

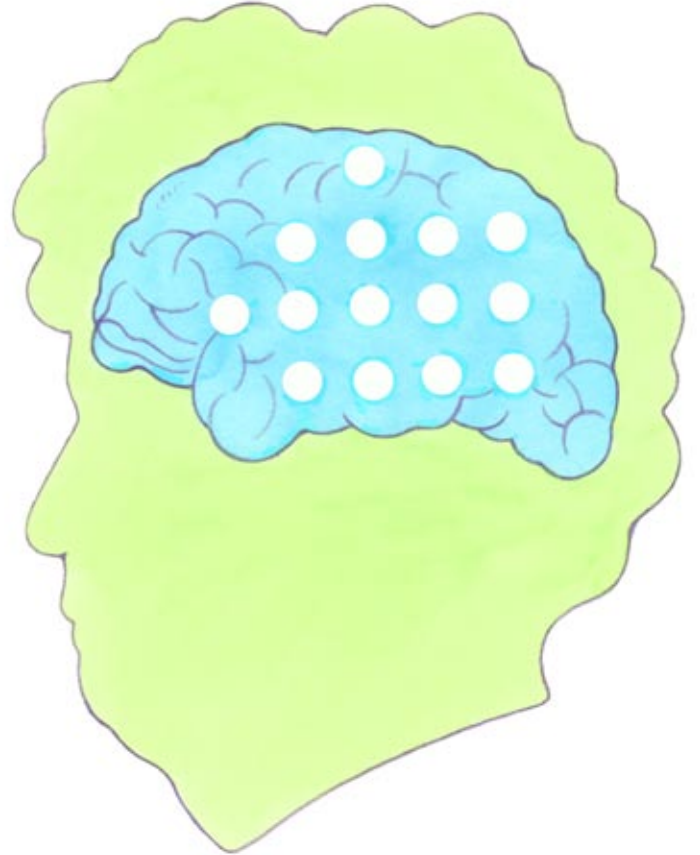
# DEMANS

**BU NEDİR?**



## **DEMANS, KAFADA GERÇEKLEŞEN BİR HASTALIKTIR.**

Kişi demans hastalığına yakalandığında, hafızası eskisi gibi çalışmamaya başlar. Bunu gözlerinle göremezsin. Hastanın ne ateşi yükselir, ne de yüzünde kırmızı lekeler oluşur. Demans hastalığına çoğunlukla yaşlı insanlar kapılırlar.



