

Alzheimerova choroba

Príznaky u pani A. sa začali objavovať asi pred rokom. Bez zjavného dôvodu vybuchla do záchvatu hnevu. Jej manžel si všimol, že pri rozhovoroch o bežných udalostiach pletie jednotlivé fakty. Prestala sa zaujímať o návštevu príbuzných a zabudla na narodeniny vlastných vnúčat. Pani A. sa začala cítiť popletená a bola ustrašená.

Rodina a priatelia boli zničení z postupného zlyhávania jej pamäte. Niektorí dúfali, že ide o prechodnú záležitosť, iní sa nazdávali, že problémy s pamäťou sú nutnou súčasťou jej pokročilého veku. Mala 72 rokov.

Veľa starších ľudí trpí podobnými príznakmi ako pani A. Často súvisia s nerozpoznanou chorobou, s vplyvmi liekov alebo s depresiou. Objasniť príčinu môže len včasná diagnostika a liečba.

Ale problémy pani A. môžu tiež znamenať Alzheimerovu chorobu, ktorá postihuje pamäť a narúša schopnosť logicky myslieť. Vo vážnych formách, Alzheimerova choroba sťažuje také dennodenné aktivity ako sú obliekanie, osobná hygiena a jedenie. S včasnou diagnózou Alzheimerovej choroby sú pani A. a jej manžel schopní zabezpečiť určité kompenzačné opatrenia pri chorobe narušenej pamäti, jazyka a všeobecných zručností.

Čo je Alzheimerova choroba?

Je to progresívne ochorenie, pri ktorom dochádza k postupnému pomalému odumieraniu buniek v mozgu. Prvýkrát bola identifikovaná v r. 1907 nemeckým lekárom Alojzom Alzheimerom. Aspoň 1 z 20 ľudí 65-ročných a starších trpí touto chorobou. Jedna štúdia hovorí, že 47% ľudí nad 85 rokov má Alzheimerovu chorobu.

Príznaky

V prvom rade u ľudí postihnutých Alzheimerovou chorobou dochádza k zmene osobnosti a oslabovaniu pamäti. Ľahšie sa unavia, rozrušia a sú úzkostní. Ich zhoršovanie pamäti sa líši od vekom podmienených problémov s pamäťou. Ťažko sa vyrovnávajú so zmenami: nemajú problém s návštevou známych miest, ale nové miesta ich mätú a ľahko sa stratia. Počas konverzácie nemôžu nájsť správne slová. Často skúšajú skryť svoj úpadok pamäti popieraním zabudlivosti, alebo zhadzovaním viny na iné osoby alebo udalosti.

Neskôr sa strata pamäti prehlbuje a pacienti s Alzheimerovou ochorobou môžu opakovane klásť tie isté otázky. Nie sú schopní robiť správne rozhodnutia a keď sa im rodinní príslušníci snažia pomôcť s obvyklými činnosťami, môžu sa rozhnevať. Jazda autom sa stáva nebezpečnejšou, pretože reakcie sú pomalšie a neprimerané, riadenie vozidla sa stáva zmäteným. V tomto štádiu choroby začínajú títo ľudia zabúdať mená dlhoročných priateľov. Spoločenský život sa stáva zložitejším, môže dôjsť k izolácii.

V skorých štádiách choroby sú títo ľudia náchylnejší k depresii. Ich stav sa môže zhoršiť aj vplyvom určitých užívaných liekov alebo nevhodnosťou prostredia, v ktorom žijú a ich utrpenie môže zvýšiť aj narušenie ich intímnych vzťahov.

Demencia - tejto syndróm charakterizovaný zhoršením myslenia, úsudku a kontroly impulzov ako aj zmeny pamäti a osobnostné zmeny sa stávajú viac zjavnými v nasledujúcom štádiu ochorenia. Demencia môže spôsobovať množstvo chorôb, ale medzi staršími ľuďmi je práve Alzheimerova choroba jej najčastejšou príčinou. Ľudia postihnutí demenciou strácajú schopnosť

čítať slová alebo noty. Nie sú schopní určiť deň alebo ročné obdobie. Ako dochádza k poruchám krátkodobej pamäti, vyzerať to akoby stratili spomienky na celé určité časové obdobie. Zabudnú napríklad meno súčasného prezidenta ... Emočné problémy sa môžu vystupňovať, keď sa osoba s Alzheimerovou chorobou pokúša nájsť zmysel v rozpadajúcej sa realite. Môžu sa stávať stále viac nepokojnými, úzkostnými, podozrievavými. Môžu sa u nich rozvíjať paranoidné predstavy o tom, že im niekto skrýva veci, alebo že im niekto dáva do jedla jed. Môžu mať narušený, nekludný spánok.

V neskorších štádiách začínajú strácať schopnosť koordinácie pohybov a vyžadujú pomoc pri obliekaní a umývaní. Stále častejšie sa stáva, že nespoznávajú svojich blízkych a priateľov, hoci môžu byť stále ešte schopní v ich spoločnosti byť veselými a tešiť sa s nimi. Stupeň telesného poškodenia môže vyústiť až do štádia neschopnosti samostatného pohybu. Časom pacient s Alzheimerovou chorobou úplne stráca kontakt s realitou a vyžaduje stálu starostlivosť.

Reverzibilné demencie

K záveru, že niekto trpí Alzheimerovou chorobou nemožno dospieť unáhle. Je veľa iných chorôb napodobňujúcich Alzheimerovu chorobu. Lekár musí najskôr všetky tieto chorobné stavy vylúčiť. Medzi ne patria:

- depresia,
 - polieková reakcia, alebo výsledok vzájomného pôsobenia viacerých užívaných liekov,
 - biochemické nerovnováhy spôsobené nedostatkom určitých zložiek v potrave, alebo ochorením ako je perniciózna anémia (nedostatok vitamínu B12), diabetes mellitus, nerovnováha metabolizmu sodíka alebo vápnika, zvýšené alebo znížené hladiny hormónov štítnej žľazy,
 - problém srdcového alebo pľúcneho pôvodu, ktoré spôsobujú nedostatočné zásobenie mozgu kyslíkom a živinami,
 - úrazy hlavy, vystavenie vplyvom znečisťujúcich látok z životného prostredia ako je olovo, ortuť, CO, niektoré pesticídy a priemyselné škodliviny, chronický alkoholizmus alebo meningitída.
- Demencie objavujúce sa z týchto dôvodov môžu byť tak isto ireverzibilné (nezvratné) ako demencia pri Alzheimerovej chorobe.

Nie všetky pravé demencie sú spôsobené len Alzheimerovou chorobou. K poškodeniu mozgu dochádza aj pri poruchách cirkulácie v mozgu - multiinfarktová demencia - ktorá sa vyskytuje u 12-20% starších ľudí. Iné chorobné stavy ako sú roztrúsená skleróza, Parkinsonova choroba, Huntingtonova choroba a Jakob-Creutzfeldtova choroba tiež spôsobujú progresívnu demenciu.

Diagnostika Alzheimerovej choroby

Výskumy dokázali prítomnosť charakteristických mikroskopických zmien u pacientov trpiacich touto chorobou. Sú to plaky a neurofibrilárne zmeny, ktoré sa objavujú pri odumieraní mozgovej bunky. Príčina ich vzniku nie je doposiaľ známa. Lekár však diagnostikuje chorobu podľa dôsledného skúmania príznakov a dôkladnej liekovej anamnézy (aké lieky pacient užíva?). Psychiatri a ostatní lekári môžu diagnostikovať Alzheimerovu chorobu až po dôkladnom celkovom, psychiatrickom a neurologickom vyšetrení a vylúčení stavov, ktoré by mohli Alzheimerovu chorobu napodobňovať.

Výskum - hľadanie možných príčin Alzheimerovej choroby

Vedecké štúdie sústredili svoju pozornosť na skúmanie typických mikroskopických zmien v mozgu pri Alzheimerovej chorobe. Plaky v mozgu pacientov s Alzheimerovou chorobou sú tvorené proteínom zvaným amyloid, ktorý sa nachádza tiež v koži a črevách niektorých pacientov s Alzheimerovou chorobou, nikdy však u zdravých ľudí. Niektorí lekári preto dúfajú, že v budúcnosti budú môcť diagnostikovať chorobu z určitých častí tela.

Iné štúdie uvažujú nad vplyvom nerovnováhy vápnika v organizme, alebo tiež zvýšenej prítomnosti hliníka v mozgových bunkách. Ďalšie práce sa zamerávajú nad nerovnováhou neurotransmiteru acetylcholínu a serotonínu. Pacienti s Alzheimerovou chorobou majú nízku hladinu acetylcholínu, ktorý je dôležitý pre fungovanie pamäti, myslenia a ostatných vyšších intelektových schopností. Nízke hladiny serotonínu u pacientov s Alzheimerovou chorobou súvisia s agresivitou, náladou a spánkom. Nízka hladina norepinefrínu v mozgu u niektorých ľudí s Alzheimerovou chorobou sa môže podieľať na úzkosti, depresii, excesívnej spavosti a zhoršenom sústredovaní pozornosti.

Liečba na obzore

Vyššie spomenuté výskumy viedli k vývoju liekov, ktoré zmiernujú príznaky Alzheimerovej choroby tým, že vyrovnávajú nedostatok acetylcholínu, serotonínu alebo norepinefrínu. Najnovšie sa vedci venujú skúmaniu chemickej látky známej ako Alcar = acetyl-l-carnitín - ktorá napodobňuje pôsobenie acetylcholínu na potkanoch a zdá sa, že dochádza tým k spomaleniu smrti medzi nervovými bunkami. Zatiaľ je však skoro na vyslovenie záveru, či tento smer vo výskume povedie k vytvoreniu účinného lieku. Alcar štúdie pokračujú v USA - skúmajú nakoľko dochádza k redukcii príznakov Alzheimerovej choroby. Hoci vedci nerozumejú plne ako sa Alzheimerova choroba začína a čo presne spôsobuje jej príznaky, pacienti a ich najbližší môžu vedľa urobiť pre zvládnutie choroby a jej dôsledkov.

