejenerasyonu, iltihaplanma ve eklem ağrısı.
- ›› Cinsel istek kaybı veya azalması.



Normal yaşlanma ve demans arasındaki farklar



Normal yaşlanmanın diğer bazı tipik değişiklikleri şunlardır:

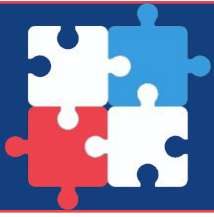
>> **Hafıza kaybı:** Yaşlanma beyin nöronlarımızın hacminde kayba neden olur, bu nedenle bilgi akışı yavaşlama eğilimindedir, dikkatimizi ve konsantrasyonumuzu kaybederiz. Yeni bilgilerin özümsemesi de daha yavaştır. Normal yaşlanmanın uzak anıların veya düzenli olarak uygulanan becerilerin kaybını etkilemediğini unutmamak önemlidir.

>> **Uyku bozukluğu:** Uyku daha kırılgan hale gelir, geceleri daha sık kesintiye uğrar ve daha erken uyanırız.

>> **Duygudurum bozuklukları:** Günümüzde normal yaşlanmanın bir diğer belirtisi de yaşamsal üzüntü, depresif ruh hali veya depresyondur. Ruh halindeki bu değişiklikler, bir şeye karşı ilgi kaybına dönüşür.

Öncelikli olarak, bu değişikliklerin bunama ile ilişkili olduğu düşünülebilir, ancak durum böyle değildir, çünkü bunlar normal yaşlanmanın bir parçasıdır.

Bir sonraki slaytta normal yaşlanma ve demansın bazı tipik semptomlarının nasıl ayırt edileceğini görelim.

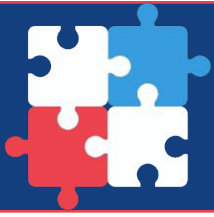


Normal yaşlanma ve demans arasındaki farklar



Demans çoğunlukla daha yaşlı yetişkinleri etkiliyor olmasına rağmen, normal yaşlanmanın bir parçası değildir. Semptomların kaynağının normal yaşlanma veya erken-aşamalı demans olup olmadığının belirlenmesi zordur. Nasıl ayırt edilir:

NORMAL YAŞLANMA	DEMANS
Nadiren, insanlar veya yerleri hatırlamada zorlanma	Yakın arkadaşların veya akrabaların isimlerini hatırlamamak
Randevuları veya etkinlikleri rastlantısal olarak unutmak	Sıklıkla randevuları ve etkinlikleri unutmak
Bilgiyi işlemede daha uzun zaman harcama	Düşünceleri dile getirmede zorlanma, konuşma sırasında duraklama ve yaygın kelimeleri yerine koyma
Bazen konuşmayı takip edememek	Sürekli sözleri ve soruları tekrar etmek
Nadiren bir öğenin nerede olduğunu unutmak	Sürekli öğeleri yanlış yere koymak



Kognitif yetersizlik ve demans arasındaki farklar



Hafif Kognitif Yetersizlik (MCI) bazen minör hafıza, konuşma, veya karar-verme problemleri olan insanlarda teşhis edilmektedir. Basit bir şekilde, normal yaşlanmadan daha kötüdür, fakat demanstan daha kötü değildir, çünkü MCI günlük hayatı önemli derecede etkileyecek kadar şiddetli değildir ve, bazı vakalarda, geri döndürülebilir olabilir.

MCI bir demans formu olmamasına rağmen, MCI'a sahip insanlar eninde sonunda daha fazla demansa yakalanma riske sahiptir. Aralarındaki yaygın farklara bir göz atın:

HAFİF KOGNİTİF YETERSİZLİK	DEMANS
Hafif unutkanlık. Örneğin: belirli bir veriyi hatırlamada zorluk (medikal randevu, telefon numarası. v.s.)	Zamanla kötüleşen hafıza kaybı. Örneğin: yeni gerçekleşmiş etkinlikleri ve insanları hatırlamakta zorluk
Kişilikte veya davranışta majör bir değişim yoktur	Kişilikte ve davranışta değişimler meydana gelir: tekrarlı davranışlar, saklanmak, kısıtlamaları kaybetme, suçlama, sosyal geri çekilme, v.s.
Konuşmada minör problemler. Örneğin: söylemeye doğru kelimeleri bulmada zorluk	Konuşmada belirgin problemler. Örneğin: söylemeye doğru kelimeleri bulmada ciddi bir zorluk
Hafif endişeli hissetseler dahi öz bakım yeteneği.	Öz bakım ile ilgili yardım ve hatırlatma gereksinimi, bazen ilgili görünmeme



Bir sonraki adımda ne yapılabilir?

Semptomları takiben atılacak ilk adım **profesyonel teşhis ve uygun tedavi planı alabilmek adına doktor randevusu almaktır**. Ek olarak, demanslı insanların hayatını desteklemek ve geliştirmek adına çok fazla şey teklif edilmektedir, örneğin;

- >> fiziksel sağlığın, bilişselliğin, aktivitenin ve refahın optimize edilmesi.
- >> eşlik eden hastalıkların tanımlanması ve tedavi edilmesi.
- >> davranışsal değişimleri anlama ve başa çıkmak.
- >> bakıcılara bilgi ve uzun dönemli destek sağlamak.



Demansa nasıl destek ve yardım sağlayacağınızı öğrenmeye devam edin:

- >> **Modül 2. Önleme** demansın nasıl önleneceği, başlangıcının geciktirileceği veya ilerlemesinin yavaşlatılacağı hakkında ipuçları.
- >> **Modül 3. Erken-Aşama için Akıl-uyarıcı Aktiviteler** hafif demanslı akrabalarınızı destekleyici ve uyarıcı aktiviteler için ipuçları
- >> **Modül 4. İleri-Aşama için Akıl-uyarıcı Aktiviteler** ileri derecede ki demanslı akrabalarınızı destekleyici ve uyarıcı aktiviteler için ipuçları

Ne öğrendiğinizi kontrol edin...





Test Zamanı!

Demans ve Alzheimer hastalığı arasındaki bağlantı nedir?

- A. Alzheimer hastalığı demansın bir şeklidir.
- B. Demans, Alzheimer hastalığının bir şeklidir.
- C. Demans Alzheimer hastalığı ile aynıdır.

Demansın belirtileri nelerdir?

- A. Ara sıra insanları veya yerleri hatırlamakta zorluk, ara sıra randevuları veya olayları unutmak, ara sıra konuşma dizisinin kaybolması.
- B. Yakın arkadaşlarının veya akrabalarının isimlerini artık hatırlayamazlar, sık sık randevuları ve olayları unuturlar, sık sık ifadeleri veya soruları tekrar ederler.
- C. Kalıcı kötü ruh hali veya üzüntü, umutsuz ve çaresiz hissetme, karar vermede zorluk.

Hafif bilişsel bozukluk (MCI) bir demans şeklidir.

Doğru
Yanlış

*Cevapları
modülün sonunda
bulacaksınız
(sayfa 29)!*

Bilginizi genişletin...





Sözlük



Demans >> beyni etkileyen hastalıkları kapsayan genel terimdir.

Hafif Bilişsel Yetersizlik (MCI) >> hafıza, konuşma, veya karar-vermede minör problemleri olan insanlarda teşhis edilmektedir. MCI bir demans formu değildir.

Alzheimer hastalığı >> sinir hücrelerinin düzgün çalışmasını ve birbiri ile iletişim kurmasını etkileyen bir rahatsızlık.

Vasküler demans >> beyin kan tedariki ile ilgili problemler sonucu oluşmaktadır.

Lewy cisimli demans >> Alzheimer hastalığına benzerdir. Beyinde ki mesaj taşıyan kimyasalların seviyelerini azaltmaktadır.

Frontotemporal demans >>beynin frontal ve temporal lobların da meydana gelen hasardan kaynaklanmaktadır.

Apolipoprotein >>kanda lipitleri taşıyan protein. Apolipoprotein E'nin Alzheimer ile ilişkisi vardır.

Yaşam iradesi >> legal bireyin ciddi derecede ve/veya kendi başına karar veremeyecek hasta olduğu durumlarda kullanılan bireyin bakımına ve medikal kararlarına dair istekleri içeren yasal belge. İlâveten, secilmiş bir aians veya karar-verici seleksiyonunu da içerebilir



Daha fazla bilgiyi nerede bulabilirim



>> Uluslararası Alzheimer Hastalığı (ADI)

Dünya çapında ki uluslararası Alzheimer federasyonudur ve Dünya Sağlık Örgütü ile resmi ilişkileri yürütmektedir. Alzheimer derneğinin her üyesi kendi ülkesinde ki demanslı insanları ve ailelerini desteklemektedir.

Link: www.alz.co.uk

>> Alzheimer Avrupa

Tüm demans formları hakkında bilgilendirme sağlamaya ve demans farkındalığını arttırmaya kendini adanmış Avrupa derneği

Link: <http://www.alzheimer-europe.org/>

>> Helpguide

İnsanların duygusal refahını artırmak ve daha bilgili sağlık kararları almaları için uzman, reklamsız, kullanıcı-dostu eğitimsel materyaller ve kaynaklar sunmaktadır.

Link: <https://www.helpguide.org/home-pages/alzheimers-disease-dementia.htm>

>> WebMD

Sağlık bilgileri, sağlık yönetim aletleri, ve bilgi arayanlara destek sunmaktadır.

Link: <http://www.webmd.com/alzheimers/default.htm>

>> Demans Testleri

Farklı dillerde ki SAGE ve diğer test örneklerini aşağıdaki linklerden bulabilirsiniz:

<https://wexnermedical.osu.edu/brain-spine-neuro/memory-disorders/sage/download-the-sage-test>

<https://www.dementiacarecentral.com/alzheimers-online-test/>

<https://www.aeldresagen.dk/viden-og-raadgivning/helbred/demens/demenstest>



Kaynakça



Test Cevapları:
Soru 1. A şıkkı
Soru 2. B şıkkı
Soru 3. Yanlış

DSÖ | Dünya Sağlık Örgütü. (2022, 2 Haziran). Demans. >

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dementia#:~:text=Alzheimer's%20disease%20is%20the%20most,dependency%20among%20older%20people%20globally>

Alzheimer Derneği. (2022, 2 Haziran). Demans Nedir? Belirtileri, Nedenleri ve Tedavisi. > <https://www.alz.org/alzheimers-dementia/what-is-dementia>

Alzheimer Derneği (2022, 2 Haziran). Demans Rehberi. > https://www.alzheimers.org.uk/sites/default/files/pdf/the_dementia_guide.pdf

ESA. (2022, 2 Haziran). Evrende Kaç Yıldız Var? > https://www.esa.int/Science_Exploration/Space_Science/Herschel/How_many_stars_are_there_in_the_Universe

PNAS. (2022, 2 Haziran). Olağanüstü insan beyni.>

<https://www.pnas.org/doi/10.1073/pnas.1201895109#:~:text=Human%20Brain%20as%20a%20Scaled%2DUp%20Primate%20Brain,-Despite%20common%20remarks&text=Remarkably%2C%20at%20an%20average%20of,as%20other%20primates%20>

Alzheimer Hastalığı Uluslararası (ADI). (2022, 2 Haziran). Alzheimer ve Demans Hakkında. > <https://www.alzint.org/about/>

Brielle. (2022, 19 Haziran). Hafıza Kaybı: Normal Yaşlanma ile Demans Arasındaki Fark. > <https://thebrielle.com/memory-loss-differentiating-dementia-normal-aging>

Demans Bakım Merkezi. (2022, 2 Haziran). Hafif Bilişsel Bozukluk Nedir, Demanstan Nasıl Farklıdır ve Nasıl Teşhis Konur.. >

<https://www.dementiacarecentral.com/aboutdementia/othertypes/mci/>.

NHS.UK , MS 21. (2022, 19 Haziran). Demansın Tedavisi Var mı?> <https://www.nhs.uk/conditions/dementia/cure/>

Sosyal Bakım Mükemmeliyet Enstitüsü (SCIE). (2022, 2 Haziran). Erken Tanı Neden Önemlidir - Demans - SCIE. >

<https://www.scie.org.uk/dementia/symptoms/diagnosis/early-diagnosis.asp>

Demans Bakım Merkezi. (2022, 6 Eylül). Alzheimer, Demans ve Yaşlanmaya Bağlı Zihinsel Gerileme için Çevrimiçi, Evde ve Klinik Testler >

<http://www.dementiacarecentral.com/alzheimers-online-test>

ARDIÇ, Ç. A., & ÖĞÜT, Y. P. ALZHEİMER VE ALZHEİMER'LI HASTALARIN HABERLERDE TEMSİLİ. *Kurgu*, 25(2), 1-22. (2022, 6 Eylül) >

<https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1505499>.



INFOCARE

InfoCARE | Supporting Informal Caregivers of People with Dementia



@infocareproject

www.infocare.me

infocare.erasmusproject@gmail.com

InfoCARE Konsorsiyum



Austrian Association of
Inclusive Society



ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ΑΛΖΕΙΜΕΡ ΗΧΩ ΕΠΙΤΕΤΩΝ ΑΙΤΑΡΧΩΝ



EURASIA INSTITUTE



Danish Committee
for Health Education



Co-funded by
the European Union

Proje Numarası: 2021-1-ES01-KA220-ADU-000026660. Bu proje Avrupa Komisyonu tarafından desteklenmektedir. Bu yayın [iletişim/bağlantı] sadece yazarın görüşlerini yansıtmaktadır, ve içerdiği hiç bir bilgiden Komisyon sorumlu tutulamaz.