

Cov Ntaub Ntawv Qhia

Cov neeg ua muaj kev toob dab yuav tsum raug nkag siab thiab txhawb pab los ntawm lawv cov neeg hauv zej zog.

Koj tuaj yeem pab yam uas rais mus ua ib tug Phooj Ywg Ntawm Kev Mob Toob Dab.

Mus saib hauv www.dementiafriendsusa.org txhawm rau paub ntau ntxiv!

Kev Toob Dab yog Dab Tsis?

Kev mob toob dab tsis yog tus kab uas meej tseeb. Nws yog ib lo lus uas koom ua ke txhawm rau piav qhia nthuav dav txog cov tsos mob uas raug koom sau ua ke kev poob qhov hnov qab lossis lwm yam kev nco tau ntau heev txog rau qhov uas tuaj yeem txo lub peev xwm ntawm kev ua ub no txhua hnuv.

Tus kab mob Alzheimer yog ib tug kab mob uas nyiam tshwm sim heev tshaj plaws ntawm kev toob dab thiab tus qib siab txog 60 mus rau 80 feem pua ntawm cov neeg mob. Lwm hom ntawm kev toob dab muaj xws li Kev Toob Dab uas los ntawm Kab Mob Lewy Bodies, Kab Mob Frontotemporal, thiab Kab Mob Vascular.

Cov Hom ntawm Kev Mob Toob Dab

COV UAS NYIAM TSHWM SIM TSAWNG

Tus Kev Toob Dab uas los ntawm Kab Mob Lewy Bodies, Kab Mob Frontotemporal, Kab Mob Vascular, thiab lwm yam ntxiv

COV UAS NYIAM TSHWM SIM HEEV

Tus Kab Mob Alzheimer

Tus Kab Mob Alzheimer thiab Lub Hnub Nyoog Li Ib Txwm

10 Cov Yeeb Yam thiab Cov Tsos Mob Thaum Thawj	Lub Hnub Nyoog Li Ib Txwm
1. Kev hnov qab uas tab kauv rau lub neej txhua hnub	Qee zaum nco tsis tau cov npe neeg lossis kev teem caij tab sis mam tig rov nco tau rau thaum uas twb yog tom qab
2. Tab Kaum rau kev npaj lossis kev daws teeb meem	Ua yuav kev tas li thaum ntsuas raws phau ntawm tswj raws
3. Ntxiv teb cov ntsiab lus uas mej ntsis sib xws nyub heev thaum nyob rau tom tsev, tom chaw hauj lwm lossis lub sij hawm so	Pheej xav tau kev pab tas li yam uas siv kev teeb teev caij ntawm lub tshuab kaw lus lossis yam uas kaws lus rau ntawm lub TV
4. Tsis paub tseeb rog rau lub sij hawm lossis thaj chaw	Tsis paub tseeb txog hnub ntawm lub lim tiam tab sis kuj rov nco tau nws tom qab ntawd
5. Muaj teeb meem raug kev nkag siab cov duab uas pom thiab lub sij hawm uas cuam tshuam	Lub zeem muag hloov kev ntsig ntawm cov sab dawb
6. Muaj cov teeb meem tshiab nrog cov lus uas hais lossis sau	Qee zaum muaj teeb meem nrog kev nrhiav lo lus uas yog
7. Tso cov khoom tsis ncaj chaw thiab tsis muaj peev xwm rov thim cov kauj ruam rov qab tau	Tso cov khoom tsis ncaj zaum tas los zaum ntxiv thiab pheej thim cov kauj ruam rov qab mus nrhiav nws
8. Txo lossis muaj qhov tsis tau zoo ntawm kev txiav txim siab	Txiav txim siab tau tsis zoo nyob rau txhua zaus
9. Muaj kev thim tus kheej tawm ntawm cov hauj lwm lossis cov kev ua ub no sab nrauv	Qee zaum hnov tau tias dhuav txoj hauj lw, tsev neeg thiab lwm tus sab nrauv uas muaj hauj lwm sib cuam tshuam
10. Hloov tus yeeb yam thiab tus cwj pwm	Rais mus ua cov hauj lwm yam uas siv cov hauv kev yooj yim tshwj xeeb xwb thiab tsis tag kev cia siab yog thaum cov hauj lwm raug taub kauv.

Lub Hauv Paus Cov Ntaub Ntawm Los:

www.alz.org/10-signs-symptoms-alzheimers-dementia.asp

Cov Kab Lus Uas Faib Uas Sab

Muab cov kab lus ntawm Kev 1 mus phim rau Kev 2 yam siv kev kos txoj kab ntawm txhua kab lus uas pib mus rau nws cov kab lus xau. Koj yuav tsum nriav kom tau ntsib kab lus uas npliag thiab yog tsib kab ntsiab lus uas yog yawm sij ntawm kev toob dab!

Kev 1
1. Kev toob dab tsis yog ...
2. Kev toob dab yog raug chiv los ntawm...
3. Kev toob dab tsis yog tias tshuas...
4. Nws puas yuav ua tau uas yuav muaj...
5. Muaj ntau rau tus neeg tshaj li cov tsis paub txog...

Kev 2
A. ...cov kab mob hauv lub hlwb.
B. ...kev toob dab.
C. ... lub neej txoj sia zoo nrog kev toob dab.
D. ... muaj cov teeb meem ntawm kev hnov qab xwb
E. ... ib feem ntawm kev.

Zaj Dab Neeg Ntawm Lub Tub Rau Ntawv

Xav txog ntawm ib tug poj niam hnuv nyug 70 xyoo uas muaj kev toob dab. Tab sim no ho xav txog tias muaj ib lub tub rau ntawv nyob ntawm nws ib sab. Txhua cov ntawv nyob rau hauv lub tub rau ntawv qhia txog nws cov tswv yim lossis cov kev nco.

Nyob rau cov chav sab sauv yog nws cov kev nco tau ntawm qhov tseeb thiab nws cov tswv yim kev xav koom ua ke lossis cov hauv kev uas cov mus los. Nyob rau ntawm cov neeg uas muaj kev toob dab, chav sab sauv lossis fab sab nrauv ntawm lub hlwb raug rhuav tshem ua ntej. Cov tswj yim xws li lej, kev siv lus thiab kev tswj tus keej tus cwj pwm raws li kev ntsuam xyuas yog nyob rau fab no ntawm lub hlwb. Nyob rau peb zaj dab neeg lub tub rau ntawm, cov tswv yim no yog nyob rau cov chav sab sauv.

Thaum kev toob dab mus co tus poj niam ntawm lub tub rau ntawv, cov ntawv nyob sab sauv pib poob los mus. Tus poj niam ntawv tej zaum yuav tsis nco tau tias nws tau noj dab tsis ua tshais lawm, lossis ua li nws puas tau them cov khoom nyob rau tom lub khw muag tshuaj lossis ua li leej twg tiag tau tuaj saib nws tag kis no.

Cov yeeb yam thiab cov kev hnov tau yog nyob rau hauv cov chav hauv qab ntawm lub tub rau ntawv ib yam nkaus li nws nyob rau sab hauv lossis fab sab hauv ntawm lub hlwb. Qhov no yog thaj chaw uas muab kev hnov paub tau ntawm lub hlwb. Kev hov tau xws li kev hlub, kev zoo siab, kev tag kev cia siab thiab kev hnov paub raug koom nyob rau ntawm no. Raws li qhov uas kev toob dab rov co nws lub tub rau ntawm mus ntxiv, cov ntawm nyob rau sab nqis hauv no yuav tuaj yeem nyob mus tau ntev dua.

Zaj dab neeg lub tub rau ntawv no pab piav qhia txog kev sib txawv ntawm cov tswv yim thiab cov kev nco tau thiab cov kev tab kaum ntam kev toob dab. Qhov tseeb thiab cov kev xav koom ua kev yuav poob mus yam sai. Cov yeeb yam thiab cov kev hnov tau yuav nyob mus tau ntev dua.

