

09.09.2014

## Zrozumieć Alzheimera

**21 września w 70 krajach obchodzony jest Światowy Dzień Osób z Chorobą Alzheimera. Przy tej okazji warto zauważyć, że mimo że medycyna nie umie zahamować na stałe rozwoju schorzenia, to odpowiednie leczenie, terapia i rehabilitacja mogą dziś znacząco wpłynąć na poprawę życia chorych. Alzheimer jest obecnie najczęściej występującą chorobą otępienną na świecie.**

Szacuje się, że na świecie na Alzheimera choruje około 15-21 milionów osób, w Polsce około 300-350 tysięcy. W przeciągu następnych 25 lat liczba ta może znacznie się zwiększyć. Świat osoby chorej na Alzheimera można porównać do wyprawy do obcego miasta, w którym ludzie posługują się językiem i obyczajami nam zupełnie nieznanymi. To może rodzić tylko frustrację, gniew i coraz większe poczucie osamotnienia. Wszystko zależy od rodziny chorego i jej nastawienia do Alzheimera. Im więcej będą wiedzieć na temat choroby, tym lepszą opiekę oraz atmosferę będą w stanie zapewnić bliskiej osobie.

## Na czym polega Alzheimer?

Otępieniem, czyli demencją, nazywamy utratę albo znaczne upośledzenie funkcji związanych z myśleniem, orientowaniem się, rozumieniem, uczeniem, porozumiewaniem czy umiejętnością właściwej oceny sytuacji bądź też myśleniem przyczynowo-skutkowym. Częstość zachorowania na Alzheimera wzrasta wraz z wiekiem – o ile w grupie 65-74 lata wynosi zaledwie 1-3%, to już wśród osób 80-84 lata ryzyko wzrasta do 21-47%.

Choroba może pojawić się stopniowo bądź nagle. Bardzo często jej pierwsze objawy pozostają niezauważone przez członków rodziny, a nawet samego chorego. Początkowo mogą pojawić się niewielkie kłopoty z pamięcią, niemożność przypomnienia sobie słowa, muzyki czy przywołania wspomnienia. Tego typu objawy można jednak w równym stopniu przypisać depresji, stresowi czy zwykłemu zmęczeniu. Wraz z postępem choroby zaczynają pojawiać się jednak coraz większe problemy z pamięcią, a także widoczne dla całej rodziny zmiany w osobowości. Osoba spokojna może stać się agresywna i nieprzyjemna i na odwrót. Są to rzeczy, które powinny być sygnałem, że pomoc jest niezbędna. Im szybciej chory na Alzheimera zostanie właściwie zdiagnozowany, zacznie przyjmować leki oraz zostanie poddany odpowiedniej terapii i rehabilitacji, tym większa szansa na dłuższe życie w świadomości. Alzheimer bowiem w ostateczności doprowadzić może do całkowitej utraty pamięci. Chorzy w późniejszych stadiach choroby mają problemy z motoryką, wykonywaniem podstawowych czynności dnia codziennego (z czasem może stać się to całkowicie niemożliwe), zapanowaniem nad agresją. W wielu wypadkach pojawiają się również głosy oraz urojenia, które dla chorego są bardziej rzeczywiste niż członkowie rodziny czy opiekunowie. „Jest to stan bardzo niebezpieczny dla pacjenta, gdyż może doprowadzić do jego śmierci. Wielu chorych, którzy byli pozostawiani sami w domu

bez opieki, nagle zniknęło z mieszkania, gdyż szli za głosami, które wyraźnie słyszeli w głowie” – ostrzega Bartłomiej Swebodziński, psycholog z MEDI-system.

### **Jak ujarzmić mózg**

Medycyna nie zdołała jeszcze wypracować leku na Alzheimera, ale dostępne są grupy medykamentów, które pozwalają chorym na w miarę normalne funkcjonowanie. „Ważnym elementem leczenia w przypadku Alzheimera jest fizjoterapia, psychoterapia oraz terapia zajęciowa. Ćwiczenia umysłowe wspomagają pamięć i pomagają utrzymać sprawność intelektualną. Tym samym wpływają pozytywnie na kontakt pacjenta z otoczeniem, poprawiając jego poczucie wartości i nastrój oraz zapobiegają izolacji. Codzienne ćwiczenia fizyczne z kolei przyczyniają się do zachowania ruchowej kondycji na w miarę dobrym poziomie. W przypadku zaawansowanego stadium zapobiegają powstawaniu odleżyn, które są niebezpieczne dla zdrowia, a nawet życia pacjenta” – mówi Marcin Baranowski, dyrektor ds. rehabilitacji w MEDI-system.

