

# MUISTITUTKIMUKSET

## Miten valmistautua?

Tämän listan avulla voit pohtia, onko sinulla tai läheiselläsi syytä hakeutua lääkäriin muistitutkimuksiin. Näiden asioiden etukäteen miettiminen auttaa myös lääkäriä selvittämään, mistä voi olla kyse.

### MUISTIOIREET, JOITA KANNATTAA TUTKIA

- Selkeästi lisääntynyt tai jollain lailla muuttunut unohtelu
- Oma tai läheisen huoli muistista
- Muistioire haittaa töitä tai arkiaskareita
- Sovittujen tapaamisten unohtelu
- Vaikeus löytää sanoja tai epäasianmukaisten sanojen käyttö
- Päätely- ja ongelmanratkaisukyvyyn heikentyminen
- Taloudellisten asioiden hoitamisen vaikeus
- Vaikeus ymmärtää kelloa
- Esineiden katoaminen tai jatkuva etsiminen
- Esineiden käyttötavan ymmärtämisen vaikeutuminen
- Mielialamuutokset, ahdistuneisuus ja apaattisuus yhdessä lähimuistin heikkenemisen kanssa
- Persoonallisuuden muuttuminen, sekavuus, epäluuloisuus tai pelokkuus
- Aloitekyvyyn heikkeneminen ja vetäytyminen
- Epätarkoituksenmukainen terveystalvelujen käyttö

#### **Muista ainakin tämä:**

Muistioireiden kanssa ei kannata jäädä yksin. Kysy neuvoa lääkäriltä tai muistiyhdistyksestä.

## MUISTIOIREISTA

Milloin oireet alkoivat? Tapahtuiko silloin jotain (elämänmuutos, sairaus, onnettomuus)?

Miten muistin heikkeneminen tai muut oireet näkyvät arjessa?

Millaiset asiat ovat muutosten myötä vaikeutuneet?

Onko joku muu huomauttanut muistiongelmista?

Onko käyttäytyminen muuttunut?

Osaatko yhdistää unohtelun tiettyihin tilanteisiin?

Lisääntyykö unohtelu esimerkiksi väsyneenä, vieraissa paikoissa tai tiettyjä arjen rutiineja tehdessä?

---

paikka ja aika

---

täyttäjän nimi