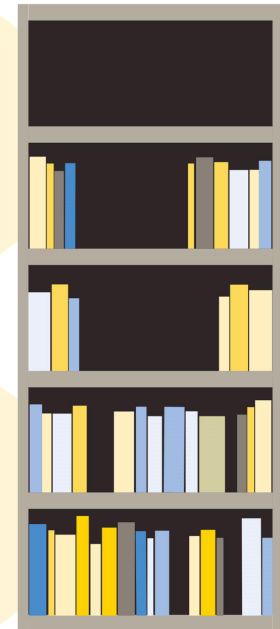
Lub Hlwb Uas Zoo



Cov Chav Saum Toj: Qhov tseeb thiab cov kev xav ua ke

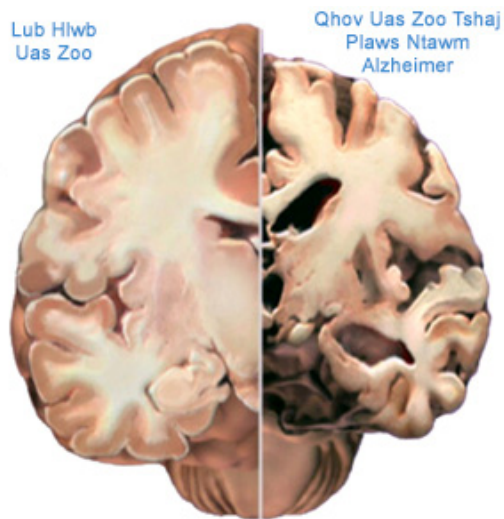
Cov Chav Saum Toj: Qhov tseeb thiab cov kev xav ua ke

Qhov Uas Zoo Tshaj Plaws Ntawm Alzheimer



Cov Hauj Lwm Txhua Hnub

Sau cov lus piav qhia ua nqe ib qhib zuj zus tshawm rau ntxiv teb ntawm qhov hauj lwm uas koj ua txhua hnub lossis tas li. Yuav tsum tseeg tau tias lwm tus uas nyeem koj cov ntawv sau ntawd yuav tuaj yeem ua raws tau cov kev piav qhia ntawd yam tiav log txhawm rau ntxiv teb qhov hauj lwm tau.



Kev Xyaum Kev Txuas Teb Mus Los

Xav kom zoo txog cov tswv ntawm no yog thaum muaj kev txuas teb mus los nrog cev neeg uas muaj kev toob dab.

Kho tus neeg ntawd yam saib muaj meej mom thiab qhuab hwm. Tsis txhob tham txog yav tag ntawm ib tug neeg uas yog tias tam sim no nws tsis nyob ntawd.

Nco ntsoov cheev faj txog koj cov kev hnov tau. Koj lub suab lus tuaj yeem txuas tau txog kev li kev xav. Siv lub ntsej muag luag ntxis thiab mos muag.

Ua siab ntev thiab muab kev txhawb pab. Cia rau tus neeg ntawd pab tias kom tseem tab tom mloog thiab maj mam to taub.

Pab muab kev yooj yim thiab kev tso siab. Yog tus neeg ntawv muaj teeb meem nrog kev txuas teb, ua kom lawv tso siab tau tias nws tsis ua cas thiab txhawb tus neeg ntawd kom ua tau txuas ntxiv mus.

Tsis txhob txhuam lossis kho kom raug. Tsis txhob qhia tus neeg ntawd txog yam uas tau raug hais tias nws tsis yog lawm. Los hloov pauv, yam uas mloog thiab maj mam ntau nqi yam uas tseem teb tom raug hais los.

Tsis txhob cam. Yog tus neeg ntawd hais tau qee yam uas koj tsis pom zoo nrog, cia nws zoo li mus. Kev sib cam tsuas yog ua rau txhua yam haj yam tsis zoo tuaj xwb thiab haj yam nce kev ntxhov siab rau tus neeg muaj kev toob dab xwb.

Muab kev twv. Yog tus neeg ntawd siv cov lus uas tsis yog lawm lossis tsis tuaj yeem hais tau lo lus ntawd, maj mam twv lo lus kom yog. Yog koj nkag siab txog yam uas tus neeg ntawd hais, kev nrhiav lo lus koj yog rau nws tsis tsim nyog ua.

Txhawb kev sib txuas teb yam tsis tas siv lus. Yog koj tsis nkag siab yam uas tus neeg ntawd tab tom hais, qhia kom nws tau tes lossis piav tes.

