

Απαντήσεις σε συνήθεις ερωτήσεις για την αμνησία και την σύγχυση

GREEK

## Τι είναι η άνοια;

Άνοια είναι η ονομασία μιας ομάδας συμπτωμάτων που είναι αποτέλεσμα κακής εγκεφαλικής λειτουργίας. Τα βασικότερα συμπτώματα είναι απώλεια μνήμης, σύγχυση, αδυναμία προσανατολισμού και μείωση των διανοητικών λειτουργιών.

Όλοι μας ξεχνούμε πότε-πότε και περισσότερο όσο μεγαλώνουμε, αλλά η απώλεια μνήμης από άνοια είναι διαφορετική. Είναι συνεχιζόμενη και αυξανόμενη, όχι περιστασιακή. Μπορεί να έχει αποτέλεσμα να χάσεις την δουλειά σου, να ξεχνάς να ανάψεις το γκάζι στην κουζίνα, να μην μπορείς να βρεις τον δρόμο σου. Και τελικά, ξεχνάς πώς να ντύνεσαι, πώς να ασχολείσαι με την προσωπική σου υγιεινή ή ακόμα πώς να τελειώνεις την πρόταση που άρχισες.

## Τι προκαλεί την άνοια;

Τα συμπτώματα της ανοίας μπορεί να προέρχονται από πολλές διαφορετικές αιτίες. Η ασθένεια Αλζάιμερ είναι η αιτία για το 70% των περιπτώσεων άνοιας. Η αγγυογενής άνοια είναι η επόμενη συνηθέστερη αιτία και προέρχεται συνήθως από πολλές μικρές εγκεφαλικές συμφορήσεις ή μειωμένη ροή αίματος σε μέρη του εγκεφάλου. Άλλα είδη άνοιας είναι, οι ασθένειες Pick και Lewy Body και η άνοια του προσθίου λοβού. Άνοια μπορεί επίσης να προέλθει από μακρόχρονη λήψη οινόπνευματών, από θυρεοειδή, από καρκίνο εγκεφάλου και AIDS.

## Θεραπεύεται ή περιθάλπεται η ασθένεια Αλζάιμερ και άλλες μορφές άνοιας;

Παρόλες τις εκτεταμένες διεθνείς έρευνες, δυστυχώς δεν υπάρχει μέχρι τώρα θεραπεία για την ασθένεια Αλζάιμερ. Μερικά άλλα είδη άνοιας πιθανόν να έχουν θεραπεύσιμα αίτια και μερικές φορές έχουν δραματική αναστροφή. Γι' αυτό είναι ζωτικής σημασίας να γίνει μια κατάλληλη ιατρική αξιολόγηση.

## Πόσοι έχουν άνοια;

Το 1998, περίπου 135.000 ηλικίας 60 και άνω ετών, είχαν μεσαίας μορφής ή σοβαρή άνοια στην Αυστραλία και ένας σημαντικός αριθμός έχει αρχικά συμπτώματα. Λόγω του γηράσκοντος πληθυσμού μας, αναμένεται να αυξηθούν κατά 65% μέχρι το 2016.

## Ποιός παθαίνει άνοια;

Οποιοσδήποτε. Η άνοια μπορεί να συμβεί σε οποιαδήποτε ηλικία, αλλά η μεγάλη ηλικία είναι ένας πρόσθετος παράγοντας επικινδυνότητας. Το ένα στα τέσσερα άτομα ηλικίας άνω των 85 ετών έχει μεσαίας μορφής ή σοβαρή άνοια.

## Η ασθένεια Αλζάιμερ είναι κληρονομική;

Αν είστε παιδί, αδελφός ή αδελφή κάποιου που έχει ασθένεια Αλζάιμερ, ο κίνδυνος να το πάθετε κι εσείς, εξαρτάται από το σε ποιά ηλικία εμφανίστηκε στον ασθενή σας.

Αν ο συγγενής σας έπαθε την ασθένεια Αλζάιμερ σε μεγάλη ηλικία, ας πούμε 65-70 ετών, ο κίνδυνος να το πάθετε κι εσείς είναι λίγο υψηλότερος από οποιοδήποτε άλλου ατόμου. Ο κίνδυνος για σας είναι πολύ μεγαλύτερος, 20%-25%, αν έχετε δύο γενιές συγγενών πρώτου βαθμού που έπαθαν την ασθένεια Αλζάιμερ πριν τα 65 τους. Αν ο συγγενής σας που έπαθε την ασθένεια Αλζάιμερ είναι μακρινότερος, π.χ. παππούς, γιαγιά, ξαδέλφια, θείοι, ο κίνδυνος για σας είναι σχεδόν ίδιος με τον υπόλοιπο πληθυσμό.

