

MI NUMBER:

Mi buki di salud

Descubri kico ta pasando cu bo, ta e prome paso pa ricibi ayudo.

Si abo of un otro persona cu bo ta cuida tin problema di memoria, pidi un cita pa bay un dokter. Si bo dokter no por dedica mucho tempo na bo, abo por yuda y probecha lo maximo di cada bishita dor di prepara bo mes pa e bishita aki.

Aki bo ta haya algun conseho pa bo prome bishita:

- Splica e motibo di bo bishita.
- Hiba un lista di e sintomanan, ki dia esakinan a cuminsa y con hopi biaha esakinan ta tuma luga.
- Sea specifico. Por ehempel: “diamars siman pasa ami (mi casa, mama, etc.) a perde caminda ora di bolbe cas despues di haci compra.
- Hiba un lista di problemanan medico di pasado y presente. Menciona si algun miembro di bo famia por a sufri un malesa cu a causa problema cu memoria.
- Hiba tur bo remedinan (incluyendo vitamina, aspirin, etc.) cu bo ta usando.
- Contesta cu sinceridad y mas miho posibel riba e preguntanan di e dokter.
- Puntra e dokter pa splica bo e posibel testnan cu bo meser haci y cuanto ta tarda pa bo haya e resultadonan y e diagnostico.

Ora e diagnostico ta trata di e malesa di Alzheimer of demencia

Preguntanan pa haci na e dokter:

- Kico e diagnostico aki ta nifica?
- Dokter por splicami di tal forma cu mi por comprende?
- Tin algun tratamiento?
- Kico mi por spera den futuro cercano y a largo plazo?
- Cada cuanto tempo mi mester bin bek cerca dokter?
- Tin algun documentacion riba e malesa aki?
- Acaso cu e respuesta ta negativo, mester puntra unda lo por haya mas informacion di esaki?
- Tin algo cu nos mester cambia na cas pa haci cosnan mas facil y sigur?
- Tin algun organizacion of servicio comunitario cu por yuda nos?
- No lubida di puntra ki dia bo siguiente cita lo ta, prome cu bo sali for di e consultorio.

Colabora cu bo dokter, pa obtene un miho cuida

Prome cu bo bishita e dokter:

- Nota cambionan den bo comportacion (of den e persona cu abo ta cuida), cualkier efecto secundario of beneficio cu bo a experencia dor di tuma e remedi, y cualkier preocupacion of pregunta cu a bini na mente desde bo ultimo bishita. Haci bo anotacionnan den e buki aki of riba un blachi di papel.
- Prome cu bay dokter, revisa tur e anotacionnan cu bo a haci. Anota bo tres preocupacionnan principal, e ora cu bo no tin nodo di haci esfuerso pa corda esakinan. Bo preocupacionan por inclui preguntanan tocante:
 - Cambionan di e sintomanan
 - Bo salud en general
 - E salud di e cuidado
 - E ayudo necesario

Durante bo bishita na e dokter:

- **Expresa bo preocupacionnan:** conta e dokter bo preocupacionnan, of mustre bo anotacionnan.
- **Haci pregunta:** si bo no ta comprende algo, keda puntra te ora bo comprende. No tene miedo di papia y di comparti bo punto di bista.
- **Compila informacion:** haci anotacion durante e bishita. Prome cu finalisa e bishita, revisa esakinan y splica e dokter kico abo a comprende cu e a bisa. Esaki ta permiti e dokter pa ripiti cualkier cos cu podise por a scapa bo durante di e combersacion.

Fecha di e bishita:

Number di e dokter:

Cambio di comportacion of cambio di remedi desde mi ultimo bishita:

.....

.....

.....

.....

E tres (3) preocupacionnan principal pa discuti cu e dokter:

.....

.....

.....

Anotacionnan durante e bishita:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Fecha di e bishita:

Fecha di e bishita:

Number di e dokter:

Number di e dokter:

Cambio di comportacion of cambio di remedi desde mi ultimo bishita:

Cambio di comportacion of cambio di remedi desde mi ultimo bishita:

.....

.....

E tres (3) preocupacionnan principal pa discuti cu e dokter:

E tres (3) preocupacionnan principal pa discuti cu e dokter:

.....

.....

Anotacionnan durante e bishita:

Anotacionnan durante e bishita:

.....

.....



Fundacion Alzheimer Aruba (F.A.A.)
Phone: +297-592 8416 / 5848416

Email: alzheimeraruba@gmail.com
website: www.alzheimer-aruba.org
Bank acc.: RBTT Bank Aruba N.V., #12.51.511



**Alzheimer's Disease
International**

25 YEARS 1984-2009

www.alz.co.uk

E foyeto aki a ser traha pa Alzheimer's Disease International
64 Great Suffolk Street · London · SE1 0BL · UK
Email info@alz.co.uk Web www.alz.co.uk
Traduccion y adaptacion a ser haci pa Fundacion Alzheimer Aruba (F.A.A.)

Haci posibel pa un donacion di **Fundación MetLife**