

Romanian translation: Are you worried about dementia

# Sunteți îngrijorat(ă) cu privire la demență?



Health and  
Social Care



## Cuprins

Ce este demența? .....	4
Simptomele demenței .....	5
Tipuri de demență .....	6
Obținerea unui diagnostic ..	8
Tratamente pentru demență .....	12
Planificarea viitorului .....	14



**Dacă uitați din ce în ce mai multe, în special dacă aveți vârsta peste 65 de ani, poate fi o idee bună să discutați cu medicul dvs. de familie despre semnele timpurii ale demenței.**

Este normal ca memoria să fie afectată de vârstă, stres, oboseală sau anumite boli și medicații. Acest lucru poate fi enervant dacă se întâmplă ocazional, dar dacă vă afectează traiul cotidian sau vă îngrijorează pe dvs. sau pe o persoană cunoscută, trebuie să discutați cu medicul dvs. de familie.

**Dacă uitați anumite lucruri, nu înseamnă că aveți demență.** Problemele de memorie pot fi provocate și de depresie, stres, efecte secundare la medicamente sau alte probleme de sănătate. Poate fi la fel de importată excluderea acestor alte probleme sau găsirea unor moduri de a le trata. Medicul dvs. de familie va putea efectua unele verificări simple și fie vă va oferi asigurări, fie vă va da un diagnostic, fie vă va trimite la un specialist pentru teste suplimentare.

Această broșură descrie simptomele frecvente ale demenței și modul în care se poate obține un diagnostic. De asemenea, în aceasta este descris și sprijinul disponibil după diagnosticare.

# Ce este demența?

Demența este un sindrom frecvent (un grup de simptome asociate) asociat cu un declin continuu al creierului și a capacităților acestuia. Demența poate afecta orice persoană, însă riscul de apariție a demenței crește pe măsura înaintării în vârstă, iar afecțiunea apare, de obicei, la persoanele cu vârsta peste 65 de ani.

Nu există un mod sigur de a preveni toate tipurile de demență. Cu toate acestea, un stil de viață sănătos poate contribui la reducerea riscului de apariție a demenței la o vârstă mai înaintată. Acesta poate preveni, de asemenea, bolile cardiovasculare, cum ar fi accidentele vasculare cerebrale sau atacurile de cord.

Pentru a reduce riscul de apariție a demenței și a altor afecțiuni grave ale sănătății, se recomandă:

- să aveți un regim alimentar sănătos;
- să mențineți o greutate sănătoasă;
- să faceți regulat exerciții fizice;
- să nu consumați prea mult alcool;
- să renunțați la fumat (dacă fumați);
- să vă asigurați că tensiunea arterială este menținută la un nivel sănătos.

Puteți afla mai multe despre factorii de risc pentru demență la adresa

[www.nidirect.gov.uk/dementia](http://www.nidirect.gov.uk/dementia)



# Simptomele demenței

Simptomele incipiente ale demenței sunt adesea ușoare și se pot agrava treptat. Aceasta înseamnă că este posibil să nu observați dacă le aveți. Este posibil ca familia și prietenii să nu le observe sau să nu le ia în serios o vreme.

În cazul demenței, creierul se deteriorează și funcționează mai puțin bine în timp. Simptomele demenței au tendința să se modifice și să devină mai severe.

**Din acest motiv, este important să discutați cu medicul dvs. de familie cât mai curând dacă sunteți îngrijorat(ă) cu privire la problemele de memorie.**

Viteza cu care se agravează simptomele și modul în care acestea se dezvoltă depind de cauza demenței, precum și de starea generală de sănătate. Aceasta înseamnă că simptomele și experiența demenței pot varia mult de la o persoană la alta.

Persoanele cu demență pot deveni apatice sau neinteresate de activitățile zilnice și pot avea probleme legate de controlul emoțiilor. Acestea pot considera dificile situațiile sociale și își pot pierde interesul legat de socializare. Numite aspecte ale personalității acestora se pot modifica.

