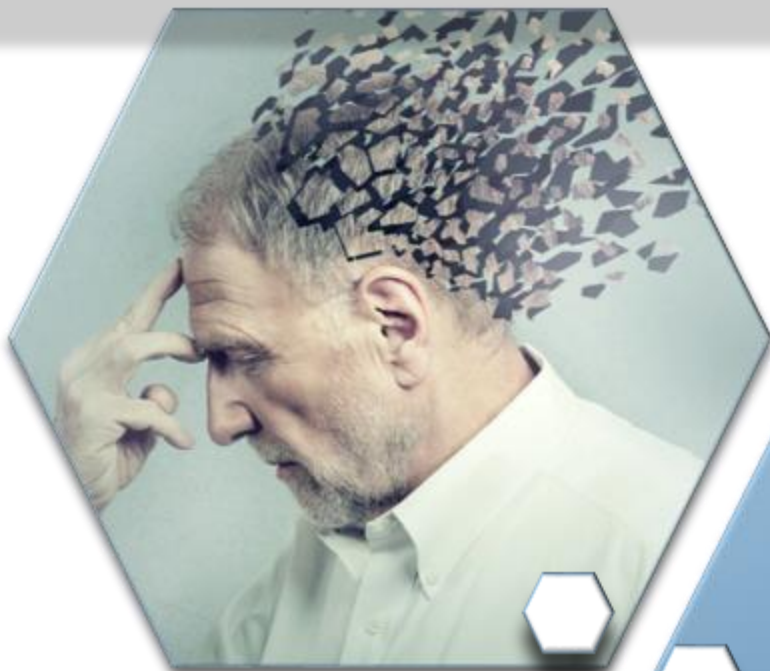




ХВОРОБА АЛЬЦГЕЙМЕРА: СИМПТОМИ, ПРИЧИНИ ТА ПРОФІЛАКТИКА



ІНФОРМАЦІЙНИЙ
БЮЛЕТЕНЬ

Симптоми та причини хвороби Альцгеймера

Існує 4 стадії патології:

Преддеменція – рання стадія розвитку захворювання в період якої проявляються перші ознаки і симптоми Альцгеймера. Головний з них – порушення короткочасної пам'яті.

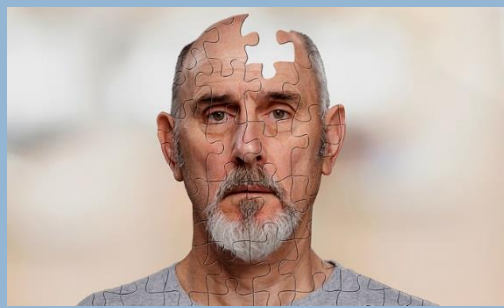
Рання деменція. Руйнування клітин головного мозку несе масовий характер, спостерігається посилення симптомів, з'являється дисфункція дрібної моторики.

Помірна деменція – з'являються виражені ознаки старечого недоумства. Хворі втрачають здатність до вибудовування логічних зв'язків при спілкуванні і мисленні, може порушуватися орієнтація в просторі.

Тяжка деменція – остання стадія розвитку захворювання, супроводжується втратою можливості до самообслуговування, а також втратою контролю за фізіологічними процесами: ковтання, утримання сечі, рух.

Незважаючи на стрімкий розвиток медицини, вченим ще не вдалося з'ясувати точних причин появи цієї хвороби. Існує цілий комплекс чинників, здатних спровокувати її розвиток. До основних з них відносять:

- генетична схильність (якщо є родичі, що страждали від Альцгеймера);
- різні шкідливі звички, здатні викликати деградацію головного мозку: алкоголізм, наркоманія та ін.;
- цукровий діабет, гіпертонія, розлади роботи центральної нервової системи;
- серйозні черепно-мозкові травми;
- інфекційні захворювання, в тому числі енцефаліт;
- стресові ситуації і клінічна депресія.



Хвороба Альцгеймера – це назва набору симптомів, в які входить втрата пам'яті і труднощі з процесом мислення, побутовими справами, мовленням. Це захворювання є найбільш поширеним видом деменції й складає близько 60 - 65% від усіх випадків. Захворювання було названо на честь німецького невролога Алоїза Альцгеймера, який у 1907р. вперше описав симптоми й нейропатологічні ознаки хвороби. Мозок людини складається з мільярдів нервових клітин, які з'єднуються одна з одною. При хворобі Альцгеймера зв'язки між клітинами втрачаються. Це пов'язано з тим, що у тканинах мозку накопичуються білки і утворюють аномальні структури. Зрештою нервові клітини помирають, а тканини мозку знищуються. У людей з хворобою Альцгеймера у мозку менше хімічних речовин, які допомагають передавати сигнали між клітинами.

Хвороба Альцгеймера – прогресуюче захворювання. Швидкість прогресування хвороби і тривалість життя людини з хворобою Альцгеймера варіюються, однак в середньому люди з цією хворобою живуть 8-10 років після появи перших симптомів. «Чума XXI сторіччя» – так називають хворобу Альцгеймера. В світі на неї страждають більше 50 мільйонів людей. Україна знаходиться на 136 місці за кількістю смертей, викликаних цією недугою.

Основна форма допомоги людям із хворобою Альцгеймера – вчасна діагностика та турбота близьких.

Профілактика хвороби Альцгеймера

Зараз немає терапії для подолання хвороби Альцгеймера. Лікарські засоби перебувають на різних стадіях клінічних випробувань. Але є загальні поради щодо профілактики хвороби:

- Ведіть здоровий спосіб життя та відмовтеся від шкідливих звичок.
- Вчасно лікуйте зуби й не допускайте хвороб ясен – бактерії *Porphyromonas gingivalis* ймовірно можуть бути причиною хвороби Альцгеймера.
- Контролюйте артеріальний тиск, зменшіть споживання солі, цукру та підтримуйте здорову вагу.
- Тренуйте мозок та розвивайте пам'ять – читайте, розгадуйте кросворди, вивчайте вірші.
- Більше спілкуйтеся. Спілкування – це активна розумова діяльність, зокрема, концентрація уваги та стимуляція пам'яті.
- Турбуйтеся про слух (слуховий апарат завадить когнітивному погіршенню).

На сьогоднішній час ліків для радикальної боротьби з цією хворобою не знайдено. Доступні лише методи, які можуть частково скоригувати стан хворого, сповільнити прогресування деменції та пом'якшити симптоми захворювання. Реабілітація пацієнтів з хворобою Альцгеймера передбачає тільки комплексний підхід, спрямований на всі аспекти життя хворого.

Якщо ви запідозрили у своєї близької людини перші прояви хвороби Альцгеймера або ж порушення розумової діяльності, зверніться за медичною допомогою.

Також в соцмережах можна знайти онлайн-тести на деменцію та перевірити здоров'я вашого мозку.