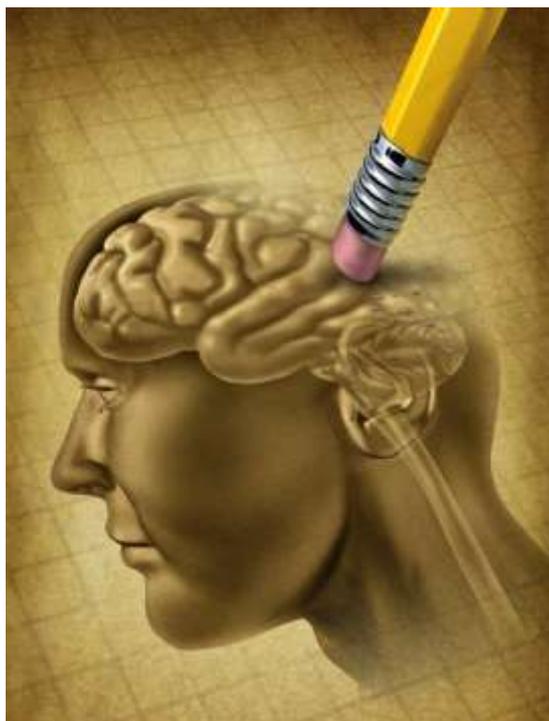


2 простых задания для проверки первых признаков деменции. Проверьте себя и близких



А вы слышали о деменции? Про это заболевание мы слышим редко, но оно быстро поглощает население. С точностью до 99% среди вашего окружения найдется человек, который страдает любым видом нарушения когнитивных способностей. Это страшная, но правдивая реальность сегодняшней жизни. Не стоит недооценивать эту болезнь. Мы должны владеть информацией хотя бы на минимальном уровне. Давайте вкратце разберем некоторые виды деменции. В результате инсультов или поражения сосудов наступает сосудистая деменция. Болезнь медленно поражает человека. Часто именно сосудистую деменцию мы называем

«старческими» изменениями рассудка. Во время такого процесса пожилой человек может временно «приходить в себя» или стать более адекватным, но восстановиться полностью невозможно.

Альцгеймер относится к атрофической деменции. Заболевание является самым распространенным видом слабоумия. Обычно прогрессирует в пожилом возрасте и наступает ближе к 70 годам.

Болезнь Пика – это заболевание, при котором некоторые участки коры головного мозга атрофируются. Патология истончает кору головного мозга. Заболевание может прогрессировать в раннем возрасте. Ее активность наступает к 50 годам. Причины возникновения Пика до сих пор не изучены, но основным ученые считают наследственность и генетическую предрасположенность.

Все виды деменции проявляются постепенно. Сначала вы забываете чье-то имя, ключи или включенный утюг. Затем кратковременная потеря памяти сменяется на долгосрочную. В конечном итоге человек лишается возможности самостоятельной жизни, ведь он не понимает где находится и что делает. Чтобы не допустить преждевременного развития когнитивных недугов необходимо поддерживать интеллектуальную деятельность мозга.

Проверить себя можно пройдя два теста.

Тест «Рисование часов»

Для проведения теста понадобится чистый лист нелинованной бумаги и карандаш. Затем нарисуйте круглые часы с цифрами на циферблате. Стрелки показывают время, без пятнадцати два". По памяти надо нарисовать циферблат в виде круга, правильно расположить все цифры и стрелки, указывающие время. Обычно этот тест не вызывает затруднений. Но при наличии когнитивных нарушений, проблем с памятью, пожилой человек допускает неточности и ошибки.

Результат теста оценивается по 10 - балльной шкале:

- 10 баллов - норма, нарисован круг, цифры в правильных местах, стрелки показывают заданное время;
- 9 баллов - незначительные неточности расположения стрелок;
- 8 баллов - ошибки в расположении стрелок более заметны (одна из стрелок отклоняется больше, чем на час);
- 7 баллов - обе стрелки показывают неправильное время;
- 6 баллов - стрелки не показывают время (время обведено кружком);
- 5 баллов - неправильное расположение чисел на циферблате (цифры следуют в обратном порядке, то есть против часовой стрелки, либо расстояние между ними неодинаковое);
- 4 балла - утрачена целостность часов, часть чисел отсутствует или расположена вне круга;
- 3 балла - циферблат и числа более не связаны друг с другом;
- 2 балла – испытуемый предпринимает попытки выполнить задание, но безуспешно;
- 1 балл – испытуемый не делает попытки выполнить инструкцию.

