

Gradivo predavanj

Program izobraževanja **projekta *Živeti z demenco***

Gradivo zajema prepis predavanj, ki so potekala v sklopu programa izobraževanja na projektu *Živeti z demenco*.

PREDAVANJE 4: VRSTE DEMENC

Datum: 22.09.2015

Predavatelj: asist. dr. Milica GREGORIČ KRAMBERGER, dr. med.

Tema današnjega predavanja so vrste demence.

Poznamo veliko število demenc, ki se med seboj razlikujejo, prav tako imamo veliko število stanj, ki se kažejo kot demenca. Tekom življenja se možgani razvijajo in hkrati se izgrajujejo številne miselne (kognitivne) sposobnosti. Te sposobnosti se nekaj časa vzdržujejo, kasneje v življenjski dobi začnejo te sposobnosti pešati. Kako čim dlje ohraniti/vzdrževati tovrstne sposobnosti, je odvisno od številnih vplivnih dejavnikov (izobrazba; spol, družinske značilnosti, telesna aktivnost, itd). Pomembno pa je vzdrževati stalno psihofizično aktivnost, tudi po upokojitvi.

Demenca je skupek težav, ki se odraža kot upad več kognitivnih funkcij (npr. Spomin, orientacija, mišljenje, abstraktno mišljenje, računanje...). Upad kognitivnih funkcij vodi do težav v dnevnih aktivnostih. Dementen lahko postane vsak od nas, ne vemo zakaj pride do tega. Vemo pa, kako bolezen poteka in kaj se pri posameznih vrstah demence dogaja. Dlje kot živimo, večja je možnost, da zbolimo za demenco. Statistike kažejo, da 5% ljudi, starih nad 65 let zbolijo za demenco in kar 30 do 45 % populacije nad 80 let zbolijo za demenco. Vsekakor pa ni nujno, da bomo v starosti zboleli za demenco. Pomembno je vedeti tudi to, da se s starostjo možganske celice starajo kar vodi tudi v spremembe v kognitivnih funkcijah/sposobnostih kar povezujemo z naravnim procesom staranja. Vsekakor, se starejši ljudje novosti še lahko naučijo, samo za to potrebujejo več časa, kot običajno, medtem ko ljudje z demenco tega ne zmorejo.

Pojem afazija pomeni, motnjo govora oziroma jezika, kjer npr. Oseba več ne zna oz. ne zmore poimenovati predmetov in zato te stvari opisuje. Pojem apraksija pomeni, motnjo v večjih gibih, npr osebe z demenco se ne znajo več obleči.

Stanje, ki je podobno demenci je DEPRESIJA ali pa DELIRIJ (to je stanje, ki je podobno demenci, lahko se pojavi tudi pri ljudeh z demenco. Gre za stanje, ki lahko nastane pri različnih vnetjih, okužbah, po operacijah, po prebolelih pljučnicah... Ti ljudje so zelo nemirni, zmedeni, imajo privide...). Včasih je lahko depresija pridružena demenci, lahko pa gre samo za depresijo.

Alzheimerjeva demenca je posledica propada možganskih celic. Je najpogostejša demenca, in predstavlja kar 70% vseh demenc. Bolezen je dobila ime po zdravniku, ki je prvi preučeval to bolezen in je ugotovil zelo specifične spremembe v možganih. Prva bolnica z Alzheimerjevo demenco je bila Avguste D., ki je umrla ko je bila stara 55 let, demenco je imela 4 leta. Za Alzheimerjevo demenco značilne spremembe se najprej razvijejo v hipokampusu in se nato širijo v ostale dele možganov. Pri alzheimerjevi demenci sta najbolj prizadeta spomin in orientacija v prostoru. Najznačilnejša je motnja t.i. epizodičnega spomina, kjer ljudje npr. pozabijo, ali so že vzeli zdravila, pozabijo, kaj so šli iskat v shrambo in podobno. Skratka

največ težav s spominom, imajo ljudje z Alzheimerjevo demenco. Pogosto se dogaja tudi ne zanj več obleči, predmete opisujejo, kajti pogosto ne znajo več poimenovati stvari, v napredovanju demence tudi ti ljudje ne prepoznajo obrazov, ki so jih prej poznali. Ko oz. če demenca napreduje v sprednji-čelni del možganov, se lahko pri ljudeh z alzheimerjevo demenco pojavijo tudi spremembe v vedenju. Skratka, ko bolezen napreduje, se pojavljajo težave pri vedno večjih kognitivnih funkcijah. Zaradi napredujoče narave bolezni je seveda zelo pomembno pravočasno prepoznamo znake demence.

