

التغيرات المصاحبة لـ dementia (الخرف)

Dementia (الخرف) يُسبب تغييرات قد تلاحظها أو يلاحظها الآخرون. وتختلف هذه التغييرات من شخص لآخر وتعتمد على نوع dementia (الخرف) الذي يصيبك. قد تبدو بعض التغييرات مشابهة لأعراض التقدم بالعمر العادية لكنها أكثر خطورة. وتشمل:

فقدان الذاكرة

- قد تجد أنه من الصعب عليك تذكر ما حدث مؤخرًا. لكن بإمكانك تذكر أمور وقعت منذ زمن بعيد.
- قد تُكرر بعض الأمور بصوت عالٍ. قد تطرح نفس السؤال مرارًا وتكرارًا.
- قد تضع أغراضًا في أماكن غير معتادة، مثل مفاتيح أبواب الباب الأمامي في خزانة الحمام.
- قد تجد أن تعلم مهامًا جديدة أمرًا شاقًا.

صعوبة في التخطيط للقرارات واتخاذها

- قد تصاب بالإرتباك عند التخطيط أو التفكير بالأمور بصورة متعمقة.
- قد تكافح من أجل التركيز على مهمة واحدة.
- قد تجد المهام اليومية شاقة، مثل إعداد وجبة معتادة أو دفع الفواتير.

مشاكل باللغة (التخاطب والمحادثة)

- قد تجد صعوبة في إيجاد اللفظ الصحيح للفكرة التي تحاول التعبير عنها.
- قد لا تتمكن من متابعة محادثة.

الارتباك حول المكان أو الوقت

- قد لا تتنبه للتاريخ أو التوقيت.
- قد لا تعرف أين أنت حتى لو كان ذلك في مكان تعرفه جيدًا.

النظر للأشياء بصورة مختلفة

- قد تجد صعوبة في تقدير المسافات، على سبيل المثال: على الدرج.
- قد ترى أنماط أو انعكاسات في المرأة تبدو كشيء آخر.

تغيرات المزاج والسلوك

- قد تصبح أكثر قلقًا أو حزنًا أو خوفًا أو سريع الغضب أو سهلة الإزعاج.
- قد تفقد الإهتمام بأشياء وتفقد ثققتك بنفسك.
- قد تتغير شخصيتك.

إذا كنت قلقًا حيال التغييرات التي تُصيبك أو تغير شخص قريب منك، تحدث إلى الطبيب. للدعم، اتصل بـ Alzheimer's Society (مُجتمع الزهايمر) على 03331503456.

انظر الكتيب 254A قلق بشأن ذاكرتك؟ لنصائح حول الحصول على تشخيص –
alzheimers.org.uk/get-support/information-in-your-language



إننا هنا لمساعدتك. إذا كنت قلقًا بشأن الإصابة بـ dementia (الخرف)، تواصل معنا على 03331503456. أخبر المستشار بلغتك وسيعاود الاتصال بك هو وأحد المترجمين الفوريين.



للحصول على الدعم إما وجهًا لوجه أو عبر الإنترنت، توجه إلى alzheimers.org.uk/dementiadirctory ويشمل ذلك المجموعات الثقافية والدينية.