O persoană cu demență poate pierde empatia (înțelegerea și compasiunea), poate vedea sau auzi lucruri pe care alte persoane nu le văd sau nu le aud (halucinații) sau poate face afirmații sau declarații false.

Deoarece demența afectează capacitățile mintale ale unei persoane, aceasta poate considera dificile activitățile de planificare și organizare. Păstrarea independenței poate deveni, de asemenea, o problemă. Prin urmare, o persoană cu demență are, de obicei, nevoie de ajutor din partea prietenilor sau rudelor, incluzând ajutor în luarea deciziilor.

# Tipuri de demență

Demența nu este o boală, ci o colecție de simptome care rezultă în urma deteriorării creierului. Aceste simptome pot fi cauzate de mai multe afecțiuni.

Unele persoane pot avea mai mult de o afecțiune - de exemplu, pot avea boala Alzheimer și demență vasculară în același timp. Cu toate că demența are multe simptome similare, indiferent de cauză, diferitele forme de demență au simptome specifice.

## Boala Alzheimer

Cea mai frecventă cauză a demenței este boala Alzheimer. Simptomele frecvente ale bolii Alzheimer și ale altor forme de demență includ:

- pierderea memoriei – în special pentru evenimente recente, cum ar fi uitarea mesajelor, uitarea traseelor sau a numelor și adresarea de întrebări în mod repetitiv;
- creșterea dificultăților legate de sarcini și activități care necesită organizare și planificare;
- apariția confuziei în medii nefamiliare;
- dificultate în găsirea cuvintelor adecvate;
- dificultăți legate de numere și/sau gestionarea banilor la magazin;
- modificări ale personalității și dispoziției;
- depresie.

## Demența vasculară

Simptomele demenței vasculare pot apărea uneori brusc și se pot înrăutăți rapid, însă pot apărea și gradat, în decursul mai multor luni sau ani.

Persoanele cu demență vasculară pot manifesta și simptome similare accidentelor vasculare cerebrale, incluzând slăbiciune musculară sau paralizie pe o parte a corpului.

## Demența cu corpi Lewy

Demența cu corpi Lewy prezintă multe dintre simptomele bolii Alzheimer, iar persoanele cu această afecțiune manifestă, de obicei, și următoarele:

- perioade de alertă sau somnolență sau niveluri de confuzie care fluctuează;
- halucinații vizuale;
- încetinirea mișcărilor fizice.

## Demența fronto-temporală

Simptomele timpurii ale demenței fronto-temporale includ, de obicei, modificări ale dispoziției, personalității și comportamentului. De exemplu, o persoană cu acest tip de demență poate deveni mai puțin sensibilă la emoțiile altor persoane, putând părea rece și insensibilă.

Aceasta își poate pierde și unele dintre inhibiții, ceea ce duce la un comportament neobișnuit, cum ar fi efectuarea de observații fără tact sau neadecvate.

Unele persoane cu demență fronto-temporală manifestă, de asemenea, și probleme de limbaj. Din această cauză, este posibil ca persoana să nu vorbească, să vorbească mai puțin decât de obicei sau să întâmpine dificultăți în a-și găsi cuvintele potrivite.

# Obținerea unui diagnostic

Demența este una dintre afecțiunile care sperie cel mai mult oamenii.

Poate să vă fie greu să acceptați că problemele de memorie vă afectează viața. Dacă sunteți îngrijorat(ă) cu privire la memorie sau la alte probleme asociate cu demența, este normal să ezitați să solicitați ajutor și să vă confrunțați cu un astfel de diagnostic. Cu toate acestea, pot exista beneficii dacă solicitați sfatul medicului.

Un diagnostic pus la timp vă poate ajuta să obțineți tratamentele adecvate și să găsiți cele mai bune surse de sprijin. Vă poate ajuta, de asemenea, să luați decizii cu privire la viitor.

## La ce să vă așteptați când consultați medicul de familie cu privire la demență

Medicul dvs. de familie vă va întreba despre simptome și alte aspecte ale stării de sănătate și vă va efectua un examen fizic. Medicul vă va face câteva analize de sânge și vă va întreba despre medicațiile pe care le luați, deoarece acestea pot provoca uneori simptome similare demenței.

