

ΕΠΩΝΥΜΟ: Κ.
ΟΝΟΜΑ: ΒΑΣΙΛΕΙΑ
ΤΑΞΗ-ΤΜΗΜΑ: Α' 1
ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ: 26/3/2014

ΕΡΓΑΣΙΑ ΒΙΟΛΟΓΙΑΣ

(με βάση το παράθεμα σελ.157 του σχολικού βιβλίου)

Η νόσος Alzheimer

Η νόσος Alzheimer είναι η πιο συχνή μορφή άνοιας, αφού προσβάλλει το 10% των ατόμων άνω των 60 ετών και το 20% των ατόμων άνω των 80 ετών. Με τον όρο άνοια περιγράφεται η παθολογική κατάσταση της προοδευτικής έκπτωσης των νοητικών λειτουργιών. Η νόσος του Alzheimer ανήκει στις μη αναστρέψιμες εκφυλιστικές άνοιες. Η νόσος παρουσιάζεται κατά την 7η δεκαετία της ζωής, αν και υπάρχουν πρώιμες περιπτώσεις, ακόμα και σε πολύ νεαρή ηλικία (οικογενείς μορφές κυρίως, που παρουσιάζονται σε ένα ποσοστό 25-40% περίπου).

Οι οικογενείς μορφές της νόσου Alzheimer είναι οι εξής:

- Νόσος Alzheimer με πρώιμη έναρξη («προγεροντική» άνοια)

Η μορφή αυτή έχει ισχυρή γενετική συσχέτιση με κάποια γονίδια, είναι πιο σπάνια και εμφανίζεται πριν την ηλικία των 65 ετών.

- Νόσος Alzheimer με όψιμη έναρξη («γεροντική» άνοια)

Η μορφή αυτή είναι η πιο συχνή και εμφανίζεται μετά την ηλικία των 60 ετών. Ο ρόλος των γονιδίων σε αυτή παραμένει ασαφής.

Παράγοντες κινδύνου για τη νόσο αποτελούν η ηλικία (όσο μεγαλύτερη η ηλικία, τόσο μεγαλύτερος ο κίνδυνος) και το οικογενειακό ιστορικό (αν είχε ή έχει κάποιο μέλος στην οικογένεια τη νόσο).

Συμπτώματα

Η νόσος του Αλτσχάιμερ αρχίζει σιγά-σιγά. Στην αρχή, το μόνο σύμπτωμα μπορεί να είναι η ήπια απώλεια μνήμης. Οι άνθρωποι στο αρχικό στάδιο της νόσου του Αλτσχάιμερ μπορεί να έχουν πρόβλημα στο να θυμούνται πρόσφατα γεγονότα, δραστηριότητες, ή τα ονόματα των οικείων προσώπων ή πραγμάτων. Απλά μαθηματικά προβλήματα μπορεί να είναι δύσκολο να λυθούν. Τέτοιες δυσκολίες μπορεί να αποτελούν ενόχληση, αλλά συνήθως δεν είναι αρκετά σοβαρές ώστε να προκαλούν ανησυχία. Ωστόσο, δεδομένου ότι η ασθένεια εξελίσσεται, η απώλεια μνήμης αρχίζει να παρεμβαίνει στις καθημερινές δραστηριότητες. Οι άνθρωποι ξεχνούν το δρόμο για το σπίτι ή βρίσκουν δυσκολία στην αντιμετώπιση των αναγκών της καθημερινής ζωής. Αυτά είναι συμπτώματα που γίνονται πιο εύκολα αντιληπτά, αλλά και αρκετά σοβαρά, ώστε να ωθήσουν τους ανθρώπους με νόσο Αλτσχάιμερ ή τα μέλη των οικογενειών τους να αναζητήσουν ιατρική βοήθεια. Οι άνθρωποι στο μέσο στάδιο της νόσου του Alzheimer μπορεί να ξεχάσουν πώς να κάνουν βασικές εργασίες, όπως το βούρτσισμα των δοντιών τους ή να χτενίζουν τα

μαλλιά τους. Δεν μπορούν πλέον να σκεφτούν καθαρά. Αρχίζουν να έχουν προβλήματα στην ομιλία, την κατανόηση, την ανάγνωση και τη γραφή. Αργότερα, τα άτομα με νόσο Alzheimer μπορεί να γίνουν ανήσυχα, ταραγμένα ή επιθετικά, ή να περιπλανηθούν μακριά από το σπίτι τους. Τελικά, οι ασθενείς χρειάζονται πλήρη και συνολική φροντίδα.

Τα συμπτώματα της ήπιας νόσου Alzheimer περιλαμβάνουν:

- απώλεια μνήμης
- σύγχυση σχετικά με τις γνωστές θέσεις των πραγμάτων
- Ανάγκη περισσότερου χρόνου για την εκτέλεση των συνηθισμένων καθημερινών εργασιών
- πρόβλημα στη διαχείριση χρημάτων και την πληρωμή λογαριασμών
- κακή κρίση που οδηγεί σε κακές αποφάσεις
- απώλεια του αυθορμητισμού και του πνεύματος πρωτοβουλίας
- διάθεση και προσπάθεια για αλλαγές
- αυξημένο άγχος
- αυξανόμενη απώλεια μνήμης και σύγχυση
- μειωμένη διάρκεια προσοχή
- πρόβλημα στην αναγνώριση των φίλων και των μελών της οικογένειας
- δυσκολία στη χρήση της γλώσσα, όπως προβλήματα με την ανάγνωση και τη γραφή
- δυσκολία στην εργασία με αριθμούς
- δυσκολία στην οργάνωση των σκέψεων και τη λογική σκέψη
- ανικανότητα γνώσης νέων πραγμάτων και αντιμετώπισης νέων ή απροσδόκητων καταστάσεων
- ανησυχία, διέγερση, άγχος, πολλά κλάματα
- περιπλάνηση, ιδιαίτερα αργά το απόγευμα ή τη νύχτα
- επαναλαμβανόμενες δηλώσεις ή κινήσεις, περιστασιακές συσπάσεις των μυών
- ψευδαισθήσεις και παραλήρημα, καχυποψία και παράνοια, ευερεθιστότητα
- απώλεια ελέγχου των παρορμήσεων
- αντιληπτικά και κινητικά προβλήματα

Τα συμπτώματα της προχωρημένης νόσου Alzheimer περιλαμβάνουν:

- πλήρη αδυναμία αναγνώρισης της οικογένειας και των αγαπημένων προσώπων
- αδυναμία επικοινωνίας
- απώλεια της αίσθησης του εαυτού
- απώλεια βάρους
- επιληπτικές κρίσεις, λοιμώξεις του δέρματος, δυσκολία στην κατάποση
- στεναγμούς, γκρίνια, ρουθούνισμα
- αύξηση των ωρών ύπνου
- αδυναμία ελέγχου της ουροδόχου κύστης και του εντέρου
- συνολική εξάρτηση από τον φροντιστή

Αιτίες εμφάνισης-παράγοντες κινδύνου

Οι επιστήμονες δεν έχουν ακόμη κατανοήσει πλήρως τί προκαλεί τη νόσο του Alzheimer. Είναι πιθανό ότι δεν πρόκειται για μία μεμονωμένη αιτία, αλλά για διάφορους

παράγοντες που επηρεάζουν κάθε άτομο με διαφορετικό τρόπο. Η ηλικία είναι ο πιο σημαντικός γνωστός παράγοντας κινδύνου για τη νόσο Alzheimer. Ο αριθμός των ατόμων που εμφανίζουν τη νόσο διπλασιάζεται κάθε 5 χρόνια, πέρα από την ηλικία των 65 ετών.

Το **οικογενειακό ιστορικό** είναι ένας άλλος παράγοντας κινδύνου. Οι επιστήμονες πιστεύουν ότι η γενετική μπορεί να παίζει κάποιο ρόλο στην εμφάνιση της νόσου του Alzheimer. Για παράδειγμα, η πρόωγη οικογενής μορφή Αλτσχάιμερ, που παρουσιάζεται μεταξύ των ηλικιών 30 και 60, έχει μεταβιβαστεί στο άτομο κληρονομικά.

Η πιο κοινή μορφή της νόσου του Alzheimer είναι γνωστή ως ύστερη. Παρατηρείται σε προχωρημένη ηλικία και δεν θεωρείται ότι συνδέεται με την οικογένεια στις περισσότερες περιπτώσεις. Ένας παράγοντας κινδύνου για αυτό το είδος της νόσου του Alzheimer είναι ένα γονίδιο που δημιουργεί **μία μορφή πρωτεΐνης που ονομάζεται apolipoprotein E ή apoE**.

