

## **Esimerkkejä muistioireista**

*[alkutunnus] Pianon soittoa, jonka ohessa sanotaan: Kiikarissa aivoterveys. Tietoa ja tukea näkövammaisille -hanke. [/alkutunnus]*

Puhujana Jaana Paasonen.

Kuuntele ja mieti, esiintyykö itselläsi tai läheiselläsi seuraavia oireita

1. Viimeaikaiset tapahtumat unohtuvat
2. Muistioire haittaa arkiaskareita tai töitä
3. Sovitut tapahtumat unohtuvat toistuvasti
4. Vaikeus noudattaa erilaisia toimintaohjeita
5. Sanojen löytämisen vaikeus tai epäasianmukaiset sanat
6. Päätelykyky ja ongelmien ratkaisukyky on heikentynyt
7. Taloudellisten asioiden hoitaminen on vaikeutunut
8. Esineet ovat usein kadoksissa
9. Ympäristön tai ajantajun hahmottaminen on vaikeutunut
10. Uusien asioiden oppiminen on huomattavan vaikeaa

Muiden huomioimia muistioireita läheisellä voivat olla esimerkiksi

1. Läheisen luonne tai käyttäytyminen on muuttunut ja hänellä esiintyy epäluuloisuutta, pelokkuutta tai sekavuutta
2. Hänellä esiintyy muistiongelmien vähättelyä tai peittelyä
3. Hänen aloitekykynsä on heikentynyt ja esimerkiksi harrastuksiin lähtö ei enää kiinnosta

Jos sinulla tai läheiselläsi on jokin näistä edellä mainituista oireista, on hyvä selvittää, mistä oireet johtuvat. Ole yhteydessä lääkäriisi tai paikkakuntasi muistihoitajaan selvittääksesi muistitutkimusten tarvetta.

Kerro arkea hankaloittavista oireistasi ja muuttuneesta tilanteestasi hoitavalle lääkärille tai muistihoitajalle. Muistitutkimuksiin on hyvä hakeutua aina, jos sinulla tai läheiselläsi on herännyt huoli muistin toiminnasta.