*Choroba Alzheimera

Emilia Socha

Fundacja WHC

socha@korektorzdrowia.pl

* Skąd się wzięła nazwa - Alzheimer?

- W styczniu 1907 roku, ukazała się praca niemieckiego neurologa, Aloisa Alzheimera, „O szczególnej chorobie kory mózgowej”
- Opisywała ona przypadek pacjentki, która w 51 roku życia zaczęła zdradzać pierwsze symptomy choroby psychicznej, polegające na patologicznej zazdrości o męża, wkrótce rozpoczął się proces gwałtownego osłabienia pamięci

* Informacje ogólne (1)

- Choroba Alzheimera polega na stopniowej, postępującej degeneracji mózgu. Najbardziej typowo występuje u osób powyżej 65-70 roku życia.
- U pacjentów z chorobą Alzheimera obserwować można niepokojące zmiany w zakresie pamięci, myślenia, funkcjonowania i zachowania, które nasilają się w miarę upływu czasu.

Informacje ogólne (2)

- W przebiegu choroby Alzheimera dochodzi do uszkodzenia i przyspieszonego obumierania komórek nerwowych, co prowadzi do istotnego zmniejszenia objętości mózgu i zaburzeń neuroprzekaźnikowych.

* Epidemiologia

- Na otępienie choruje na świecie około 36 milionów ludzi.
- Każdego roku identyfikuje się około 4.6 miliona nowych przypadków.
- przewidywana liczba chorych z otępieniem powinna ulegać podwojeniu w kolejnych okresach 20-letnich, do 2050 roku liczba pacjentów z tym rozpoznaniem wzrośnie do 115 milionów.

* Dane statystyczne

Grupa wiekowa	% przypadków
65-74	1-3
75-79	3-6
80-84	12-20
+ 85	21-47

Źródło: Opracowanie własne

* Przyczyny (1)

- do tej pory nie udało się jednoznacznie wyjaśnić powodów zapadania na chorobę Alzheimera
- najistotniejszym znanym czynnikiem ryzyka jej wystąpienia jest wiek
- na całym świecie trwają badania nad poznaniem innych przyczyn
- wśród zewnętrznych czynników ryzyka wymieniane są niski poziom wykształcenia, urazy głowy oraz występowanie zaburzeń pamięci w rodzinie

* Przyczyny (2)

Coraz większą rolę przypisuje się zapobieganiu chorobie. Istnieją potwierdzone obserwacje naukowe przypisujące czynnikom ryzyka chorób naczyniowych udział w powstawaniu choroby Alzheimera.

Należą do nich:

- nadciśnienie tętnicze
- cukrzyca
- cholesterol
- homocysteina

* Objawy (1)

- Objawy choroby Alzheimera pojawiają się stopniowo na przestrzeni lat i mogą różnić się u różnych chorych.
- Choroba rozpoczyna się zwykle od zapominania i łagodnego zagubienia.
- Objawy choroby Alzheimera można podzielić na 3 szerokie kategorie:

➢ poznawcze

➢ funkcjonalne

➢ behawioralne/psychologiczne

* Objawy (2)

Objawy poznawcze

- **upośledzenie pamięci świeżej (takie jak niedostateczna znajomość bieżących wydarzeń, powtarzanie tych samych historii lub pytań, gubienie przedmiotów w obrębie domu, gorsza organizacja i planowanie)**

* Objawy (3)

Zmiana funkcjonowania

- ograniczenie umiejętności wykonywania zarówno normalnych czynności codziennych, jak i bardziej złożonych zadań
- trudności w posługiwaniu się pieniędzmi, trudności w utrzymywaniu higieny osobistej
- zaburzenia kontroli zwieraczy, trudności w ubieraniu się, zaburzenia równowagi i niestabilny chód

* Objawy (4)

Zmiany w zachowaniu

- zaburzenia zachowania i objawy psychologiczne znacznie zwiększają obciążenie opieką
- może dojść do pojawienia się zachowań społecznie niewłaściwych, takich jak urojenia, pobudzenie/agresja, depresja lub zaburzenia jedzenia

*Rozpoznanie

- opiera się w dużej mierze na wywiadach, zbieranych od chorego i od rodziny
- do określenia stopnia zawansowania choroby służą różne kwestionariusze, testy i skale, np. GDS - Global Detrioration Scale, ADAS-cog - Alzheimer Disease Assessment Scale
- pewne znaczenie w diagnostyce choroby Alzheimera mają obrazy mózgu uzyskane za pomocą rezonansu magnetycznego, które uwidaczniają zaniki w mózgu

* Leczenie (1)

- Choroba Alzheimera jest chorobą postępującą i jak dotychczas nie istnieje leczenie przyczynowe tej choroby ani takie, które zatrzymałoby całkowicie dalszy jej rozwój.
- Nawet jeśli nie można zatrzymać choroby, to warto podjąć wysiłek, aby poprawić jakość życia chorego i jego rodziny.

