

ኩሉ ምርሳዕ ሕማም ዲሙንሽን አይኮነን

መረዳእታ ወረቆት ካብ ሽወደናዊ ማእከል ዲሙንሽን

All glömska är inte demens • faktablad på tigrinja

ናይ ሓንጎል ስራሕ ከንቈልቀውል ከሎ

ዳርጋ ኩሉ እንገብሮ ምስ አተሓሳስባና ኣብ ዝተሓሳሰሩ ተግባራት ዝምርኮቡ እዩ። እተፈላለዩ ናይ ምስትውዓል ተግባራት ንዝኸርና ክንፍትሽ ከለና፡ ሓደሽቲ ነገራት ክንመሃር ከለና ወይ ኣብ ድኳን ነገራት ክንደሊ ከለና ንጡፋት ይኹን። እዞም ተግባራት ርእስና ክኢልና ምንባር ክንክእል ኣዝዮም ኣገደስቲ ኢዮም።

ናይ ምስትውዓል ምምዝባል ማለት ሓደ ወይ ካብኡ ዝዛይድ ናይ ምስትውዓል ተግባራት ርኡይ ብዝኾነ መገዲ ካብ ናይ ቅድም ብዝኸፍኦ ኩነታት ኪሰርሕ ከሎ ኢዩ። እዚ ንኣብነት ምርሳዕ ወይ መንገዲ ኣብ ምርካብዎይ ከም ንቡር ቀለልቲ ንጥፈታት ምውጣንን ምፍጻምን ጸገማት ኮይኑ ክግለጽ ይኽእል።

ዝሓሸ ኣፈዋውሳ ኣማራጺ ንምሃብ ናይ ምስትውዓል ምዝንባል ከይህሉ ምምርማር ኣገዳሲ ኢዩ። ይኹን እምበር፡ ኣገልግሎታት ክንክን ጥዕና፡ ብፍላይ ኣብ ቀለልቲ ጉዳያት፡ ኩሉ ግዜ ንምልክታት ንጹር መብርሂ ክረኽቡ ኣይክእሉን እዮም።

ናይ ምስትውዓል ምዝንባል ዚበዝሕ ጊዜ ኣብ ሰለስተ ንኡሳን ጉጅለታት ይኸፈል፡ ሃንደበታዊ ምድንጋር፡ ቅልል ዝበለ ናይ ምስትውዓል ምዝንባልን ናይ ምስትውዓል ሕማምን (ዲሙንሽን)።

ሃንደበታዊ ምድንጋር ዚበዝሕ ጊዜ ይመሓየሽ ኢዩ

ምልክታት ጸገም ምስትውዓል ኣብ ውሽጢ ሓጺር ግዜ እንተማዕቢሉ፡ ዚበዝሕ ጊዜ ኣብ ሃንደበታዊ ምድንጋር ዘጋጥም ተርእዮ ኢዩ። እቲ ነዚ ዚገልጽ ሕክምናዊ ቃላት ሓጺር ናይ ምድንጋር ኩነት ወይ ምድንጋር ይበሃል። ዕድሙ ኣብ ዝደፍኡ ሰባት፡ ዚበዝሕ ጊዜ ምስ ኣካላውን ድሕሪ መጥባሕቲ ዝህሉ ኣእምሮኣውን ድኻም ወይ ከኣ ምስ ቃንዛ ይተሓሓዝ። ሃንደበታዊ ምድንጋር ብድርቀት፡ ረኽሲ ከምኡውን ብናይ መድሃኒት ጎናዊ ሳዕቤናት ኪኸተል ይኽእል።

ሃንደበታዊ ምድንጋር ክፍወስን መብዛሕትኡ ግዜ ምልክታት ክጠፍኡ ይኽእሉ እዮም። እዚ ድማ እቲ ኩነታት እንተተመርማሩን እቲ መሰረታዊ ጠንቂ እንተተፈትሖን እዩ።

