

# MENDIAGNOSA DEMENSIA

INDONESIAN

Lembar Bantuan ini menyediakan informasi tentang tanda-tanda awal demensia dan bagaimana caranya hal itu didiagnosa. Pentingnya diagnosa dini dan benar sangat dianjurkan.

## Apakah tanda-tanda awal demensia?

Tanda-tanda awal demensia sangat lemah dan samar-samar, dan mungkin tidak segera menjadi jelas. Tanda-tanda awal juga mungkin sangat bervariasi. Namun biasanya orang mengamati ada masalah dengan ingatan, khususnya dalam mengingat peristiwa yang belum lama terjadi.

### Gejala umum lainnya termasuk:

- Bingung
- Perubahan kepribadian
- Apatis dan menyendiri
- Kehilangan kemampuan melakukan tugas sehari-hari

Terkadang orang gagal menyadari bahwa gejala-gejala itu menandakan ada sesuatu yang salah. Mereka mungkin keliru menganggap bahwa perilaku seperti itu adalah bagian normal dari proses penuaan. Atau gejalanya berkembang secara bertahap dan berlangsung tanpa diperhatikan dalam waktu lama. Kadang-kadang orang menolak bertindak bahkan ketika mereka mengetahui ada yang salah.

## Tanda-tanda peringatan

Ini adalah daftar periksa gejala umum demensia. Ikutilah daftarnya dan contong gejala yang muncul. Jika ada beberapa contong berkonsultasilah dengan dokter untuk pemeriksaan yang lengkap.

### Kehilangan ingatan yang mempengaruhi kegiatan sehari-hari

Adalah normal jika sekali-sekali kita lupa akan janji pertemuan atau lupa nomor telepon teman dan ingat lagi kemudian. Penderita demensia mungkin lebih sering lupa sesuatu atau tidak mengingatnya sama sekali.

### Kesulitan melakukan tugas-tugas yang sudah terbiasa.

Orang bisa bingung dari waktu ke waktu dan mereka mungkin lupa menyajikan sebagian makanan. Penderita demensia mengalami kesulitan dengan seluruh tahapan yang terkait dengan urusan menyiapkan makanan.

### Bingung tentang waktu dan tempat

Adalah normal kita lupa hari apa dalam minggu ini – untuk sementara. Penderita demensia mungkin mengalami kesulitan menemukan jalan menuju tempat yang sudah mereka kenal, atau merasa bingung dimana mereka berada.

### Masalah dengan bahasa

Setiap orang kadang-kadang mengalami kesulitan menemukan kata yang tepat, tetapi penderita demensia mungkin lupa kata yang sederhana atau menggantinya dengan kata yang tidak tepat, membuat kalimatnya susah dimengerti.

### Masalah dengan pemikiran abstrak

Menghitung pengeluaran buku cek bisa merupakan hal sulit untuk setiap orang, tetapi penderita demensia mungkin mengalami kesukaran mengetahui apa arti angka-angka tersebut.

### Melemah atau menurun pertimbangannya

Penderita demensia mungkin mengalami kesulitan memperkirakan jarak atau arah ketika mengendarai mobil.

### Masalah salah tempat meletakkan sesuatu

Setiap orang dapat saja sewaktu-waktu salah menaruh dompet atau kunci. Penderita demensia bisa meletakkan barang-barang di tempat yang salah.

### Perubahan dalam kepribadian atau tingkah laku

Setiap orang bisa sedih atau murung dari waktu ke waktu. Seseorang dengan demensia bisa menunjukkan perubahan perasaan secara cepat tanpa alasan yang jelas. Mereka bisa menjadi bingung, curiga atau menyendiri.

### Kehilangan inisiatif

Adalah normal merasa capek melakukan kegiatan. Namun demensia menyebabkan seseorang kehilangan minatnya pada kegiatan yang sebelumnya disenangi.

*Berdasarkan pada informasi dari  
Alzheimer's Association USA*

[FIGHTDEMENTIA.ORG.AU](http://FIGHTDEMENTIA.ORG.AU) NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

## Ingat

Ingat bahwa beberapa keadaan mempunyai gejala yang mirip dengan demensia, jadi jangan beranggapan bahwa seseorang mengidap demensia hanya karena adanya beberapa gejala. Stroke, depresi, kecanduan alkohol, infeksi, kelainan hormone, kekurangan nutrisi dan tumor otak semuanya dapat menyebabkan gejala mirip demensia. Banyak dari gejala itu dapat disembuhkan.

## Diagnosa yang tepat adalah penting

Berkonsultasi dengan dokter pada tingkat awal sangat menentukan. Hanya praktisi kesehatan dapat mendiagnosa demensia. Pemeriksaan kesehatan dan psikologi yang lengkap dapat mengidentifikasi kondisi yang dapat dirawat dan memastikan kondisi itu dirawat secara benar, atau mengkonfirmasi adanya demensia.

