

Алцхајмерова болест

Овој лист за помош ја опишува Алцхајмеровата болест, како и нејзините симптоми, причини, прогресија и третман.

- Алцхајмеровата болест е најчеста форма на деменција.
- Алцхајмеровата болест е физичка состојба на мозокот што резултира со нарушена меморија, размислување и однесување.
- Ги нарушува мозочните неврони, влијаејќи на тоа како тие работат и комуницираат едни со други. Намалувањето на важните хемикалии спречува пораките да патуваат нормално низ мозокот.
- Луѓето со Алцхајмерова болест доживуваат различни предизвици и промени во текот на прогресијата на состојбата.
- Способностите на поединецот се влошуваат со текот на времето, иако прогресијата варира од личност до личност.

Знаци и симптоми на Алцхајмерова болест

Симптомите може да вклучуваат:

- постојано и често краткорочно губење на меморијата, особено при присетување на поновите настани
- постојано повторување на истото
- нејасност во секојдневниот разговор
- промени во способноста за планирање, решавање проблеми, организирање и логично размислување
- потребно е подолго време за извршување на рутински задачи
- тешкотии со јазикот и разбирањето, како што се проблеми со наоѓање на вистинскиот збор
- зголемена временска и просторна дезориентација, како и дезориентација на личноста
- проблеми во мотивирањето и иницирањето задачи
- промени во однесувањето, карактерот и расположението.

Некој што доживува симптоми може да не ги препознава било каквите промени во себе. Често член на семејството или пријател на некој кој е засегнат ќе забележи промени кај некоја личност.

Национална линија за помош за деменција
(National Dementia Helpline) **1800 100 500**



За јазична помош,
јавете се на **131 450**

Симптомите варираат како што состојбата напредува и како што се засегнати различни делови на мозокот. Способностите на една личност може да варираат од ден на ден, па дури и во истиот ден. Симптомите може да се влошат во време на стрес, замор или лошо здравје.

Дијагностицирање на Алцхајмерова болест

Во моментот не постои единствен тест за дијагностицирање на Алцхајмерова болест. Дијагнозата се поставува по внимателна клиничка консултација.

Проценката може да вклучува:

- детална медицинска историја
- физички преглед
- тестови на крв и урина
- психијатриска проценка
- невропсихолошки тестови (за проценка на меморијата и способностите за размислување)
- скенирање на мозокот.

По елиминирање на другите причини, може да се постави дијагноза на Алцхајмерова болест.

Важно е да се има рана и точна дијагноза за да се утврди дали симптомите што се испитуваат се предизвикани од Алцхајмерова болест или од друга состојба која што бара свој специфичен третман.

Нови техники кои што стануваат достапни, помагаат да се дијагностицира Алцхајмеровата болест, дури и пред да се појават симптомите.

Кој добива Алцхајмерова болест

Секој може да развие Алцхајмерова болест, но таа е почеста на постари години.

Генетиката, начинот на живот и здравствените фактори се поврзани со зголемениот ризик од развој на деменција.

Во мал број случаи, Алцхајмеровата болест е наследна и е предизвикана од генетска мутација. Ова се нарекува фамилијарна Алцхајмерова болест, со симптоми кои се јавуваат на релативно млада возраст. Ова е обично кога некој е во своите 50-ти години, но понекогаш и помлади.

Што предизвикува Алцхајмерова болест

Освен малиот број луѓе со фамилијарна Алцхајмерова болест, не е познато зошто некои луѓе развиваат Алцхајмерова болест, а други не.

Факторите на здравјето и начинот на живот кои можат да придонесат за развојот на Алцхајмеровата болест вклучуваат:

- физичка неактивност
- недостаток на ментални вежби
- пушењето
- дебелина
- дијабетес
- висок холестерол
- висок крвен притисок.

Како напредува Алцхајмеровата болест

Способностите на поединецот се влошуваат со текот на времето, иако прогресијата варира од личност до личност.

Со тоа што Алцхајмеровата болест влијае на различни области на мозокот, се губат специфични функции или способности. Краткорочната меморија често е прва на удар, но како што болеста напредува, се губи и долгорочната меморија. Болеста влијае и на многу други функции на мозокот и следствено на тоа се засегнати јазикот, вниманието, расудувањето и многу други аспекти на однесување.

Некои способности остануваат, иако и тие се намалуваат како што напредува Алцхајмеровата болест. Луѓето кои живеат со напредната деменција може да ги задржат своите сетила за допир и слух, а исто така да реагираат на емоции дури и во напредните фази на состојбата.

Во крајните стадиуми на Алцхајмеровата болест, многу луѓе стануваат неподвижни и зависни, барајќи обемна грижа.

Фази на Алцхајмеровата болест

Некои карактеристики на Алцхајмеровата болест најчесто се класифицираат во три степени или фази. Сите овие карактеристики нема да бидат присутни кај секој човек и тие може да се појават во различни фази.

