

Алцхајмерова деменција, у свету који се мења.
Доктор Мирко Долић
ВМА, Клиника за психијатрију



Деменција је синдром глобалног и прогресивног оштећења стечених когнитивних способности, проузрокован органском болешћу мозга, при очуваној свести, у којем су посебно оштећене способности памћења, учења, апстрактног мишљења, оријентације, као и поимања видно-просторних односа. Значајно су такође нарушене и егzekутивне функције, односно планирање и извршавање задатака. Постепен је губитак функционалности, као и активности свакодневног живота, што негде одваја нормално старење (сенијум), односно благи когнитивни поремећај (БКП), код којих је функционалност готово сачувана, наспрот деменције.

Тренутно се процењује да преко 50 милиона људи широм света живи са деменцијом. У Србији не постоје тачни подаци о броју оболелих, али претпоставка је да је тај број већи од 200.000. Тренутно, један нови случај деменције у свету се јавља на сваке три секунде, а број људи погођени деменцијом биће већи од 131 милиона, до 2050. године. Светски трошкови лечења, а пре свега нега оболелих од деменције, процењују се током 2019. године, на невероватних 818 милијарди америчких долара. У САД-у, трошкови лечења деменција током 2019.године, превазишли су трошкове лечења малигних и кардиоваскуларних болести заједно. Када би упоредили, ако би рецимо цена коштања оболелих од деменције, била држава, то би била 17. највећа светска економија, односно Холандија. Да су наведени трошкови, вредност компаније, била би највећа на свету по годишњем салду који превазилази Apple (742 милијарде УСД) и Google (368 милијарди УСД).



По патолошком супстрату разликујемо примарне и секундарне деменције. Алцхајмерова болест (60-80% свих деменција је АБ), васкуларне деменције (ВаД), деменција са Левијевим телима (ДЛТ), фронтотемпоралне деменције (ФТД) као и Creutzfeld - Jakob-ova болест, спадају у примарне деменције. Етиолошко лечење за наведене деменције не постоји.

Прокогнитивни лекови, који донекле побољшавају когницију и квалитет живота у АБ, ДЛТ, ФТД, а могуће и ВаД су инхибитори ацетилхолинестеразе (донепезил, ривастигмин, галантамин) и мемантин који је последњи регистрован давне 2003.године (антагониста глутаматергичких НМДА рецептора).

Очекује се да ове године фармацеутска компанија Biogen, поднесе FDA (Food and drug administration, регулаторно тело у САД, које одобрава употребу лекова, прим.аут.), пријаву за употребу биолошке терапије, односно антиамилоидно антитело-адуканумаб. Ако буде одобрен, то ће бити први нови лек доступан пацијентима који пате од Алзхеимерове болести након 17 година. Ако се овај лек апликује интравенски једном месечно, уклања амилоидне плакове, односно патолошке материје, које изазвају смрт ћелија и губитак ткива у мозгу изазвану Алзхеимеровом болешћу

У секундарне деменције, спадају оне које се јављају у склопу различитих болести, као што су поремећаји хормона, витамина, инфективне болести (ХИВ, Сифилис нпр.), нежељени ефекти лекова, алкохолизам, као и метаболички поремећаји. Дијагностика болесника са когнитивним симптомима, мора да се спроведе темељно, са циљем да се искључе или докажу и лече секундарне деменције, тиме што ће се етиолошки третирали основни поремећај.

Поред наведених когнитивних симптома, посебан проблем у деменцијама су и појава бихејвиоралних, односно психолошких поремећаја. Око 80-90% оболелих од различитих типова деменција, показују неки степен психопатологије, односно психолошке симптоме.



Епидемиолошки подаци о учесталости и појави деменције веома су забрињавајући. Према резултатима великих студија (САД, Велика Британија, Шведска, Данска), преваленција деменције креће се у распону од 5-14% у популацији особа старијих од 65 година. Једна трећина тих болесника није способна за било који вид самосталног живота, уз потребу за сталном негом и надзором. Са старењем преваленција деменције (укључујући ту и БКП) у популацији особа старијих од 85 година износи чак 30-40%.

Тако WHO (World health organization, Светска здравствена организација агенција Уједињених нација-прим.аут.) за период од 1985.-2025. године (40 година) предвидела је за САД пораст становништва старијег од 65 година за 105%, у Индији за 265%, а у Гватемали за невероватних 357%.