Vi se vor adresa, de asemenea, câteva întrebări sau vi se vor da unele exerciții mentale pentru a determina existența unor probleme legate de memorie sau de capacitatea de a gândi clar.







## **Un diagnostic de demență poate contribui la eliminarea incertitudinii**

Este posibil să nu fie clar de ce aveți probleme cu memoria sau de ce s-a modificat comportamentul dvs. Aceste probleme pot fi din cauza demenței sau se pot datora altor motive, cum ar fi calitatea precară a somnului, demoralizarea, medicațiile sau alte afecțiuni medicale. Această incertitudine poate fi stresantă atât pentru dvs., cât și pentru familie și prieteni.

Deoarece un diagnostic de demență poate fi greu de suportat, o explicație cu privire la originea problemei și la ce se poate face legat de aceasta vă poate ajuta să vă simțiți mai sigur(ă) și poate reduce o parte din îngrijorările provocate de incertitudine.

Unele persoane consideră că este de ajutor să discute cu medicii și asistentele medicale cu privire la modul în care demența le poate afecta pe acestea sau pe persoanele apropiate, în viitor. Există sfaturi disponibile despre cum vă puteți păstra independența și să continuați să aveți o viață bună în cazul în care sunteți diagnosticat cu demență.

## **Trimiterea la un specialist în demență**

Demența poate fi dificil de diagnosticat, în special dacă simptomele dvs. sunt moderate. Dacă medicul dvs. de familie nu este sigur cu privire la diagnostic, acesta vă va trimite la un serviciu specializat în probleme de memorie, cum ar fi un medic psihiatru cu experiență

În tratarea demenței, un medic specializat în îngrijirea persoanelor vârstnice sau un medic neurolog (un expert în tratarea afecțiunilor care afectează creierul și sistemul nervos).

Specialistul își poate desfășura activitatea într-o clinică pentru probleme de memorie, împreună cu alți profesioniști care sunt experți în diagnosticarea, îngrijirea și consilierea persoanelor cu demență și a familiilor acestora.

Este important să profitați de consultația la specialist. Notați-vă întrebările pe care doriți să le adresați, precum și orice termeni medicali pe care i-ar putea utiliza medicul. Întrebați dacă puteți reveni în cazul în care veți mai avea alte întrebări. Poate fi foarte util să profitați de ocazia de a reveni.

Este posibil ca specialistul să dorească să efectueze alte teste suplimentare, care pot include scanări cerebrale, cum ar fi scanarea prin tomografie computerizată (CT) sau, de preferat, scanarea prin imagistică prin rezonanță magnetică (IRM).

Dacă tot nu este sigur cu privire la diagnostic, poate fi nevoie de teste suplimentare, mai complexe.

## **Obținerea diagnosticului de demență**

După efectuarea testelor necesare, medicul dvs. trebuie să vă întrebe dacă doriți să aflați diagnosticul.

Acesta trebuie să vă explice ce poate însemna pentru dvs. să aveți demență și trebuie să vă acorde timp să discutați mai detaliat despre afecțiune și să puneți toate întrebările pe care le-ați putea avea.

Dacă nu decideți altfel, medicul dvs. sau un membru al echipei sale trebuie să discute cu dvs. și cu familia dvs. despre:

- tipul de demență pe care îl aveți sau, dacă nu este clar, ce va implica planul de investigații suplimentare - uneori, în pofida investigațiilor, este posibil ca diagnosticul să nu fie clar, caz în care medicul vă va consulta din nou după o perioadă de timp, pentru a vă reevalua;
- detaliile cu privire la simptome și modul în care poate evolua boala;
- tratamentele adecvate care vi se pot oferi;
- serviciile de îngrijire și asistență din zona dvs.;
- grupurile de suport și organizațiile de voluntariat pentru persoanele



cu demență și familiile acestora și îngrijitori;

- serviciile de reprezentare legală;
- unde puteți găsi consiliere financiară și juridică.