## Suatu pemeriksaan mungkin mencakup hal-hal berikut ini:

- Suatu riwayat kesehatan yang terperinci, disediakan jika mungkin, oleh orang dengan gejala sekaligus kerabat dekat atau teman. Hal ini untuk membantu menetapkan apakah ada serangan yang berlangsung lambat atau cepat dari gejala itu dan perkembangannya.
- Suatu pemeriksaan fisik dan neurologi yang menyeluruh, termasuk tes indera dan fungsi gerakan untuk mengesampingkan kondisi yang lain, dan mengidentifikasi setiap kondisi kesehatan yang mungkin memperburuk kebingungan terkait dengan demensia.
- Tes laboratorium, termasuk beragam tes darah dan air kencing untuk mengidentifikasi setiap kemungkinan penyakit yang mungkin menyebabkan timbulnya gejala
- Tes neuropsikologis untuk mengidentifikasi kemampuan bertahan dan masalah khusus seperti pemahaman, pengetahuan dan pertimbangan
- Tes khusus lainnya seperti Roentgen di dada, ECG dan CT scan
- Tes keadaan mental untuk mengecek jangkauan fungsi intelektual seperti ingatan, kemampuan membaca, menulis dan menghitung yang mungkin terpengaruh oleh demensia
- Penilaian psikiatri untuk mengidentifikasi ketidakteraturan yang dapat dirawat seperti depresi yang dapat menyebabkan demensia, dan untuk mengelola setiap gejala psikiatri seperti kegelisahan atau berkhayal yang mungkin muncul bersamaan dengan demensia

## Dari mana mulainya.

Tempat terbaik untuk memulai proses diagnose adalah dengan dokter yang, setelah memperhatikan gejala dan memerintahkan tes screening, mungkin menawarkan diagnose permulaan atau merujuk orang tersebut kepada spesialis kesehatan seperti ahli neurologi, ahli geriatrik atau psikiater.

Beberapa orang mungkin menolak ide mengunjungi dokter. Kadang-kadang orang tidak menyadari, atau

mengingkari, bahwa ada sesuatu yang salah dengan mereka. Hal ini mungkin karena perubahan otak karena demensia yang mengganggu kemampuan menyadari atau mengenali ingatan seseorang. Yang lain, dengan pengetahuan terbatas, mungkin khawatir ketakutan mereka akan terbukti.

Salah satu cara yang paling efektif untuk mengatasi masalah ini adalah dengan mencari alasan lain untuk mengunjungi dokter. Mungkin saran untuk pemeriksaan jantung, tekanan darah atau tinjauan kesehatan jangka panjang. Cara lain adalah menyarankan bahwa inilah waktunya bagi Anda berdua untuk melakukan pemeriksaan fisik. Pastikan untuk sebanyak mungkin menenteramkan hati. Suatu sikap yang tenang dan penuh perhatian pada saat itu dapat membantu mengatasi kekhawatiran dan ketakutan orang tersebut.

## Jika orang itu tetap tidak mau mengunjungi dokter:

- Bicarakanlah dengan anggota keluarga yang lain dan perawat yang mungkin pernah berurusan dengan situasi serupa
- Hubungi Aged Care Assessment Team (ACAT)
- Telepon National Dementia Helpline

## INFORMASI LEBIH LANJUT

Alzheimer's Australia menawarkan bantuan, informasi, pendidikan dan konsultasi. Hubungi National Dementia Helpline pada nomor **1800 100 500**.

Untuk informasi lebih lanjut dan untuk melihat Lembar Bantuan lain kunjungilah situs web kami di [fightdementia.org.au](http://fightdementia.org.au)

# DIAGNOSING DEMENTIA

This Help Sheet provides information about the early signs of dementia and the techniques used to diagnose dementia and the importance of an early and correct diagnosis.

## What are the early signs of dementia?

Because the diseases that cause dementia develop gradually, the early signs may be very subtle and vague, and not immediately obvious. Early symptoms also depend on the type of dementia and vary a great deal from person to person.

### Common early symptoms include:

- Memory problems, particularly remembering recent events
- Increasing confusion
- Reduced concentration
- Personality or behaviour changes
- Apathy and withdrawal or depression
- Loss of ability to do everyday tasks

Sometimes people fail to recognise that these symptoms indicate that something is wrong. They may mistakenly assume that such behaviour is a normal part of ageing, or symptoms may develop so gradually they go unnoticed for a long time. Sometimes people may be reluctant to act even when they know something is wrong.

## Warning signs

This is a checklist of common symptoms of dementia. Go through the list and tick any symptoms that are present. If there are several ticks, consult a doctor for a complete assessment.

