



ACADEMY 16. 08. 2019

Demence

Jelikož ve většině případů demence postihuje osoby starší 60 let, označuje se demence jako senilní demence neboli stařecká demence. Pojem je ale...

Demence je slovo označující skupinu příznaků ovlivňující paměť, myšlení a sociální chování. Demence je často mylně považována za onemocnění, ale správně se jedná o příznak onemocnění jiných. Jde o závažný progredující proces, který významně omezuje nemocného v běžných denních aktivitách.

Demence je nemoc starých lidí?

Jelikož ve většině případů **demence postihuje osoby starší 60 let**, označuje se demence jako **senilní demence neboli stařecká demence**. Pojem je ale zavádějící, jelikož demence může z různých důvodů **postihnout také osoby mnohem mladší**. Stejně tak pouhá **[ztráta paměti neznamená demenci](#)**, jelikož jde o komplexní problém.

Všeobecně se **demence vyskytuje celosvětově a výskyt každým rokem mírně stoupá** (výrazněji v Asii, příčinou je jednoznačně dožívání se vysokého věku). Asi dvě třetiny nemocných se vyskytuje v rozvojových zemích a obecně v oblastech ekonomicky chudších. **Demence postihuje obě pohlaví**, o něco častěji pak ženy.

Výskyt **stoupá u osob nad 65 let věku**, mnohem výrazněji pak u **starších 85 let**. Historicky byla demence zmíněná již v textech z doby antické. Autoři popisují ztrátu schopnosti myslet v závislosti na zvyšujícím se věku nemocného. Často byly staré osoby považovány za blázny a viníkem bylo

“**tvrdnutí mozkových tepen**”. Postupem času byla demence popisována u osob postižených [syfilisem](#) a dnes již víme, že příčin vzniku existuje velké množství. Díky zvyšujícímu se věku obyvatel, a tím pádem vyššímu výskytu demence se pozornost odborníků soustřeďuje na zlepšování péče o nemocné a **investice do výzkumu demence**, léčby a teoretické prevence.

Příčiny vzniku demence

Demence je způsobená procesy, které vedou k **poruše funkce nebo ztrátě nervových buněk** a spojují mezi jednotlivými nervovými buňkami v mozkové tkáni. Poškozené mohou být buňky v různých částech mozku a podle toho se pak odvíjejí příznaky demence. Dalším typickým znakem pro demence různého původu jsou **depozita hmoty bílkovinné povahy**. Asi 80 % všech forem demence je způsobeno [Alzheimerovou chorobou](#), u které se právě setkáváme s nánosy hmoty v oblasti nervových buněk. Alzheimerova nemoc je progresivní onemocnění, které vede k rychlému zhoršování demence a ke smrti jedince. Jedna z příčin vzniku **Alzheimerovy choroby** je jednoznačně dědičnost. **Vaskulární (cévní) demence je druhou nejčastější příčinou vzniku demence.**

Poškození mozkových cév

Poškození mozkových cév vede ke **sníženému prokrvení mozkové tkáně** a tím k jejímu odumření. Ukládání takzvaných Lewyho tělísek taktéž vede ke vzniku demence. Tělíška jsou opět depozita bílkoviny a můžeme se s nimi setkat u **Lewyho demence**, Alzheimerovy choroby, ale také u **Parkinsonovy choroby**.

Frontotemporální demence

Frontotemporální demence je dalším progredujícím typem demence. Zde **dochází k rozpadu nervových buněk** v oblasti spánkových a předních mozkových laloků. Poničení těchto oblastí vede k poruchám osobnosti, chování a jazykové výbavy. Výzkumem bylo zjištěno, že se u jedné osoby může na vzniku demence podílet více kombinovaných faktorů. K výčtu známých příčin vedoucích ke vzniku demence patří také [Huntingtonova nemoc](#), což je závažné dědičné onemocnění vedoucí ke zničení mozkových a míšních buněk. Onemocnění postihuje mladší osoby, většinou **ve věku 30-40 let**.

Traumatické poranění mozku

Traumatické poranění mozku je stav vzniklý opakovaným úrazem hlavy, [přečtěte se o úrazech hlavy](#) (*typické pro hráče amerického fotbalu, boxery nebo vojáky*). Toto opakované poškození nervových buněk taktéž vede mimo jiné ke **vzniku demence**. První příznaky se většinou objevují až několik let po posledním úraze.