Ko pride oseba k zdravniku s sumom na demenco je zelo pomembno da zdravnik pridobi čim več podatkov od bolnika samega, če to ni mogoče so pomemben vir informacij o bolniku, njegovi sorodniki oz. znanci. Nato je potrebno opraviti **presejalne kognitivne teste in razpoloženske teste**. Nato sledi **nevrološki pregled**. Bolnika napotimo na **krvne preiskave** in na **slikanje glave**. Za natančnejšo opredelitev stanja lahko opravimo tudi pregled pri **kliničnem psihologu** in tudi **drugi preiskave** (npr. natančnejše slikanje glave, pregled možganske tekočine...).

Predavateljica izpostavi pomen pravočasno in ustrezno postavljene diagnoze. Zakaj je pomembno ugotoviti za katero vrsto demenc gre?

- ustrezno zdravljenje
- spoznati potek bolezni
- zaradi varnosti (vožnja, gospodinjstva opravila..)
- zaradi družinskega stresa in konfliktov oz. nerazumevanja (ker demence potekajo različno in če svojci vedo, kaj vse bo prinesla določena demenca, potem lažje sprejemajo bolezen in razumejo bolnika z demenco)
- zaradi načrtovanja prihodnosti

Slikar William Untermohlen je zbolel za demenco. Dokler je še lahko je slikal svoje avtoportrete. Zadnjega je narisal 7 let pred smrtjo. Spodaj so prikazani njegovi avtoportreti. Vidimo lahko kako so se s časom in napredovanjem bolezni spreminjali detajli na njegovih slikah, vse do razobličene črno-bele podobe .



Normotenzivni hidrocefalus je stanje, kjer ima človek več možganske tekočine (likvor) kot običajno. To stanje povzroči podobne znake kot se pojavijo pri demenci. Bolniki z normotenzivnim hidrocefalusom imajo težave s kognitivnimi funkcijami, s hojo in z uhajanjem urina. To stanje se lahko razvije v nekaj mesecih. Takim bolnikom lahko pomagamo tako, da odvečno možgansko tekočino preko posebnega drena oz drenaže odvajamo v trebušno votlino. Ko odvečna tekočina enakomerno odteka se stanje bistveno izboljša, če seveda bolezen ni trajala predolgo in je škoda postala že nepopravljiva.

Poznamo veliko število, različnih demenc. Tako poznamo npr. demenco zaradi možgansko žilnih bolezni, frontotemporalno demenco, demence zaradi infekcij ali okužb z klopom, ali zaradi okužbe s sifilisom ali HIV-om, demence zaradi zlorabe alkohola, heroina, lahko pride do demence tudi zaradi stranskih učinkov zdravil, demence zaradi epilepsije ali zaradi drugih psihiatričnih bolezni.

Demenca z Lewijevimi telesci je zelo slabo prepoznana oblika demence. Bolniki s to obliko demence imajo podobne znake kot tisti s parkinsonovo boleznijo, npr.: se tresejo, so okorni in imajo težave z zbranostjo, načrtovanjem, s spominom itd. Za razliko od parkinsonove bolezni so pri tej, motnje kognitivnih funkcij zelo v ospredju in običajno bolj problematične kot težave z gibanjem. Pogosto jim tudi njihove sposobnosti nihajo (npr. enkrat imajo manj težav s spominom, drugič pa je le teh težav bistveno več), običajno imajo tudi vidne, zelo žive halucinacije. To vrsto demence pogosto zamenjujejo s parkinsonovo boleznijo. Če ti ljudje dobijo zdravila za halucinacije, se jim lahko zdravstveno stanje zelo hitro spremeni, kajti teh zdravil sploh ne bi smeli jemati.

