

Met geheugenklachten naar de arts: niets vergeten?

Maak je je zorgen om jouw geheugen of om het geheugen van een naaste? Bereid jouw gesprek met de huisarts goed voor! Vul onderstaande informatie zo goed mogelijk aan en deel deze met jouw huisarts.

Welke van onderstaande problemen ondervind je bij jezelf of bij een naaste? Kruis de juiste vakjes aan. Heb je nog andere klachten, schrijf deze dan onderaan in het vak 'Eigen observaties'.

<p>1. Vergeetachtigheid en verwarring</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Vragen herhalen of meerdere keren hetzelfde vertellen. <input type="checkbox"/> Kookvuur laten aanstaan, Kransen laten lopen of vergeten het huis op slot te doen. 	<p>6. Kwijtraken van zaken</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Spullen vaak kwijtraken (portemonnee, sleutels, GSM). <input type="checkbox"/> Voorwerpen op een verkeerde of onlogische plaats leggen (bijv. bril in de koelkast).
<p>2. Problemen met dagelijkse handelingen</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Bedienen van apparaten gaat moeilijk (waar het voordien wel ging). <input type="checkbox"/> Moeilijkheden met betalen en hanteren van wisselgeld. <input type="checkbox"/> Zelfzorg gaat moeilijker (wassen, kleden). <input type="checkbox"/> Problemen met medicatiebeheer. 	<p>7. Situaties fout inschatten</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Vreemde reacties in bepaalde situaties. <input type="checkbox"/> Verkeerssituaties minder goed inschatten, wat leidt tot gevaarlijk rijgedrag. <input type="checkbox"/> Werkelijkheid en beelden op televisie door elkaar halen.
<p>3. Moeilijkheden met plannen en organiseren</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Moeilijkheden hebben met het maken van afspraken en zich eraan houden. <input type="checkbox"/> Volgorde van vertrouwde zaken vergeten (bijv. koken, koffie zetten). 	<p>8. Terugtrekken uit het sociale leven</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Niet meer deelnemen aan activiteiten in groepsverband. <input type="checkbox"/> Sociale gelegenheden vermijden.
<p>4. Oriëntatieproblemen in tijd en plaats</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Vergeten welke dag, maand, jaar of seizoen het is. <input type="checkbox"/> 's Nachts opstaan en ronddolen. <input type="checkbox"/> De weg kwijtraken in een vertrouwde omgeving. 	<p>9. Veranderingen van gedrag en karakter</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Onrustig zijn. <input type="checkbox"/> Achterdochtig en wantrouwig worden. <input type="checkbox"/> Snel boos worden of neerslachtig zijn. <input type="checkbox"/> Angstig of onzeker zijn.
<p>5. Taalproblemen</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Een gesprek volgen gaat moeilijker of men verliest de draad van het gesprek. <input type="checkbox"/> Vaak niet op woorden kunnen komen en deze vervangen door 'dingen, iemand, zaken'. <input type="checkbox"/> Woorden op een verkeerde manier gebruiken. 	<p>10. Verminderde werking van zintuigen</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Moete hebben met lezen of het terugvinden van voorwerpen op tafel. <input type="checkbox"/> Problemen met dieptezicht, waardoor moeilijkheden ontstaan bij het lopen en rijden.

Eigen observaties:

Medicatie en medische historiek

Welke medicatie gebruik je op dit ogenblik? Vermeld zowel medicatie die werd voorgeschreven als medicatie die je zonder voorschrift gebruikt. Denk ook aan medicatie die je enkel gebruikt wanneer een bepaalde situatie zich voordoet (bijv. een pijnstiller bij pijn, een slaapmiddel bij slapeloosheid, ...).

.....

.....

.....

Neem je bepaalde vitamines of voedingssupplementen? Zo ja, welke?

.....

.....

.....

Welke medische aandoeningen heb je (bijv. suikerziekte, hoge bloeddruk, depressie, ...)?

.....

.....

.....

Vragen voor uw arts

- Welke testen moet ik ondergaan en hoe wordt een diagnose gesteld?
- Zouden mijn huidige medicijnen de symptomen kunnen veroorzaken en/of verergeren?
- Zou een andere medische aandoening de symptomen kunnen veroorzaken en/of verergeren?
- Wat kan ik verwachten als het de ziekte van Alzheimer of een andere vorm van dementie zou zijn?
- Wat zijn de mogelijkheden in de behandeling van de ziekte van Alzheimer of een andere vorm van dementie? Welke bijwerkingen en risico's zijn hieraan verbonden?

Bijkomende tips ter voorbereiding van uw gesprek

- Vraag om informatie schriftelijk mee te krijgen, zo kan je deze later nog eens rustig bekijken.
- Probeer niet alleen naar het gesprek te gaan, vraag een naaste om je te vergezellen.
- Voorzie zelf iets om notities te kunnen nemen.
- Wanneer je bij het invullen van dit formulier andere vragen of bedenkingen heeft, schrijf deze dan op en neem ze mee naar de arts.

Notities: