

Dementia ਕੀ ਹੈ?

Dementia ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਹੈ ਜੋ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

Dementia ਕਿਸ ਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਸਿਰਫ਼ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੀ Dementia ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬੁੱਢੇ ਹੋਣ ਤੇ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

Dementia ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ Dementia ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ young-onset dementia (ਨੌਜਵਾਨ-ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦਿਮਾਗੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Dementia ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ Alzheimer's disease (ਅਲਜ਼ਾਈਮਰ ਰੋਗ) ਜਾਂ vascular dementia (ਨਾੜੀ ਦਿਮਾਗੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ) ਹੁੰਦਾ ਹੈ। dementia ਵਾਲੇ ਘੱਟ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲੇਵੀ ਬਾਡੀਜ਼ ਨਾਲ (dementia with Lewy bodies (DLB)) ਜਾਂ frontotemporal dementia (FTD) ਹੁੰਦਾ ਹੈ। dementia ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਕਿਸਮਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਿਸਮ ਦਾ dementia ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਮਿਕਸਡ dementia ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Dementia ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ

Dementia ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਭੁੱਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਲਝਣ ਵਿੱਚ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਵੱਖਰੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੋਚ, ਮਹਿਸੂਸ, ਬੋਲ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਇਹ ਬਦਤਰ ਹੋ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਇਹ ਕਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ਇਹ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਵੱਖਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। HS2PUN ਦੇਖੋ **ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਜੋ dementia ਨਾਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ**

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਹੋਰ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਸੀਂ **0333 150 3456 (Alzheimer's Society)** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

Dementia ਕਿਸ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਇਹ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ dementia ਦਾ ਅਸਲ ਕਾਰਨ ਕੀ ਹੈ, ਪਰ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਹ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬੁਢਾਪਾ, ਦਿਮਾਗੀ ਸੱਟਾਂ, ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੀ ਕਮੀ, ਮਾੜੀ ਖੁਰਾਕ, ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਪਰ dementia ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਅਜਿਹੇ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੁਢਾਪੇ ਵਿੱਚ dementia ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਅਤੇ dementia ਕਿਉਂ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਖੋਜਾਂ ਹਨ।

ਕੀ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ dementia ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਹਾਲਾਂਕਿ dementia ਦਾ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਵਿਅਕਤੀ ਇਸ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣਾ ਅਤੇ ਸਹੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਆਨੰਦ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

dementia ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ dementia ਦੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਬਦਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਜਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾ ਪਵੇ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਹੈ। dementia ਇਸ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਜਿਉਂਦਾ ਰਹੇਗਾ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਲੋਕ ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਜੀ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ਪੁਸਤਿਕਾ 254P ਦੇਖੋ **ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ?** ਨਿਦਾਨ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਲਈ – alzheimers.org.uk/get-support/information-in-your-language



ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਾਂ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ dementia ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ **0333 150 3456** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਸਲਾਹਕਾਰ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੱਸੋ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਨਾਲ ਵਾਪਸ ਕਾਲ ਕਰਨਗੇ।



ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਤੇ ਆਨਲਾਈਨ ਸਹਾਇਤਾ ਖੋਜਣ ਲਈ, alzheimers.org.uk/dementiadirctory 'ਤੇ ਜਾਓ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਸਮੂਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।