ADRC
Aging and Disability Resource Center

المخاوف المرتبطة بفقد الذاكرة؟

(Concerns About Memory Loss?)

ما الذي يجب فعله إذا كنت تعاني أنت أو شخص تعرفه من الارتباك أو فقد الذاكرة

ماذا تعني صحة العقل؟

تشير صحة العقل إلى مجمل وظائف العقل. ومعرفة عوامل الخطر والعادات الصحية التي تؤثر على وظائف العقل وفهم فوائد تخطيط صحة العقل مدى الحياة من الأمور التي تساعد الناس على العيش جيدًا مع تقدمهم في السن.

ما الخرف؟

الخرف هو تراجع في وظائف العقل، مثل التفكير، التذكر، و الاستدلال، قد يؤثر في الحياة والأنشطة اليومية للشخص.

يمكن عكس بعض أسباب الخرف، وبالتالي فمن الضروري طلب فحص الذاكرة أو التحدث إلى الطبيب.

متى يُوصى بفحص الذاكرة؟

- إذا كنت ترغب في تتبع ذاكرتك بمرور الوقت
- إذا راودك القلق أنت أو أسرتك أو أصدقائك أو غيرهم حيال ذاكرتك
- عندما تبدأ أنت أو أحد أفراد اسرتك أو أصدقائك في مواجهة مشكلة بخصوص المهام اليومية مثل دفع الفواتير، إعداد الوجبات، أو الحفاظ على المواعيد

تحدث إلى أخصائي رعاية الخرف المحلي الخاص بك

ADRC
Aging and Disability Resource Center

اتصل بنا:

555 Example Street Name
City Name, WI 55555

Monday - Friday
8 a.m. - 4:30 p.m.

1-844-WIS-ADRC
(1-844-941-2372)

name@namecounty.gov
namecounty.gov/adrc

امسح الباركود
FindMyADRC.org

WISCONSIN DEPARTMENT *of* HEALTH SERVICES

P-03712BAR (03/2025)

Tribal Memory Care Coordinator

عند الطلب، يمكن توفير أماكن للإقامة، مواد بتنسيقات بديلة، ومواعيد بعد انتهاء ساعات العمل. وتتوفر حلقات استماع في الموقع؛ يُرجى الاتصال لترتيب مسألة المترجمين أو المعلقين.

أخصائيو رعاية الخرف

ما المقصود بأخصائي رعاية الخرف؟

يوفر أخصائيو رعاية الخرف الموارد لفحص الذاكرة، التعليم، الدعم للمجتمعات الصديقة للخرف، والتوجيهات والاستشارات للأفراد والأسر.

دعم الأسر المتأثرة بالخرف

فرص للتسجيل في البرامج الصحية والأنشطة المتاحة لك ولمقدمي الرعاية الأسرية الخاصين بك.

الدعم المجتمعي للأفراد الذين يعانون من الارتباك وفقد الذاكرة قد يتضمن مجموعات الدعم، الأنشطة المجتمعية، مقاهي الذاكرة، والمزيد. فاسأل عن البرامج المتاحة في منطقتك.

الاستقلالية

يمكن لأخصائيي رعاية الخرف المساعدة في ربطك بالفرص المتاحة في مجتمعك لمساعدتك على البقاء نشطًا ومنخرطًا.

أين أعثر على أخصائي رعاية الخرف؟

يمكنك العثور على خدمات أخصائي رعاية الخرف في aging and disability resource center (ADRC) (مركز موارد المسنين وذوي الإعاقة) المحلي أو وكالة الشريك القبلي.

وتتوفر ADRCs ووكالات الشريك القبلي على مستوى الولاية ويمكنها تزويدك بالمعلومات والمساعدة والإحالات إلى مجموعة كبيرة من الخدمات.

اذهب إلى **FindMyADRC.org** أو اتصل بـ **1-844-WIS-ADRC (1-844-947-2372)**.

موارد الذاكرة

اتصل بـ ADRC أو وكالة الشريك القبلي للسؤال عن توفر الفرص التالية المتعلقة بالتعليم والدعم.

- دعم مقدمي الرعاية الأسرية
- مجموعات الدعم
- الأنشطة المجتمعية
- مقاهي الذاكرة
- الأعمال الصديقة للخرف
- الاستجابة الطارئة القادرة على علاج الخرف