

AMBULATORIO PER I DISTURBI DI MEMORIA

La riduzione della memoria è una naturale conseguenza delle modificazioni biologiche che il cervello umano subisce con l'avanzare dell'età e, di norma, non compromette l'autonomia della persona.

Tuttavia, la comparsa di amnesie non può essere a priori considerata fisiologica ma può rappresentare invece il primo sintomo di una patologia; infatti una malattia del cervello o di altri organi (cardiopatie, ipertensione, diabete, ecc.) spesso si ripercuote negativamente sulle funzioni corticali superiori (attenzione, memoria, ecc.). Ciò è tanto più vero se il disturbo di memoria peggiora nel tempo e riduce la capacità di vivere in modo indipendente.

Per questo motivo diventa importante accertare tempestivamente la causa di un disturbo di memoria, sia per intervenire su una causa patologica, sia per rallentare il suo fisiologico manifestarsi.

Infatti, anche il naturale processo di invecchiamento cerebrale può essere efficacemente contrastato continuando a svolgere una vita attiva e correggendo tutte quelle condizioni di vita (stress, cattiva alimentazione, fumo, alcool, ecc.) che possono accelerarlo.

Inoltre, da evidenze scientifiche risulta che specifiche strategie ed esercizi mirati aiutano a migliorare o a recuperare una buona capacità di memoria.

Una valutazione soggettiva della memoria si può fare con il test riportato nella pagina seguente.

Se il punteggio dovesse risultare uguale o superiore a 25, può essere considerato indicativo di un disturbo soggettivo di memoria, ma non fornisce una risposta definitiva, considerata la modalità soggettiva di valutazione della memoria.

Una prima valutazione clinica del vostro disturbo di memoria, può essere fatta come prestazione a pagamento o in convenzione con il SSR richiedendo (su ricetta rosa) "visita neurologica per disturbi di memoria".

Questa visita si esegue nell'ambulatorio di Neurologia e può essere prenotata presso il CUP, di persona o telefonando allo **06.932.98.000** (tutti i giorni dalle ore 10.00 alle ore 18.30; il sabato dalle ore 10.00 alle ore 12.45).

Valutazione soggettiva della memoria

(MAC-Q; Crook et al., 1992)

Questo test permette una autovalutazione della memoria.

Risponda a ogni domanda facendo un cerchio al numero contenuto nell'acella della sua risposta e sommateli.

Rispetto al passato, come le sembrano ora le sue capacità nei seguenti compiti di memoria	MOLTO MEGLIO ORA	UN PO' MEGLIO ORA	PIU' O MENO UGUALE	UN PO' PEGGIO ORA	MOLTO PEGGIO ORA
Ricordare i nomi di persone che vi sono appena state presentate.	1	2	3	4	5
Ricordare i numeri di telefono che usate tutti i giorni o almeno 1 volta la settimana	1	2	3	4	5
Ricordare dove avete posto gli oggetti (occhiali, chiavi, ecc.) in casa o in altro luogo	1	2	3	4	5
Ricordare eventi precisi che avete appena letto nel giornale o in riviste	1	2	3	4	5
Ricordare le cose da comprare quando entrate in un negozio o in farmacia	1	2	3	4	5
Complessivamente la sua memoria di adesso rispetto a quella del passato è:	2	4	6	8	10

