

21 Σεπτεμβρίου 2012

# 21 Σεπτεμβρίου 2012: Παγκόσμια Ημέρα Νόσου Αλτσχάιμερ

Επιστήμες / Ιατρική - Βιολογία

Παγκόσμια Ημέρα  
Νόσου Αλτσχάιμερ

21 Σεπτεμβρίου 2012



Παγκόσμια Ημέρα  
Νόσου Αλτσχάιμερ

21 Σεπτεμβρίου 2012



**Η Παγκόσμια Ημέρα Αλτσχάιμερ γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 21 Σεπτεμβρίου, με σκοπό την ευαισθητοποίηση της κοινής γνώμης για τη νόσο. Η νόσος Αλτσχάιμερ είναι μια εκφυλιστική νόσος του εγκεφάλου και χαρακτηρίζεται από προοδευτική έκπτωση των νοητικών λειτουργιών (της μνήμης, σκέψης, αντίληψης, υπολογισμού, γλώσσας, ικανότητας μάθησης και κρίσης). Είναι η πιο συχνή μορφή άνοιας και αποτελεί μείζον ιατρικό και κοινωνικό πρόβλημα για τις ανεπτυγμένες κοινωνίες.**

Σήμερα, υπάρχουν 160.000 χιλιάδες ασθενείς στην Ελλάδα και σύμφωνα με τις προβλέψεις των επιστημόνων, στο μέλλον ο αριθμός των ανθρώπων με άνοια θα αυξηθεί δραματικά, ενώ δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι από την νόσο Αλτσχάιμερ πάσχει όλη η οικογένεια. Αυτοί που έχουν υπό τη φροντίδα τους ασθενείς με άνοια, φέρουν δυσβάστακτο ψυχολογικό, σωματικό και οικονομικό φορτίο.

Σύμφωνα με την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και συγγενών διαταραχών:

- Η Νόσος Alzheimer είναι μια χρόνια νευροεκφυλιστική ασθένεια του Κεντρικού Νευρικού Συστήματος, που χαρακτηρίζεται στην ήπια μορφή της από σταδιακή απώλεια της μνήμης και περιορισμό των υπόλοιπων νοητικών λειτουργιών του εγκεφάλου.
- Είναι μια νόσος της «τρίτης ηλικίας», παρόλο που σποραδικά συναντώνται περιστατικά και σε μικρότερες των 65 ετών ηλικίες.
- Αρχικά συμπτώματα είναι η ήπια έκπτωση μνήμης και άλλων νοητικών λειτουργιών που συχνά περνούν απαρατήρητα, τόσο από τον ασθενή όσο και από τα μέλη της οικογένειάς του.
- Όσο η νόσος εξελίσσεται, επηρεάζονται σταδιακά και οι δραστηριότητες της καθημερινής ζωής, δηλαδή οι κοινωνικές σχέσεις, η διαχείριση των οικονομικών, η φροντίδα του εαυτού, η οδήγηση κλπ.
- Με την πάροδο του χρόνου οι δυσκολίες αυτές γίνονται τόσο σοβαρές, ώστε ο ασθενής να εξαρτάται ολοκληρωτικά από τους άλλους. Πολλές φορές, στις δυσκολίες αυτές, προστίθενται και διαταραχές συμπεριφοράς, όπως επιθετικότητα, απάθεια, διαταραχές ύπνου και όρεξης, υπερκινητικότητα.

Η έγκαιρη διάγνωση είναι πολύ σημαντική για την αποτελεσματικότερη διαχείριση της νόσου από τον ίδιο τον ασθενή, τη διασφάλιση της ποιότητας ζωής του ασθενούς, αλλά και προκειμένου οι συγγενείς και όσοι φροντίζουν τους πάσχοντες να είναι καλύτερα ενημερωμένοι και προετοιμασμένοι να χειριστούν τα προβλήματα που προκαλεί η νόσος στον άνθρωπό τους, αλλά και στους ίδιους. Η διάγνωση είναι το πρώτο βήμα προς τον προγραμματισμό για το μέλλον.

Είναι γνωστό ότι η μνήμη των ηλικιωμένων μπορεί να παρουσιάζει κάποια σημάδια κόπωσης. Ωστόσο, όταν τα προβλήματα μνήμης αρχίζουν και δυσκολεύουν την εκτέλεση καθημερινών δραστηριοτήτων και τείνουν να επιδεινώνονται στην πορεία του χρόνου, θα πρέπει να ζητείται άμεσα η βοήθεια του γιατρού.

## **Τι είναι η άνοια**

Άνοια είναι ένας όρος που χρησιμοποιείται για να περιγράψει τα συμπτώματα μιας μεγάλης ομάδας ασθενειών που προκαλούν σταδιακή παρακμή στη λειτουργία ενός ατόμου.

Είναι ένας γενικός όρος που περιγράφει την απώλεια της μνήμης, διανοητικότητας, λογικής, κοινωνικότητας και αυτών που θεωρούνται φυσιολογικές συναισθηματικές αντιδράσεις. Τα περισσότερα άτομα με άνοια είναι προχωρημένης ηλικίας, αλλά παρόλα αυτά πρέπει να γνωρίζουμε ότι τα περισσότερα ηλικιωμένα άτομα δεν παθαίνουν άνοια. Η άνοια δεν είναι μια φυσιολογική εξέλιξη των γηρατειών. Άνοια μπορεί να συμβεί σε οποιοδήποτε άτομο, αλλά είναι συνηθέστερο μετά την ηλικία των 65 χρονών. Άτομα στα σαράντα και στα πενήντα τους μπορεί επίσης να πάσχουν από άνοια.

Υπάρχουν πολλές διαφορετικές μορφές άνοιας και η καθεμία έχει τις δικές της αιτίες. Η συνηθέστερη μορφή άνοιας είναι η Νόσος Αλτσχάιμερ.

## **Νόσος Αλτσχάιμερ**

Πρόκειται για σταδιακή εκφυλιστική ασθένεια που προσβάλλει τον εγκέφαλο. Καθώς τα κύτταρα του εγκεφάλου συρρικνώνονται ή εξαφανίζονται, μη φυσιολογικό υλικό συγκεντρώνεται ως «μάζα» στο κέντρο των εγκεφαλικών κυττάρων και «πλάκες» έξω απ' τα εγκεφαλικά κύτταρα. Αυτά παρεμποδίζουν τα μηνύματα μέσα στον εγκέφαλο, προκαλώντας βλάβη στις συνδέσεις μεταξύ των εγκεφαλικών κυττάρων. Τα εγκεφαλικά κύτταρα τελικά πεθαίνουν και αυτό σημαίνει ότι το άτομο δεν μπορεί να θυμηθεί ή να αφομοιώσει πληροφορίες. Καθώς η νόσος Αλτσχάιμερ επηρεάζει την κάθε περιοχή του εγκεφάλου, ορισμένες λειτουργίες ή ικανότητες χάνονται.

## **Υπάρχει διαφορά μεταξύ νόσου του Αλτσχάιμερ και άνοιας;**

Ο όρος άνοια αναφέρεται σε ένα «σύνδρομο» το οποίο αποτελεί μια συλλογή από συμπτώματα και ενδείξεις. Η άνοια είναι το σύνδρομο κατά το οποίο τα άτομα αντιμετωπίζουν προβλήματα μνήμης καθώς και προβλήματα σε άλλους τομείς, οι οποίοι ελέγχονται από τον εγκέφαλο, όπως ο λόγος, η προσοχή κλπ. Το σύνδρομο

της άνοιας έχει πολλές αιτίες αλλά η πλέον συχνότερη (σε ποσοστό 60%-70%) είναι η Νόσος Alzheimer.

### **Ποια είναι τα συχνότερα συμπτώματα της άνοιας;**

- εξασθένηση της μνήμης
- προβλήματα προσανατολισμού
- δυσκολία σε ορισμένες απλές δραστηριότητες (ντύσιμο, τηλεφωνήματα)
- διαταραχές της σκέψης και του λόγου
- διαταραχές της συμπεριφοράς, και αλλαγή στοιχείων του χαρακτήρα π.χ. ανησυχία και επιθετικότητα.

### **Η άνοια είναι κληρονομική;**

Σύμφωνα με όσα γνωρίζουμε σήμερα, η μεγάλη πλειονότητα των περιπτώσεων άνοιας τύπου Αλτσχάιμερ δεν είναι κληρονομικής μορφής. Πρόσφατα ανακαλύφθηκαν κάποια γονίδια τα οποία σχετίζονται με την νόσο. Ωστόσο, η ύπαρξη τους δεν συνεπάγεται εμφάνιση της νόσου, απλώς αυξάνει τις πιθανότητες εμφάνισης της. Σε έναν περιορισμένο αριθμό οικογενειών, όπου η εμφάνιση της Νόσου Alzheimer εντοπίζεται σε νεαρές ηλικίες, έχει βρεθεί μια γενετική μεταλλαγή, η οποία και ευθύνεται για την ασθένεια.

