

Бюджетное учреждение здравоохранения
и судебно-психиатрических экспертиз УР
«Республиканская клиническая психиатрическая больница
Министерства здравоохранения Удмуртской Республики»



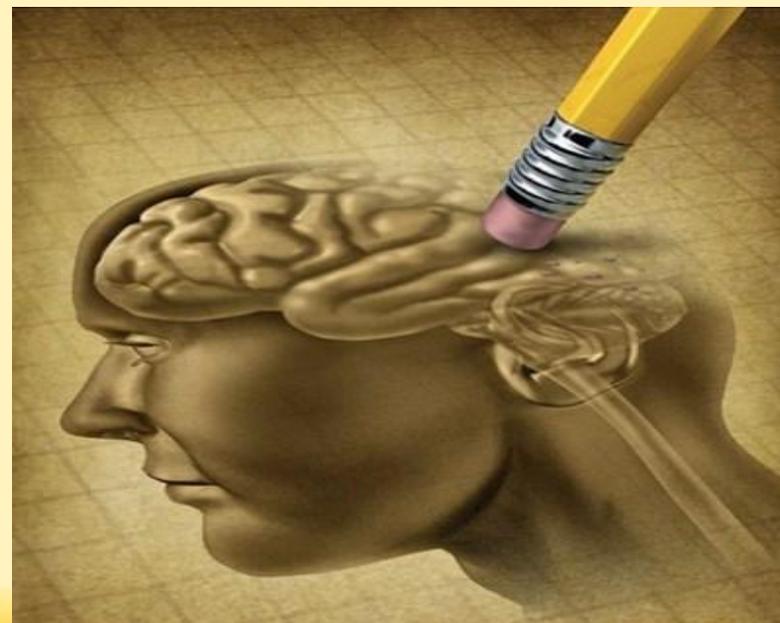
Профилактика деменций

Ксения Константиновна Батохина
врач-психотерапевт



Деменци я

Это приобретенное слабоумие, стойкое снижение познавательной деятельности с утратой в той или иной степени ранее усвоенных знаний и практических навыков и затруднением или невозможностью приобретения **НОВЫХ.**



- Деменция поражает, в основном, пожилых людей, но она не является нормальным состоянием старения.
- Во всем мире около 50 миллионов людей с деменцией, и ежегодно происходит почти 10 миллионов новых случаев заболевания.
- Большинство пациентов поздно обращаются за помощью, когда эффект от лечения минимальный, либо полностью отсутствует.
- Деменция - одна из основных причин инвалидности среди пожилых людей во всем мире.



Причины деменций.

- сосудистые изменения;
- болезнь Альцгеймера;
- интоксикации;
- внутричерепные объемные процессы;
- черепно-мозговые травмы;
- болезнь Паркинсона;
- рассеянный склероз;
- сахарный диабет;
- инфекции;
- другие более редкие причины.



Стадии и симптомы деменций.

Ранняя стадия часто остается незамеченной, так как развивается постепенно.

Общие симптомы включают:

- забывчивость;
- потерю счета времени;
- нарушение ориентации в знакомой местности.



Стадии и симптомы деменций (2)

Средняя стадия: по мере прогрессирования деменции к средней стадии признаки и симптомы становятся более явными и все более суживающими возможности.

Они включают:

- забывчивость в отношении недавних событий и имен людей;
- нарушение ориентации дома;
- возрастающие трудности в общении;
- потребность в помощи для ухода за собой;
- поведенческие трудности, включая бесцельное хождение и задавание одних и тех же вопросов.



Стадии и симптомы деменций (3)

Поздняя стадия: развивается почти полная зависимость и пассивность. Нарушения памяти становятся значительными, а физические признаки и симптомы более очевидными.

Симптомы включают:

- потерю ориентации во времени и пространстве;
- трудности в узнавании родственников и друзей;
- возрастающую потребность в помощи для ухода за собой;
- трудности в передвижении;
- поведенческие изменения, которые могут усугубляться и включать агрессивность.



Диагностика когнитивных расстройств.

Когнитивные функции:

память, внимание, речь, интеллект, мышление и др.

Когнитивные расстройства - это наличие нарушений одной или нескольких когнитивных функций.

Своевременная диагностика когнитивных расстройств помогает предупредить развитие заболеваний и принять необходимые меры для предотвращения прогрессирования болезни.



Память.

Это одна из основных высших мозговых функций, включающая совокупность процессов, обеспечивающих восприятие, хранение, воспроизведение и забывание информации. Именно снижение памяти, в первую очередь, беспокоит пожилого человека и постепенно начинает мешать осуществлению его нормальной жизнедеятельности.

Повышенную забывчивость отмечают у себя не менее 50 % людей старше 50 лет и не менее 75 % старше 70 лет.

В начале заболевания нарушается кратковременная память на недавние события.



Другие когнитивные функции.

Трудности концентрации внимания, повышенная утомляемость, эмоциональная лабильность, снижение способности к сосредоточению - болезненные расстройства, наблюдающиеся при органических поражениях мозга.

