

10 Sain Keper Kan

1. Welialidahn madmadau me kin kawehda momouren nan eu eu rahnakan

Ehu sain me kin keieu en rek ong soumwahu en Alzheimers ni tepin ansou me komw alehdi soumwahu wet iei manoknoklahn dahme komwi apwtehn esehda. Pil manokehla ansou de rahn oh mwekid kesempwal kan; kalap kin idekseli songen peidek kaute; kin anahne aramas en kin kalap kataman kihong ih dahme epahn wia de dahme pahn wiawi(karasepe., mehn kataman kan pahn kohdiong nan daropwe de nan misihnen kataman kan)de peneinei kan pahn ahpw pwukohki dahme rekin wia.

lahnge songen sounparkan me kitail kaken karasepene wekideklah kan?

Ekei ansou manoknoklahn ahdakan de ansoun tuong aramasakan, eri mwurin ansou kis re ahpw tamanda.

2. Kerompweh kan ong ni kaunop de plahnakan oh kopwungpen sapwung kan me mie.

Ekei aramas kaken pehmada welialidah kan nan arail kohioken wia de idauen kosondih kan me mie ong doadoahngki nempeh kan. Repil kak ahniki kahpwal en idawenwei resepien mwenge mengei kan de sohte kak taman arail pweipwanden imwin sounpwong kan. Repil kak ahniki kahpwalen taman mwahu oh wiahki ansou reirei pwukoh kan dahme rekin wihwiahki ansou motomwot rahn teio.

lahnge songen sounparkan me kitail kaken karasepene wekideklah kan?

Rekin kalap wia kisin sapwung ansoun me rehkin kapata neirail pwuken bank kan.

3. Kahpwal en wiahla pwukohkan me ekin ese nan ihmw, wasahn doadoahk oh wasahn kamwemweid kan.

Irail kan me ahniki soumwahu Alzheimer's kin kalap sohte kanekehla arail pwukohn ehu ehu rahnakan. Eikei ansou resohte kin taman tangki weren nansapw oh tangala wasa me rekin ese mwohn ahr alehdi soumwahuo, ia mwomwe arail pahn doadoahngki sent nan doadoahk, de sohla taman mwomwen idawen kosondien mwadong me rekin kalap wia mwohn ahr iangada Alzheimers.

lahnge songen sounpar kan me kitail kaken karasepene wekideklah kan?

Ekei ansou rekin anahne souwas ong padik microwave kan de souwas ong record de deipih kasdohn nan TV kan.

4. Sohla kin taman ahnsou de wasa.

Aramas me ahniki soumwahu Alzheimer's kin kak sohla taman kairekdien rahnakan, de kanengen ansou kan. Repil kak ahniki kahpwalen wehwehki mehkot ma esohte wiawi ansou ohte. Ekei ansou rekak manokehla ia wasa re mihe de ia mwomwen arail lel wasau.

lahnge songen sounpar kan me kitail kaken karasepene wekideklah kan?

Rekin kak sohte taman mehnia rahnen nan wihko mwo, eri re ahpw diarada mwurin ansou kis.

5. Kahpwalen wehwehkihda ahr kilangwei kilang mehkot oh arail pepehmw de kehn wasa.

Ong ekei aramas, kahpwalen kilang wasa ih ehu sainen soumwahu Alzheimer's. Re kak ahniki kahpwalen wadek pwuhk, de kadehdehda dohn wasa de kasawiada e pohda de kaloren dispwisou o. Ong ni wehwehki mehkot, rekak alu doulih ehu kilahsen irongin rahpw medmedewe me emen aramas me re kilang nan kilahso de emen aramas iang mimiseli nan ihmw o. Epahn kak sohte leleme me pein ih me e kilang nan kilahs o.

lahnge songen sounpar kan me kitail kaken karasepene wekideklah kan?

Wekideklahn ahr kak kilang wasa pahn kak duehte soumwahu en mas Kaderahk.

6. Kahpwal kapw ong ni lokaia de intingihdi lepin lokaiah kan.

Aramas me ahniki soumwahuen Alzheimer's kak ahniki kahpwalen idawen de iang patehng koskosoipeneh kan. Repahn kak uhdi nan werengen koskosoipeneh kan eri sehsehla ia mwomwen arail pahn pousehla kosoi kan ihte repahn kapwkapwurehiong dahme re koskosoiahu. Repahn kak apwalen diar lepin lokaia me repahn doadoahngki de indahwei lokaia sapwung(ni karasepe;indahwei eu,"kulocken peh"eu"pehn kulocken nan ihmw".)

lahnge songen sounpar kan me kitail kaken karasepene wekideklah kan?

Ekei ansou ahniki kahpwal en diarada lepin lokaia me pahn kak doadoahk

7. Kasalongehla dipwisou kan oh sohte diar koghiok en mwomwen repahkihda.

Aramas me ahniki soumwahu en Alzheimer's kak pwilikihdi dipwisou kan wasa me sohte kasikpe mie. Re kak kasalongehla dipwisou kan ahpw sohte kak pwurala mwuri oh pwurehng rapahkihda dipwisou kan. Ekei pak repahn kin inda me ekei aramas me pirapahsang dipwisou kau. Mwekiden karoun mahl wet kin kalap wiawi ansou ngeder.

lahnge songen sounpar kan me kitail kaken karasepene wekidekilah kan?

Ekei ansou kasalongehla dipwisou kan, me duehte kilahsin mese oh rimohd en tv.

8. Katikala oh ahniki pilipil sapwung.

Aramas me kohwa soumwahuen Alzheimer's kak pehm welialiidahn arail kapwung aramas oh arail kakoun pein irail. Ong ni karasepe, Re kak doadoahngki mwekid sohte pwung oh inen ansoun mehkot me pid mohni, re pahn kak kiong mohni laud ong irail telemarketers. Repahn kak tehk tikitik mwomwen ahr pahn kapwata irailda de kamwakele irailda.

lahnge songen sounpar kan me kitail kaken karasepene wekidekilah kan?

Kin wia ahr pilipil sapwung kan pak ehu nan ehu ansou kan.

9. Kapidoisang nan doadoahk oh songen kapokon tei kan

Aramas me ahniki soumwahu en Alzheimer's kak tepda kihsang irail sang dahme rekin perenki wia, nan kapokon kan, doadoahk tei kan oh pil kamwadong kan. Rekak pil ahniki kahpwalen wihwia mwadong kan me re keieu en perenki, de tamtaman eh pahn kanekehla songen mwadong ekin keieu en perenki. Eshla kak iang kapokon kan pwehki wekdeklah kan nan eh mour.

lahnge songen sounpar kan me kitail kaken karasepene wekidekilah kan?

Ekei ansou pwangen doadoahk, peneinei oh pwukohn kapokon kan.

10. Wekideklakan nan omw lamalam oh wiewia

Lamalam oh wiewia ong aramas me ahniki soumwahu Alzheimer's kak wekidekla. Rekak mwomwen salongala ahr madmadau, lemlemehk, insensued, masepwehkoh perki mehkot. Rekak mengei en insensueda de mwakarada nan imwarail, nan doadoahk, rehn kempokperail kan, de wasa me rekin sohte kak saledek mwahu ie.

lahnge songen sounpar kan me kitail kaken karasepene wekideklah kan?

Wiahda wiepe inenen sansalieu en wia mehkot pwe ken mengei en insensueda ansou me kisin mehkot pwarada.

Note: madmadau de lamalam weliali iangahki sounpar kaken pil ih ehu sain en songen soumwahu wet. Kasalehiong Tohkte kan ma komw kilang songen wekideklah ieu.

Ma komwi de emen me komwi kin ese lelohng sain eisek(10) me sansal nan daropwe wet a komwi en menlau oh tuhking Tohkte kan pwe ren rapahking wiepe.

Mwadangen kasauih mwomwen soumwahu et pahn kiong komwi ansou mwahu en rapahking wiepehkan me mie.

Omwi tungoal Alzheimer's Association kak sawas.

Kohla nan internet: www.alz.org/10signs de eker 1 877-IS IT ALZ