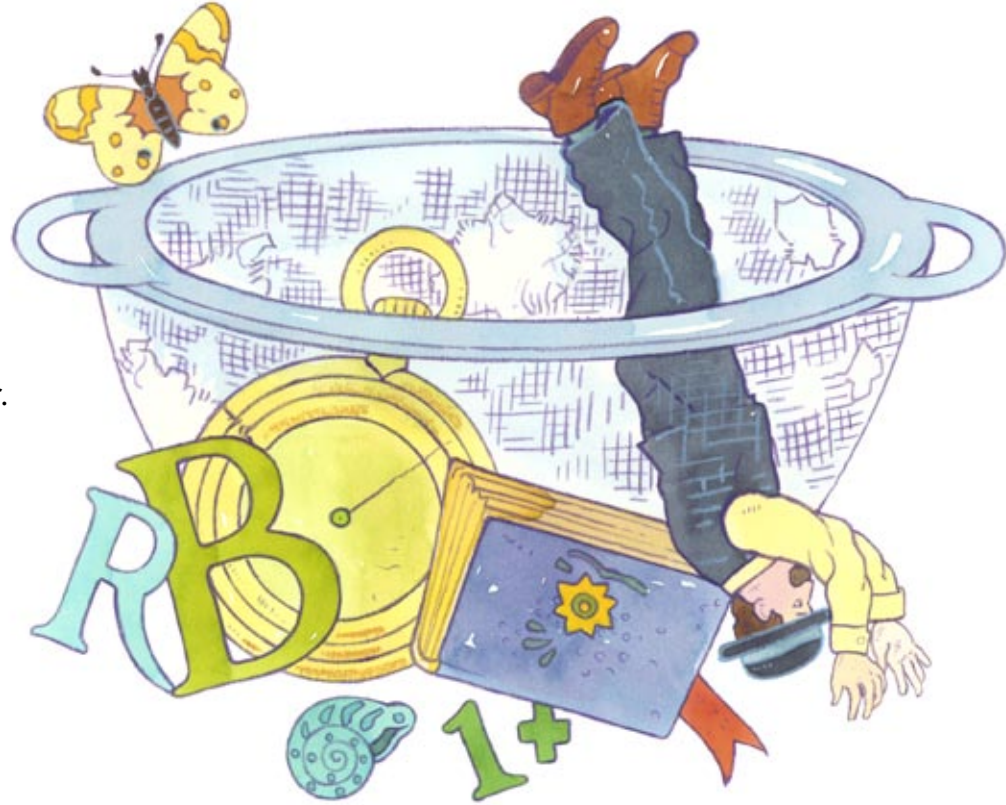
**HAFIZA, ÇOK AMA ÇOK HASSAS  
BİR SÜZGEÇ GİBİ, YANİ ELEK GİBİ  
ÇALIŞIR.**

Hafıza her şeyi muhafaza eden,  
biriktirendir. Ne yaşarsan ve ne  
öğrenirsen onda kalır ve sana,  
iki kere ikinin dört olduğunu,  
pantolonun fermuarını nasıl  
kapatacağını o hatırlatır.



## **HAFIZA SÜZGEÇİ DELİNİMİŞ DEMEKTİR,**

eğer kişi demans hastalığına yakalanmış ise. Önceleri birkaç küçük yırtıklar, delikler meydana gelir, sonraları bunlar giderek çoğalır ve büyürler. Kişinin bildiklerinin, öğrendiklerinin veya yaşadıklarının birçoğu art arda bu deliklerin içerisine düşer ve kaybolurlar. Hayatının başlangıcında edindiği hatıralar kendisi için daha fazla önem taşıdığından, bunlar daha büyüktürler. Hayatının son günlerinde veya haftalarında edindiği hatıralar ise onlara nazaran daha küçüktürler ve bu yüzden süzgecin, hastalık dolayısıyla meydana gelen delikleri tarafından daha çabuk ve daha kolay yutulurlar.



**DOLAYISIYLA, DEMANSA YAKALANMIŞ BİR NİNE  
VEYAHUT BİR DEDE, ÇOCUKLUK VE OKUL DÖNEMİNİ  
GENELLİKLE HATIRLAYABİLMEKTEDİR.**

Üstelik eski ocuk Őarkı sözlerinin tümünü bile hatırlayabilir. Diđer yandan, dün öğle yemeğinde ne yediğini veya geçen Cumartesi babanla alıŐveriŐe çıktığını artık bilmemektedir.



## „SEN DE KİMSİN?“

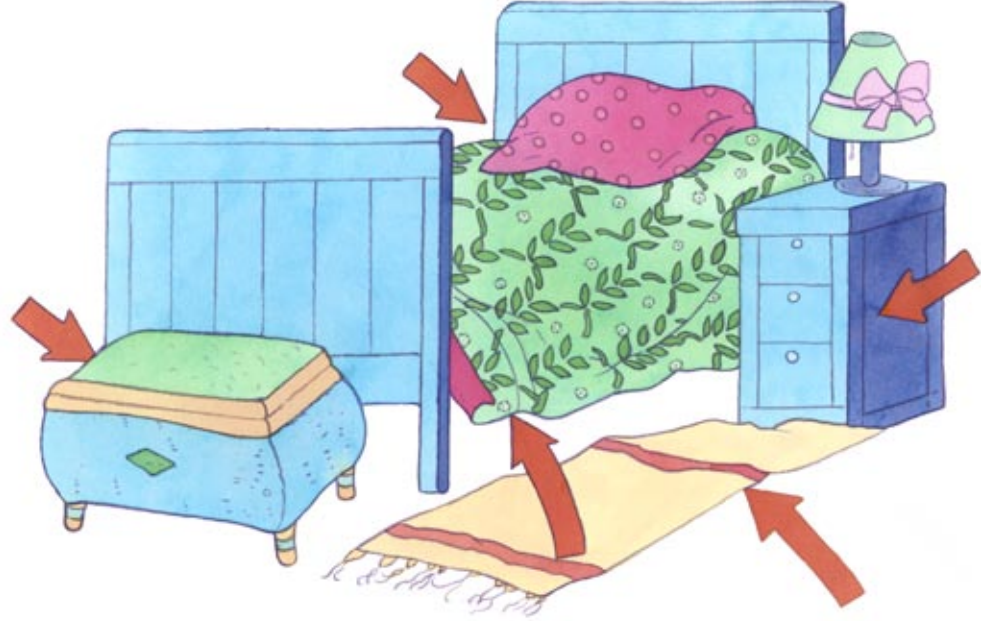
diye günün birinde hayret ederek soru yöneltebilir ninen sana. Uzun zamandan beri demans hastasıysa, bu pekâlâ mümkündür – bu hâlde senin kim olduğunu unutabilir. Fakat buna üzülme gerek yok, zira hafızası giderek kötüleşse dahi, duyguları hep aynı kalacaktır – yani seni her zaman sevecektir.



