



Kauza y Efeito

Studus ta indika ma uzu y abuzu di drogas y/ô alkool é un fator frekuenti di asidentis ki ta provoka lezon na sérebru.

Kantu abuzu di substânsias ta kontinua dipos di lezon serebral traumátiku, kes efeito negativu ta multiplika y podi atraza rekuperason di lezon serebral traumátiku, aumenta problema ku ekilíbrü, kaminha y papia, aumentu di frekuênsia di agresividadi, di konportamentus agresivu y antisosial, y grandis interferênsia ku konsentrason y memória.

Abuzu di substânsias ta piora depreson y podi aumentu risku di ter krizi. Abuzu di drogas y di alkool tanbê podi aumenta posibilitadi di sufri otu lezon serebral traumátiku.

Djuda y Rekursus

Primeru pasu pa pesoa tantu ku depreson ô ki ta abuzu di substânsias é sabi ma el ten un problema.

Si abo ô algen ki bu ta ama stá ta dá sinal di depreson ô ta bebi ô ta uza otu drogas kriandu problemas finanseru, legal, mediku, ô otu problemas, é óra di pidi sukoru.

The Brain Injury Association of Massachusetts (Asosiason pa Lezon Serebral di Massachusetts: BIA-MA) podi fornese informason y rekursus psikiatruku, psikoterapeutu, sentrus di rekuperason, programas pa abuzu di substânsias y más.

Dúvidas? Txoma BIA-MA Informason & Linha di Rekursu sobri Lezon Traumátiku di Sérebru pa Más Bedju (844) 839-7154 ô email elders@biama.org.



The Massachusetts Rehabilitation Commission (Komison di Rekuperason di Massachusetts: MRC), através di se Statewide Head Injury Program (Programa Diretor di Lezon di ânbitu Stadual, en kriolu) (SHIP, en ingles), ta propoi "Midjorias na Projetu Sistema di Kuidadus pa Idosu ki ta Sufri di un Lezon Serebral Traumátiku di MA".

Es projetu foi fetu pa prenxi kes objetivus di Implementason di Programa Parseria Stadual di Servisu Administrativu di Rekursus pa Lezon Serebral Traumátiku. MRC ta sirvi komu ajênsia lider pa admnistrar kes subsídiu di projetu.



BIA-MA é un organizason privadu y naun lukrativu ki ta fornese: **Apoiu** pa sobrevivents di lezon serebral y ses familiaris; **Programas preventivu** pa publiku; **Edukason** pa profisional y pa tudu kes ki é afetadu pur lezon serebral; y **Defeza Legal** pa seguransa legal y medjorias na servisu di komunidadu pa sobrevivents.

BIA-MA ta kolabora ku Komison di Rekuperason di Massachusetts (MRC, en ingles), Dipartamentu di Saúdi Publiku (DPH, en ingles), Rejistu di Veikulu Motor (RMV, en ingles), Gabinete Izekutivu pa Asuntu di Idozus (EOEA, en ingles) y otu asosiason pa previni lezon serebral y oferese servisu pa sobrevivents.

"Es projetu é/foi apoiadu pur Servisu Administrativu di Rekursus di Saúdi (HRSA, en ingles) di Dipartamentu di Saúdi y Servisu Umanu (HHS, en ingles) sobi subsídiu H21MC26927, "Midjorandu Sistema di Kuidadu pa Idozus ki ta sufri di Lezon Serebral Traumátiku di MA", di 1 Million y finansiadu ku 0 fontis naun governamental. Es informason ô konteúdu y konkluzon é kes ki autor y ka devi ser entendidu komu pozison ofisial ô politika, nen ninhun aprovason deduzidu pur HRSA, HHS ô governu di EUA."

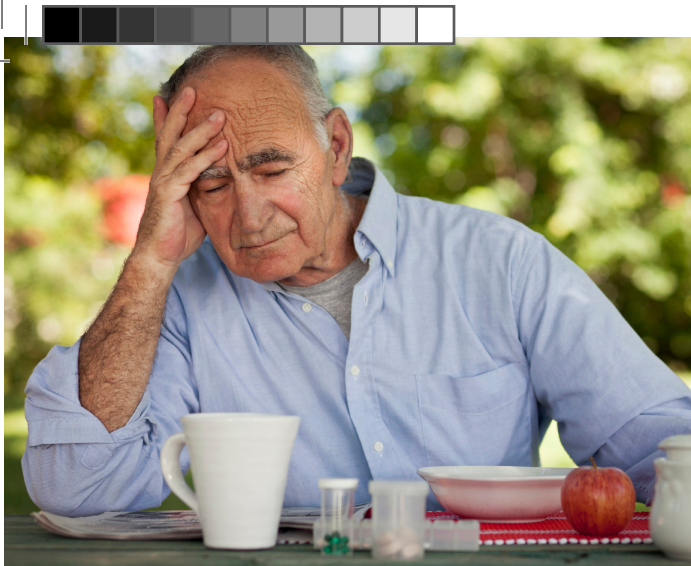
Substance Abuse & Depression - Cape Verde Creole - May 2016