ኤምሲኦይ ንቐለልቲ ምልክታት የመልክት

ብዙሓት ከም ቀደም ጽቡቕ ጌሮም ክነጥፉ ዘይምኽኣሎም ስለ ዘጨንቑም ሕክምናዊ ሓገዝ ይደልዩ። እቶም ምልክታት ዘይንጹራትን ቕልል ዝበሉ ክኹኑ ይኽእሉ እዮም፤ እንተኾነ ግን ሓደ ሰብ ብርኡይ ኣብ ምትኪርን ነገራት ምዝካርን ዝያዳ ክሸገር ወይ ድማ ዝተፈላለዩ ንጥፈታት ንምፍጻም ግዜ ክወስድ ይኽእል።

እዚኦም ልሙዳት ምልክታት ቅልል ዝበለ ናይ ምስትውዓል ምምዝባል ወይ ኤምሲኦይ ኮይኖም፡ እዚ ድማ መብዛሕትኡ ግዜ እንጥቀመሉ ኣሕጽሮተ ቃል እዩ።

ኣብ ኩነታት ኤምሲኦይ፡

ናይ ምስትውዓል ምምዝባል ብኒውሮሳይኮሎጂ መርመራታት ክልለ ይኽእል እዩ። እቶም ምልክታት ንማሕበራዊ ህይወት ወይ ስራሕ ናይቲ ሰብ ክጸልዎ ይኽእል'ዮም። እቲ ጽልዋ ግን ዘይከምቲ ኣብ ሕማም ዲሙንሽን ዝፍጠር ዓቢ ኣይኮነን።



ብዙሓት ክኹኑ ዝኽእሉ ጠንቅታት

ኤምሲኦይ ብዙሕ ጠንቅታት ክህልዎ ይኽእል። ብግቡእ ዘይተሓከመ ቅዛነት፡ ወቕዒን ከምኡውን ጎድናዊ ሳዕቤናት መድሃኒትን ውሑዳት ኣብነታት እዮም። ኤምሲኦይ ሓደ ሓደ ግዜ ኣቐዲሙ ዝርኣ ምልክት ናይ ከም ሕማም ኣልዛይመር ወይ ቫስኩላር ዲሙንሽን ዝኣመሰለ ናይ ምስትውዓል ጸገም ክኸውን ይኽእል። ኣብ ከምዚ ዝኣመሰለ ኩነታት፡ ምልክታት ምስ ግዜ እናሓየሉን እናበዝሉን ይኹዱ። ይኹን እምበር፡ እርጋን ዋላ እቲ ጠንቂ ሕማም ዲሙንሽን ዘይኮነ፡ ገለ ምድኻም ናይ ኣእምሮኣዊ ስርሓት የጠቓልል። እዚ ደረጃ ምዕባለ ካብ ሰብ ናብ ሰብ ይፈላለ እዩ።

ጭንቀት፡ ድኻምን ቅዛነትን ኣብ ኤምሲኦይ ልሙድ ኮይኑ፡ ምልክታት ምምዝባል ምስትውዓል ዝያዳ ክብርትዕ ይኽእል። ልዑል ጸዕቂ ስራሕን ጸቕጥን፡ ኣብ ዕድሙ ስራሕ ንዝርከቡ ሰባት ናይ ምስትውዓል ጸገማት ከጋጥሞም ይኽእል። ዋላውን እዞም ጸገማት ኣብ ኒውሮሳይኮሎጂ መርመራታት ክረኣዩ እንተዘይከኣሉ።

ክትትል ኣድላዪ ኢዩ

ኣፈዋውሳ ኤምሲኦይ መሰረታዊ ጠንቂ ምልላይ የድሊ። እዚ ኩሉ ጊዜ ዝከኣል ኣይኮነን። ይኹን እምበር፡ ወሃብቲ ክንክን ጥዕና፡ ኣብ ኩነታት መርመራ ናይ ምስትውዓል ምምዝባል ክረኣ ዝኽእል ድዩ ወይስ ባዕላዊ ግንዛቤ ጥራይ ድዩ ብዘየገድስ፡ ንኤምሲኦይ ዘለዎም ሕሙማት ብቐጻሊ ክከታተሉ ኣገዳሲ እዩ።

