டிமென்ஷியா மொழி வழிகாட்டி

ALZHEIMER'S DISEASE ASSOCIATION

வார்த்தைகளை மாற்றுகிறோம், வாழ்க்கையை தொடுகிறோம். காயம் வெவ்வேறு வடிவங்களில் வரலாம்; அது உடல் ரீதியாக மட்டும் இருக்க வேண்டியதில்லை. சில நேரங்களில், சொற்களும் புண்படுத்தும். அவ்வாறு செய்யும் போது, அவை மிகவும் ஆழமான காயங்களை உண்டாக்கும்.

பொருத்தமான மொழி களங்கப்படுத்தாமல், மரியாதைக்குரியதாகவும், துல்லியமாகவும் இருக்க வேண்டும். மேலும், அது உரிமை அளிப்பதோடு, உள்ளடக்கியதாகவும் இருக்க வேண்டும். இத்தகைய சொற்களை ஆரம்பத்திலிருந்தே பயன்படுத்துவது முக்கியம். இது மூளை இயக்கத்திறன் குறைபாட்டுதன் வாழும் நபர்களின் நலனுக்காக மட்டுமல்ல, சமூகத்தின் மனநிலையை மாற்றுவதற்காகவும் தான்.

டிமென்ஷியா பற்றி பேசுவது

டிமென்ஷியா என்பது நினைவாற்றல், கருத்துப்பரிமாற்றம் மற்றும் சிந்தனை ஆகியவற்றில் குறைபாட்டின் அறிகுறிகளை விவரிக்கப் பயன்படும் ஒரு குடைச்சொல். தவிர்க்க வேண்டிய பல சொற்கள் காலாவதியாகிவிட்டவை.
மேலும், டிமென்ஷியா அறிகுறிகள் மூளையில் குறிப்பிட்ட வகையான கோளாறுகளினால் ஏற்படுகின்றன என்பதைவிட முதுமையினால் இயல்பாக ஏற்படுகின்றன என்று எண்ணியபோது பயன்படுத்தப்பட்டன.

உபயோகிக்கப்பட வேண்டிய வார்த்தைகள்	தவிர்க்கப்பட வேண்டிய வார்த்தைகள்
• முதுமை மறதி • அல்சைமர் நோய் மற்றும் பிற வகையான முதுமை மறதி • ஒரு வகை முதுமை மறதி	• அறிவாற்றல் இழத்தல் • அறிவாற்றல் இழந்தவர் • நோவு

டிமென்ஷியா உள்ளவர்களை பற்றி பேசுவது

தவிர்க்க வேண்டிய பல சொற்கள் இழிவானவை, கேவலமானவை. 'அறிவாற்றல் இழந்தவர்', 'பாதிக்கப்பட்டவர்' மற்றும் 'பலியாள்' போன்ற சொற்கள் டிமென்ஷியாவுடன் தொடர்புடைய களங்கத்தை அதிகரிக்கின்றன. மேலும் அது நபரை விட அவருடைய நிலைக்கு முக்கிய துவம் அளிக்கிறது. ஒருவருடைய கௌரவத்தைப் பராமரிக்கும் வகையில் வார்த்தைகளை பயன்படுத்த நாம் எப்போதும் நினைவில் வைத்திருக்க வேண்டும்; டிமென்ஷியா இருப்பதால் அவர்மீது தீர்ப்புகளை ஏற்படுத்தாத சொற்களை பயன்படுத்த வேண்டும்.

உபயோகிக்கப்பட வேண்டிய வார்த்தைகள்	தவிர்க்கப்பட வேண்டிய வார்த்தைகள்
• நபர் அல்லது முதுமை மறதி உள்ளவர்கள் • நபர் அல்லது முதுமை மறதியுடன் வாழும் மக்கள் • முதுமை மறதி நோயைக் கண்டறிந்த நபர் / நபர்கள்	• பாதிக்கப்பட்டவருக்கு • பாதிக்கப்பட்டவர் • சிதைந்த நபர்

65 வயதுக்கு கீழ் டிமென்ஷியா உள்ளவர்கள்

65 வயதிற்கு உட்பட்டவர்களைப் பற்றி பேசும்போது குழப்பத்தைத் தடுக்க, 'இளவயதில் தொடங்கிய டிமென்ஷியா' என்ற சொற்றொடர் விரும்பப்படுகிறது. ஏனெனில், சில நேரங்களில் முதல் அறிகுறிகள் அனுசரிக்கப்படும் போது மற்றும் அனுபவிக்கப்படும் போது ஆரம்பகட்ட டிமென்ஷியா என்ற சொற்றொடர் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

உபயோகிக்கப்பட வேண்டிய வார்த்தைகள்	தவிர்க்கப்பட வேண்டிய வார்த்தைகள்
• இளம் தொடக்க முதுமை மறதி நோய்	• முதுமைக்கு முன் வரும் டிமென்ஷியா முதுமை மறதி • ஆரம்பகட்ட முதுமை மறதி

