



Rychlý screening demence

Dotazník určený pro rodinu a přátele

Pokud začínají poruchy paměti člověku vadit a způsobují mu nesnáze a obtíže v každodenním životě, mohou být ještě pro pacientovo okolí zdánlivě nenápadné. Mohou být přikládány nadměrnému stresu, únavě nebo mohou být považovány za důsledek vyššího věku. To není správně, poruchám paměti je třeba věnovat pozornost.

I takzvaná mírná kognitivní porucha se v cca 50 % případů postupně vyvíjí do nějaké z forem demence. Proto je důležité, abyste poruchám paměti u svých blízkých (ale i u sebe) věnovali patřičnou pozornost. Tento test Vám pomůže kvantifikovat (změřit) jednotlivé obtíže.

Pro lékaře je také osnovou a jednoduchým návodem ke strukturovanému rozhovoru s rodinným příslušníkem nebo i pacientem samotným, pokud má na svůj stav dostatečný náhled a sám jej nebagatelizuje.

Provedení testu je jednoduché, potřebujete jen klidné prostředí. Postupně pokládejte následující otázky. Hodnocení naleznete na konci testu.

Jak často nebo v jaké míře Váš blízký:

1. Opakuje se a ptá se znovu a znovu na to samé?
2. Zapomíná více než dříve zejména věci, které se staly nedávno nebo dokonce před chvílí?
3. Zapomíná brát léky, nakoupit najednou více věcí a podobně?
4. Zapomene na schůzku, svátek, rodinnou oslavu?
5. Je smutnější nebo bezradnější než dříve?
6. Má problémy s počítáním, vedením účtu a podobně?
7. Je pravda, že již nemá takový zájem o dřívější záliby a koníčky?
8. Potřebuje pomoc nebo alespoň radu při jídle, oblékání či hygieně?
9. Je vznětlivější, podezřívavý, neklidný, mluví nesmyslně nebo vidí a slyší to, co ve skutečnosti neexistuje?
10. Zhoršila se jeho schopnost řídit automobil?
11. Hledá slova, mluví méně plynule, zapomíná jména?

Hodnoťte následujícím způsobem

0 bodů – ano, často

1 bod – někdy

2 body – ne

Vyhodnocení testu

22 – 21 bodů odpovídá normě

20 – 19 bodů hraniční stav, pokud pozorujete i jiné příznaky, je lepší poradit se s lékařem, může se jednat o jiné onemocnění

18 a méně bodů – poraďte se s lékařem