© Svenskt Demenscentrum

ተወሳኺ ሓበሬታን ወረቆቕትን ብትግርኛ ኣብ መርበብ ሓበሬታ ይርከብ፤ Svenskt Demenscentrum:
www.demenscentrum.se/ti



Svenskt Demenscentrum

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

www.demenscentrum.se

All glömska är inte demens

FAKTABLAD FRÅN SVENSKT DEMENSCENTRUM

När hjärnans funktioner sviktar

Nästan allt vi gör är beroende av funktioner kopplade till vårt tänkande. När vi letar i minnet, lär oss nya saker eller söker efter varor i butiken är olika *kognitiva funktioner* aktiva. De har stor betydelse för våra möjligheter att leva ett självständigt liv.

När en eller flera kognitiva funktioner fungerar märkbart sämre än förr talar man om *kognitiv svikt*. Den kan yttra sig som exempelvis glömska, problem med att hitta rätt eller att planera och utföra normalt sett enkla aktiviteter.

Det är viktigt att utreda kognitiv svikt för att kunna behandla den på bästa sätt. Men det är inte alltid vården kan hitta en entydig förklaring till symtomen, det gäller särskilt om de är lindriga.

Kognitiv svikt brukar delas in i tre undergrupper: akut förvirring, lindrig kognitiv funktionsnedsättning och kognitiv sjukdom (demenssjukdom).

Akut förvirring går ofta tillbaka

När kognitiva symtom utvecklas snabbt, under en kort tid, handlar det ofta om akut förvirring eller konfusion som det heter på fackspråk. Hos äldre personer beror det ofta på fysisk och psykisk ansträngning efter en operation eller på grund av smärta. Akut förvirring kan också bero på förstopning, infektioner och läkemedelsbiverkningar.

Akut förvirring kan behandlas och symtomen brukar gå tillbaka, förutsatt att tillståndet utreds och att man kommer till rätta med den bakomliggande orsaken.

MCI förkortning vid lindriga symtom

Många söker sig till vården av oro för att de inte riktigt fungerar som tidigare. Symtomen kan vara diffusa och svaga men personerna upplever ändå tydligt att det har svårare att koncentrera sig och lägga saker på minnet eller att det tar längre tid att utföra olika aktiviteter.

Det här är typiska tecken vid lindrig kognitiv

funktionsnedsättning eller MCI (*Mild cognitive impairment*) som är den ofta använda engelska förkortningen.

Vid MCI kan den kognitiva nedsättningen påvisas i neuropsykologiska tester. Symtomen kan påverka personernas sociala liv eller yrkesarbete men inte i lika hög grad som är fallet vid demens.



Många möjliga orsaker

MCI kan ha många orsaker. Obehandlad depression, stroke och läkemedelsbiverkning är bara några exempel. I vissa fall kan det handla om tidiga tecken på en kognitiv sjukdom, till exempel Alzheimers sjukdom eller vaskulär demens. Då blir symtomen starkare och fler efterhand. Men åldrandet innebär att kognitiva funktioner kan försämrats något utan att det behöver bero på demens. I vilken grad det sker varierar från person till person.

Oro, trötthet och nedstämdhet är vanligt vid MCI och kan förstärka kognitiva symtom. Hög arbetsbelastning och stress gör att personer i yrkesverksam ålder kan uppleva sig ha kognitiva problem utan att det kan påvisas i neuropsykologiska tester.

Uppföljning är A och O

Behandling av MCI förutsätter att den bakomliggande orsaken är känd, något som inte alltid är fallet. Det är ändå viktigt att vården regelbundet följer upp den som är drabbad, oavsett om den kognitiva funktionsnedsättningen går att avläsa i testsituationer eller endast är självupplevd.

2025 • Svenskt Demenscentrum ©

Fler faktablad på olika språk kan skrivas ut från Svenskt Demenscentrums webbplats:
www.demenscentrum.se/Faktablad



Svenskt Demenscentrum

Svenskt Demenscentrum, Sveavägen 155, 113 46 Stockholm, 08 - 690 58 00, info@demenscentrum.se

www.demenscentrum.se