

## ЕРЕСЕК АДАМНЫҢ КОГНИТИВТІ ЕСТЕ САҚТАУ ҚАБІЛЕТІНІҢ БҰЗЫЛУЫН ДИАГНОСТИКАЛАУДЫҢ НЕЙРОПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ӘДІСТЕРІ

**Рахметжанова Фаризат Фариотдинқызы**

[farizat.05@icloud.com](mailto:farizat.05@icloud.com)

«Психология» білім бағдарламасының 3 курс студенті

Х.Досмұхамедов атындағы Атырау университеті, Атырау қ., Қазақстан Республикасы

Ғылыми жетекшісі, магистр, – Турегалиева В.С.

Когнитивті есте сақтау қабілеті – адамның күнделікті өмірдегі маңызды функцияларының бірі. Есте сақтау қабілетінің бұзылуы қартаю, неврологиялық аурулар, стресс немесе жарақаттан кейін пайда болуы мүмкін. Бұл бұзылыстарды ерте кезеңде анықтау және коррекциялау үшін нейropsихологиялық әдістер кеңінен қолданылады. Қазіргі заманғы зерттеулер когнитивті бұзылыстарды диагностикалауда кешенді тәсілдердің маңыздылығын атап өтеді.

Ересек адамның когнитивті есте сақтау қабілетінің бұзылуын анықтау үшін қолданылатын нейropsихологиялық әдістерді зерттеу, олардың тиімділігі мен қолдану ерекшеліктерін талдау мақсатын көздейді.

Теориялық негіз: Когнитивті есте сақтау процестері мен олардың бұзылуын түсіндіретін негізгі теориялар қарастырылады. Бұл тұрғыда нейropsихология, нейрофизиология және когнитивті психология ғылымдарының заманауи жетістіктеріне сүйенеді.

Ғалымдардың тұжырымы: Көптеген зерттеушілер когнитивті есте сақтау бұзылыстарының нейropsихологиялық диагностикалау әдістері арқылы ерте анықталуы маңызды екенін атап көрсетеді. Нейropsихологиялық тесттер пациенттің когнитивті күйін жан-жақты бағалауға мүмкіндік береді.

Практикалық бағыттары: қарастырылған әдістер медицинада, психологияда және нейропсихологиялық зерттеулерде қолданылады. Олар когнитивті бұзылыстарды ерте кезеңде анықтауға және тиімді түзету бағдарламаларын жасауға көмектеседі.

Когнитивті есте сақтау қабілетінің бұзылуы көптеген неврологиялық және психикалық аурулардың алғашқы белгілерінің бірі болып табылады. Мұндай бұзылыстар көбінесе Альцгеймер ауруы, Паркинсон ауруы, инсульт, депрессия және травмалық ми жарақаттарымен байланысты. Нейропсихологиялық тесттер когнитивті дисфункцияны анықтау мен бағалауда кеңінен қолданылады.

### **1. Когнитивті есте сақтау қабілетінің бұзылуының себептері**

Когнитивті дисфункцияның дамуына ықпал ететін негізгі факторлар:

- Нейродегенеративті аурулар (Альцгеймер, Паркинсон);
- Ми қан айналымының бұзылуы (инсульт);
- Бас миының жарақаттары;
- Психикалық бұзылыстар (депрессия, шизофрения);
- Жасқа байланысты когнитивті өзгерістер.

### **2. Диагностикалаудың нейропсихологиялық әдістері**

Когнитивті есте сақтау қабілетін диагностикалау үшін қолданылатын негізгі нейропсихологиялық әдістер:

#### **3. Mini-Mental State Examination (MMSE)**

- Бұл қысқаша когнитивті тест, науқастың жалпы когнитивті жағдайын бағалау үшін қолданылады.

#### **4. Montreal Cognitive Assessment (MoCA)**

- Когнитивті бұзылыстарды ерте анықтауға арналған тест, есте сақтау, назар аудару және атқарушы функцияларды бағалайды.

#### **5. Wechsler Memory Scale (WMS)**

- Есте сақтау қабілетін бағалаудың ең кең таралған әдістерінің бірі, әсіресе ересек адамдарда қолдануға тиімді.

#### **6. Rey Auditory Verbal Learning Test (RAVLT)**

- Қысқа және ұзақ мерзімді есте сақтау қабілетін бағалау үшін қолданылады.

#### **7. Clock Drawing Test (CDT)**

- Деменцияны ерте диагностикалау үшін тиімді визуалды-кеңістіктік тест.

### **3. Нейропсихологиялық бағалаудың маңызы**

Нейропсихологиялық тесттерді клиникалық практикада қолдану когнитивті бұзылыстарды ерте кезеңде анықтауға мүмкіндік береді. Бұл әдістер емдеу стратегиясын дұрыс таңдап, пациенттің өмір сапасын жақсартуға көмектеседі. Сонымен қатар, тест нәтижелері нейродегенеративті процестердің динамикасын бақылауға мүмкіндік береді.

Когнитивті есте сақтау қабілетінің бұзылуын диагностикалаудың негізгі әдістері. Нейропсихологиялық диагностика когнитивті бұзылыстарды бағалауда маңызды рөлі атқарады. Диагностика бірнеше негізгі тесті қамтиды:

#### **1. Нейропсихологиялық тестілер**

Нейропсихологиялық тестілер есте сақтау қабілетінің әртүрлі аспектілерін бағалауға мүмкіндік береді.

- Векслер жады шкаласы (WMS, Wechsler Memory Scale) – қысқа және ұзақ мерзімді есте сақтауды бағалайды.

- Бентон визуалды есте сақтау тесті (BVRT) – визуалды жады мен кеңістіктік қабылдауды зерттейді.