Parkinsonova bolezen je druga najbolj pogosta nevrodegenerativna bolezen. Bolniki s parkinsonovo boleznijo so počasni, okorni, se tresejo, zmanjkuje jim ravnotežja, mišice so

napete. Kar 30 % bolnikov s parkinsonovo boleznijo, po 10 letih bolezni, oboli za demenco. Ta demenca je drugačna od ostalih. Bolniki zaradi svoje osnovne bolezni prejemajo zdravila za lažje gibanje, ki lahko imajo negativne učinke ob pridruženem demenci oz. ta zdravila lahko povzročajo privide. To pomeni, če jim rečemo naj si zapomnijo tri besede, jih ne bodo pozabili, vendar povedati jih ne bodo znali, ko pa jim daš namige, pa se spomnijo na te besede (npr. ali sem vam prej povedala besedo na črko ž). Taki bolniki ljudje si zelo težko organizirajo čas oz. aktivnosti za ves dan, kajti vsaka stvar jih hitro zmoti pravimo da imajo motene izvršitvene funkcije.

Frontotemporalna demenca prizadene čelni in senčni režanj možganov, kjer so naši centri za osebnost, za socialne aktivnosti, za sočutje, za čustva.... Ta vrsta demence napreduje počasi in postopoma. Pri enih izmed teh vrst demence, imajo ljudje težave le z govorom npr s poimenovanjem predmetov. Drugače govorijo popolnoma normalno, imajo pa težavo, ko jih vprašamo, kaj je to (poimenovanje predmeta). Pri drugih oblikah teh vrst demence pa se popolnoma spremeni vedenje in osebnost človeka. Ti ljudje običajno nimajo težav s spominom. Ena izmed teh oblik te vrste demence povzroča da ljudje ne zmorejo več govoriti tekoče in zelo kmalu sploh niso sposobni govoriti.

Vaskularne demence, nastanejo zaradi manjših kapi. Te manjše kapi vsakič znova povzročajo dodatne spremembe na možganih in kopičenje teh manjših sprememb lahko povzroči demenco.

Creutzfeldtova – Jakobova bolezen najpogosteje prizadene ljudi stare okoli 50 let. Imamo veliko variant te demence. Razvije v zelo kratkem času. Znaki te demence so težave s spominom, nehotni gibi, se tresejo, so nestabilni, težave z vidom. Bolezen hitro napreduje, nimamo pa zdravila za to bolezen.

Ozdravljive so torej naslednje oblike demence (reverzibilne oblike demence). Le teh je 10 do 15 %.

- sindrom demence zaradi benignega tumorja v glavi,
- demenca zaradi normotenzivnega hidrocefalusa,
- demenca zaradi raznih vnetij (npr. borelioze...),
- demenca zaradi stranskih učinkov zdravil,
- demenca zaradi bolezni ščitnice,
- demenca zaradi pomanjkanja vitamina B12,
- demenca nastala zaradi neuravnanega sladkorja oz. zaradi slabo zdravljenosti sladkorne bolezni,
- demenca nastala zaradi hudih ledvičnih in jetrnih bolezni.

Predavateljica še enkrat pove, da je pomembno zgodnje odkrivanje demence. Glede tega ali razna prehranska dopolnila pomagajo pri ohranjanju spomina, predavateljica pove, da niso dopolnila škodljiva, nimajo pa trdnih znanstvenih dokazov, da so učinkovita. Navede priporočilo, kako se čimbolj izogniti demenci. To priporočilo je zdrav način življenja.

Na Finskem je bila opravljena raziskava, s katero so ugotavljali, ali se je pokazal pozitiven učinek redne vključenosti v telovadbo, preiskovancem so svetovali tudi o zdravi prehrani, raziskovalci so jih spodbujali v miselne procese, ves čas so jih strokovnjaki opozarjali, da so živeli čimbolj raznoliko, dinamično in jih vzpodbujali k raznovrstnih dejavnostim. Ta raziskava je pokazala, da se je aktivni skupini ljudi izboljšal spomin in koncentracija, kar seveda dolgoročno vpliva tudi na začetek demence. V Skandinaviji se kaže upad števila ljudi z demenco, to pa zato, ker so npr na Švedskem opravili številne raziskave in na podlagi pridobljenih rezultatov so pripravili priporočila za zdrav način življenja.