

# Ku saabsan cudurka asaasaqa

XAASHIDA XAQIIQDA EE KA SOO BAXDA XARUNTA ISWIDHISHKA EE CUDURKA ASAASAQA

Demenssjukdomar • faktablad på somaliska

## Noocyada kala duwan ee cudurka asaasaqa

Cudurka asaasaqa – sidoo kale loo yaqaan xanuunka garashada – waxay adkeynaysaa in la fikiro, la qorsheeyo oo la wada hadlo. Tani waxaa sabab u ah noocyada kala duwan ee dhaawaca maskaxda. Calaamaduhu inta badan si tartiib-tartiib ah ayey u kordhaan waxayna sii adkeeyaan in la maareeyo hawlaha maalin-laha ah iyada oo aan caawimaad la helin.

## Ma aha qayb dabiici ah oo ka mid ah gabowga

Calamadaha cudurka asaasaqa ayaa muddo dheer loo tixgelin jiray cawaaqib aan laga maarmi karin oo uu keeno gabowga. Waxaan hadda ognahay in ku dhawaad 100 xaaladood oo caafimaad ah oo kala duwan ay keeni karaan cudurka asaasaqa. Ma aha qayb ka mid ah gabowga dabiiciga ah, laakiin waxay aad ugu badan tahay dadka waayeelka ah. Ku dhawaad 150,000 oo qof ee qaba cudurka asaasaqa ayaa jooga Iswiidhan, badankooduna waxay ka weyn yihiin 75 sano.

## Noocyada cudurka asaasaqa

Cudurka Alzheimerska waa nooca badan ee cudurka asaasaqa wuxuuna ka dhigan yahay 60–70% dhammaan kiisaska. Nooca labaad ee ugu caansan waa cudurka asaasaqa ee xiddada dhiigga, oo sidoo kale loo yaqaan cilladda garashada-nerfaha xiddada dhiigga (*vascular neurocognitive disorder*). Waxay badanaa la timaada cudurka Alzheimerska, kaas oo badanaa loo yaqaan asaasaqa isku dhafan.

Noocyada kale ee cudurka asaasaqa waxaa ka mid ah cudurka asaasaqa ee Lewy body, cudurka asaasaqa ee frontotemporal iyo cudurka asaasaqa Parkinsonska. Isticmaalka xadgudubka khamriga iyo burooyinka maskaxda waxay sidoo kale keeni karaan calaamadaha asaasaqa.

## Badanaa waxay ku bilaabataa hilmaanka

Calaamadaha ugu horreeya ee cudurka asaasaqa inta badan waxaa ka mid ah hilmaanta iyo dhibaatooyinka sii kordhaya ee helidda wadada ka baxsan degaankaaga. Waxyaabaha aad markii hore si fudud aad u sameyn jirtay waxay noqonayaan kuwo adag in la qorsheeyo oo la fuliyo. Luuqadda ayaa saameyn ku yeelanaysa madaama ay kugu sii kordhayso in ay dhib kugu noqoto helida erayada saxda ah.

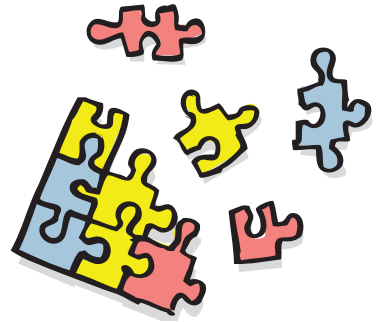
Xanaaqa, niyad-jabka iyo isbeddelka shakhsiyadeed ayaa sidoo kale qayb ka noqon kara cudurka. Calaa-

maduhu way kala duwanaan karaan iyadoo ku xidhan nooca cudurka asaasaqa iyo dhaawaca.

## Laga bilaabo mid fudud ilaa cudurka asaasaqa oo daran

Cudurka Asaasaqa inta badan waxuu leeyahay mudo dheer oo sanado badan ah. Cudurku si tartiib-tartiib ah ayuu u korayaa marka calaamado cusub ay soo baxaan waxaana lumaya xirfadaha. Bukaanku aakhirka wuxuu u baahan yahay kaalmo iyo taageero dheeraad ah si uu u maareeyo nolol maalmeedkiisa.

Horumarka cudurka waxaa badanaa loo qaybiyaa saddex waji: mid fudud, dhexdhexaad iyo cudurka asaasaqa daran.



## Ogaanshaha hore waa mid aad muhiim u ah

Ha ka waaban inaad la xiriiro dhakhtar haddii aad ka shakisan tahay cudurka asaasaqa. Baaritaanka waa in la bilaabo iyada oo aan dib loo dhigin si loo helo natiijada saxda ah, caawinta iyo daaweynta. Baaritaanka waxaa ku jira dhowr imtixaan oo kala duwan.

Waxaa jira xaalado caafimaad oo dhowr ah oo keeni kara calaamado la mid ah cudurka asaasaqa oo la daweyn karo. Haddii cudurka asaasaqa la ogaado, daawadu waxay yarayn kartaa calaamadaha xaaladaha qaarkood. Caawinaada, qalab taageero iyo faragelino kale ah ayaa fududayn kara nolol maalmeedka.