Vyhľadanie lekára

Jedným z najdôležitejších krokov je vyhľadanie (odborného) lekára. Starší ľudia vyžadujú špeciálnu zdravotnú starostlivosť, preto by príbuzní mali vyhľadať lekára, ktorý má skúsenosti a venuje sa liečbe starších ľudí. Môže ísť o lekára primárnej starostlivosti, neurológa, alebo psychiatra, ktorý sa venuje aj pacientom vyššieho veku.

Psychiater je často lekárom prvej voľby, ak sa Alzheimerova choroba začína evidentnou zmenou osobnosti pacienta, jeho nálady alebo správania. Okrem toho, že psychiater je špecialistom na diagnózu a liečbu duševných chorôb, vie rozpoznať telesné ťažkosti, ktoré si vyžadujú pozornosť iného odborného lekára. Psychiater tiež rozpozná a lieči depresiu, ktorá sa u pacientov s Alzheimerovou chorobou často objavuje. Psychiater modifikuje liečbu podľa potrieb daného pacienta, má skúsenosti s predpisovaním a monitorovaním psychiatrických liekov, ktoré pomáhajú zvládať poruchy správania, ktoré sa u Alzheimerovej choroby môžu objaviť. Príbuzní pacientov by sa mali uistiť, že porozumeli prečo ich blízkemu lekár predpísal dané lieky, poznať ich možné nežiadúce účinky, aby ich vedeli rozpoznať a včas o nich informovať lekára.

Príznaky depresie, ktoré môžu napodobňovať alebo sprevádzať Alzheimerovu chorobu:

- Nevysvetliteľná slabosť alebo únava, stavy závrate, pocity nedostatku energie.
- Bolesť žalúdka, zlé trávenie, zápcha, problémy s močením.
- Zmeny stravovacích návykov, chuti do jedla a hmotnosti.
- Poruchy spánku.
- Zmeny správania - inhibícia alebo naopak agitovanosť.

- Spomalenie reči, zjemnelý, hlbší alebo monotónny hlas, neúplné odpovede.
- Pocity napätia, úzkosti alebo nepokoja.
- Strata iniciatívy, neschopnosť tešiť sa z aktivít predtým obľúbených.
- Nerozhodnosť, apatia, nuda, ľahostajnosť.
- Nízka schopnosť koncentrácie.
- Sklon k plaču a rozrušeniu po nepatrných podnetoch, nedostatok sebaúcty, pocity menejcennosti, beznádeje, bezmocnosti a viny.
- Samovražedné myšlienky.

Kontrolný zoznam príznakov Alzheimerovej choroby

- Dochádza k strate krátkodobej pamäti. Osoba nie je schopná zapamätať si nové informácie.
- Dochádza k strate dlhodobej pamäti, nespomína si na osobné údaje, ako sú miesto narodenia alebo povolanie.
- Narušenie uvažovania, úsudku.
- Rozvoj afázie: pacient nie je schopný zopakovať slová, alebo porozumieť významu bežných slov.
- Rozvoj apraxie - stráca kontrolu nad ovládaním svalstva, nedokáže si napr. zapnúť košeľu alebo zips.
- Strata schopnosti orientácie v priestore, ľahko zablúdi.
- Zmeny osobnosti - môže sa stať zvyčajne mrzutým, podráždeným, tichým, zmäteným.
- Prítomnosť niekoľkých alebo všetkých týchto príznakov nie je ešte potvrdením, že daný človek trpí Alzheimerovou chorobou. Iba kompletne vyšetrenie psychiatrom alebo iným lekárom môže diagnózu potvrdiť.

Rady a podpora sú životne dôležité

Psychiatrické lieky by nemali byť jedinou liečbou. Ako pacient tak i jeho najbližší potrebujú pomoc podporných skupín a ich rady. Vďaka týmto skupinám, vzdelávaniu (získavaniu informácií o chorobe a jej liečení) a ak je potrebné i psychoterapii sa môžu pacienti a ich blízki pripraviť na chorobu a jej priebeh. Môžu sa naučiť ako zvládnuť emočné zmeny a zmeny správania, ktoré chorobu doprevádzajú.

Napríklad sa môžu naučiť zmieriť negatívne správanie vnímavosťou na vyvolávajúce príčiny. Alebo zvládnuť pocity smútku a sklamaní z neustálych zmien, ktoré sa odohrávajú v osobnosti chorého.

So správnou diagnózou a intervenciou môžu pacienti s Alzheimerovou chorobou a ich príbuzní predĺžiť dobu, počas ktorej sa budú môcť spoločne tešiť z produktívneho, naplneného života.

Literatúra:

American Psychiatric Association: The Alzheimer's Disease. APA, Washington, 1997

Eva Bubeníková