SCAN TO LEARN MORE
alz.org.sg/wordshurt

In Support Of: Forget Us Not 勿忘我 Building a Dementia Friendly Community

#Despite DEMENTIA

டிமென்ஷியாவுடன் சம்மந்தப்பட்ட நடத்தை மற்றும் உளரீதியான அறிகுறிகள்

நடத்தை மாற்றங்கள், மூளையில் ஏற்படும் மாற்றங்களால் ஏற்படுகின்றன என்பதையும், மருந்து மற்றும் ஒருவரின் சமூக மற்றும் உடல் சூழலால் பாதிக்கப்படலாம் என்பதையும் புரிந்து கொள்வது முக்கியம். புண்படுத்தும் சொற்களைத் தவிர்ப்பதன் மூலம், டிமென்ஷியாவுடன் வாழும் நபரை அவர்களின் அறிகுறிகளால் வரையறுக்கவில்லை என்பதை நாம் உறுதிசெய்கின்றோம். டிமென்ஷியா உள்ளவர்கள் நம்மைப் போன்றவர்கள் என்பதையும் அவர்களின் மருத்துவ நிலை மற்றும் அறிகுறிகள் அவர்களின் வாழ்க்கையை வரையறுக்கும் அம்சமாக இருக்கக்கூடாது என்பதையும் நாம் எப்பொழுதும் நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.

உபயோகிக்கப்பட வேண்டிய வார்த்தைகள்

- நடத்தையில் மாற்றம்/மாற்றங்கள்
- பூர்த்தி செய்யப்படாத தேவைகளின் வெளிப்பாடுகள்
- பதிலளிக்கக்கூடிய நடத்தைகள்

தவிர்க்கப்பட வேண்டிய வார்த்தைகள்

- சவால் கொடுக்கக்கூடிய நடத்தைகள்
- சிரமம் கொடுக்கக்கூடிய நடத்தைகள்
- நாடோடியாக

டிமென்ஷியாவின் விளைவுகள்

டிமென்ஷியாவின் தாக்கம் அந்நிலையில் வாழும் ஒருவரையொருவர் ஒப்பிட்டு பார்க்கையில் வேறுபடும். அதோடு, நோயறிதலின் வெவ்வேறு காலகட்டங்களில் அவர்கள் வித்தியாசமாக உடன் இணைவார்கள். டிமென்ஷியா தாக்கம் பற்றி நாம் உண்மையாக, யதார்த்தமாக இருக்க வேண்டும் என்றாலும், நாம் பயன்படுத்தும் சொற்கள் எதிர்மறையாக, அவநம்பிக்கையானவையாக அல்லது ஊக்கமற்றவையாக இருக்கத் தேவையில்லை.

உபயோகிக்கப்பட வேண்டிய வார்த்தைகள்

- முடக்குகிறது
- சவால்மிக்கது
- வாழ்க்கை மாறுகிறது

தவிர்க்கப்பட வேண்டிய வார்த்தைகள்

- நம்பிக்கையற்ற நிலை
- தாங்க முடியாத நிலை
- சாத்தியமற்றது

பராமரிப்பின் விளைவுகள்

டிமென்ஷியா கொண்ட ஒரு நபர் மட்டுமே டிமென்ஷியாவுடன் வாழ்வது என்ன என்பதை உண்மையிலேயே புரிந்து கொள்ள முடியும். அதேபோல், டிமென்ஷியா நோயால் பாதிக்கப்பட்ட ஒருவரைப் பராமரிப்பது என்ன என்பதை ஒரு பராமரிப்பாளருக்கு மட்டுமே தெரியும். 'சுமை' போன்ற சொற்களைப் பயன்படுத்துவதின் மூலம், பராமரிப்பின் பங்கு முற்றிலும் எதிர்மறையானது அல்லது டிமென்ஷியா கொண்ட ஒருவரைப் பராமரிப்பது கடினம் என்ற கருத்தை ஏற்படுத்துகிறது.

உபயோகிக்கப்பட வேண்டிய வார்த்தைகள்

- முதுமை மறதியை (யாரோ) ஆதரிப்பதன் தாக்கம்
- முதுமை மறதியை (யாரோ) ஆதரிப்பதன் விளைவு

தவிர்க்கப்பட வேண்டிய வார்த்தைகள்

- பராமரிப்பாளரின் சுமை
- அக்கறையின் சுமை

முதுமை மறதி நோயை பற்றி ஒரு மருத்துவ சூழலில் மற்றும் ஆராய்ச்சியில் பேசப்படுகிறது

ஆராய்ச்சியிலும் மருத்துவ சூழலிலும் கூட நபர் மீது கவனம் செலுத்துவது முக்கியமானது என்பதையும் அவர்களின் கௌரவத்தையும் தனித்துவத்தையும் பராமரிக்கும் சொற்களைப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்பதையும் நினைவில் கொள்வது அவசியம்.

உபயோகிக்கப்பட வேண்டிய வார்த்தைகள்

- முதுமை மறதி எனும் நிலை
- பங்கேற்பாளர் (ஒரு ஆராய்ச்சி சோதனையில் இருந்தால்)
- மருத்துவ நிலை

தவிர்க்கப்பட வேண்டிய வார்த்தைகள்

- நோய்களில்
- மனநோய் (அல்சைமர் நோய் எனப்படும் ஒரு வகையான டிமென்ஷியாவை பற்றி பேசுவதை தவிற)
- வெற்று நபர்