Creutzfeld-Jakobova choroba

Creutzfeld-Jakobova choroba je dalším klasickým příkladem onemocnění vedoucího ke vzniku demence. Toto smrtelné onemocnění je nakažlivé a **vede k ukládání infekčních prionů v mozkové tkáni**. Již jednou zmíněná [Parkinsonova choroba](#) je onemocnění vedoucí kromě pohybových abnormalit taktéž k demenci. Většina výše zmíněných onemocnění **vede k progresivnímu vzniku demence** a stav je nezvratný.

Existují ale také poruchy, které **mohou vést k příznakům demence**, ale po vyřešení abnormálního stavu demence zmizí. Příkladem jsou:

- reakce na některé léky

- nedostatek vitamínů
- infekce
- autoimunitní poruchy (**roztroušená skleróza, systémový lupus**)
- metabolické poruchy nebo nedostatečná výživa (**dehydratace**, hypoglykémie, nedostatek vitamínu E a B12 a podobně)

Otoky mozku nebo krvácení v oblasti mozku může taktéž vést ke vzniku příznaků spojovaných s demencí. Zřídka mohou některá nádorová onemocnění vést k demenci.



Rizikové faktory vedoucí k demenci

Pokud hovoříme o rizikových faktorech, na prvním místě je jednoznačně **věk**, dále pak **rodinná anamnéza**, **Downův syndrom** (vede ke vzniku Alzheimerovy nemoci v atypicky nízkém věku). Podle některých odborníků může být **životní styl** také rizikovým faktorem (alkohol, kouření), **kardiovaskulární onemocnění** nebo **cukrovka**. Zajímavostí je, že někteří odborníci tvrdí, že **špatná ústní hygiena** a může vést ke vzniku demence. Existuje prý spojitost mezi **přemnožení ústních bakterií a vznikem Alzheimerovy nemoci**. Některé typy bakterií byly totiž nalezeny v mozku zemřelých osob s demencí. Tyto bakterie podle všeho pronikají do nervových buněk a mohou je ničit zánětlivou reakcí.

Průběh demence

Tak jako **příčiny vzniku demence jsou rozmanité**, příznaky a **průběh demence je velmi individuální** a liší se člověk od člověka. Některá onemocnění mají **klasický předvídatelný průběh**, jiná progredují různou rychlostí.

Symptomy demence

- Asi nejtypičtějším symptomem jsou **poruchy paměti a poruchy chování, poruchy pozornosti**, neschopnost řešení jednoduchých problémů nebo úkonů a **poruchy jazykové výbavy** a komunikace obecně. Většina nemocí vede k pomalu se zhoršující demenci.
- Klasické jsou také **poruchy rovnováhy, třes končetin**, problém vyjádřit se a komunikovat, **problém s polykáním**, neklid, nespavost, sluchové a zrakové halucinace, deprese, strach, podrážděnost, apatie nebo změny chutí k jídlu.

Demence je chronický progredující stav a velmi často probíhá v určitých stádiích. **Počáteční fáze může mít jen minimální projevy**. Strukturálně ale chorobný proces v mozku začal mnohem dříve.

Fáze demence

1. První projev jsou většinou jen **drobné změny, které dovolují nemocnému zůstat ve své denní rutině**.
2. V dalším stádiu si již blízké osob všimají **změn chování nemocného**. Symptomy začínají narušovat život nemocného. Nemocný zapomíná častěji důležité události nebo aktivity (vzít si léky, vyprat prádlo, zamknout, vypnout vařič a podobně). Nemocná osoba **nezvládá spravovat finance**, opakuje úkony, ztrácí se na dříve známých místech a **nepoznává obličeje**. Veškeré příznaky se zhoršují a nemocný si postupně **není schopen zapamatovat žádné nové informace**. Postižený není schopen řešit ani minimální problém, samostatně vykonat

jednoduché úkony a **ztrácí schopnost samostatně se o sebe postarat.**

3. Pozdní stadium demence je charakterizováno **nesamostatností nemocného, inkontinencí stolice** i moči, nemocný vyžaduje péči 24 hodin denně, asistenci s hygienou, jídlem a pitím. **Nemocný nepoznává své blízké**, ztrácí chuť k jídlu a nemá zájem o jiné aktivity než odpočívat na lůžku. **Nespavost** je dalším typickým příznakem.

