

## Dotazník porúch pamäti

Pri každej otázke označte (krížikom) tú odpoveď, ktorá najlepšie vyjadruje problémy s pamäťou u dotazovanej osoby.

	Áno	Nie	Nevie m
1. Opakuje si stále niečo alebo pýta sa stále na to isté?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Je viac zábudlivý/-á, má problémy s krátkodobou pamäťou?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Potrebujete si robiť záznamy na pripomenutie vecí, ako sú domáce práce, nákupy, užívanie liekov?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Zabúda na dohovorené stretnutia, rodinné udalosti, sviatky?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Vyzerá smutný/-á, skleslo alebo je plačlivý/-á častejšie než v minulosti?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Začal/-a mať problémy s počítaním, používaním peňazí a kontrolou financií?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Stratil/-a záujem o svoje obľúbené činnosti ako hobby, čítanie, návštevy kostola alebo iné spoločenské aktivity?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Začína potrebovať pomoc pri jedení, obliekaní, kúpaní, toalete?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Začína byť podráždený/-á, nepokojný/-á, podozrievavý/-á alebo začína vidieť, počuť, veriť nereálnym veciam?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Existujú obavy ohľadne jeho/jej schopnosti riadiť auto, napr. nebezpečie zablúdenia alebo nebezpečnej jazdy, alebo prestal/-a riadiť auto? Ak nikdy neriadil/-a auto, odpovedzte "Nie".	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Má problémy pri vyjadrovaní sa s nájdením vhodných slov, s ukončením vety alebo pomenovaním vecí a ľudí?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Spolu  odpovedí "Áno"

***Viac ako päť odpovedí „Áno“ môže znamenať prítomnosť porúch pamäti a je vhodné konzultovať tieto otázky s lekárom.***

Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Košiciach, Odbor podpory zdravia, Oddelenie výchovy k zdraviu, r. 2012

Zdroj: webová stránka preventívneho, diagnostického a vzdelávacieho centra MEMORY – špecializované zariadenie pre ľudí s poruchami pamäti