Ο κάθε άνθρωπος έχει την apoE, η οποία βοηθά στη μεταφορά χοληστερόλης στο αίμα. Μόνο το 15 τοις εκατό των ανθρώπων περίπου έχει τη μορφή που αυξάνει τον κίνδυνο της νόσου του Alzheimer. Είναι πιθανό ότι κι άλλα γονίδια μπορεί επίσης να αυξάνουν τον κίνδυνο της νόσου του Alzheimer, αλλά αυτά και η προστασία εναντίον τους μένει να ανακαλυφθούν.

Οι επιστήμονες πρέπει ακόμη να μάθουν πολλά περισσότερα στοιχεία σχετικά με τις αιτίες και τους παράγοντες κινδύνου. Εκτός από τη γενετική και την apoE, μελετούν επίσης παράγοντες, όπως η εκπαίδευση, η διατροφή, το περιβάλλον και οι μοριακές αλλαγές στον εγκέφαλο για να μάθουν τί ρόλο μπορεί να παίζουν στην ανάπτυξη της ασθένειας.

Οι επιστήμονες βρίσκουν ολοένα περισσότερες ενδείξεις ότι ορισμένοι από τους παράγοντες κινδύνου για καρδιακές παθήσεις -όπως η υψηλή πίεση αίματος, η υψηλή χοληστερόλη και τα χαμηλά επίπεδα της βιταμίνης φυλλικού οξέος (B12)- μπορεί επίσης να αυξήσουν τον κίνδυνο της νόσου του Alzheimer. Επίσης, οι ερευνητές εξετάζουν την πιθανότητα η προστασία της σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής υγείας μέσα από διάφορες δραστηριότητες, ώστε ο εγκέφαλος να διατηρείται ενεργός, μπορεί να συνδέεται με μειωμένο κίνδυνο εμφάνισης της νόσου του Alzheimer. Οι δραστηριότητες αυτές περιλαμβάνουν την ακρόαση ραδιοφώνου, το διάβασμα εφημερίδων, τα παιχνίδια παζλ και τις επισκέψεις σε μουσεία.

Διάγνωση

Η έγκαιρη και ακριβής διάγνωση της νόσου Alzheimer βοηθά τους ασθενείς και τις οικογένειές τους να σχεδιάσουν το μέλλον. Τους δίνει χρόνο για να συζητήσουν τις επιλογές περίθαλψης, ενώ ο ασθενής μπορεί να πάρει ακόμη μέρος στη λήψη αποφάσεων. Παρόλο που κανένα φάρμακο δεν μπορεί να επιβραδύνει την εμφάνιση ή την εξέλιξη της νόσου του Alzheimer, η έγκαιρη διάγνωση προσφέρει την καλύτερη ευκαιρία για τη θεραπεία των συμπτωμάτων της νόσου.

Σήμερα, ο μόνος σίγουρος τρόπος για τη διάγνωση της νόσου του Alzheimer είναι να μάθουμε εάν υπάρχουν πλάκες και αλλοιώσεις στον εγκεφαλικό ιστό. Για να δουν τον εγκεφαλικό ιστό, οι γιατροί πρέπει να περιμένουν μέχρι να γίνει αυτοψία, η οποία είναι μία εξέταση του σώματος που γίνεται αφού ένα άτομο πεθάνει. Ως εκ τούτου, οι γιατροί μπορούν να κάνουν μόνο μία διάγνωση «πιθανή» για τη νόσο του Αλτσχάιμερ, ενώ το άτομο είναι ακόμα ζωντανό. Σε εξειδικευμένα κέντρα, οι γιατροί μπορούν να διαγνώσουν τη νόσο του Αλτσχάιμερ σωστά στο 90 τοις εκατό των περιπτώσεων.