### Memory loss that affects day-to-day function

It's normal to occasionally forget appointments and remember them later. A person with dementia may forget things more often or not remember them at all.

### Difficulty performing familiar tasks

People can get distracted and they may forget to serve part of a meal. A person with dementia may have trouble with all the steps involved in preparing a meal.

### Disorientation to time and place

A person with dementia may have difficulty finding their way to a familiar place, or feel confused about where they are, or think they are back in some past time of their life.

### Problems with language

Everyone has trouble finding the right word sometimes, but a person with dementia may forget simple words or substitute inappropriate words, making them difficult to understand. They might also have trouble understanding others.

### Problems with abstract thinking

Managing finances can be difficult for anyone, but a person with dementia may have trouble knowing what the numbers mean or what to do with them.

### Poor or decreased judgement

Many activities require good judgement. When this ability is affected by dementia, the person may have difficulty making appropriate decisions, such as what to wear in cold weather.

### Problems with spatial skills

A person with dementia may have difficulty judging distance or direction when driving a car.

### Problems misplacing things

Anyone can temporarily misplace a wallet or keys. A person with dementia may often put things in inappropriate places.

### Changes in mood, personality or behaviour

Everyone becomes sad or moody from time to time. Someone with dementia can exhibit rapid mood swings for no apparent reason. They can become confused, suspicious or withdrawn. Some can become disinhibited or more outgoing.

### A loss of initiative

It's normal to tire of some activities. However, dementia may cause a person to lose interest in previously enjoyed activities.

**FIGHTDEMENTIA.ORG.AU**    **NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500**

## It may not be dementia

Remember that many conditions have symptoms similar to dementia, so do not assume that someone has dementia just because some of the above symptoms are present. Strokes, depression, alcoholism, infections, hormone disorders, nutritional deficiencies and brain tumours can all cause dementia-like symptoms. Many of these conditions can be treated.

## A correct diagnosis is important

Consulting a doctor at an early stage is critical. Only a medical practitioner can diagnose dementia. A complete medical assessment may identify a treatable condition and ensure that it is treated correctly, or it might confirm the presence of dementia.

### An assessment may include the following:

- Medical history – the doctor will ask about past and current medical problems, family medical history, any medications being taken, and the problems with memory, thinking or behaviour that are causing concern. The doctor may also wish to speak to a close family member who can help provide all the necessary information.
- Physical examination – this may include tests of the senses and movement function, as well as heart and lung function, to help rule out other conditions.
- Laboratory tests – will include a variety of blood and urine tests to identify any possible illness which could be responsible for the symptoms. In some cases, a small sample of spinal fluid may be collected for testing.
- Neuropsychological or cognitive testing – a variety of tests are used to assess thinking abilities including memory, language, attention and problem solving. This can help identify specific problem areas, which in turn helps identify the underlying cause or the type of dementia.
- Brain imaging – There are certain scans that look at the structure of the brain and are used to rule out brain tumours or blood clots in the brain as the reason for symptoms, and to detect patterns of brain tissue loss that can differentiate between different types of dementia. Other scans look at how active certain parts of the brain are and can also help discriminate the type of dementia.
- Psychiatric assessment – to identify treatable disorders such as depression, and to manage any psychiatric symptoms such as anxiety or delusions which may occur alongside dementia.

## Where to begin

The best place to start is with the person's doctor. After considering the symptoms and ordering screening tests, the doctor may offer a preliminary diagnosis or refer the person to a medical specialist such as a neurologist, geriatrician or psychiatrist.

Some people may be resistant to the idea of visiting a doctor. Sometimes people are in denial or do not realise that there is anything wrong with them. This can be due to the brain changes of dementia that interfere with the ability to recognise or appreciate the changes occurring. Others, who do have insight into their condition, may be afraid of having their fears confirmed. One of the best ways to overcome this problem is to find another reason to visit the doctor. Perhaps suggest a blood pressure check or a review of a long-term condition or medication. Another way is to suggest that it is time for both of you to have a physical check-up. A calm attitude at this time can help overcome the person's worries and fears.

### If the person still will not visit the doctor:

- Talk with other families and carers who may have had to deal with similar situations
- Talk to the person's doctor for advice
- Contact your local Aged Care Assessment Team (ACAT). Call **1800 200 422** for information
- Call the National Dementia Helpline on **1800 100 500**

For more detailed information about the early signs of dementia and seeking help from a doctor, download the *Worried About Your Memory?* booklet from the Alzheimer's Australia website or call the National Dementia Helpline to order a copy.

## FURTHER INFORMATION

Alzheimer's Australia offers support, information, education and counselling. Contact the National Dementia Helpline on **1800 100 500**, or visit our website at [fightdementia.org.au](http://fightdementia.org.au)



For language assistance phone the Translating and Interpreting Service on **131 450**