

PER VOI... GUIDARE

ITALIAN | ENGLISH

Se avete ricevuto la diagnosi di demenza, questo Foglio Illustrativo vi potrebbe essere utile. Vi fornisce informazioni importanti sulla guida e la demenza.

Guidare è un compito molto complesso che coinvolge l'interazione tra il cervello, gli occhi e i muscoli. La demenza può influire in diversi modi sull'abilità di guidare, tra cui:

- Trovare il percorso giusto
- Ricordare da che parte voltare
- Giudicare la distanza dagli altri veicoli e dagli oggetti
- Giudicare la velocità degli altri veicoli
- I tempi di reazione
- La coordinazione mano-occhi

Dovrei continuare a guidare adesso?

Una diagnosi di demenza non significa necessariamente che dovete smettere di guidare subito, tuttavia prima o poi dovrete smettere di guidare.

Ai sensi della legge, siete tenuti a informare le autorità abilitanti alla guida circa tutte le eventuali patologie mediche che potrebbero influire negativamente sulla vostra capacità di guidare senza rischi. La demenza è una delle patologie mediche che deve essere dichiarata per via dei suoi effetti sulla capacità di guidare.

Le autorità competenti vi chiederanno di farvi visitare da un medico che valuterà le vostre condizioni di salute. In seguito, potreste aver bisogno di sottoporvi a un esame di guida formale. In base a quanto risulta dalle valutazioni, le autorità decideranno se potrete continuare a guidare.

Se le autorità decideranno che potete continuare a guidare, vi sarà rilasciata una patente soggetta a condizioni. Queste patenti sono valide per un massimo di 12 mesi, dopo di che verrete riesaminati.

A volte sulla vostra patente potrebbero essere imposte delle restrizioni. Queste restrizioni potrebbero essere che voi potete guidare solo nelle vicinanze di casa, o in certe ore del giorno o al di sotto di certi limiti di velocità.

Se non informerete le autorità competenti circa la vostra diagnosi, o se continuate a guidare dopo che la patente vi è stata cancellata o sospesa, si potrebbero verificare serie conseguenze. Se siete coinvolti in un incidente, potreste essere imputati di reati di guida o citati in giudizio. La vostra compagnia assicuratrice potrebbe non fornirvi copertura.

Eventuali cambiamenti nella vostra capacità di guidare potrebbero indicare che vi serve un esame di guida o in certi casi che smettiate di guidare immediatamente.

Il promemoria che segue potrebbe aiutarvi a notare se si stanno verificando mutamenti.

Quando guidate:

- Vi servono direzioni?
- Vi perdetevi in zone famigliari?
- Confondete la destra con la sinistra?
- Siete più lenti a decidere ai semafori, agli incroci o quando cambiate corsia?
- Avete problemi a interpretare i segnali stradali?
- Guidate più lentamente?
- Ci mettete di più a reagire?
- Avete problemi a reagire alle cose meno famigliari?
- Guidate sul lato sbagliato della strada?
- Cambiate corsia in modo improprio?
- Non rispettate le regole del traffico?

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU

NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

**UNDERSTAND ALZHEIMER'S
EDUCATE AUSTRALIA**

Questo opuscolo informativo è sovvenzionato dal Governo Australiano

4 INFORMAZIONI PER CHI SOFFRE DI DEMENZA

- Causate danni all'auto che non sapete spiegare?
- Usate l'acceleratore e i freni contemporaneamente?
- Frenate al momento sbagliato sulle strade di maggiore importanza?

Anche se non avete notato nessuno di questi cambiamenti, potreste chiedere a una persona amica, a un familiare o all'istruttore di guida locale che cosa pensano del vostro modo di guidare.

La cosa più importante è la vostra sicurezza e quella degli altri.

Rinunciare a guidare

Prima o poi dovrete ridurre o cessare la guida. Molti decidono di rinunciare alla patente volontariamente. I medici a volte raccomandano che uno smetta di guidare.

Certe persone trovano molto difficile rinunciare a guidare. La vostra auto può rappresentare una parte importante della vostra indipendenza, e senza di essa la vostra vita potrebbe cambiare.

Potreste arrabbiarvi, sentirvi frustrati o agitati per via del cambiamento. Parlare di questi sentimenti o chiedere supporto e informazioni a una persona di fiducia o a un counsellor di Alzheimer's Australia potrebbe aiutarvi.

Certe persone trovano benefico smettere di guidare. Le alternative potrebbero essere meno stressanti della guida, i costi sono inferiori rispetto a quelli per mantenere un'auto e si può godere meglio il paesaggio durante il tragitto.

Alternative alla guida

Se potete ridurre il bisogno di guidare e trovare alternative per andare in giro potreste trovare meno stressante la rinuncia alla guida.