### **Zrozumieć świat chorego**

W Polsce nadal większość osób niesamodzielnych pozostaje pod opieką rodziny. W przypadku Alzheimera bardzo ważne jest zrozumienie i poznanie choroby. Niewłaściwym zachowaniem można wyrządzić dużą krzywdę bliskiemu. Opiekun powinien przede wszystkim mieć na uwadze to, że osoba chora na Alzheimera ma problemy ze słowami, rozumieniem oraz wyrażaniem własnych pragnień czy emocji. Komunikaty kierowane do niej powinny być więc jasne i przejrzyste. Należy unikać zdań wielokrotnie złożonych czy trudnych słów. Ważne jest również, by z dystansem podchodzić do napadów gniewu oraz drażliwości, które są charakterystyczne dla tej choroby. Chory nie zawsze panuje nad swoim zachowaniem. W miarę postępu choroby jego osobowość ulega przemianie. W przypadku złości najlepiej jest pozwolić dać jej upust albo skierować uwagę chorego na coś innego, co będzie mogło go odprężyć. Bardzo ważne jest także to, by codzienny rozkład dnia był mniej więcej taki sam – to pozwoli choremu odnaleźć się w nowym świecie, a także będzie ćwiczyło jego pamięć. Pamiętajmy również o miłych słowach oraz pochwałach, dzięki którym bliska nam osoba będzie czuła się kochana i potrzebna.

### **Nowy dom**

Osoba w zaawansowanym stadium Alzheimera wymaga całodobowej opieki, gdyż nie jest już w stanie w pełni ocenić skutków swojego postępowania, a także ma poważne problemy z pamięcią. Chory może stwarzać realne zagrożenie zarówno dla otoczenia, jak i dla siebie. W takim przypadku powierzenie opieki nad bliskim zewnętrznej placówce jest czasami najlepszym wyjściem. Kiedy rodzina nie jest w stanie zaopiekować się osobą chorą, powinna w tej sytuacji pomyśleć o opiekunce całodobowej albo ośrodku specjalizującym się w opiece nad pacjentami z chorobami otępiennymi. To drugie rozwiązanie jest w stanie zapewnić profesjonalną opiekę, leczenie oraz rehabilitację na wysokim poziomie. Ośrodki dedykowane pacjentom z chorobą Alzheimera posiadają grono specjalistów, którzy wspólnie planują i realizują opiekę nad chorymi. Aby zaplanować

całościowo plan opieki i terapii nad chorym niezbędna jest współpraca pracowników ośrodka z jego dotychczasowymi opiekunami, którzy przekażą ważne informacje o upodobaniach pacjenta, sytuacjach stresogennych oraz sposobach, które w przypadku danego chorego pozwalają wyciszyć jego emocje. Ta wiedza jest niezwykle istotna dla zapewnienia właściwej opieki, ale również skraca okres adaptacji pacjenta do nowej sytuacji i miejsca. Dzięki indywidualnemu podejściu personelu, który dobrze zna chorobę i rozumie problemy pacjentów, pobyt w ośrodku zapewnia choremu wysokiej jakości opiekę i bezpieczeństwo, a odpowiednia stymulacja pozwala zachować aktywność i funkcjonowanie w grupie społecznej. W przypadku Alzheimerera jest to niezwykle istotne, bo daje szansę na dłuższe w miarę samodzielne funkcjonowanie osoby chorej.

Pytania dziennikarzy: Ewa Łukawska, Komunikado PR Agencja Public Relations  
tel. 507091294, 226491953,  
e-mail: [ewa.lukawska@komunikado.pl](mailto:ewa.lukawska@komunikado.pl)

Zdjęcia: do pobrania ze strony [www.media.komunikado.pl](http://www.media.komunikado.pl)  
Przedruk bezpłatnie z podpisem: Fot. MEDI-system

Spółka MEDI-system, świadcząca usługi w zakresie opieki długoterminowej i rehabilitacji, powstała w 2001 roku i oferuje pacjentom ponad 650 miejsc w sześciu nowoczesnych placówkach w Warszawie i okolicach. Z oferty tej największej w Polsce sieciowej firmy w zakresie usług opiekuńczo-leczniczych skorzystało do dziś już ponad 10 000 pacjentów. Ośrodki specjalizują się w rehabilitacji neurologicznej, ortopedycznej, ogólnoustrojowej i kardiologicznej oraz usługach opiekuńczo-leczniczych. Do podopiecznych firmy należą także osoby dotknięte tzw. chorobami otępiennymi (demencja) w przebiegu głównie choroby Alzheimerera, choroby Parkinsona, zaburzeniami poznawczymi, choroby Picka, płasawicy Huntingtona, neuroboreliozy i innych. Usługi MEDI-system są też kierowane do osób, które zakończyły pobyt w szpitalu po przebytej chorobie lub operacji, ale nie są jeszcze gotowe, aby samodzielnie funkcjonować. O zdrowie i bezpieczeństwo pacjentów dba ponad 500-osobowy zespół rehabilitantów oraz pielęgniarek, a także lekarze, psychologowie, terapeuci, opiekunki, personel pomocniczy i administracyjny. Ośrodki MEDI-system oferują opiekę na oddziałach rehabilitacyjnych, oraz w ośrodkach opiekuńczo-leczniczych, gdzie pobyty są finansowane przez NFZ lub pacjentów. Od roku 2011 udziałowcem firmy MEDI-system jest fundusz inwestycyjny Highlander Partners.

Więcej informacji: [www.medisystem.pl](http://www.medisystem.pl)