Trebuie să vi se ofere, de asemenea, informații scrise despre demență.

### **Întrebări pe care să le adresați cu privire la diagnosticul dvs. de demență**

În cazul în care nu vă puteți gândi la întrebări pe care să le adresați medicului dvs., ar putea fi utile următoarele:

- ce tip de demență aveți;
- ce detalii ar trebui să aveți cu privire la teste sau investigații;
- cât va dura până când veți efectua testele;
- cât va dura să obțineți rezultatele acestor teste;
- ce se va întâmpla după ce obțineți rezultatele.

# Tratamente pentru demență

Demența nu este o afecțiune singulară - aceasta se referă la dificultățile legate de gândire și memorie care pot fi provocate de mai multe boli cauzale diferite. Acesta este unul dintre motivele pentru care nu toate persoanele cu demență întâmpină aceleași probleme.

Sunt importante recunoașterea faptului că există o problemă și descoperirea cauzei declanșatoare a demenței. Acestea vă vor ajuta să alegeți tratamentele și serviciile necesare.

Un diagnostic timpuriu poate fi, de asemenea, benefic și pentru că unele cauze ale demenței sunt tratabile și sunt total sau parțial reversibile, în funcție de natura problemei. În această categorie pot intra afecțiuni cum ar fi carența unor vitamine, efectele secundare ale medicației și anumite tumori cerebrale.

Boala Alzheimer și demența cu corpi Lewy deteriorează treptat creierul. S-a demonstrat că unele medicamente sunt benefice în boala Alzheimer și în demența cu corpi Lewy. Aceste tratamente ameliorează simptomele făcând ca celulele rămase din creier să funcționeze puțin mai intens. Cu toate că nu vor vindeca demența, aceste medicații pot



aduce o contribuție semnificativă la traiul și activitatea dvs. cotidiene.

Tratarea tensiunii arteriale crescute, a colesterolului crescut și a diabetul zaharat monitorizat necorespunzător sunt, de asemenea, importante, precum și renunțarea la fumat și menținerea unei greutate sănătoase. Acești factori (cunoscuți drept factori de risc) contribuie în mare măsură la demența vasculară și pot agrava boala Alzheimer. Medicul dvs. de familie poate evalua factorii dvs. de risc, vă poate informa dacă este necesar tratament și vă poate monitoriza.

Pot fi analizate medicațiile pentru alte afecțiuni, în cazul în care au un efect negativ asupra modului în care funcționează creierul dvs.

## **Alte tipuri de asistență dacă sunteți diagnosticat(ă) cu demență**

Fie că există sau nu tratamente specifice pentru cauza demenței de care suferiți, un diagnostic corect este important în vederea obținerii sfaturilor și asistenței adecvate. Este disponibilă o mare varietate de măsuri de ajutor și informare, atât pentru persoanele cu demență, cât și pentru prieteni, rude și îngrijitori.

## **Sfaturi și asistență pentru alte afecțiuni medicale**

Dacă medicii și asistentele cunosc faptul că o persoană are o afecțiune care provoacă demență, acest lucru este de ajutor la tratarea altor probleme medicale. Aceasta include acordarea de timp suplimentar pentru a explica pacienților lucrurile într-un mod pe care să îl înțeleagă, stabilirea de moduri mai sigure pentru luarea medicației (de exemplu cutii de organizare a pastilelor, care vă ajută să vă amintiți când să luați comprimatele) și înțelegerea și oferirea de asistență suplimentară dacă o persoană trebuie să se interneze în spital dintr-un alt motiv.

## **Evaluarea continuă a demenței**

După ce ați fost diagnosticat, medicul dvs. de familie trebuie să planifice consultații periodice pentru a verifica modul în care evoluează lucrurile. Deoarece demența este o afecțiune progresivă, medicul poate stabili o altă programare, la un specialist, posibil după șase luni sau un an.

De asemenea, medicul de familie și specialistul vă pot prescrie împreună medicații care pot fi utile pentru tratarea unora dintre simptomele demenței. Cu toate acestea, nu toate persoanele vor avea beneficii de pe urma acestor medicamente.

