

# ΝΟΣΟΣ ALZHEIMER

της Σταυρούλας Β. Α1



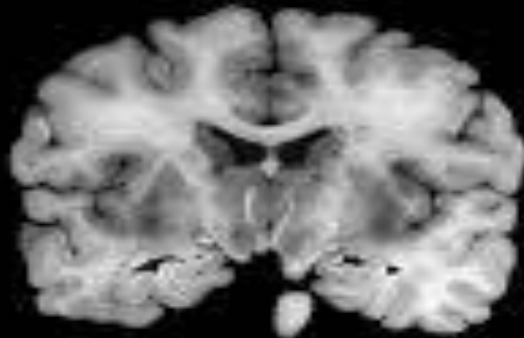
**Brain Atrophy in Advanced Alzheimer's Disease**



**Normal**



**AD**



# Σε αυτήν την εργασία θα μελετήσουμε τη νόσο του Alzheimer απαντώντας στα παρακάτω ερωτήματα:



- Τι είναι η νόσος του Alzheimer;.....3
- Ποια είναι τα αίτια εμφάνισής της;.....6
- Ποια είναι τα συμπτώματα της νόσου; .....10
- Υπάρχει θεραπεία για τη συγκεκριμένη νόσο;.....12
- Πηγές.....17

# Τι είναι η νόσος του Alzheimer;



- Η Νόσος Αλτσχάιμερ είναι η πιο κοινή μορφή άνοιας (προοδευτική απώλεια των πνευματικών λειτουργιών, ανεξάρτητη από αυτήν που συνοδεύει η γήρανση του εγκεφάλου).
- Είναι μια ασθένεια μη θεραπεύσιμη, εκφυλιστική και θανατηφόρα η οποία περιγράφηκε αρχικά από το Γερμανό ψυχίατρο και νευροπαθολόγο **Αλοΐσιο Αλτσχάιμερ** το 1906 (εξ ού και το όνομα). Γενικά εντοπίζεται στους ανθρώπους πάνω από 65 ετών, αν και το, λιγότερο συχνά, πρόωρο Αλτσχάιμερ μπορεί να εμφανιστεί πολύ νωρίτερα, ίσως και πριν τα 50.

# Τι είναι η νόσος του Alzheimer;



**Alois Alzheimer**  
1864–1915



# Τι είναι η νόσος του Alzheimer;



- Η αιτία και η πρόοδος η της ασθένειας δεν είναι κατανοητή καλά ακόμη. Η έρευνα δείχνει ότι η ασθένεια συνδέεται με πλάκες στον εγκέφαλο. Στους πάσχοντες παρατηρήθηκαν ανωμαλίες σε νευρώνες, κυρίως σε περιοχές του φλοιού των ημισφαιρίων. Στις περιοχές αυτές παρατηρούνται εξωκυτταρικές εναποθέσεις (αμυλοειδείς πλάκες) λόγω συσσώρευσης μιας μικρού μοριακού βάρους πρωτεΐνης, της β-αμυλοειδούς πρωτεΐνης. Η αυξημένη συγκέντρωση της πρωτεΐνης αυτής οδηγεί πιθανώς στη λύση των λυσοσωμάτων, με συνέπεια την καταστροφή των νευρικών κυττάρων. Η πρωτεΐνη αυτή αποτελεί τμήμα μιας άλλης πρόδρομης πρωτεΐνης της A $\beta$ P (Amyloid Precursor Protein), που φυσιολογικά βρίσκεται στην κυτταρική μεμβράνη των νευρώνων και άλλων κυττάρων.

# Τι είναι η νόσος του Alzheimer;



- Μια μορφή της νόσου φαίνεται να είναι κληρονομική. Έχει απομονωθεί γονίδιο στο 21ο ζεύγος των χρωμοσωμάτων, το οποίο καθορίζει τη δομή της πρόδρομης πρωτεΐνης. Η γονιδιακή αυτή θέση αποκτά ιδιαίτερο ενδιαφέρον, διότι όλα σχεδόν τα άτομα που πάσχουν από το σύνδρομο Down (τρισωμία 21) και επιβιώνουν μετά τα 35 έτη εμφανίζουν συμπτώματα της ασθένειας Alzheimer

# Ποια είναι τα αίτια εμφάνισής της;



□ Αν και μεγάλη έρευνα εξακολουθεί να γίνεται και σήμερα για τις πιθανές αιτίες της νόσου του Alzheimer, εμπειρογνώμονες δεν είναι ακόμα βέβαιοι γιατί επιδεινώνονται τα κύτταρα του εγκεφάλου. Ωστόσο, υπάρχουν πολλοί παράγοντες που είναι γνωστό ότι συνδέονται με έναν υψηλότερο κίνδυνο ανάπτυξης της νόσου. Αυτοί είναι οι εξής:

## ➤ **Ηλικία**

- Μετά την ηλικία των 65 ο κίνδυνος ανάπτυξης της νόσου του Alzheimer διπλασιάζεται κάθε πέντε χρόνια. Αν και αναπτύσσεται κατά τα γηρατειά, μερικοί νεότεροι άνθρωποι μπορούν επίσης να την αναπτύξουν. Σύμφωνα με την καναδική Medical Association Journal ο κίνδυνος ανάπτυξης της νόσου του Alzheimer είναι ο εξής:
  - Ηλικίες 65-74, 1 σε 100
  - Ηλικίες 75-84, 1 σε 14
  - Ηλικία άνω των 85, 1 σε 4

# Ποια είναι τα αίτια εμφάνισής της;



## ➤ **Οικογενειακό ιστορικό**

- Οι άνθρωποι που έχουν ένα στενό μέλος της οικογένειας που έχει αναπτύξει Αλτσχάιμερ έχουν ελαφρώς υψηλότερο κίνδυνο να αναπτύξουν οι ίδιοι. Μόνο περίπου 7% των περιπτώσεων που σχετίζονται με τα γονίδια προκαλούν την πρώιμη έναρξη που κληρονομεί οικογενή μορφή της νόσου. Ανάμεσα σε αυτούς που έχουν κληρονομήσει την κατάσταση, μπορεί να ξεκινήσει σε μικρότερη ηλικία.

## ➤ **Σύνδρομο Down**

- Τα άτομα με σύνδρομο Down έχουν ένα επιπλέον αντίγραφο του χρωμοσώματος 21, το οποίο περιέχει μια πρωτεΐνη που υπάρχει στον εγκέφαλο των ατόμων με Αλτσχάιμερ. Καθώς τα άτομα με σύνδρομο Down έχουν μια μεγαλύτερη ποσότητα αυτής της πρωτεΐνης σε σχέση με άλλες, ο κίνδυνος εμφάνισης της νόσου είναι μεγαλύτερος.



# Ποια είναι τα αίτια εμφάνισής της;



## ➤ **Τραύματα στο κεφάλι**

- Μερικές μελέτες έχουν εντοπίσει μια σχέση μεταξύ χτυπήματος στο λαιμό και τραυμάτων στο κεφάλι με υψηλότερο κίνδυνο ανάπτυξης της νόσου του Alzheimer.

## ➤ **Αλουμίνιο**

- Αλουμίνιο υπάρχει στις πλάκες των αλλοιώσεων στον εγκέφαλο των ασθενών με Alzheimer. Μερικοί έχουν προτείνει ότι η απορρόφηση αλουμινίου από τους ανθρώπους θα μπορούσε να αυξήσει τον κίνδυνο. Ωστόσο, μελέτες έχουν αποτύχει να βρουν ένα σύνδεσμο. Αλουμίνιο υπάρχει σε ορισμένα τρόφιμα και φυτά. Βρίσκεται σε ορισμένα τηγάνια μαγειρέματος, φάρμακα και συσκευασίες. Οι επιστήμονες αμφιβάλλουν ότι υπάρχει μια σύνδεση, επειδή το σώμα μας απορροφά ελάχιστα ποσά και η περίσσεια εξαλείφεται μέσω των ούρων.

## ➤ **Γένος**

- Ένα υψηλότερο ποσοστό των γυναικών από τους άνδρες αναπτύσσουν Αλτσχάιμερ. Εφόσον οι γυναίκες ζουν περισσότερο από τους άνδρες, και ο κίνδυνος του Αλτσχάιμερ αυξάνεται με την ηλικία, αυτό μπορεί να εξηγεί εν μέρει το λόγο.

# Ποια είναι τα αίτια εμφάνισής της;



## ➤ **Καρδιακή νόσος**

- Οι άνθρωποι με τους παράγοντες κινδύνου της καρδιακής νόσου – υψηλή αρτηριακή πίεση (υπέρταση), υψηλή χοληστερόλη, διαβήτης – έχουν υψηλότερο κίνδυνο ανάπτυξης της νόσου του Alzheimer.
- **Επεξεργασμένα τρόφιμα και τα λιπάσματα (νιτρικών)**
- Μια μελέτη που πραγματοποιήθηκε από ερευνητές στο Rhode Island Hospital διαπίστωσαν σημαντική σχέση μεταξύ αυξημένων επιπέδων των νιτρικών αλάτων στο περιβάλλον και την τροφή μας, με την αύξηση των θανάτων από ασθένειες, συμπεριλαμβανομένης της νόσου του Alzheimer, διαβήτη και Πάρκινσον.