## Πώς αναγνωρίζονται τα αρχικά συμπτώματα άνοιας;

Τα αρχικά συμπτώματα άνοιας μπορεί να είναι ανεπαίσθητα και ασαφή και ίσως να μην είναι εμφανή αμέσως. Όταν τελικά γίνουν εμφανή σε κάποιο μέλος της οικογενείας ή στενό φίλο, άλλα άτομα μπορεί να απορρίψουν τις ενδείξεις, χαρακτηρίζοντάς τις σαν "περαστική κατάσταση". Και πράγματι μπορεί να υπάρχει μια λογική αιτία για τις αλλαγές που παρατηρήθηκαν. Μερικές φορές, συναισθηματικές καταστάσεις, όπως άγχος και κατάθλιψη, μπορούν να προξενήσουν αμνησία και αδυναμία αυτοσυγκέντρωσης. Εκτός από την άνοια, υπάρχουν πολλές αιτίες που μπορεί να σας κάνουν να ξεχνάτε.

## Στα συμπτώματα άνοιας συμπεριλαμβάνονται:

- Αυξανόμενη αμνησία
- Αδυναμία εκμάθησης νέων πληροφοριών ή παρακολούθηση οδηγιών.
- Επανάληψη πολλές φορές της ίδιας ιστορίας και των ίδιων ερωτήσεων.
- Δυσκολία επιλογής των σωστών λέξεων ή συμπλήρωσης μιας πρότασης.
- Ανακάτεμα λέξεων ή φράσεων (δεν βγάζει νόημα).
- Απώλεια, πραγμάτων, κρύψιμο πραγμάτων ή κατηγορίες σε άλλους ότι τα κλέβουν.
- Σύγχυση για την ώρα της ημέρας, την σημερινή κατάσταση γνωστού ατόμου, ή αναγνώρισης προσώπων.
- Φόβος, νευρικότητα, θλίψη, θυμός και κατάθλιψη.
- Συχνά κλάματα ή παιδιαρίσματα.
- Ξεχνά πώς να κάνει καθημερινά πράγματα, όπως να μαγειρέψει, να φάει, να οδηγήσει αυτοκίνητο ή να κάνει μπάνιο.

Τι βοήθεια διατίθεται;

• **Ιατρική αξιολόγηση.**

Η σημασία της κατάλληλης αξιολόγησης αναγνωρίζεται τώρα σοβαρά. Ο προσωπικός γιατρός σας μπορεί να σας παραπέμψει σε εξειδικευμένες υπηρεσίες αξιολόγησης μέσω της τοπικής σας Ομάδας Αξιολόγησης Φροντίδας Υπερηλικίων (Aged Care Assessment Team-ACAT), ή μια ιδιωτική επίσκεψη σε ένα νευρολόγο, ψυχίατρο ή γηγίατρο. Ο Σύλλογος Ασθενών με ασθένεια Αλζάιμερ NNO (Alzheimer's Association NSW) μπορεί να σας παραπέμψει στο τοπικό σας ACAT.

**Γιατί γίνεται η ιατρική αξιολόγηση;**

Μια πλήρης αξιολόγηση φανερώνει πολλά:

- Τι ασθένεια είναι
- Αν μπορεί να αντιστραφεί ή να θεραπευτεί
- Τι είδους και βαθμού είναι η αναπηρία
- Ποιές ασχολίες εξακολουθεί να εκτελεί με επιτυχία ο ασθενής
- Ποιές αλλαγές να αναμένονται στο μέλλον
- Με ποιούς τρόπους να βρείτε βοήθεια και υποστήριξη.

• **Πληροφορίες και υποστήριξη**

Φροντίζοντας κάποιον με άνοια είναι εξουθενωτικό σωματικά και συναισθηματικά. Ο σύλλογος Alzheimer's Association NSW είναι μια μη κερδοσκοπική οργάνωση που παρέχει υπηρεσίες υποστήριξης σε όλη την NNO για άτομα με άνοια. Σ' αυτές τις δωρεάν υπηρεσίες συμπεριλαμβάνεται μια τηλεφωνική υπηρεσία την οποία μπορεί να καλέσει η οικογένεια, οι φίλοι ή οποιοσδήποτε έχει ερωτήσεις για την άνοια, στον αριθμό 1800 639 331. Ειδικοί σύμβουλοι και εκπαιδευμένοι εθελοντές θα σας μιλήσουν για τις ανησυχίες σας, θα σας δώσουν πληροφορίες για την άνοια και πώς να την χειριθείτε, ως και να σας παραπέμψουν σε κατάλληλες τοπικές κοινοτικές υπηρεσίες. Συχνά παρέχονται και συμβουλές με προσωπικό ραντεβού και μπορεί να οργανωθεί και εξυπηρέτηση διερχομένων για τις υπηρεσίες αυτές. Ο Σύλλογος επίσης συντονίζει πάνω από 130 ομάδες υποστήριξης φροντιστών των ατόμων με άνοια σε όλη την NNO. Ο Σύλλογος διαθέτει επίσης βιβλιοθήκη και υπηρεσία εκπαίδευσης.

• **Νομικά, Οικονομικά και Κηδεμόνες**

Τα νομικά και οικονομικά θέματα θα πρέπει να τακτοποιούνται όσο το δυνατόν νωρίτερα γίνεται, όταν κάποιος μέλος της οικογένειας έχει άνοια. