Kelmtejn Mill-Caritas Malta Epilepsy Association

Tel: 23402845, 21436442, 21233933 **email: janet.mifsud@um.edu.mt**
Fax: 21320281 **zenit@onvol.net**

Novembru 2006. **Nru. 25**

Kelmtejn mill-President

Wasal iz-zmien li nergghu nibaghtu n-*newsletter* ta' l-ghaqda taghna. Din il-harga hi l-ahhar wahda ta' l-2006. F'din il-harga qeghdin ninkludu artiklu li ghandu jkun ta' interess ghalikom. Peress li dan l-artiklu hu ftit twil kellna naqsmuh fi tnejn u t-tieni parti tigi inkluza f'harga ohra.

L-ewwel laghqa ta' l-2007 tkun **fit-12 ta' Jannar fis-6.00** ta' filghaxija gewwa l-Caritas. Jiena nispera li s-sena li gejja tkun tajba u nkomplu nahdmu halli nkomplu nohorgu l-epilessija fil-berah. Progett li ghandna f'mohhna li nahdmu fuqu hu li nippublikaw "Teachers' Pack" li nkunu nistghu nqasmuh fl-iskejjel biex bih l-ghalliema jkunu jafu izjed fuq l-epilessija u jkunu jistghu jghinu lil dawk it-tfal li ghandhom din il-kundizzjoni.

F'isem il-membri tal-kumitat nixtieq lilkom u lill-familji kollha taghkom il-Milied it Tajjeb u li jkollkom Sena Tajba u mimlija Paci u Gid.

Il-Memorja

Ghaliex ikollna problemi bil-memorja?

Kulhadd ikollu xi esperjenza zghira kemm hi zghira bil-memorja. Dan jista' jigri meta:

- Ikollna l-istress
- Nippruvaw nikkoncentraw fuq hafna affarijiet f'daqqa
- Ma nkunux nifilhu
- Nkunu ghajjenin

Meta nikbru nibdew ninsew aktar. Din hi haga normali u m'ghandhiex tinkwetana hafna. Madankollu problemi fil-memorja jistghu ikunu aktar serji u fit-tul. Dawn jistghu jigu kkawzati minn numru ta' fatturi:

- Marda bhad-Dimentia jew Alzheimier's
- Xi infezzjoni fil-mohh bhal 'encephalitis'
- Nuqqas ta' ossignu fil-mohh bhal fis-'Celebral Palsy'
- Xi daqqa fir-ras
- Certi tipi ta' 'stroke'
- Tumuri fil-mohh jew tinqata' xi vina fir-ras
- L-Epilessija waheda jew ma xi wahda mir-ragunijiet imsemmija hawn fuq.

Diffikultajiet fil-memorja f'nies li ghandhom l-epilessija

Il-Prezenza ta' diffikultajiet fil-memorja meta bniedem ikollu l-epilessija hu fatt rikonoxxut. Fil-fatt dawn in-nies ifittxu ghajnuna minhabba l-memorja aktar minn nies ohrajn. Ir-rikerca turi li l-bicca l-kbira tal-memorja qieghda f'parti specifika tal-mohh maghrufa bhala 'Temporal Lobe'. Tajjeb nghidu li l-memorja tista tigi affettwata minn diversi fatturi fosthom:

- Nuqqas ta' attenzjoni – jekk ma nkunux attenti ghal informazzjoni li nkunu pprezentati biha il-memorja ma tirregistrax kollox
- Problemi ta lingwa – kultant ma nsibux kliem adattat biex nesprimu dak li rridu nghidu. Dan jista' jigi nterpretat bhala li 'tinsa' l-kliem.
- Problemi vizwali/spazjali – kultant xi persuni jithawdu fejn qeghdin in relazzjoni ma postijiet jew affarijiet ta' madwarhom allura jhossuha difficli jahsbu kif ser imorru xi mkien iehor
- Anzjeta u dipressjoni – nies fi stat alterat emozzjonali hafna drabi jesperjenzaw problemi fil-memorja; dawk anzjuzi jsibu li mohhom hu okkupat hafna bi hsibijiet u nkwiet u ghalhekk ma jkunux jistghu jikkoncentraw. Filwaqt li dawk f'dispressjoni ihossuhom bla hegga u letargici u ghalhekk ma jaghmlux sforz biex il-memorja tirregistra l-informazzjoni.

Kif huma affettwati nies li ghandhom problemi bil-memorja

Problemi bil-memorja jistghu jaffettwaw lin-nies b'modi differenti. F'xi whud il-problemi huma generali u allura jaffettwaw il-parti l-kbira tal-funzjonijiet tal-memorja. Madankollu dawn jistghu ikunu specifici u jaffettwaw aspett wiehed tal-memorja bhal meta trid tiftakar x'qalulek in-nies. Dawn il-problemi jikkawzaw diffikultajiet varji li kultant ihallu effett fuq il-hajja ta' kuljum jew relazzjonijiet. Minhabba f'hekk min ikun affettwat ihossu mdejjaq hafna. Minkejja l-fatt li m'hawnx kura ghal problemi fil-memorja, il-persuna affetwata tista' tadatta ruhha ghal din il-problema u tuza strategiji li jghinuha tghix hajja relattivament normali.

Darb'ohra nitkellmu fuq xi strategiji li jistghu jintuzaw.

Esperjenzi

Jien ragel ta' 54 sena u bdejt inbati bl-epilessija minn meta kont tifel. Dan l-ahhar ftit snin osservajt li persuni (nies tal-familja jew hbieb fuq ix-xoghol) li jafu li jien ghandi din il-kundizzjoni jinhasdu meta naghmel xi haga mhux tas-soltu, bhal meta nkun ser naqa, inkanta waqt li nkun qed naghmel xi haga, insaffar, ecc. Meta jaghmel hekk haddiehor, generalment il-hajja tibqa ghaddejja imma l-fatt li wiehed ikollu l-epilessija, il-fatti jinbidlu.

Lil dawn in-nies gieli staqsejthom ghaliex qed iharsu lejja cass (meta naghmel li semmejt qabel) u t-twegiba taghhom hafna drabi tkun li nhasdu. Jien irrealizzajt li kull min ikun magenb persuna li ghandha l-epilessija (u jkun jaf biha) jghaddi minn din is-sitwazzjoni.

Dan gieghlni nirrealizza li mhux biss in-nies li ma jafux bil-kundizzjoni jinhasdu meta jaraw lil xi hadd ikollu accessjoni quddiemhom, imma anki dawk li jafu jkunu fuq ponot subghajhom madwar dawk li ghandhom l-epilessija.

Din mhix haga hazina (li l-ohrajn jaghtu kaz x'naghmlu) imma ahna li ghandna l-epilessija ghandna dmir ukoll lejn dawk li nghixu maghhom. Ahna ghandna nitkellmu man-nies biex l-affarijiet jigu iccarati u tinbena atmosfera aktar libera u kalma bejn kulhadd. Hu importanti mmens ghall familjari li jinfethu fuq dan is-suggett biex dak li jbati bl-epilessija jhossu iktar kunfidenti fih innifsu u jafdhom aktar. B'hekk il-kundizzjoni ma ddallamlux hajtu bhal ma jaghmel sigriet li tkun trid tahbi.