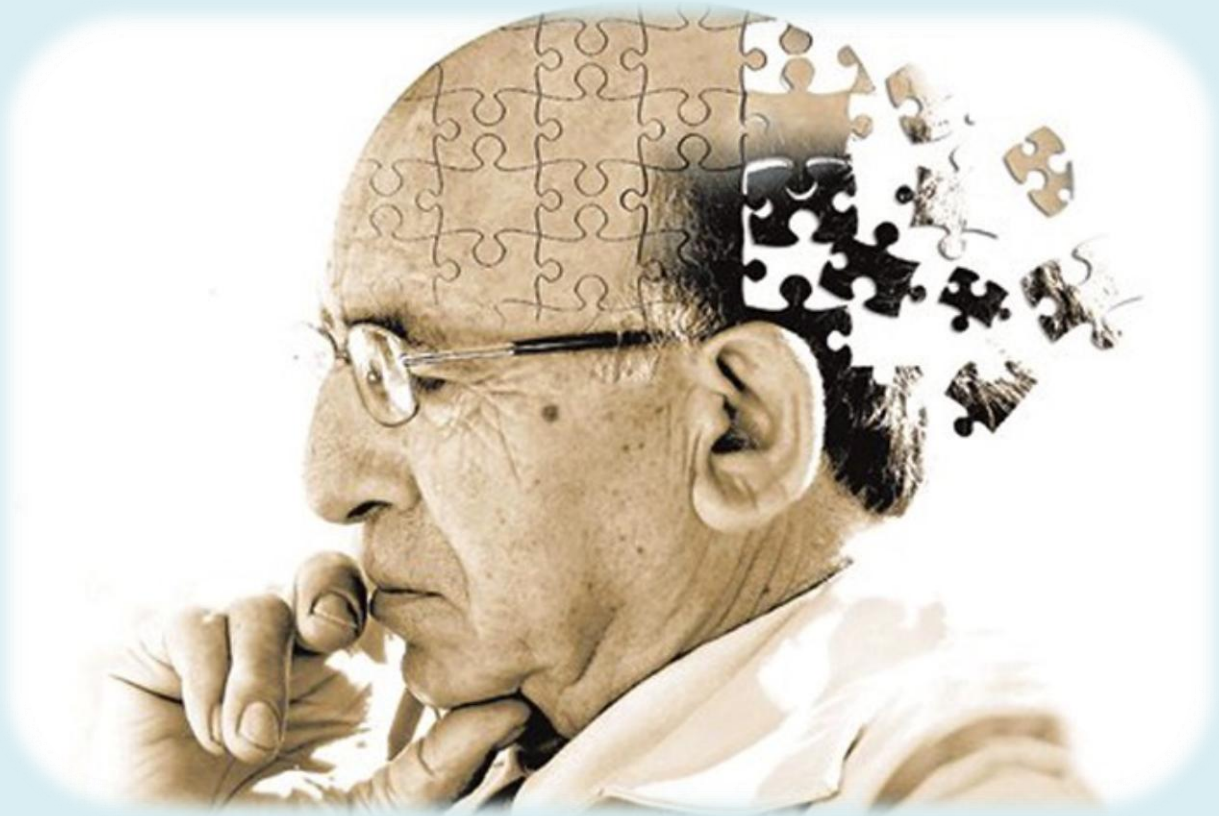


# Международный день распространения информации о болезни Альцгеймера.



Ежегодно **21 сентября** во всём мире отмечается **Международный день распространения информации о болезни Альцгеймера**. Он был учрежден в 1994 году по инициативе организаций, занимающихся исследованиями этого заболевания и поиском способов замедлить его развитие.

**Болезнь Альцгеймера** (сенильная деменция альцгеймеровского типа) – нейродегенеративное заболевание, впервые описанное в 1906 году немецким психиатром Алоисом Альцгеймером. Как правило, она обнаруживается у людей старше 65 лет, но существует и ранняя болезнь Альцгеймера (редкая форма).

Еще врачи Древней Греции отмечали связь старости и ослабления рассудка, но только в начале 20 века немецкий психиатр Алоис Альцгеймер описал болезнь, названную впоследствии его именем. Анализ заболевания пятидесятилетней пациентки он опубликовал в 1906 году после её смерти. Затем в медицинской литературе появилось ещё несколько похожих описаний. Вскоре болезнь Альцгеймера была признана самостоятельным заболеванием.

Болезнь Альцгеймера является наиболее распространенной причиной деменции – на нее приходится 60-70 процентов всех случаев развития деменции. Деменция поражает людей во всех странах. Изучение деменции, в том числе болезни Альцгеймера, очень актуально, так как население мира быстро стареет.