Расстройство речи - это распад речевых навыков, связанный с органическими заболеваниями. Могут нарушаться функции речи, счета и письма. Больные путают слова, меняют в них места слогов, постепенно теряют способность к произвольной речи, появляются эхолалии (повторение сказанного другими).



Mini-Mental State Examination - MMSE

Краткая шкала оценки психического статуса

Шкала MMSE имеет 30 - бальную систему. За каждое задание начисляется определённое количество баллов.

28 - 30 баллов - нет нарушений когнитивных функций;

24 - 27 баллов - предметные когнитивные нарушения;

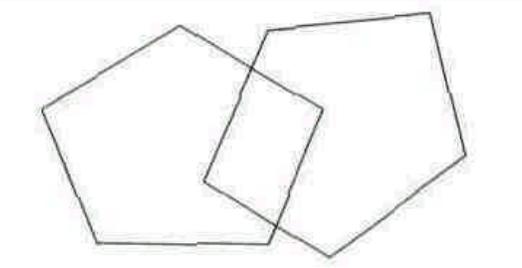
20 - 23 балла - деменция легкой степени выраженности;

11 - 19 баллов - деменция умеренной степени выраженности;

0 - 10 баллов - тяжелая деменция.

Для прохождения теста обычно требуется около 10 минут.



Проба		Балл
1. Ориентировка во времени	Назовите дату (число, месяц, год, день недели, время года)	0-5
2. Ориентировка в месте	Где мы находимся? (страна, область, город, клиника, этаж)	0-5
3. Восприятие	Повторите три слова: карандаш, дом, копейка	0-3
4. Концентрация внимания и счет	Серийный счет ("от 100 отнять 7") - пять раз либо: Произнесите слово "земля" наоборот	0-3
5. Память	Припомните 3 слова (см. пункт 3)	0-3
6. Речь	Общая оценка речи. Показываем ручку и часы, спрашиваем: "как это называется?" Просим повторить предложение: "Никаких если, и или но"	0-3
7. Выполнение 3-этапной команды	Возьмите правой рукой лист бумаги, сложите его вдвое и положите на стол. Или «возьмите ручку, застегните пуговицу» и т.д.	0-3
8. Чтение	"Прочтите и выполните" 1. Закройте глаза 2. Напишите предложение	0-2
Срисуйте рисунок (*см. ниже)		0-1

Когда

Ели заболевание вовремя не распознается и адекватное лечение не назначено, потеря познавательных функций постепенно прогрессирует, приводя, в конечном итоге, к развитию деменции. В этом случае нарушения когнитивных функций выражены настолько, что приводят к затруднениям в обычной для больного бытовой, профессиональной и социальной деятельности.



Профилактика деменций.

2) Отказ от вредных привычек.



ставлю
ТОЧКУ



ПсихиатрияУдмуртии.рф
ПерезагрузиСтресс.рф
8-800-100-09-06

БУЗ и СПЭ УР «Республиканская клиническая психиатрическая больница Минздрава Удмуртии»

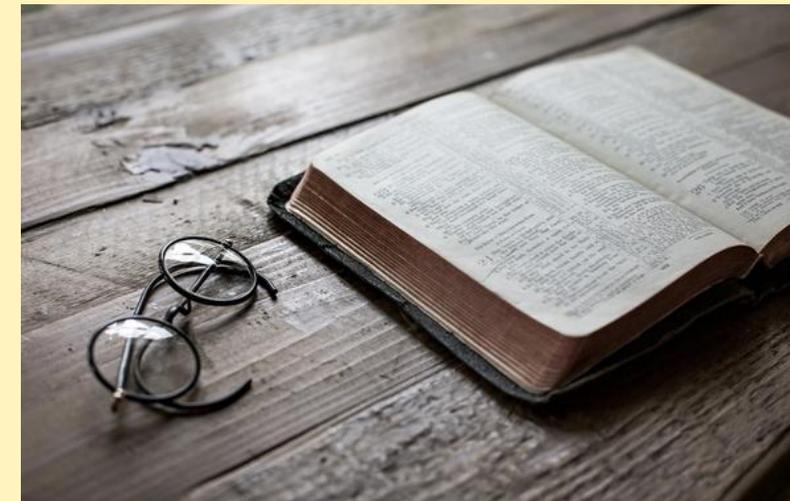
Профилактика деменций.

3) Физическая активность.



Профилактика деменций.

4) Интеллектуальные нагрузки.



Профилактика деменций.

5) Полноценный отдых и борьба со стрессами.



ПсихиатрияУдмуртии.рф
ПерезагрузиСтресс.рф
8-800-100-09-06

БУЗ и СПЭ УР «Республиканская клиническая психиатрическая больница Минздрава Удмуртии»

Профилактика деменций.

6) Правильный прием лекарственных препаратов.





Что у бабушки обыкновенной в голове?

При выявлении признаков деменции необходимо обратиться к специалисту!

1) в поликлинику по месту медицинского обслуживания (терапевт, невролог)

2) в БУЗ и СПЭ УР «РКПБ МЗ УР»

- ул. 30 лет Победы, 100
- (3412) 58-61-87 - регистратура диспансера
- психиатрияУдмуртии.рф
- перезагрузистресс.рф

3) 8-800-100-09-06 - телефон доверия

