

Деменция. Что это?

Деменция – стойкое нарушение высшей нервной деятельности, сопровождающееся утратой приобретенных знаний и навыков и снижением способности к обучению. В большинстве случаев приобретенное слабоумие необратимо. Деменция возникает при органическом поражении головного мозга в результате травмы или заболевания. В настоящее время выделяют более 200 патологических состояний, способных спровоцировать развитие деменции. Самой распространенной причиной приобретенного слабоумия является болезнь Альцгеймера, на втором месте находятся сосудистые деменции, обусловленные гипертонической болезнью, атеросклерозом и другими подобными заболеваниями. У пациентов, страдающих старческой деменцией, нередко выявляется сразу несколько заболеваний, провоцирующих приобретенное слабоумие.

В молодом и среднем возрасте деменция может наблюдаться при алкоголизме, наркомании, черепно-мозговых травмах, доброкачественных или злокачественных новообразованиях. У некоторых больных приобретенное слабоумие выявляется при инфекционных заболеваниях: СПИДе, нейросифилисе, болезнях внутренних органов, эндокринной патологии и аутоиммунных заболеваниях.

Клинические проявления деменции определяются причиной приобретенного слабоумия, размером и локализацией пораженного участка. При деменции легкой степени больной остается критичным к происходящему и к собственному состоянию. Сохраняется способность к самообслуживанию (может стирать, готовить, делать уборку, мыть посуду). При умеренной степени критика к своему состоянию частично нарушена. При общении с больным заметно явное снижение интеллекта. Пациент с трудом обслуживает себя, испытывает затруднения при использовании бытовых приборов и механизмов: не может ответить на телефонный звонок, открыть или закрыть дверь. Необходим уход и присмотр. Тяжелая деменция сопровождается полным распадом личности. Пациент не может одеться, умыться, принять пищу или сходить в туалет. Требуется постоянное наблюдение.

Диагноз «деменция» выставляется только при наличии пяти обязательных признаков в течение полугода и более:

- 1) нарушения памяти, которые выявляются на основании беседы с пациентом, специального исследования и опроса родственников.

- 2) Хотя бы один симптом, свидетельствующий об органическом поражении головного мозга.
- 3) Нарушение семейной и социальной адаптации.
- 4) Отсутствие симптомов, характерных для делирия (потери ориентировки в месте и времени, зрительных галлюцинаций и бреда).
- 5) Наличие органического дефекта, подтвержденного данными инструментальных исследований (КТ и МРТ головного мозга).

Прогноз при деменциях определяется основным заболеванием. При приобретенном слабоумии, возникшем вследствие черепно-мозговых травм или объемных процессов (опухолей, гематом), процесс не прогрессирует.

При деменциях, обусловленных прогрессирующими заболеваниями, наблюдается неуклонное усугубление симптоматики. Врачи могут лишь замедлить процесс, осуществляя адекватное лечение основной патологии.

Основными задачами терапии становится сохранение навыков самообслуживания и способностей к адаптации, продление жизни, обеспечение надлежащего ухода и устранение неприятных проявлений болезни.

Профилактика деменции:

- Контролируйте уровень сахара, это позволит сохранить здоровье кровеносных сосудов до глубокой старости.
- Держите в норме артериальное давление и содержание холестерина в крови, чтобы предотвратить инсульт.
- Откажитесь от вредных привычек.
- Не занимайтесь самолечением. Все препараты необходимо принимать только по назначению врача.
- Будьте активны в физическом отношении: делайте утреннюю зарядку, танцуйте, старайтесь каждый день гулять на свежем воздухе.
- Придерживайтесь принципов правильного питания – больше овощей, фруктов, рыбы, кисломолочных продуктов, меньше жирного мяса и продуктов, содержащих тугоплавкие жиры.
- Высыпайтесь, разумно чередуйте труд и отдых.
- Выработывайте в себе устойчивость к стрессовым ситуациям.
- Не запирайтесь в четырёх стенах, будьте открыты для общения с друзьями, не бойтесь знакомиться с новыми людьми.

- Тренируйте не только тело, но и мозг – занимайтесь изучением иностранного языка, читайте, учите наизусть стихи и отрывки из прозаических произведений, решайте задачи, разгадывайте или составляйте кроссворды и головоломки.

- Развивайте мелкую моторику рук – занимайтесь рукоделием, лепкой, аппликацией, рисованием, собирайте пазлы и прочее.

Желаем Вам здоровья и долголетия!

Врач – гериатр Ставропольской ЦРБ

Куницына Антонина Николаевна.