### **Η άνοια παρουσιάζεται και σε άτομα νεότερης ηλικίας;**

Η άνοια εκδηλώνεται συνήθως σε άτομα ηλικίας άνω των 60 ετών. Υπάρχει ωστόσο μια μικρή ομάδα ασθενών που εμφανίζουν συμπτώματα άνοιας πριν από την ηλικία των 60 ετών.

### **Θεραπεύεται η άνοια;**

Παρά το γεγονός ότι δεν υπάρχει δυνατότητα να σταματήσουμε την εξέλιξη της ασθένειας, τα τελευταία χρόνια χρησιμοποιούνται φαρμακευτικές ουσίες οι οποίες επιβραδύνουν την εξέλιξη της νοητικής έκπτωσης και ελέγχουν σε σημαντικό βαθμό τα ψυχιατρικά συμπτώματά της. Γι'αυτό και έχει ιδιαίτερη σημασία η έγκαιρη διάγνωσή της.

### **Η Νόσος Alzheimer έχει τρία βασικά στάδια:**

**Πρώιμο στάδιο** - Συνήθως ένα άτομο στην πρώιμη φάση ανάπτυξης της νόσου Alzheimer:

- Έχει σταδιακά αυξανόμενη σύγχυση σχετικά με το πού βρίσκεται, ενώ παρουσιάζει επίσης την τάση να χάνεται εύκολα.
- Χάνει την ικανότητα να ξεκινάει δραστηριότητες με δική του πρωτοβουλία και χωρίς καθοδήγηση.
- Αποφεύγει να αντιμετωπίσει νέες, μη οικείες καταστάσεις, όπως να κάνει ένα ταξίδι.
- Παρουσιάζει καθυστερημένες αντιδράσεις και μειωμένη ικανότητα εκμάθησης.
- Αρχίζει να μιλά με πολύ αργότερο ρυθμό σε σχέση με το παρελθόν.
- Δυσκολεύεται να διαχειριστεί τα οικονομικά του και να τακτοποιήσει τους λογαριασμούς του.
- Παρουσιάζει «φτωχή» κριτική ικανότητα και λαμβάνει λανθασμένες αποφάσεις.
- Μπορεί να είναι κυκλοθυμικό και να έχει ενδείξεις κατάθλιψης, ενόχλησης και νευρικότητας.

Αυτά τα συμπτώματα είναι συνήθως πιο έντονα όταν το άτομο βρίσκεται σε ένα καινούριο μέρος ή καλείται να αντιμετωπίσει ένα ασυνήθιστο ή πρωτόγνωρο γι' αυτό περιστατικό.

**Μεσαίο στάδιο.** Σε αυτό το στάδιο της νόσου ο πάσχων:

- Δυσκολεύεται να αναγνωρίσει στενούς φίλους, ακόμη και μέλη της οικογένειάς του.
- Είναι ανήσυχος και περιπλανιέται.
- Έχει πρόβλημα σε απλές δραστηριότητες όπως την ανάγνωση, τη γραφή και την αριθμητική.
- Αντιμετωπίζει πρόβλημα με την οργάνωση των σκέψεών του σε λογική σειρά.
- Δυσκολεύεται να ντυθεί.
- Νευριάζει εύκολα, ενώ μπορεί να γίνει εχθρικό και μη διαθέσιμο για συνεργασία.

- Πιστεύει παράλογα πράγματα (παρακρούσεις), είναι καχύποπτο προς τους άλλους και ευερέθιστο.
- Χρειάζεται συνεχή επίβλεψη.
- Χάνει την αίσθηση του χρόνου.

**Τελικό στάδιο** - Ο ασθενής παρουσιάζει τα εξής συμπτώματα:

- Δεν μπορεί πλέον να κάνει μόνος του μπάνιο, να φάει, να ντυθεί ή να πάει τουαλέτα.
- Ενδέχεται να καθηλωθεί στο κρεβάτι ή σε αναπηρικό καροτσάκι.
- Χάνει την ικανότητα μάσησης της τροφής.
- Χάνει εύκολα την ισορροπία του και μπορεί να πέφτει συχνά.
- Παρουσιάζει ιδιαίτερα μεγάλη σύγχυση κατά τις βραδινές ώρες και έχει αϋπνίες.
- Δεν μπορεί να επικοινωνήσει λεκτικά.
- Έχει ακράτεια ούρων.

**Πηγή:** [www.yyka.gov.gr](http://www.yyka.gov.gr)

<http://bit.ly/1ajdlKn>