

ХВОРОБА АЛЬЦГЕЙМЕРА НЕ Є НОРМОЮ СТАРІННЯ

За інформацією ВООЗ, у всьому світі налічується близько 35,6 мільйона осіб з деменцією.

Деменція – це синдром, при якому відбувається порушення мислення, поведінки і здатності виконувати щоденні дії.

Прогнозується, що це число подвоїться до 2030 року, а до 2050 року потроїться та складатиме 115,4 мільйона. Основною причиною деменції є хвороба Альцгеймера, на яку припадає близько 70% всіх випадків.

21 вересня у світі відзначають Міжнародний день поширення інформації про хворобу Альцгеймера.

Хвороба Альцгеймера – нейродегенеративне захворювання. В 1906 році Алоїс Альцгеймер описав її клінічні і neuropatologічні особливості.

Наразі невідомо, що саме спричиняє розвиток деменції, але існують загальні поради як запобігти хворобі:

- Ведіть здоровий спосіб життя та відмовтесь від шкідливих звичок.
- Вчасно лікуйте зуби і не допускайте хвороб ясен — бактерії *Porphyromonas gingivalis* ймовірно можуть бути причиною хвороби Альцгеймера.
- Контролюйте тиск, зменшіть споживання солі та підтримуйте здорову вагу.
- Тренуйте мозок та розвивайте пам'ять.
- Більше спілкуйтеся. Спілкування — це активна розумова діяльність, зокрема концентрація уваги та стимуляція пам'яті.

Робота мозку змінюється з віком, більшість хворих — старші 65 років. Але хвороба Альцгеймера не є нормою старіння.

10 ознак хвороби Альцгеймера :

- дезорієнтація в часі та місці;
- труднощі виконання повсякденної роботи;
- повторення питань та постійне уточнення вже відомої інформації;
- проблеми з веденням діалогу та порушення мовлення;
- проблеми запам'ятовувати розташування речей;
- проблеми з підрахунком;
- зміна настрою та поведінки;
- втрачається здатність мислити раціонально та ухвалювати рішення;
- порушення зорових відчуттів у сприйнятті простору;
- складнощі орієнтуватися в просторі та тримати баланс, розрізняти кольори та контрастність, виникають проблеми з читанням та керуванням автомобілем;
- припинення трудової та соціальної активності.

У травні 2017 року Всесвітня асамблея охорони здоров'я схвалила [«Глобальний план дій сектора охорони здоров'я з реагування на деменцію на 2017-2025 рр.»](#). План є комплексною програмою дій для осіб, які формують політику, міжнародних, регіональних, національних партнерів та ВООЗ.

Пам'ятайте! Людям із хворобою Альцгеймера потрібна підтримка близьких та вчасне лікування, щоб сповільнити розвиток дегенеративних змін.

Кам'янське відділення

ДУ «Черкаський обласний центр контролю та профілактики хвороб Міністерства охорони здоров'я України»