Ποια είναι τα αίτια εμφάνισής της;



# Ποια είναι τα συμπτώματα της νόσου;



- ✓ Η Νόσος του Αλτσχάιμερ αρχίζει σιγά-σιγά. Αρχικά, το μόνο σύμπτωμα μπορεί να είναι ήπια λήθη. Οι άνθρωποι στο αρχικό στάδιο της νόσου του Αλτσχάιμερ μπορεί να έχουν πρόβλημα να θυμούνται πρόσφατα γεγονότα, δραστηριότητες, ή τα ονόματα των οικείων προσώπων ή πραγμάτων. Αλλά μαθηματικά προβλήματα μπορεί να είναι δύσκολο να λυθούν. Τέτοιες δυσκολίες μπορεί να είναι μια ενόχληση, αλλά συνήθως δεν είναι αρκετά σοβαρές ώστε να προκαλούν ανησυχία. Ωστόσο, δεδομένου ότι η ασθένεια συνεχίζεται, λήθη θα αρχίσει να παρεμβαίνει με τις καθημερινές δραστηριότητες. Οι άνθρωποι μπορεί να ξεχάσουν το δρόμο για το σπίτι ή το βρίσκουν δύσκολο να αντιμετωπίσουν την καθημερινή ζωή.
- ✓ Οι άνθρωποι ,έπειτα, κατά την εξέλιξη της νόσου του Alzheimer μπορεί να ξεχάσουν πώς να κάνουν βασικές εργασίες, όπως το βούρτσισμα των δοντιών τους ή το χτένισμα των μαλλιών τους. Δεν μπορούν πλέον να σκεφτούν καθαρά. Αρχίζουν να έχουν προβλήματα ομιλίας, κατανόησης, ανάγνωσης ή γραφής.
- ✓ Αργότερα, τα άτομα με νόσο Alzheimer μπορεί να γίνουν ανήσυχα, ταραγμένα ή επιθετικά, ή να περιπλανηθούν μακριά από το σπίτι.

# Ποια είναι τα συμπτώματα της νόσου;



Συνοπτικά λοιπόν τα άτομα που προσβάλλονται από τη νόσο εμφανίζουν:

- ✓ Απώλεια μνήμης
- ✓ Μειωμένη ικανότητα σκέψης και λογικής αιτιολόγησης
- ✓ Δυσκολίες στην επικοινωνία με άλλα άτομα
- ✓ Ανικανότητα στην εκπλήρωση απλών καθημερινών δραστηριοτήτων
- ✓ Απώλεια του αυθορμητισμού και του πνεύματος πρωτοβουλίας
- ✓ Μειωμένη διάρκεια προσοχή
- ✓ Δυσκολία με τη γλώσσα, π.χ προβλήματα με ανάγνωση και γραφή
- ✓ Ανησυχία, διέγερση, άγχος, πολλά κλάματα
- ✓ Περιπλάνηση - ιδιαίτερα αργά το απόγευμα ή τη νύχτα
- ✓ Ψευδαισθήσεις και παραλήρημα, η καχυποψία και παράνοια, ευερεθιστότητα

# Ποια είναι τα συμπτώματα της νόσου;



# Υπάρχει θεραπεία για τη συγκεκριμένη νόσο;



- Δεν υπάρχει γνωστή θεραπεία για τη νόσο Αλτσχάιμερ, καθώς η έρευνα συνεχίζεται, αλλά υπάρχουν θεραπείες που μπορούν να αποτρέψουν κάποια συμπτώματα της. Κάποια μέρα μπορεί να είναι δυνατό να καθυστερήσουν την εκδήλωση της νόσου του Alzheimer, να επιβραδύνουν την πρόοδό της, ή ακόμα και να αποφευχθεί και η ίδια.
- Η Νόσος Αλτσχάιμερ εξελίσσεται αργά, αρχής γενομένης με ήπια προβλήματα μνήμης, και τελειώνει στο θάνατο. Οι αλλαγές που συμβαίνουν ποικίλουν από άτομο σε άτομο. Ο χρόνος από τη διάγνωση μέχρι τέλος της ζωής ποικίλλει. Μπορεί να είναι μόλις 3 έτη, εάν το άτομο είναι πάνω από 80, όταν διαγνωσθεί. Ή μπορεί να διαρκέσει έως και 10 χρόνια ή και περισσότερο αν το πρόσωπο είναι νεότερο.
- Ένα άτομο με Αλτσχάιμερ θα πρέπει να είναι υπό τη φροντίδα ενός γιατρού και να παρακολουθείται από μια νευρολόγο, ψυχίατρο, οικογενειακό γιατρό, παθολόγο, ή Γηρίατρο - έναν ειδικό ο οποίος αντιμετωπίζει ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας. Ο γιατρός μπορεί να θεραπεύσει προβλήματα συμπεριφοράς του ατόμου και να απαντήσει σε πολλές ερωτήσεις που το πρόσωπο ή η οικογένεια μπορεί να έχει.