Cose da provare:

- Chiedere a un familiare o a un amico di darvi un passaggio
- Usare gli autobus, i treni o i taxi
- Camminare
- Usare i mezzi di trasporto comunitari se sono disponibili nella vostra zona. Informatevi presso il vostro ufficio municipale
- Usate i servizi di consegna a domicilio per gli alimenti e le medicine e dalla biblioteca locale

Quando smetterete di guidare, potreste trovare difficile fare uscite a scopo sociale tipo visitare amici e familiari, presenziare a cerimonie o prendere parte alle attività preferite. Cercate di continuare queste attività

Altre risorse

Per maggiori informazioni utili sulla demenza e la guida visitate il sito fightdementia.org.au

Ridurre il bisogno di guidare e trovare alternative per andare in giro vi aiuteranno a restare attivi, in movimento e collegati socialmente.

ULTERIORI INFORMAZIONI

Alzheimer's Australia offre supporto, informazioni, educazione e counselling. Contattate il numero amico National Dementia Helpline al **1800 100 500**, oppure visitate il nostro sito web su fightdementia.org.au



Interpreter

Per assistenza linguistica telefonate al Translating and Interpreting Service (Servizio Traduttori e Interpreti) al **131 450**

ABOUT YOU... DRIVING

If you have been diagnosed with dementia, this Help Sheet may be useful. It provides important information about driving and dementia.

Driving is a highly complex task that involves interaction between the brain, eyes and muscles. Dementia can affect driving ability in a number of ways, including:

- Finding your way around
- Remembering which way to turn
- Judging the distance from other cars and objects
- Judging the speed of other cars
- Reaction time
- Hand-eye coordination

Should I continue driving now?

A diagnosis of dementia doesn't necessarily mean that you need to stop driving straight away, however you will need to stop driving at some point.

You are required by law to tell your local licensing authority of any medical condition that might affect your ability to drive safely. Dementia is one of the medical conditions that needs to be disclosed because it affects driving ability.

The licensing authority will ask you to see a doctor who will assess your medical fitness. After this, you may need a formal driving assessment. Based on the results of these assessments, the licensing authority will decide if you can continue to drive.

If the licensing authority decides that you can continue to drive you will be issued with a conditional licence. Conditional licences are valid for a maximum of 12 months, after which time you will be reassessed.

Sometimes restrictions may also be placed on your licence. These restrictions might be that you can only drive close to home, or at certain times or below certain speed limits.

If you do not notify your licensing authority of your diagnosis, or if you continue to drive after your licence has been cancelled or suspended, there can be serious consequences. If you are in a crash you could be charged with driving offences or be sued. Your insurance company may not provide cover.

Changes in your ability to drive may mean that you need to get a driving assessment, or in some cases stop driving immediately. The following checklist may help you notice whether any changes are taking place.

When driving do you:

- Need direction?
- Become lost in familiar areas?
- Confuse left and right?
- Make slower decisions at traffic lights, intersections or when changing lanes?
- Have difficulty interpreting traffic signs?
- Drive more slowly?
- Take longer to react?
- Have difficulty responding to the unfamiliar?
- Drive on the wrong side of the road?
- Change lanes inappropriately?
- Violate traffic laws?
- Cause damage to the car which you are unable to explain?

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

4 INFORMATION FOR PEOPLE WITH DEMENTIA

- Use the accelerator and the brake at the same time?
- Brake at the wrong time on main roads?

Even if you have not noticed any of these changes, you might like to ask a friend, family member or local driving instructor what they think about your driving skills.

The most important thing is your safety and the safety of others.

Giving up driving

At some point you will need to reduce and stop driving. Many people decide to give up their licence voluntarily. Doctors will sometimes recommend that a person should stop driving.

Some people find giving up driving very difficult. Your car may be an important part of your independence, and without it your life may change.

You may feel angry, frustrated or upset about this change. Talking about these feelings, or asking a trusted family member, friend or Alzheimer's Australia counsellor for support and information may help.

Some people find that there are benefits in no longer driving. The alternatives can be less stressful than driving, the costs are less than those needed to run a car and the scenery can be enjoyed along the way.

Alternatives to driving

If you can reduce the need to drive and find alternatives for getting around you may find giving up driving less stressful.

Things to try:

- Asking a family member or friend to give you a lift
- Using buses, trains or taxis
- Walking
- Using community transport if it is available in your area. Check with your local council
- Use home delivery services for food and medical prescriptions and from your local library

When you stop driving, you might find it harder to make social trips like visiting friends or family, attending functions or participating in hobbies. Try to keep doing these things.

Other resources

For more helpful information on dementia and driving visit **fightdementia.org.au**

Reducing the need to drive and finding alternatives for getting around will help you stay active, mobile and socially connected.

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**



Interpreter

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