Demence **vede k řadě komplikací a ovlivňuje tělesné funkce.** Nechutenství může vést k zácpě a celkovému zpomalení peristaltiky, nemocný může mít problémy s kousáním a polykáním a **vyžaduje mixovanou a tekutou stravu.** Potíže s polykáním mohou vést ke vdechnutí kousku potravy. Normálně sterilní prostředí plic je infikováno a vzniká zánět a dechové obtíže. Neschopnost tělesné hygieny může vést k zánětům močových cest a kožním infekcím. **Infekce u dlouhodobě ležících pacientů v pozdních stádiích vedou k úmrtí.**



Diagnostika demence

Neexistuje jediné jednoduché vyšetření, které by jednoznačně odhalilo vznik demence. I když je demence diagnostikována, bývá složité odhalit přesnou příčinu vzniku. Příznaky se u různých typů demence překrývají a jen podle příznaků nebývá vždy možné odhalit příčinu. Diagnostika demence je velmi komplexní a poměrně složitý proces.

Například Alzheimerova choroba bývá diagnostikována až po zjištění osobní a rodinné anamnézy, po krevním vyšetření, vyšetření celého těla a možné je využít také zobrazovací metody. **Bohužel mnoho typů demence může být potvrzena až biopsií mozkové tkáně** (většinou posmrtně).

Existuje několik poměrně jednoduchých testů (trvají asi 5-15 min), které **mohou odhalit vznik demence.** Jde o standardizovaný test, kdy nemocný odpovídá na různé otázky (orientace v čase, počítání a odpočítávání, orientace událostí a podobně).

Další možností je dotazovat ošetřující osobu a výsledky kombinovat. Tyto testy patří do rukou specialistům jako jsou **neuropsychiatrie, gerontologie a psychologie.** Vhodné je vždy provést rutinní krevní vyšetření (hodnoty vitamínu B12, vitamínu E, elektrolyty, hormony štítné žlázy), aby byly vyloučeny interní onemocnění. Využít by se měly také zobrazovací metody, nejčastěji počítačová tomografie. Obrázek mozkové tkáně může vyloučit nádorové masy, cévní abnormality, krvácení nebo **infarkty myokardu.**

Léčba demence

Léčba demence záleží na příčině vzniku. Smutné je, že většina nejzávažnějších progresivních onemocnění, jako je Alzheimerova nemoc, nelze vyléčit. Existují pouze léky, které přechodně zlepšují příznaky, ale progresi onemocnění nemění (příkladem je *Donepezil, inhibitor acetylcholinesterázy*).

Antipsychotika mohou **zmírnit příznaky halucinací psychóz.** Antidepresiva mají dobrý účinek na nespavost a celkově zklidní nemocného. Někteří odborníci doporučují léky na zvýšení prokrvení mozku v kombinaci s psychoterapií. Vyvážená strava, hydratace a pravidelná denní aktivita je velmi důležitá pro udržení nemocného v kondici.

Nechutenství může rychle snížit potřebnou hodnotu živin, elektrolytů a vitamínů. Kvalitní výživa je důležitá pro prevenci proleženin a prevenci vzniku zánětů. Dnes existuje řada doplňků stravy a koktejlů bohatých na bílkoviny, cukry, tuky i vitamíny. Nutné je myslet nejen na nemocného,

ale také na jeho příbuzné a pečující, jelikož **obecné zlepšení nálady a postoje k demenci má pozitivní přínos na celý proces.**

Z alternativních podpůrných metod mají dobrý účinek **aromaterapie, masáže a někteří zastánci léčebného konopí doporučují koupele a různé masti na zmírnění příznaků.** Všechny zmíněné léčebné a podpůrné metody jsou součástí paliativní péče, jelikož je demence vyléčitelná. Cílem je zajistit co nejlepší kvalitu života nemocného, aby mohl dožít podle svých představ v klidu a bezbolestně.

Prevence demence

V dnešní době neexistuje zaručená prevence (v dědičných případech demence žádná), ale je možné dodržovat určitá pravidla, která mohou pomoci pravděpodobnost snížit.

- Hlavní metodou je udržovat si aktivní mysl, věnovat se aktivitám stimulujícím proces myšlení jako je *čtení, puzzle, slovní hry a trénování paměti.*
- Důležité je také být aktivní fyzicky a *pohybovat se aktivně alespoň 150 minut týdně.*
- *Kouření a alkohol* vedou k poškození cév, proto abstinence v tomto smyslu je pozitivní pro prevenci vzniku demence.
- *Denní přísun vitamínů,* korekce krevního tlaku a cholesterolu, cukrovky nebo obezity jsou velmi přínosné.
- *Dostatečné množství spánku* se také doporučuje.