# Υπάρχει θεραπεία για τη συγκεκριμένη νόσο;



- Τα μέλη της οικογένειας και οι φίλοι μπορούν να βοηθήσουν τους ανθρώπους στα πρώιμα στάδια της νόσου του Alzheimer. Τα άτομα με Αλτσχάιμερ θα πρέπει να είναι διαρκώς ενημερωμένα για τις λεπτομέρειες της ζωής τους, όπως την ώρα της ημέρας, όπου ζουν, και το τι συμβαίνει στο σπίτι ή στον κόσμο.
- Μερικές οικογένειες βρίσκουν ότι ένα μεγάλο ημερολόγιο, μια λίστα των καθημερινών προγραμμάτων, σημειώσεις σχετικά με τη λήψη απλών μέτρων ασφαλείας, και γραπτές οδηγίες που περιγράφουν τον τρόπο χρήσης κοινών ειδών οικιακής χρήσης είναι πολύ χρήσιμα βοηθήματα.
- Καμία θεραπεία δεν μπορεί να σταματήσει τη νόσο του Αλτσχάιμερ. Ωστόσο, για μερικούς ανθρώπους στις αρχές και τα μεσαία στάδια της νόσου, υπάρχουν φάρμακα που μπορούν να βοηθήσουν :
  - στην πρόληψη μερικών συμπτωμάτων
  - στον έλεγχο της συμπεριφοράς των συμπτωμάτων της νόσου όπως αϋπνία, διέγερση, περιπλάνηση, άγχος και κατάθλιψη.



# Υπάρχει θεραπεία για τη συγκεκριμένη νόσο;



- Τέλος υπάρχουν κάποιες μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις, για την ενίσχυση των νοητικών λειτουργιών των ατόμων με άνοια, η αποτελεσματικότητα των οποίων έχει τεκμηριωθεί με επιστημονικές μελέτες και είναι οι εξής:
- Νοητική ενδυνάμωση – ασκήσεις μνήμης
- Εργοθεραπεία – δημιουργική απασχόληση
- Λογοθεραπεία
- Θεραπείες Τέχνης
- Γυμναστική

# Υπάρχει θεραπεία για τη συγκεκριμένη νόσο;



Τα πλεονεκτήματα των μη φαρμακευτικών παρεμβάσεων στην άνοια είναι:

- Δεν έχουν ανεπιθύμητες ενέργειες, σε αντίθεση με τα φάρμακα
- Είναι ευέλικτες και προσαρμόζονται απόλυτα στις ανάγκες του κάθε ασθενούς
- Ο ασθενής συμμετέχει ενεργά στην αντιμετώπιση της νόσου του, δραστηριοποιείται και δεν περιμένει παθητικά τα αποτελέσματα της φαρμακευτικής θεραπείας

# Υπάρχει θεραπεία για τη συγκεκριμένη νόσο;



- Οι μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις δεν έρχονται να αντικαταστήσουν την υπάρχουσα φαρμακευτική θεραπεία. Στόχος τους είναι η ενίσχυση της δράσης των φαρμάκων, βελτιώνοντας το θεραπευτικό αποτέλεσμα. Οι παρεμβάσεις αυτές μπορούν να επιδράσουν θετικά και στη λειτουργικότητα και στην ποιότητα ζωής του ατόμου. Καθώς η νόσος εξελίσσεται και η νοητική έκπτωση επιδεινώνεται, **αυτό που κρίνεται σημαντικό είναι η διατήρηση της αυτονομίας και της λειτουργικότητάς του σε σχέση με τις καθημερινές του δραστηριότητες.**

# ΩΡΑ ΓΙΑ ΔΡΑΣΗ!



# ΠΗΓΕΣ



- Βιβλίο Βιολογίας Α' Λυκείου
- [http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%9D%CF%8C%CF%83%CE%BF%CF%82\\_%CE%91%CE%BB%CF%84%CF%83%CF%87%CE%AC%CE%B9%CE%BC%CE%B5%CF%81](http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%9D%CF%8C%CF%83%CE%BF%CF%82_%CE%91%CE%BB%CF%84%CF%83%CF%87%CE%AC%CE%B9%CE%BC%CE%B5%CF%81)
- <http://www.coyimed.com/el/146.html>
- [http://www.news-medical.net/health/Alzheimers-Disease-Causes-\(Greek\).aspx](http://www.news-medical.net/health/Alzheimers-Disease-Causes-(Greek).aspx)
- [http://www.news-medical.net/health/Alzheimers-Disease-Symptoms-\(Greek\).aspx](http://www.news-medical.net/health/Alzheimers-Disease-Symptoms-(Greek).aspx)
- <http://www.alzheimerathens.gr/index.php/alzheimer/2014-01-04-12-35-27>