Abruzu Di Substância & Depreson Na Idozus Ku Lezon Serebral Traumátiku



Lezon Serebral Traumátiku Informason Pa Idozus

844-839-7154 | www.biama.org/elders



Rekuperandu y vivendu ku efeitus di lezon serebral traumátiku podi ser tremendamenti dezafiador. Lezon serebral traumátiku podi muda vida di un pesoa pa senpri. Pesoa ku lezon serebral traumátiku jeralmenti ta sufri di depreson ò ta abuza di substânsias, mésmu di kes abuzu ki kundes antis di kel lezon serebral.

Depreson

Depreson é abitual, jeralmente debilitanti y as vez fatal. Pur ezenplu, ku lezon serebral traumátiku, depreson é kada vez más abitual du ki el é na populason en jeral. Peskizas ta mostra ma lezon serebral ta aumenta bastanti xansis di pesoa dezvolti depreson. Pa kes ki sufri lezon serebral traumátiku kes dezafius abitual di vida ta torna más gravi pamodi depreson.

Sobrevivents di lezon serebral traumátiku podi stá en risku kresenti di suisídiu. Individus ki ta sufri tanbê stá ta kori grandi risku di suisidiu, media di suisidiu é maior na populason idozu.

- Fundason Amerikanu pa Prevenon di Suisídiu

Sinal & Sintomas

Pesoas diferentis ta xinti depreson di formas diferenti. Alguns ta xinti mutu kansadu ò ta perdi apititi, enkuantu otus ta fika zangadu. Depreson podi tanbê piora sintomas di aprezentason kognitivu.

Sintomas fiziku:

- Mudansas na padron di sono
- Mudansas di apititi
- Fadiga

Sintomas Emosional:

- Tristeza stremu
- Xintimentu di dizánimu
- Iritason

Mudansa Konportamental:

- Inkapasidadi pa apresia aktivadís prazerozu
- Afasta di otu pesoas
- Poku kuidadu pesoal ò atenson ku aparênsia

Abuzu di Substânsia

Abuzu di Substânsias ten maior inpaktu na vida di individu. Peskiza ta mostra ma óras ki lezon serebral traumátiku ò abuzu di substânsias é kombinadu, es ten un efeitu negativu más grandi na sérebru du ki só un des.

Ku bazi na informason sobri komu alkool y lezon serebral traumátiku kombinadu ta afeta serebru, Asosiason pa Lezon Serebral Traumátiku di Merka konlui ma **ka ten ninhun kantidadi siguru pa pesoa ku lezon serebral bebi.**

Pa alén di keston legal, drogas y alkool podi interaji ku ramedí reseitadu y provoka problemas adisional. Toma drogas preskritu pur dotor en grandi kantidadi, más ki indikadu na reseita, é un otu forma di abuzu di drogas y el ka é rekomendádu.

Tratamentu & Rekuperason

Familiaris y amigus ten funson mutu inportanti na djuda un pesoa ku depreson ò ki ta abuza di substânsias. Es devi apoia, ka kritika pesoa. Pur ezenplu, es podi djuda konsigi informason sobri rekursus na komunidadí, enkoraja individu pa marka primeru konsulta ò bai pa primeru reunion y oferesi transporti.

Sobreviventi diskubri ma dipos di lezon serebral traumátiku, ezersísiu sima kaminha, ta faze-s xinti midjor. Otu ason útil pa reduzi depreson ta inklui medida terapeutiku naun-mediku, sima biofeedback (Reaprendi a kontrola movimentu di korpu), ipnosi, masajen, yoga, Tai Chi, voluntariadu, ò otu aktivadadi struturadu sima toma aula ò frekuenta servisu spiritual.

Maioria di médikus ta akredita ma téknikas ki é efikaz pa trata abuzu di substânsias na populason en jeral podi tanbê ser uzadu pa trata pesoas ku lezon serebral traumátiku. Nu entantu, konsiderason spesial ò adptason podi ser nesesáriu pa trata nesesidadis di pesoas ku lezon serebral traumátiku. Medidas di tratamentu komun ta inklui intervension motivasional, terapia konportamental-kognitivu, grupus di apoiu pa visiadu, ò ramedí preskritu pa médiku.