Cov Ntswv Yim Ntau Kev Sib Tham

Thaum mus cuag tus neeg muaj kev toob dab thiab pib sib tham:

- Mus rau sab tom hauv ntej, qhia koj tus kheej, thiab ntsia lub qhov mus rau. Yog tus neeg ntawd tsis yog tab tom sawv, muab lub qhov muag tso kom qis mus rau.
- Hu tus neeg ntawd yam uas siv lawv lub npe uas lawv nyiam tshaj plaws txhawm rau kom nws mus kev tig los mloog.
- Siv cov ntsiab lus kom luv thiab yooj yim thiab rov hais dua rau raws li qhov uas xav tau. Nug ib lo lus nug nyob rau ib zaug xwb.
- Hais maj mam thiab meej tseeb. Siv lub suab lus maj mam thiab ncu a so.
- Maj mam ua siab ntev tos cov lus teb thaum tus neeg ntawm siv lub sij hawm los xav yam uas koj hais.

Nyob rau thaum lub sij hawm uas sib tham ntawv:

- Muab uas cov lus hais kom ntau duas ua cov lus nug. Piv txwv li, hais “Chav dej nyob ntawm no”, los mus hloov lo lus nug tias, “Koj puas xav siv chav dej?”
- Txhob siv cov lus hais uas cov txog qee yam uas koj xav kom tus neeg ntawd ua. Hais nws ncaj qha xwb: “Los tom no os. Koj li sua siv lawm os.” Cov npe ntawm yam khoom lossis cov chaw. Txhob siv qhov tias “Nyob nov ne”, yuav tsum hais “Koj lub koom moom nyob nov os.”
- Muab cov lus xyeej ntseev los ua cov lus hais ncaj. Hloov ntawm qhov uas yuav hais, “Tsis txhob mus tod,” los ua “Los wb mus tom no os.”
- Ua kom pom cov duab tseeb. Tau tes lossis chwv rau qhov khoom uas koj xav kom tus neeg ntawd siv lossis ua ntawm koj tus kheej rau.
- Tsis txhob ntsuam xyuas cov lus xws li “Koj puas nco qab thaum twg lawm?”
- Maj mam siv kev sau cov ntawm cim lossis cov duab los mus qhia yog tias tus neeg ntawd tuaj yeem to taub nws.

Tsib Kab Ntsiab Lus Uas Yog Yawm Sij

- Kev toob dab tsis yog ib feem ntawm kev laus.
- Kev toob dab yog raug chiv los ntawm cov kab mob hauv lub hlwb.
- Kev toob dab tsis yog tias tshuas muaj cov teeb meem ntawm kev hnov qab xwb.
- Nws puas yuav ua tau uas yuav muaj lub neej txoj sia zoo nrog kev toob dab.
- Muaj ntau rau tus neeg tshaj li cov tsis paub txog ntawm kev toob dab.

Tig Koj Li Kev To Taub los mus rau Cov Kev Ua

Yam li ib tug Phooj Ywg Ntawm Kev Toob Dab, kuv yuav...

- _____ chwv thiab nyob ze nrog qee tus neeg uas kuv paub hais tias nws muaj kev toob dab.
- _____ ua siab ntev.
- _____ nkag siab rau kom ntau dua qub.
- _____ txhawb nqa cov kev ua ntawd leej neeg no:

Cov Kev Pab hauv Koj Lub Zej Zog

Lub Koom Haum Ntawm Alzheimer 24/7 Tus Xov Tooj Muab Kev Pab Cuam pab cov neeg uas muaj kev poob qhov nco tau, cov kws kho mob faj seeb, cov pej xeem, ntau leej haiv neeg, thiab cov phooj ywg thiab tsev neeg uas muaj kho txhawj xeeb. Tus xov tooj muab kev pab cuam yuav lees xa mus rau cheeb tsam koom haum ntawm cov phiaj xwm thiab cov kev pab cuam, kev kawm paub txog kev toob dab, kev pab thaum muaj teeb meem nyuab thiab kev txhawb cov yeeb yam koj. 1-800-272-3900 lossis www.alz.org