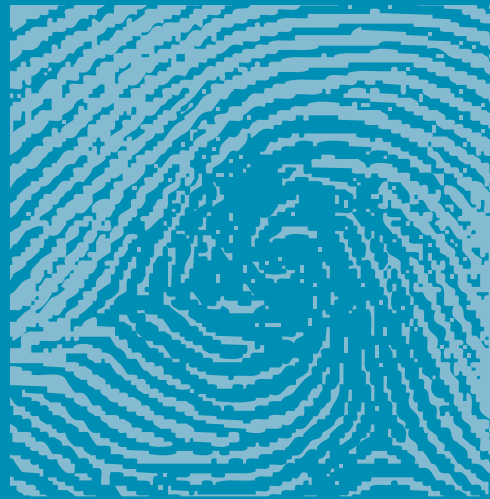


# Cognitive dementia and memory service (CDAMS)

## Υπηρεσία γνωστικής άνοιας και μνήμης (CDAMS)



Η υπηρεσία γνωστικής άνοιας και μνήμης (Cognitive dementia and memory service (CDAMS)) είναι για άτομα που ανησυχούν για τις αλλαγές στη μνήμη τους.

Η υπηρεσία χρηματοδοτείται από τη Βικτωριανή Κυβέρνηση και προσφέρεται δωρεάν.

Η υπηρεσία στοχεύει να παράσχει μια διάγνωση όσον αφορά το γιατί έχετε προβλήματα μνήμης ώστε να μπορέσετε:

- να ενημερωθείτε για την πάθηση
- να καταλάβετε τις αλλαγές
- να προγραμματίσετε για το μέλλον
- να πληροφορηθείτε για τη θεραπεία
- να ενημερωθείτε για τη βοήθεια που διατίθεται στην περιοχή σας.

### Τι είναι φυσιολογικά γηρατειά;

Οι μικρές αλλαγές στη μνήμη καθώς γηράσκετε είναι φυσιολογικές. Αν ανησυχείτε ότι οι αλλαγές αυτές χειροτερεύουν ή αρχίζουν να επηρεάζουν την καθημερινή σας ζωή παρακαλούμε να επικοινωνήσετε μαζί μας.

### Συμπτώματα απώλειας της μνήμης

Ορισμένες αλλαγές που ίσως παρατηρήσετε στον εαυτό σας ή σε κάποιο άλλο άτομο είναι:

- απώλεια αντικειμένων πχ κλειδιά, πορτοφόλι
- ξεχνάτε ραντεβού ή συζητήσεις

- αγχώνεστε από καταστάσεις
- χάνετε τον προσανατολισμό σας ενώ οδηγείτε
- δυσκολεύεστε να βρίσκετε λέξεις όταν μιλάτε με άλλους
- αντιμετωπίζετε προβλήματα όταν κάνετε πολύ γνωστές εργασίες πχ μαγείρεμα, πληρωμή λογαριασμών.

Υπάρχουν πολλά αίτια για την απώλεια της μνήμης ή των αλλαγών στη σκέψη. Στα αίτια αυτά περιλαμβάνονται:

- η άνοια
- η κατάθλιψη
- το αλκοόλ.

Είναι σημαντικό να γνωρίζετε τι ακριβώς προκαλεί το πρόβλημα ώστε να παρασχεθούν οι σωστές θεραπείες και υποστήριξη.

### Τι είναι η αξιολόγηση της CDAMS;

Σε μια αξιολόγηση της CDAMS θα συζητήσετε με έναν γιατρό και έναν υπάλληλο υγείας. Θα σας ζητηθεί να έρθετε στην κλινική και ίσως σας επισκεφθούν στο σπίτι. Θα χρειαστεί επίσης να κάνετε περαιτέρω εξετάσεις και να μιλήσετε με άλλους σπεσιαλίστες.

Στο τέλος της αξιολόγησης η ομάδα της CDAMS θα εξηγήσει τα αποτελέσματα σ' εσάς αλλά και στην οικογένειά σας. Επίσης, θα σας δοθούν γραπτές πληροφορίες για την συνάντησή σας με την ομάδα και πώς θα λάβετε βοήθεια.

### Πώς να επικοινωνήσετε μαζί μας

Οποιοσδήποτε μπορεί να επικοινωνήσει με την υπηρεσία. Μπορείτε επίσης να μιλήσετε με τον οικογενειακό σας γιατρό για να κανονίσει μια σύσταση-παραπομπή.

Αν χρειάζεστε διερμηνέα, μπορείτε να τηλεφωνήσετε στην τηλεφωνική υπηρεσία διερμηνέων (TIS) στον αριθμό 131450.

Διατίθενται διερμηνείς πρόσωπο με πρόσωπο, αν κριθεί απαραίτητο.

### Πού βρίσκονται τα γραφεία της CDAMS;

West Heidelberg	9496 2596
Bundoora	9495 3272
Caulfield	9276 6010
Cheltenham	9265 1291
Parkville	8387 2194
Mt Eliza	9788 1276
Burwood	9881 1867
Kew	9268 0522
St Albans	8345 1246
Barwon (Geelong)	5279 2438
Gippsland (Drouin)	5625 0242
Grampians (Ballarat)	5320 3704
Grampians (Horsham)	5381 9333
Hume (Wangaratta)	5722 1663
Loddon Mallee (Bendigo)	5454 8500