**NİNENDE  
DEĞİŞİKLİKLER  
BAŞLARSA,  
SEN NELER  
YAPABİLİRSİN?**

## NİNE, BAHANELER ÜRETMEYE BAŞLARSA...

Ninen gerçekten bir gün demans hastalığına yakalanırsa, kuşkusuz buna üzülürsün. Fakat ninen için de bu hastalık bir hayli zordur! Çünkü kendisi özellikle hastalığının başlangıcında, giderek unutkan olduğunun farkındadır. Bundan utanç duyup, bunu sizden gizlemeye yönelik çabalar sarf etmesi mümkündür. Misal olarak, gazeteyi en son nerede bıraktığını unutmuş ise ve sen de bunun farkına varmışsan, muhtemelen kendi kendine, „zaten canım okumak istemiyordu“ diyebilir.





## **YARDIM ETMEK İNSANI MUTLU EDER.**

Bazen en iyi arkadaşın sana ev ödevlerinde yardım etmiştir. Sen de buna çok sevinmişsindir. Arkadaşlar arasında veya aile içinde yardımlaşmak güzel şeydir! Ninen – eğer ki uzun zamandan beri demans hastası ise – gün gelir, yemekte çatal-bıçağın nasıl kullanıldığını veya ceketin nasıl iliklendiğini unutabilir. Bu, çok zor durumda olduğu anlamına gelmese bile, sen yine de ona yardımda bulunma ihtiyacı hissedersen, bundan sakınma. Zira, yardım eli uzatıldığında sen ne kadar seviniyorsan, o da o kadar seviniyordur!



## **NİNENİN ELİNDEN HÂLÂ BİRÇOK İŞ GELİYOR!**

Ninen, demans hastalığı sebebiyle birçok işi yerine getiremez durumda olsa dahi, bazı şeyler var ki, istersen onunla birlikte uygulamaya geçirebilirsin: Bilmelisin ki, yalnız olmadığını hissetmek onun için çok güzel bir duygu. Ona bir şeyler okur veya biraz okulundan bahsedersen, onunla şarkılar söyler veya eski fotoğraflara bakarsan, onu mutlu etmiş olursun. Buna sevineceği gibi, belki bu esnada kendisinin de aklına eski bir hikâyeye gelir – hafıza süzgecinden geçip kaybolmamış bir hikâyeye!



## **BAŞKALARI NİNEN İLE ALAY EDİYORLARSA...**

İlk etapta müdahalede bulunma. Daha sonra onlara, demans-hafıza-süzgeç prensibinden bahsedebilirsin. Netice itibarı ile, onların da nineleri veya dedeleri demans hastalığına yakalanabilirler.



# IMPRESSUM

## HERAUSGEBERIN:

Landeszentrale für Gesundheitsförderung

in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) · Hölderlinstraße 8 · 55131 Mainz

Telefon: 0 6131 20 69-0 · Fax: 0 6131 20 69-69

Internet: [www.lzg-rlp.de](http://www.lzg-rlp.de) · E-Mail: [info@lzg-rlp.de](mailto:info@lzg-rlp.de)

## V.I.S.D.P.:

Jupp Arldt, Geschäftsführer der LZG

## PROJEKTKOORDINATION:

Behrouz Asadi, [basadi@lzg-rlp.de](mailto:basadi@lzg-rlp.de)

## AUTORIN:

Martina Peters, [www.martina-peters.de](http://www.martina-peters.de)

## ÜBERSETZUNG:

Yeter Eroğlu-Akkoyun

## ILLUSTRATIONEN:

Karin Blume, [www.karin-blume.de](http://www.karin-blume.de)

## DRUCK/AUFLAGE:

Printec GmbH, [www.printec-medien.de](http://www.printec-medien.de) /2.500 Stück



## GEFÖRDERT VON:

Initiative Gesundheitswirtschaft Rheinland-Pfalz

Die Initiative Gesundheitswirtschaft ist eine Initiative des Ministeriums für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie und des Ministeriums für Wirtschaft, Klimaschutz, Energie und Landesplanung. Im Rahmen der Demenzkampagne des Ministeriums für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie

## COPYRIGHT:

Nachdruck und Vervielfältigung der Texte und Bilder – auch auszugsweise – sind nicht oder nur durch ausdrückliche und schriftlich bestätigte Freigabe durch die LZG als Herausgeberin möglich.

## ARTIKEL-NUMMER:

GSE3084T

## MATERIALIEN ZUR GESUNDHEITSFÖRDERUNG:

LZG-Schriftenreihe Nr. 264