## Основные факты

- Болезнь Альцгеймера является наиболее распространенной причиной деменции – на нее приходится 60-70% всех случаев.
- Болезнь Альцгеймера — это синдром, при котором происходит деградация памяти, мышления, поведения и способности выполнять ежедневные действия.
- Болезнь Альцгеймера поражает, в основном, пожилых людей, но она не является нормальным состоянием старения.
- Во всем мире насчитывается 47,5 миллиона людей с Болезнь Альцгеймера, и ежегодно происходит 7,7 миллиона новых случаев заболевания.
- Болезнь Альцгеймера – одна из основных причин инвалидности и зависимости среди пожилых людей во всем мире.
- Болезнь Альцгеймера оказывает физическое, психологическое, социальное и экономическое воздействие на людей, осуществляющих уход, семью и общество.

## Симптомы болезни Альцгеймера

Выделяют две формы болезни

1. Sporadicкую - на которую приходится 90% заболевания;
2. Семейную - которая начинается в более раннем возрасте – до 50 лет и обусловлена редкой генетической мутацией.

В течение заболевания различают несколько стадий – преддеменцию, раннюю деменцию, тяжелую деменцию.

- Первые симптомы – это мягкие когнитивные нарушения – расстройства памяти. Больному трудно вспомнить и запомнить новую информацию, осмыслить ее. У него нарушается абстрактное мышление, ему трудно понять значение слов и их взаимоотношения. У человека появляется апатия – безразличие. Такое состояние может тянуться до 8 – 10 лет.
- Далее нарушения памяти прогрессируют, появляются нарушения речи, последовательности действий. Речь становится менее беглой, словарный запас беднеет, человеку труднее высказать свои мысли. Появляются нарушения координации тонкой моторики – больному трудно одеться, застегнуть пуговицы, писать, рисовать.
- При прогрессировании болезни утрачиваются навыки чтения и письма. Больной заменяет забытые слова новыми (парафразии). Нарушается долговременная память и больной перестает узнавать родственников. Появляются отклонения в поведении – раздражительность, агрессия,

бродяжничество, плач. Нарушается функция тазовых органов – появляется недержание мочи.

- На последней стадии речь теряется практически полностью, развивается полная апатия, истощение. Больной полностью зависит от постороннего ухода.

Болезнь Альцгеймера поражает людей вне прямой связи с их образованием и уровнем жизни. Среди известных людей, подверженных болезни Альцгеймера:

- Папа Римский Иоанн Павел II,
- 40-й президент США Рональд Рейган,
- премьер-министры Великобритании Гарольд Вильсон и Маргарет Тэтчер,
- премьер-министр Испании Адольфо Суарес,
- писатели Айрис Мёрдок и Терри Пратчетт,
- актеры Питер Фальк и Анни Жирардо.

### Лечение болезни Альцгеймера

От болезни Альцгеймера невозможно излечиться, доступные методы терапии способны в небольшой степени повлиять на симптомы, но по своей сути являются паллиативными мерами. Из всего комплекса мер можно выделить фармакологические, психосоциальные и меры по уходу за больным.

Назначают препараты врачи – неврологи и психиатры. Симптоматическое лечение психических расстройств назначает психиатр.



Родственникам надо научиться ухаживать за больным, обеспечить ему безопасность, питание, профилактику пролежней и инфекций, быть терпимыми. Важно понимать,

что в поведении больного виновата болезнь, а не сам человек. Больному нужно упорядочить режим дня, можно сделать надписи – напоминания:

- что нужно сделать,
- как пользоваться бытовыми приборами,
- подписать фотографии неузнаваемых родственников

и стрессовых для больного ситуаций нужно избегать.

Стимулирующими методами лечения является музыкотерапия, арт-терапия, разгадывание кроссвордов, физические упражнения, общение с животными. Как можно дольше нужно поддерживать физическую активность пожилого человека.

### **Профилактика болезни Альцгеймера**

К настоящему времени нет доказанной профилактики болезни Альцгеймера. Существуют ассоциации с вероятностью развития болезни – это коррекция диеты, снижение риска сердечно-сосудистых заболеваний, атеросклероза, интеллектуальная нагрузка. Рекомендуется придерживаться средиземноморской диеты, употреблять фрукты, овощи, крупы, оливковое масло, рыбу. Высокий уровень холестерина, гипертензия, диабет, курение, ожирение, малая физическая активность, депрессия ассоциированы с риском развития и более тяжелым течением болезни Альцгеймера.

Знание нескольких языков стимулирует мозговую деятельность. Чем выше интеллект человека, его умственные способности, образование, знание языков, чтение, чем большую нагрузку получает мозг – тем больше шансов избежать деменции, отстрочить ее начало или смягчить течение болезни. Заставляйте свой мозг работать!

Наталья Немошколова  
заведующий  
консультативно-оздоровительного отдела  
ГБУЗ «ВОЦМП»

По материалам ВОЗ;  
сайтов <http://www.calend.ru/>  
<http://www.pitermed.com>  
<http://www.medicalj.ru>