Οι γιατροί χρησιμοποιούν διάφορους τρόπους για την «πιθανή» διάγνωση της νόσου του Alzheimer:

- Ένα πλήρες ιατρικό ιστορικό με ερωτήσεις σχετικές με τη γενική υγεία του ατόμου, τα ιατρικά προβλήματα του παρελθόντος, και τυχόν δυσκολίες στην εκτέλεση καθημερινών δραστηριοτήτων.
- Ιατρικές εξετάσεις, όπως εξετάσεις αίματος, ούρων ή εγκεφαλονωτιαίου υγρού.
- Δοκιμές για τη μέτρηση της μνήμης, την επίλυση προβλημάτων, την προσοχή, την αρίθμηση και τη χρήση της γλώσσας.
- Τομογραφίες του εγκεφάλου που επιτρέπουν στο γιατρό να εξετάσει την εικόνα του εγκεφάλου για να δει αν κάτι δεν φαίνεται κανονικό.

Μερικές φορές, τα αποτελέσματα αυτών των δοκιμών μπορούν να βοηθήσουν το γιατρό να βρει άλλες πιθανές αιτίες των συμπτωμάτων του ατόμου. Για παράδειγμα, τα προβλήματα του θυρεοειδούς, οι παρενέργειες ενός φαρμάκου, η κατάθλιψη, οι όγκοι του εγκεφάλου και η νόσος των αιμοφόρων αγγείων στον εγκέφαλο μπορούν να προκαλέσουν συμπτώματα παρόμοια με αυτά της νόσου του Alzheimer. Μερικές από αυτές τις άλλες περιπτώσεις μπορούν να αντιμετωπιστούν με επιτυχία.

Θεραπεία

Δεν υπάρχει γνωστή θεραπεία για τη νόσο Αλτσχάιμερ, αλλά υπάρχουν θεραπείες που μπορούν να αποτρέψουν κάποια συμπτώματα από το να χειροτερέψουν για περιορισμένο χρονικό διάστημα. Συνεχίζεται, όμως, η έρευνα που θα παρέχει ενδείξεις για τον τρόπο με τον οποίο το Αλτσχάιμερ αναπτύσσεται και τους λόγους που ξεκινά. Υπάρχει, επίσης, η ελπίδα ότι κάποια μέρα μπορεί να είναι δυνατή η καθυστέρηση της εκδήλωσης της νόσου του Alzheimer, η επιβράδυνση τη προόδου της ή ακόμα και η αποφυγή της.

Η νόσος Αλτσχάιμερ εξελίσσεται αργά, αρχής γενομένης με ήπια προβλήματα μνήμης και τελειώνει στο θάνατο. Το πόσο διαρκεί η πορεία της νόσου και πόσο γρήγορα συμβαίνουν οι αλλαγές ποικίλει από άτομο σε άτομο. Ο χρόνος από τη διάγνωση μέχρι το τέλος της ζωής ποικίλλει. Μπορεί να είναι μόλις 3 χρόνια, εάν το άτομο είναι πάνω από 80 ετών, όταν διαγνωσθεί. Ή μπορεί να διαρκέσει έως και 10 χρόνια ή και περισσότερο αν το άτομο είναι νεότερο.

Ένα άτομο με Αλτσχάιμερ θα πρέπει να είναι υπό τη φροντίδα ενός γιατρού και να βλέπει έναν νευρολόγο, ψυχίατρο, οικογενειακό γιατρό, παθολόγο ή Γηρίατρο - έναν ειδικό ο οποίος αντιμετωπίζει ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας. Ο γιατρός μπορεί να θεραπεύσει τα

σωματικά προβλήματα και τα προβλήματα συμπεριφοράς του ατόμου και να απαντήσει σε πολλές ερωτήσεις που το άτομο ή η οικογένεια μπορεί να έχουν.

Καμία θεραπεία δεν μπορεί να σταματήσει τη νόσο του Αλτσχάιμερ. Ωστόσο, για μερικούς ανθρώπους στις αρχές και τα μεσαία στάδια της νόσου, τα φάρμακα Aricept , Exelon ή Razadyne - παλαιότερα γνωστό ως Reminyl - μπορούν να βοηθήσουν στην πρόληψη μερικών συμπτωμάτων από το να γίνουν χειρότερα για περιορισμένο χρονικό διάστημα. Το Aricept έχει επίσης εγκριθεί για σοβαρά συμπτώματα της νόσου του Alzheimer. Ένα άλλο φάρμακο, το Namenda, έχει εγκριθεί για χρήση σε μέτρια έως σοβαρή μορφή της νόσου, αν και είναι επίσης περιορισμένο ως προς τα αποτελέσματά του.