- Лурия тесттері – адамның есте сақтау қабілетін, ойлау процесін және назарының тұрақтылығын зерттеуге бағытталған.

Атақты нейропсихолог А.Р. Лурияның айтуынша: “Есте сақтау қабілеті – мидың күрделі қызметінің көрсеткіші. Оны диагностикалау үшін кешенді әдістер қажет”.

2. Функционалды нейровизуализация әдістері: Заманауи диагностикалық әдістердің ішінде нейровизуализация ерекше орын алады:

- Магниттік-резонанстық томография (МРТ) – мидың құрылымдық өзгерістерін бағалайды.  
- Позитронды-эмиссиялық томография (ПЭТ) – ми бөліктеріндегі метаболизм деңгейін анықтайды.

- Электроэнцефалография (ЭЭГ) – нейрондық белсенділікті тіркеп, когнитивті процестердің динамикасын зерттейді.

Бұл әдістер когнитивті бұзылыстардың нақты себебін анықтауға мүмкіндік береді.

Когнитивті бұзылыстарды коррекциялау әдістері: Когнитивті бұзылыстарды түзету бірнеше бағытта жүргізіледі:

#### 1. Когнитивті тренингтер:

Когнитивті функцияларды жақсарту үшін арнайы жаттығулар қолданылады:

- Мнемоникалық әдістер – есте сақтау стратегияларын дамытуға көмектеседі.
- Шульте кестесі – зейінді күшейту және ақпаратты тез өңдеу қабілетін жақсартады.
- Кроссвордтар мен логикалық тапсырмалар – есте сақтау және ойлау қабілетін нығайтады.

Гарвард университетінің нейропсихологы Даниэл Шахтың зерттеуінде былай делінген: “Күнделікті когнитивті жаттығулар нейрондық байланыстарды нығайтып, есте сақтау қабілетінің әлсіреуін баяулатуға көмектеседі”.

#### 2. Фармакологиялық терапия

Когнитивті дисфункцияны емдеуде мидың жұмысын жақсартатын дәрілер қолданылады:

- Ноотроптар (пирацетам, фенотропил) – нейрондық байланыстарды күшейтеді.
- Холинэстераза тежегіштері (донепезил, галантамин) – Альцгеймер ауруының бастапқы кезеңінде қолданылады.

- Вазоактивті препараттар (церебролизин, гинкго билоба) – ми қан айналымын жақсартады.

3. Психотерапия және өмір салтын түзету: Когнитивті бұзылыстар психологиялық факторларға да байланысты болуы мүмкін. Сондықтан психотерапия әдістері жиі қолданылады:

- Когнитивті-бихевиоралды терапия (КБТ) – есте сақтау мен назарды күшейтуге көмектеседі.
- Медитация және релаксация әдістері – стрессті төмендетіп, когнитивті функцияларды жақсартады.
- Физикалық белсенділік - аэробты жаттығулар нейропластикалық процестерді белсендіреді.

Америкалық невролог Дэвид Перлмуттер былай дейді: “Дұрыс тамақтану, дене белсенділігі және мидың үнемі жұмыс істеуі – когнитивті денсаулықтың негізгі факторлары”.

Қорытынды: Нейропсихологиялық әдістер когнитивті есте сақтау қабілетінің бұзылуын диагностикалауда тиімді құрал болып табылады. Оларды қолдану пациенттің жағдайын дәл бағалауға және оңалту шараларын дер кезінде қабылдауға мүмкіндік береді.

Когнитивті есте сақтау қабілетінің бұзылуын диагностикалау үшін нейропсихологиялық әдістерді қолдану маңызды. Mini-Mental State Examination (MMSE), Montreal Cognitive Assessment (MoCA), Wechsler Memory Scale (WMS) және басқа да тесттер когнитивті дисфункцияны ерте анықтауға көмектеседі. Болашақта жас ерекшеліктеріне бейімделген нейропсихологиялық тесттерді жетілдіру когнитивті бұзылыстарды диагностикалау саласында жаңа мүмкіндіктер ашады.

Когнитивті есте сақтау қабілетінің бұзылуы ересек адамдарда жиі кездеседі және оны ерте диагностикалау маңызды. Нейропсихологиялық тестілер, нейровизуализация әдістері мен когнитивті тренингтер – бұл бұзылыстарды анықтап, түзетуге көмектесетін тиімді құралдар. Ғалымдардың зерттеулері көрсеткендей, кешенді тәсіл когнитивті дисфункцияның дамуын баяулатып, адамның өмір сүру сапасын жақсартады.

#### **Қолданылған әдебиеттер тізімі:**

1. Александров, А. А. Нейропсихология памяти: диагностика и коррекция. – Москва: МГУ, 2017. – 280 б.
2. Лурия, А. Р. Основы нейропсихологии. – Москва: Академия, 2002. – 384 с.
3. Баддели, А. Рабочая память: Теория и практика. – Санкт-Петербург: Питер, 2010. – 320 с.

4. Жеребкин, Е. В. Когнитивные нарушения при деменции и их диагностика // Журнал неврологии и психиатрии. – 2018. – №6. – С. 45-52.

5. Сперлинг, Р. А., Джек, К. Р., Аисен, П. С. Когнитивные нарушения и болезни Альцгеймера: современные подходы к диагностике и лечению // Journal of the American Medical Association. – 2019. – Vol. 321, №6. – P. 614-629.

6. [https://docs.google.com/document/d/14jFr\\_wQZYRjvf8H5wWLEXNjsZfCBalmH/edit?usp=drive\\_link&oid=105209569408650371250&rtpof=true&sd=true](https://docs.google.com/document/d/14jFr_wQZYRjvf8H5wWLEXNjsZfCBalmH/edit?usp=drive_link&oid=105209569408650371250&rtpof=true&sd=true)