Због свега наведеног, економски аспект деменција постаје све више глобални светски проблем. Наиме, уз неке изузетке (нпр. Creutzfeld - Jakob-ова болест) ради се о болестима хроничног и дугог трајања (просечно око 5-10 година), које брзо доводе до губитка радне способности, као и социјалне дисфункционалности оболеле особе. Међутим, што је још важније, ти болесници захтевају сталан надзор и негу. Лечење деменција може да се одвија у неколико праваца. Највећи изазов представља истраживање етиолошког лечења које би довело до заустављања или чак регресије болести. Други начин је симптоматско лечење. Коначно, трећи вид је лечење поремећаја понашања (бихејвиорални поремећаји у деменцији-БПСД) који су и највећи проблем за неговатеље, уз значајно повећање трошкова лечења.

Алцхајмерова болест је комплексно обољење, непознатог узрока и етиологије, али са више познатих фактора ризика. Неки су, попут година живота и генетике, ван наше контроле. Међутим, постоји седам стубова, односно принципа за здрав мозак, тиме што ће здрав начин живота бити под нашом контролом:

- Редовно вежбање
- Друштвени ангажман
- Здрава исхрана
- Ментална стимулација
- Квалитетан сан
- Управљање стресом
- Васкуларно здравље



Стручњаци сада верују да ризик од Алцхајмерове болести није искључиво ограничен на старост, већ у ствари патолошки процес може почети у мозгу много пре него што се први симптоми открију, често у средњим годинама. То значи да никада није прерано почети водити рачуна о здрављу свог мозга. Што више ојачате сваки од седам стубова у свом свакодневном животу, дуже и јаче ће мозак остати у функцији и вероватније је да ћете моћи смањити ризик од развоја Алцхајмерове или других еменција.

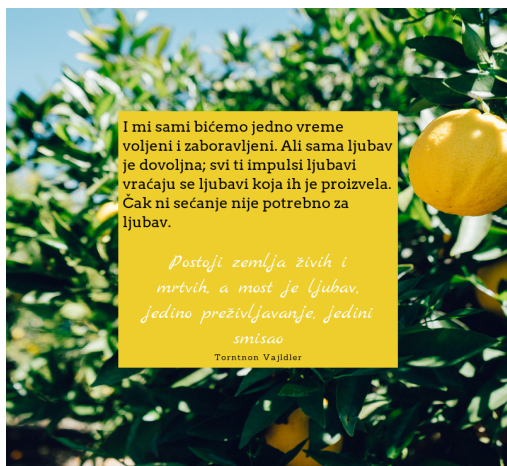
Показало се да многе од ових промена у начину живота смањују ризик од других хроничних болести, попут болести срца и дијабетеса, које су такође повезане са повећаним ризиком за појаву деменције. Уз пуно познатих предности, избор здравог начина живота може побољшати ваше здравље и евентуално заштитити ваш мозак.

Тако на пример, начин исхране је значајан фактор у превенцији свих типова деменије, па и Алцхајмерове болести. Доказано је да медитеранска исхрана значајно смањује ризик. Такође, смањује ризик од срчаних и других васкуларних болести. Медитеранска исхрана богата је воћем, поврћем, махунаркама, интегралним житарицама и рибом, а као масноћу за кување користи маслиново уље.

Стигматизација, као и недостатак подршке оболелим од деменције, као и њиховим неговатељима, глобални је светски проблем и јасно је да што мање говоримо о деменцији, то ће више расти патња, како оболелих, тако и неговатеља, који брину о оболелима. Светски дан борбе против Алцхајмерове болести је 21. септембар. Ипак охрабрујемо вас да покушате и сада да сазнате више о деменцијама и одиграте своју улогу у смањењу стигме и побољшању квалитета живота људи са деменцијом и њихових неговатеља у вашој заједници.

Референце:

1. Waldemar G, Burns A. Alzheimer's Disease, second edition. Oxford Neurology Library, Oxford University Press, 2018
2. Alzheimer's Disease Fact Sheet. National Institute on Aging. <https://www.nia.nih.gov/health/alzheimers-disease-fact-sheet>, last visited on June 3rd, 2020.
3. Risk reduction of cognitive decline and dementia: WHO guidelines. Geneva: World Health Organization; 2019. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.



I mi sami bićemo jedno vreme
voljeni i zaboravljeni. Ali sama ljubav
je dovoljna; svi ti impulsi ljubavi
vraćaju se ljubavi koja ih je proizvela.
Čak ni sećanje nije potrebno za
ljubav.

*Postoji zemlja živih i
mrtvih, a most je ljubav.
Jedino preživljavanje, jedini
smisao*

Tornton Vajldler