Если результат менее 9 баллов, следует говорить о наличии выраженных нарушений памяти. Для того, чтобы отличить разные виды деменции, провести дифференциальный диагноз, пожилому человеку можно упростить задачу. Попросить дорисовать стрелки на уже нарисованном циферблате с числами.

Если испытуемый правильно рисует стрелки, то предполагают наличие деменции лобного типа или с преимущественным поражением подкорковых структур. При болезни Альцгеймера нарушается как самостоятельное рисование часов, так и расположение стрелок на готовом циферблате.

10 баллов – норма
Нарисован круг, цифры в правильных местах, стрелки показывают заданное время.



9 баллов
Незначительные неточности расположения стрелок.



8 баллов
Более заметные ошибки в расположении стрелок.



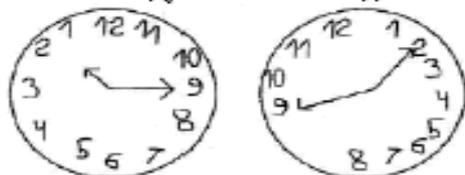
7 баллов
Стрелки показывают совершенно неправильное время.



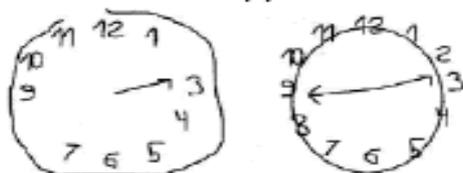
6 баллов
Стрелки не выполняют свою функцию (например, нужное время обведено кружком).



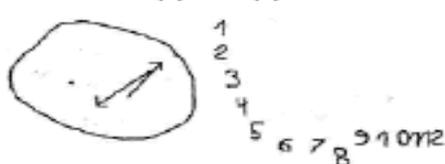
5 баллов
Неправильное расположение чисел на циферблате: они следуют в обратном порядке (против часовой стрелки) или расстояние между числами неодинаковое.



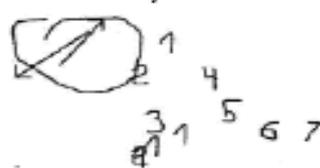
4 балла
Утрачена целостность часов, часть чисел отсутствует или расположена вне круга.



3 балла
Числа и циферблат более не связаны друг с другом.



2 балла
Деятельность больного показывает, что он пытается выполнить инструкцию, но безуспешно.



1 балл
Больной не делает попыток выполнить инструкцию. Выполнение данного теста нарушается как при деменциях лобного типа, так и при альцгеймеровской деменции и деменциях с преимущественным поражением подкорковых структур.

Для дифференциального диагноза данных состояний при неправильном самостоятельном рисунке больного просят дорисовать стрелки на уже нарисованном (врачом) циферблате с числами.



При деменциях лобного типа и деменциях с преимущественным поражением подкорковых структур легкой и умеренной выраженности страдает лишь самостоятельное рисование, в то время как способность расположения стрелок на уже нарисованном циферблате сохраняется. При деменции альцгеймеровского типа нарушается как самостоятельное рисование, так и способность расположения стрелок на уже готовом циферблате.

Цвета и слова

«Струп-тест»

ЖЕЛТЫЙ

СИНИЙ

ОРАНЖЕВЫЙ

ЧЕРНЫЙ

КРАСНЫЙ

ЗЕЛЕНый

РОЗОВЫЙ

ЖЕЛТЫЙ

КРАСНЫЙ

ОРАНЖЕВЫЙ

ЗЕЛЕНый

ЧЕРНЫЙ

СИНИЙ

КРАСНЫЙ

РОЗОВЫЙ

ЗЕЛЕНый

СИНИЙ

ОРАНЖЕВЫЙ

Испытуемому предлагаются слова, которые обозначают какой-то определённый цвет. А вот сами слова выделены совсем другим цветом не тем, что обозначает слово.

Задача: смотреть на каждое слово и называть цвет, которым выделено это слово.

Например, первое слово у нас - «жёлтый», но слово выделено зеленым цветом, значит, мы смотрим на слово «жёлтый», а называем цвет – зеленый. И так нужно проговорить все слова.

Результат теста можно определить самим по правильности произношения слов. Постоянные запинки говорят о том, что у вас плохая концентрация и внимательность.