## Qorshaynta mustaqbalka

Waxa kale oo muhiim ah in la helo sharaxaad ku saabsan calaamadaha, labadaba qofka uu cudurku saameeyay iyo qaraabadiisa. Aqoonta cudurkan ayaa sahlaya in la qorsheeyo nolol wanaagsan oo macno leh. Inta badan waxa ay mudan tahay in khibridaha lala wadaago dadka ku jiraan xaalad la mid ah.

© Svenskt Demenscentrum

Warbixin dheeraad ah iyo waraaqaha xaqiiqada oo soomali ah ayaa laga heli karaa website-ka Svenskt Demenscentrum: [www.demenscentrum.se/so](http://www.demenscentrum.se/so)



Svenskt Demenscentrum

Svenskt Demenscentrum, Sveavägen 155, 113 46 Stockholm, (08) 690 58 00, [info@demenscentrum.se](mailto:info@demenscentrum.se)

[www.demenscentrum.se](http://www.demenscentrum.se)

# Demenssjukdomar

FAKTABLAD FRÅN SVENSKT DEMENSCENTRUM

## Flera olika demenssjukdomar

Demenssjukdomar, eller kognitiva sjukdomar som de också kallas, gör det svårare att tänka, planera och kommunicera. Det beror på olika typer av skador i hjärnan. Symtomen kommer ofta smygande och gör det allt svårare att klara sina vardagliga aktiviteter utan hjälp.

## Inget naturligt åldrande

Demenssymtom betraktades länge som en oundviklig följd av ålderdomen. Numera vet vi att närmare 100 olika sjukdomstillstånd kan leda till demens. Det är inget naturligt åldrande, däremot är det betydligt vanligare i hög ålder. Av de närmare 150 000 personer som har en demenssjukdom i Sverige är de allra flesta äldre än 75 år.

## Exempel på demenssjukdomar

Alzheimers sjukdom är den vanligaste demenssjukdomen och står för 60–70 procent av samtliga fall. Näst vanligast är vaskulär demens, även kallad blodkärlsdemens. Den förekommer ofta samtidigt med Alzheimers sjukdom, då brukar man tala om blanddemens.

Andra demenssjukdomar är Lewykroppsdemens, frontotemporal demens och Parkinsons sjukdom med demens. Även alkoholmissbruk och hjärntumörer kan ge demenssymtom.

## Börjar ofta med glömska

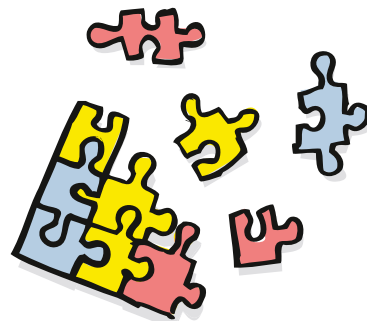
Tidiga tecken på demens är vanligen glömska och ökade besvär med att hitta utanför sin närmiljö. Saker som man tidigare klarade av blir svåra att planera och utföra. Språket drabbas av att man allt oftare får problem att hitta rätt ord.

Även irritation, nedstämdhet och personlighetsförändringar kan höra till sjukdomsbilden. Symtomen varierar beroende på typ av sjukdom och skada.

## Från mild till svår demenssjukdom

Demenssjukdomen har ofta ett utdraget förlopp över många år. Sjukdomen utvecklas gradvis, nya symtom tillkommer och förmågor går förlorade. Efterhand behöver den sjuke allt mer hjälp och stöd för att klara sin vardag.

Sjukdomsförloppet brukar delas in i tre faser: mild, medelsvår och svår demenssjukdom.



## Tidig diagnos viktig

Tveka inte att kontakta en läkare vid misstanke om demenssjukdom. En utredning bör snarast påbörjas för att i god tid få rätt diagnos, hjälp och behandling. Utredningen omfattar en rad olika tester och undersökningar.

Det finns flera sjukdomstillstånd som kan ge demensliknande symtom och som går att bota. Om en demenssjukdom diagnosticeras kan läkemedel i vissa fall lindra symtomen. Hjälpmedel och en rad andra insatser kan underlätta vardagen.

## Planera för framtiden

Det är också viktigt, både för den som är sjuk och för de anhöriga, att få en förklaring till symtomen. Kunskap om sjukdomen gör det lättare att planera för ett bra och meningsfullt liv. Att dela erfarenheter med personer i liknande situation upplevs ofta som värdefullt.

2025 • Svenskt Demenscentrum ©

---

Fler faktablad på olika språk kan skrivas ut från Svenskt Demenscentrums webbplats:  
[www.demenscentrum.se/Faktablad](http://www.demenscentrum.se/Faktablad)

---



Svenskt Demenscentrum

Svenskt Demenscentrum, Sveavägen 155, 113 46 Stockholm, 08 - 690 58 00, [info@demenscentrum.se](mailto:info@demenscentrum.se)

[www.demenscentrum.se](http://www.demenscentrum.se)