Επίσης, ορισμένα φάρμακα μπορούν να βοηθήσουν στον έλεγχο της συμπεριφοράς των συμπτωμάτων της νόσου του Alzheimer, όπως αϋπνία, διέγερση, περιπλάνηση, άγχος και κατάθλιψη. Η αντιμετώπιση αυτών των συμπτωμάτων καθιστά συχνά τους ασθενείς πιο άνετους και τη φροντίδα τους πιο εύκολη για τους φροντιστές. Τα μέλη της οικογένειας και οι φίλοι μπορούν να βοηθήσουν τους ανθρώπους στα πρώιμα στάδια της νόσου του Alzheimer στο καθημερινό τους πρόγραμμα, τις σωματικές δραστηριότητες, και τις κοινωνικές επαφές. Τα άτομα με Αλτσχάιμερ θα πρέπει να είναι διαρκώς ενημερωμένα για τις λεπτομέρειες της ζωής τους, όπως την ώρα της ημέρας, το μέρος όπου ζουν, και το τί συμβαίνει στο σπίτι ή στον κόσμο.

Βοηθήματα μνήμης μπορεί να βοηθήσουν τους ασθενείς στα αρχικά στάδια της νόσου του Alzheimer. Μερικές οικογένειες βρίσκουν ότι ένα μεγάλο ημερολόγιο, μία λίστα των καθημερινών δραστηριοτήτων, σημειώσεις σχετικά με τη λήψη απλών μέτρων ασφαλείας και γραπτές οδηγίες που περιγράφουν τον τρόπο χρήσης κοινών ειδών οικιακής χρήσης είναι πολύ χρήσιμα βοηθήματα.

Πρόληψη

Η μαγνητική τομογραφία του εγκεφάλου υγιών ανθρώπων ενδέχεται να μπορεί να αποκαλύψει συμπτώματα της νόσου Αλτσχάιμερ περίπου μία δεκαετία προτού διαγνωστεί κλινικά η ασθένεια μέσω της καταγραφής της συρρίκνωσης τμημάτων του εγκεφάλου σε περιοχές που σχετίζονται με την εμφάνιση της νόσου.

Το ειδικό διαγνωστικό εγκεφαλικό τεστ, που θα προβλέπει δέκα χρόνια πριν την εκδήλωση της νόσου Alzheimer, θα είναι έτοιμο σε ένα χρόνο και θα ενταχθεί στις εξετάσεις του ετήσιου ελέγχου, στα νοσοκομεία. Περίπου 18 εκατομμύρια άνθρωποι πάσχουν σε όλο τον κόσμο από άνοια και το τεστ αυτό θα συμβάλει στην αντιμετώπιση της νευροεκφυλιστικής αυτής πάθησης.

Το τεστ, βασίζεται στην τεχνική της τομογραφίας εκπομπής ποζιτρονίων (PET) και μπορεί να εντοπίσει και να αναλύσει μια πρωτεΐνη, το βήτα αμυλοειδές, που παρατηρείται στη νόσο Alzheimer. Την αποτελεσματικότητα του PET στη διάγνωση Alzheimer αποδεικνύουν τρεις μελέτες από τα πανεπιστήμια της Μελβούρνης και του

Τέξας.

Προς το παρόν, δεν υπάρχουν θεραπείες, φάρμακα ή χάπια που μπορούν να αποτρέψουν την εμφάνιση της νόσου του Alzheimer, αλλά ορισμένα μέτρα μπορούν να μειώσουν τον κίνδυνο. Σε αυτά περιλαμβάνονται:

- η μείωση των επιπέδων χοληστερόλης
- η μείωση των επιπέδων της υψηλής πίεσης του αίματος
- ο έλεγχος του διαβήτη
- η τακτική άσκηση
- οι δραστηριότητες που ευνοούν το μυαλό
- η υγιεινή διατροφή είναι σημαντική. Αν και καμία δίαιτα ή συμπλήρωμα διατροφής δεν έχει βρεθεί ότι βοηθά στην πρόληψη ή την αντιστροφή της νόσου του Alzheimer, μια ισορροπημένη διατροφή βοηθά να διατηρηθεί συνολικά η καλή υγεία του ατόμου.