Leczenie (2)

Inhibitory Acetylocholinoesterazy

- Acetylocholina jest substancją chemiczną niezbędną w procesie przekazywania informacji pomiędzy komórkami mózgu, co jest warunkiem zapamiętywania, uczenia się i prawidłowego funkcjonowania mózgu.
- w wyniku zwyrodnienia neuronów produkujących acetylocholinę występuje niedobór tego neuroprzekaźnika

Glutaminian

- zapobiegają powstawaniu tzw. „szumu informacyjnego”
- pośredniczy w przekazywaniu informacji pomiędzy neuronami poprzez oddziaływanie na tzw. receptory

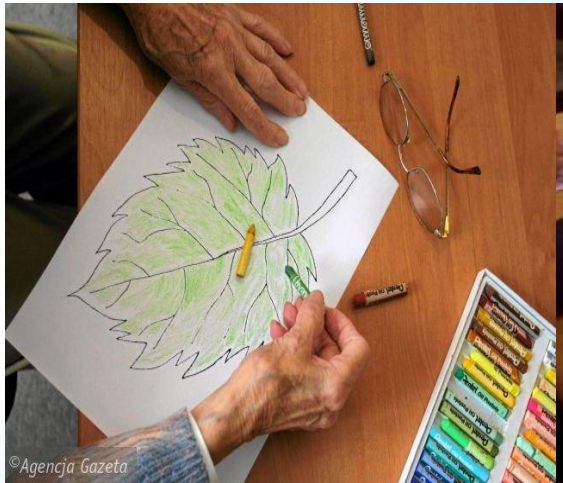
Memantyna

- Stosowana najczęściej w umiarkowanym lub ciężkimnasileniu
- W Polsce dostępna jest pod nazwą

* Leczenie (3)

Coraz częściej zwraca się uwagę na łączenie terapii farmakologicznej z niefarmakologiczną

- trening pamięciowy
- terapia zajęciowa
- psychoterapia
- aktywność fizyczna



* Jaka jest różnica pomiędzy zaburzeniami pamięci związanymi z normalnym starzeniem się a demencją?

Zaburzenia pamięci związane ze starością:

- pierwsze objawy pojawiają się powyżej 60 roku życia
- zaburzenia pamięci występują przejściowo
- problemy pojawiają się sporadycznie (np. szukanie okularów, kluczy, zapominanie imion)
- poprzez intensywny proces myślowy lub koncentrację dochodzi najczęściej do przypomnienia sobie faktów
- osoby dotknięte zaburzeniami pamięci pomagają sobie np. zapisywaniem na kartkach
- osoby reagują na ustne lub pisemne polecenia

* Jaka jest różnica pomiędzy zaburzeniami pamięci związanymi z normalnym starzeniem się a demencją?

Zaburzenia pamięci związane z chorobą Alzheimera:

- pierwsze objawy pojawiają się często przed 60 rokiem życia
- zaburzenia pamięci przedłużają się i nasilają z upływem czasu
- szukanie lub zapominanie zdarza się coraz częściej i dotyczy ważnych przedmiotów
- osoba chora zapomina całych ciągów zdarzeń, nie jest w stanie niczego sobie przypomnieć nawet po dłuższym intensywnym namyśle
- osoba chora nie rozumie i nie reaguje na ustne lub pisemne polecenia

* Wskazówki (1)

- Opieka nad pacjentem z zaburzeniami pamięci stanowi trudne wyzwanie dla jego rodziny i bliskich zatem wymaga cierpliwości, spokoju i poświęcenia
- Należy dążyć i zachęcać pacjenta do tego, aby tak długo, jak to jest możliwe, włączał się w codzienne czynności i aktywnie współuczestniczył w życiu rodzinnym

*Wskazówki (2)

- chorobie Alzheimera nie da się zapobiec!
- pomocne jest utrzymywanie aktywności fizycznej i umysłowej w każdym wieku,
- pomocny może być zdrowy tryb życia, odpowiednia dieta, ograniczenie alkoholu, unikanie stresów,

* Organizacja opieki nad chorym z otępieniem

- Rola opiekuna
- Przystosowanie domu
- Pomoc finansowa
- Opieka instytucjonalna
- Organizacje alzheimerowskie

* Bibliografia

1. http://www.chorobaalzheimera.pl/index.php5
2. www.resmedica.pl
3. Alicja Sadowska, Jak radzić sobie z chorobą Alzheimera: poradnik dla opiekunów, wyd. Polskie Stowarzyszenie Pomocy Osobom z Chorobą Alzheimera, 1998
4. Alzheimer Disease International. World Alzheimer Report 2011. The benefits of early diagnosis and intervention. Published by Alzheimer's Disease International (ADI), September 2011

*Dziękuję za uwagę!