# Planificarea viitorului

## Împuternicirea pe termen nelimitat

Poate veni un moment în care demența să facă dificilă gestionarea bunurilor și a afacerilor dvs. financiare. Este posibil să aveți nevoie ca cineva să facă acest lucru pentru dvs. Puteți numi în mod formal un prieten, o rudă sau un profesionist, care va deține o împuternicire ce îi va permite să acționeze în numele dvs.

O împuternicire este un document legal care îi oferă unei alte persoane autoritatea de a acționa și de a lua decizii în numele dvs. Aceasta vă permite să alegeți o persoană sau mai multe persoane (numită(e) împuternici(ți)) care să vă gestioneze bunurile și afacerile. O împuternicire încetează atunci când nu mai sunteți capabil(ă) din punct de vedere mintal să vă gestionați activitățile, însă o împuternicire pe termen nelimitat va continua.

Puteți anula sau modifica împuternicirea pe termen nelimitat în orice moment, cât timp mai aveți capacitate de exercițiu din punct de vedere mental. De exemplu, dacă împuternicitul ales decedează sau nu mai are capacitate de exercițiu, sau nu mai dorește să acționeze în numele dvs., va trebui să numiți un alt împuternicit.

Cu toate că acesta poate părea un proces dificil, există ajutor și asistență pentru a-l face cât mai facil posibil. Este vital ca o persoană cu demență să fie capabilă să planifice viitorul cât mai curând posibil, iar discuția despre o împuternicire pe termen nelimitat reprezintă o parte importantă a acestei planificări. Pentru informații suplimentare, contactați:

Office of Care and Protection (Biroul de Îngrijire și Protecție)  
Room 2.2A, Second Floor  
Royal Courts of Justice (Curtea Regală de Justiție)  
Chichester Street  
Belfast  
BT1 3JF  
Telefon: 028 9072 5953

## Aspecte financiare

Există o gamă largă de beneficii și sprijin financiar disponibile dacă aveți demență sau oferiți sprijin unei persoane cu demență. Este foarte important să beneficiați de tot ajutorul și sprijinul disponibile, pentru a vă ajuta pe parcursul evoluției demenței. Vă rugăm să discutați cu lucrătorul desemnat pentru dvs. cu privire la gama de beneficii și asistență disponibile.

## Conducerea vehiculelor și demența

Unele persoane cu demență preferă să renunțe la conducerea vehiculelor deoarece o resimt ca pe o activitate stresantă, însă altele continuă să conducă pentru o vreme. Pentru a continua să conduceți vehicule, trebuie să informați Agenția pentru Licențierea Șoferilor și Vehiculelor din Irlanda de Nord (Driver and Vehicle Licensing Agency NI - DVLNI) că aveți demență.

DVLNI va solicita rapoarte medicale și, posibil, o evaluare specială privind conducerea vehiculelor, pentru a decide dacă puteți continua să conduceți.

## Solicitarea asistenței

Există multe tipuri de asistență disponibile persoanelor afectate de demență, atât din partea sectorului de stat, cât și din partea sectorului comunitar și de voluntariat. Acestea pot include grupuri de sprijin, sprijin în vederea formării de prietenii, reprezentare legală și multe alte forme de asistență în vederea reducerii izolării sociale. Nimeni nu ar trebui să parcurgă acest drum singur, iar interacțiunea socială este vitală pentru păstrarea unei vieți sănătoase și bune în cazul celor afectați de demență.

Este foarte important, de asemenea, să fiți cât mai informat(ă) cu privire la evoluția demenței și există multe informații de calitate disponibile pentru a vă ajuta în acest sens. Acestea se pot găsi online la adresa [www.nidirect.gov.uk/dementia](http://www.nidirect.gov.uk/dementia), în format tipărit sau discutând cu medicul dvs. de familie sau cu personalul medico-sanitar.



**Public Health Agency**  
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.  
Tel: 0300 555 0114 (local rate).  
[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)

