



DEMENCA

Tanja Petkovič

1. *Kako pogosta je demenca?*

Čeprav lahko za demenco zbolijo ljudje v vseh starostnih obdobjih, je ta bolezen prvenstveno bolezen starostnikov. Za demenco danes v razvitem svetu zbolijo 3-11 % oseb starih več kot 65 let, pri starosti nad 80 let pa je 5-krat pogostejša.

2. *Kaj povzročata nastanek demence?*

Demenco najpogosteje povzročata kombinacija Alzheimerjeve bolezni in možgansko-žilne bolezni, ki nastane zaradi aterosklerotičnih sprememb na žilah možganov. Ostale bolezni, ki lahko povzročijo demenco, so Parkinsonova bolezen, Huntingtonova bolezen, Pickova bolezen in difuzna kortikalna bolezen Lewyevih teles. Drugi redki vzroki za nastanek demence so še: progresivna supranuklearna paraliza, Creutz-Jakobova bolezen in številne druge (vseh je okoli 100).

Boleznska stanja, pri katerih lahko klinično sliko demence popravimo oz. jo ozdravimo (zato te demence imenujemo reverzibilne), so: spremembe v delovanju ščitnice, benigni možganski tumorji v sprednjem možganskem režnju (frontalni reženji), okužba z virusom HIV, infekcijske bolezni možganov, normotenzivni hidrocefalus, pomanjkanje vitaminov – zlasti vitamina B₁₂ in folne kisline, subduralni hematomi idr.

3. *Kako se demenca kaže?*

Bolniki z demenco imajo motnje v spoznavnih sposobnostih. Te motnje lahko razdelimo v:

- motnje spomina. Motena je sposobnost formiranja spomina in priklica informacij iz spomina, kar se kaže kot nesposobnost bolnika, da se nauči nekaj novega ali da ponovi že pridobljeno znanje,
- motnje govora (afazija). Prizadeta sposobnost izvajanja določenih motoričnih aktivnosti (apraksija), čeprav je motorična funkcija ohranjena. Nezmožnost prepoznavanja in poimenovanja predmetov (agnozija), čeprav ima ohranjene senzorne funkcije – npr. vid,
- motnje v izvršitvenih sposobnostih, kot so načrtovanje, organiziranje, abstraktno mišljenje.

4. *Kako postavimo diagnozo?*

Kadar želimo ugotoviti, ali gre za demenco ali ne, se je potrebno natančno pogovoriti s svojci in z bolnikom, če se le da ločeno. Prvi pogovor opravi običajno zdravnik družinske medicine. Zdravnik družinske medicine lahko opravi tudi preskus kognitivnih funkcij. Pri nas sta najbolj razširjena uporaba Kratkega preizkusa spoznavnih sposobnosti, ki ga imenujemo tudi KPSS test, in test risanja ure. Zdravnik družinske medicine opravi še preiskavo krvi, s katero določi vrednost ščitničnih hormonov in vrednosti vitamina B₁₂ ter folne kisline v krvi. Te preiskave so



pomembne, saj nenormalni izvidi lahko kažejo, da gre za reverzibilno demenco, torej demenco, ki jo lahko pozdravimo. Običajno zdravnik družinske medicine bolnika z demenco napoti k psihiatru, ki po presoji svetuje oz. napoti na dodatne preiskave, kot so slikanje glave s pomočjo računalniške tomografije idr.

5. *Kako poteka zdravljenje?*

Kadar se odločamo o zdravljenju demence, moramo najprej ugotoviti, ali gre morebiti za t.i. reverzibilno demenco, se pravi demenco, kjer lahko nek jasno opredeljen vzrok, ki je privedel do slabšanja kognitivnih funkcij, odpravimo. Žal je takšnih primerov le okoli 10 %. Pri vseh ostalih demencah pa se moramo zavedati, da zdravila, ki bi pozdravilo demenco, ni. Na voljo imamo zdravila, ki lahko za določen čas upočasnijo napredovanje demence zaradi Alzheimerjeve bolezni ali zavrejo napredovanje možgansko-žilne bolezni, kadar je le-ta vzrok demence. Poleg farmakoloških sredstev pa je za bolnike z demenco pomembno tudi nefarmakološko zdravljenje. Pri obravnavi bolnika s sindromom demence moramo upoštevati, da imajo bolniki velikokrat pridružene tudi druge bolezni, zato je pomembno, da skrbimo za to, da imajo bolniki urejen krvni pritisk, krvni sladkor, da niso slabokrvni ipd.

6. *Kako bolezen poteka?*

Potek demence je odvisen od tega, za katero obliko gre. Razen v primerih, ko zdravnik ugotovi, da gre za reverzibilno demenco, bolezen napreduje. Napredovanje upada spoznavnih sposobnosti bolnikov z demenco pa je odvisno od mnogih dejavnikov (starost bolnika, pojavljanje bolezni v družini, pridružene druge kronične bolezni idr.).

7. *Kako poteka spremljanje bolnika z demenco?*

Bolnika z demenco spremlja zdravnik družinske medicine, občasno pa so potrebne kontrole pri psihiatru. Smiselno je ponavljati ocene spoznavnih sposobnosti (npr. KPSS na pol do enega leta) in morebitno sopojavljanje drugih telesnih bolezni ali sočasnih psihičnih motenj ter zapletov demence.

8. *Kako si lahko pri demenci pomagata sami?*

Smiselno je zdrav način življenja, ki vključuje primerno prehrano z malo nasičenimi maščobami in redno telesno ter miselno aktivnost.

9. *Kako demenca vpliva na vaše življenje?*

Demenca je sindrom, ki lahko močno ogrozi kakovost bolnikovega življenja. Kako pa bo vplivala na vaše življenje, je seveda odvisno od mnogih dejavnikov. Pomembno je predvsem ugotoviti, za katero obliko demence gre – ali je to Alzheimerjeva oblika demence z zgodnjim začetkom ali gre morebiti za demenco zaradi možgansko-žilne bolezni. Pomembno je, da se bolniki zavedajo, da so bolni in da je to bolezen in ne sramota ter da ni nujno, da bo napredovala.



10. Ali in kako lahko nastanek demence preprečite?

Navodil, kako bi lahko zagotovo preprečili nastanek vseh oblik demence, ni. Pomembno pa je, da se boleznim in vseh njenih posledic zavedamo ter delujemo preventivno v smislu preprečevanja bolezni srca in ožilja tako, da skrbimo za zdrav način življenja (ustrezna prehrana, redna telesna dejavnost, redne kontrole pritiska in krvnih maščob v krvi, sladkorja ...) ter nenehno intelektualno udejstvovanje. Dokazano je namreč, da se demenca manj pojavlja pri bolj izobraženih ljudeh in da se pri njih tudi kasneje pojavi.