Блага Алцхајмерова болест

Понекогаш оваа фаза е очигледна само во ретроспектива. Почетокот на Алцхајмеровата болест обично е постепен и често е невозможно да се идентификува кога точно започнала.

Некој може:

- да изгледа поапатично
- да изгуби интерес за хоби и активности
- да биде помалку подготвен да пробува нови работи
- да биде помалку способен да се прилагоди на промените
- да биде побавен за да ги сфати сложените идеи и им треба подолго време со рутинските работи
- да стане позаборавен за неодамнешните настани
- да стане збунет или дезориентиран за времето и местото
- да се изгуби ако е далеку од познатото опкружување
- да има поголема веројатност да се повтори или да ја изгуби нишката од нивниот разговор
- да биде повеќе раздразлив или вознемирен ако се направи грешка
- да има потешкотии со управувањето со финансиите
- да има потешкотии да купува или да подготвува оброци.

Умерена Алцхајмерова болест

Во оваа фаза, влијанијата на состојбата се поочигледни и поприсутни. Едно лице може да доживее значителни предизвици во својата независност и да им треба секојдневна поддршка.

Некој може:

- да ги заборава тековните и неодамнешните настани, иако генерално го памтат далечното минато, дури и ако деталите може да бидат забравени или помешани
- често да е збунет во однос на времето и местото
- полесно да се губи
- да ги заборава имињата на семејството или пријателите или да ги побрка членовите на семејството
- да ги заборава тенџерињата или чајниците оставени да се греат на шпоретот
- да биде помалку способен да врши едноставни пресметки

- покажуваат слабо расудување и донесуваат лоши одлуки
- да гледа или слуша работи што ги нема или стануваат сомничави спрема другите луѓе
- да се повторува
- да ја занемари личната хигиена или јадењето
- да не може да избере соодветна облека за времето, приликата или времето од денот
- да се налути, вознемири или потресе поради фрустрација.

Алцхајмерова болест во напредна фаза

Во оваа фаза, лицето е сериозно погодено од деменција и има потреба од континуирана грижа за сите секојдневни активности.

Некој може:

- да не може да се сети на тековните или неодамнешните настани, како што е заборавањето дека штотуку јаделе или не може да се сети каде живеат
- да не може да се присети на важни настани или факти од својот ран живот
- да биде збунет во обидот да ги препознае пријателите и семејството
- да не успева да ги препознае секојдневните предмети или да разбере за што се
- да ја загуби способноста да разбира или да зборува
- да им треба помош при јадење, миење, капење, миење заби, тоалет и облекување
- да стане инконтинентен
- да искуси нарушен сон
- да биде немирен или нервозен
- често да вика или има агресивни испади
- да има потешкотии при одењето и други проблеми со движењето, вклучително и вкочанетост.

Опции за третман и справување

Во моментов не постои лек за Алцхајмеровата болест и ниту еден третман не може да го спречи напредокот на состојбата. Сепак, лековите можат да помогнат да се стабилизира или забави падот на меморијата и способностите за размислување. Лековите може да се препишат и за секундарни симптоми како што се нервоза или депресија или за подобрување на спиењето.

Терапиите без лекови може да бидат корисни, како што се одржување активност и социјална поврзаност и справување со стресот.

Разговарањето со советник или психолог е важно за да помогне во управувањето со промените во однесувањето и расположението.

Работната терапија може да помогне во подобрувањето на секојдневното функционирање дома.

Во сите фази на Алцхајмеровата болест, достапни се третмани и услуги за поддршка за да се намали влијанието на симптомите, за да се обезбеди најдобар можен квалитет на живот за секое лице кое живее со оваа состојба.

Барање поддршка

Едукацијата за болеста и професионалната поддршка се важни за лицето кое живее со деменција и неговото семејство и старателите. Оваа поддршка може да направи позитивна разлика во управувањето со состојбата.

Низа пристапи и активности можат да ги ангажираат способностите и интересите на лицето кое живее со деменција, за да живее добро што е можно подолго.

Дополнително читање и ресурси

- Библиотечна услуга на Деменција Австралија (Dementia Australia)
Посетете ја веб-страницата: dementia.org.au/library
- Поддршка од Деменција на Австралија (Dementia Australia)
Посетете ја веб-страницата: dementia.org.au/support
- Образование на Деменција на Австралија (Dementia Australia)
Посетете ја веб-страницата: dementia.org.au/education

Понатамошни информации

Деменција на Австралија (Dementia Australia) нуди поддршка, информации, образование и советување.

**Национална линија за помош за деменција
(National Dementia Helpline): 1800 100 500**

За јазична помош: 131 450

Посетете ја нашата веб-страница: dementia.org.au