



# “Διαταραχές Μνήμης. Πιλοτική μετάφραση και απόδοση του εγχειριδίου: Treating Memory Impairments”

---

ΜΑΝΤΖΑΚΙΔΟΥ ΣΟΦΙΑ Α.Μ. 11523

ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ:

ΖΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΒΙΚΤΩΡΙΑ

# ΕΙΣΑΓΩΓΗ

---

Η δυνατότητα που έχουμε να ανακαλούμε ποιοι είμαστε, τι κάναμε στο παρελθόν αλλά και τι σχεδιάζουμε στο μέλλον είναι αυτό το οποίο μας δίνει την έννοια του εαυτού μας και της χρονικής συνέχειας της ίδιας μας της ύπαρξης . Εάν δεν μπορούσαμε να θυμόμαστε πληροφορίες γύρω από τον εαυτό μας και τις πράξεις μας, τότε θα χάναμε ένα πολύ σημαντικό κομμάτι της προσωπικότητάς μας



# ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ

---

Ο εγκέφαλος αποτελεί το μεγαλύτερο και σπουδαιότερο μέρος του νευρικού συστήματος. Αποτελείται από δύο ημισφαίρια τα οποία χωρίζονται μεταξύ τους από την επιμήκη σχισμή

# ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ

---

Από άποψη δομής και λειτουργίας μπορεί να συγκριθεί με ένα τηλεφωνικό σύστημα, διότι και τα δύο αποτελούνται από ένα σταθμό εκπομπής, από συστήματα μετάδοσης και έναν δέκτη

# ΜΝΗΜΗ

---

Κάποτε σαν μνήμη εννοούσαν την απλή διατήρηση όσων έχουν καταγραφεί, αντίθετα σήμερα στην μνήμη αναγνωρίζεται και η λειτουργία επεξεργασίας των καταγραφόμενων και αποθηκευμένων δεδομένων σ'αυτήν και η ικανότητα να τυπωθούν στην θύμηση

# ΤΥΠΟΙ ΜΝΗΜΗΣ

---

- Αισθητηριακή μνήμη: η ικανότητα συγκράτησης αισθητηριακών ώσεων για διάστημα μικρότερο από ένα δευτερόλεπτο
- Βραχυπρόθεσμη μνήμη: η ανάμνηση διάφορων πληροφοριών για διάστημα από λίγα δευτερόλεπτα έως ένα λεπτό
- Μακρυπρόθεσμη μνήμη: η αποθήκευση πληροφοριών στον εγκέφαλο που είναι δυνατόν να ανακληθούν σε μεταγενέστερο χρόνο (λεπτά, ώρες, μήνες ή χρόνια αργότερα)

# ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΠΟΥ ΟΔΗΓΟΥΝ ΣΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΜΝΗΜΗΣ

---

- Εγκεφαλοαγγειακές διαταραχές (εγκεφαλικά εμφράγματα)
- Χρόνιες μολύνσεις κεντρικών νευρικών συστημάτων (σύφιλη, AIDS)
- Εκφυλιστικές ασθένειες του νευρικού συστήματος (νόσος του Parkinson)
- Χρόνιες ασθένειες (αναιμία)

# ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΠΟΥ ΟΔΗΓΟΥΝ ΣΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΜΝΗΜΗΣ

---

- Διαταραχές ανάπτυξης (μαθησιακές διαταραχές)
- Γήρανση (βιολογικές αλλαγές)



# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΜΝΗΜΗΣ

---

Σπάνια στα άτομα με εγκεφαλική βλάβη οι δεξιότητες επιστρέφουν στα προνοσηρά επίπεδα με το πέρασμα του χρόνου ή με την εκπαίδευση της μνήμης και την χρήση στρατηγικών εσωτερικής μνήμης. Ο κάθε ασθενής είναι διαφορετικός στην προσωπικότητα, στον τύπο προβλημάτων μνήμης, στην σοβαρότητα ελλειμμάτων μνήμης και στο κίνητρο για βελτίωση δεξιοτήτων

# ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΕΞΑΤΟΜΙΚΕΥΜΕΝΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ

---

Κάθε πρόγραμμα μνήμης πρέπει να σχεδιαστεί για να ανταποκρίνεται στις ανάγκες του κάθε ατόμου ξεχωριστά. Θα πρέπει να καθοριστούν οι προτιμήσεις, τα ενδιαφέροντα του ασθενή καθώς και τα κίνητρα να μάθει τις στρατηγικές, αντίθετα ο ασθενής δεν θα χρησιμοποιήσει το σύστημα έξω από το πρόγραμμα θεραπείας

# ΦΥΛΛΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

---

Υπάρχουν δύο τύποι φύλλων εργασίας: μνημονικά φύλλα εργασίας τα οποία θα διδάξουν στους πελάτες διάφορες μνημονικές στρατηγικές και τα φύλλα εργασίας βιβλίου μνήμης τα οποία θα βοηθήσουν τους ασθενείς να εκπαιδευτούν στην καταγραφή και την πρόσβαση των πληροφοριών στο σύστημα βιβλίου μνήμης τους

# ΦΥΛΛΑΔΙΑ

---

- Φυλλάδια για οικογενειακά μέλη και φροντιστές (γενικές προτάσεις για την επικοινωνία με άτομα που έχουν διαταραχή της μνήμης)
- Φυλλάδια για εργοδότες και εκπαιδευτές προσωπικού (χρήση στρατηγικών μνήμης στην δουλειά)

# ΦΥΛΛΑΔΙΑ

---

- Φυλλάδια για δασκάλους και σχολικά μέλη προσωπικού (στρατηγικές μνήμης στην τάξη)
- Φυλλάδια για σπουδαστές (λήψη σημειώσεων στην τάξη)

# ΣΕΛΙΔΕΣ ΒΙΒΛΙΟΥ ΜΝΗΜΗΣ

---

- Εισαγωγικές σελίδες (φύλλα πληροφοριών έκτακτης ανάγκης)
- Προγράμματα (καθημερινά, εβδομαδιαία)
- Σελίδες αναφορών - γενικές (προσωπικές πληροφορίες, αριθμοί τηλεφώνου, φάρμακα, λογαριασμοί)

# ΣΕΛΙΔΕΣ ΒΙΒΛΙΟΥ ΜΝΗΜΗΣ

---

- Σελίδες αναφορών – σχολική ηλικία (προσωπικές πληροφορίες, πρόγραμμα μαθημάτων, ημερολόγιο καθηγητή/γονέα, διαλέξεις)
- Σημειώσεις

# ΕΤΙΚΕΤΕΣ

---

Η τοποθέτηση οπτικών υποδείξεων στο περιβάλλον μπορεί να βοηθήσει ορισμένους ασθενείς να ολοκληρώσουν καθημερινές εργασίες πιο ανεξάρτητα. Ημερολόγια, αριθμοί τηλεφώνου έκτακτης ανάγκης, ετικέτες ντουλαπιών και γραπτές οδηγίες είναι όλα τα παραδείγματα οπτικών υποδείξεων που μπορούν να χρησιμοποιηθούν στις πόρτες τα ντουλάπια και σε μπουφέντες για να βοηθήσουν τους ασθενείς να εντοπίσουν τα δωμάτια στο σπίτι και τα αντικείμενα στο δωμάτιο



# ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

---

Η διαταραχή μνήμης δεν είναι κάτι εύκολο και απλό αλλά πρόκειται για μια σοβαρή διαταραχή, οι άνθρωποι που πάσχουν από αυτήν χρειάζονται συνεχή εκπαίδευση, εξάσκηση και φυσικά στήριξη από την οικογένειά τους. Το treating memory impairments φτιάχτηκε για να καλύψει όλες τις ανάγκες του ασθενή και σε όλους τομείς της ζωής του, αλλά και για να τον βοηθήσει να μπορεί να ζει ανεξάρτητα χωρίς να χρειάζεται να τον επιβλέπουν

# ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

---

- 1. Αναγνωστοπούλου, Σ. Ι. (2003). Νευροανατομία: Επιστημονικές Εκδόσεις Παρισιάνου Α.Ε.
- 2. Βαργόλη, Λ. (2006). Ερευνώντας Τους Λαβύρινθους Του Εγκεφάλου: Εκδόσεις Καστανιώτη
- 3. Ζακοπούλου, Β. (2011) Σημειώσεις «Γνωστική Ψυχολογία», Τμήμα Λογοθεραπείας, ΤΕΙ Ηπείρου
- 4. Γκούμας-Κωτσιόπουλος. (1995) Υγεία: Εκδόσεις «Δομική Ο. Ε.»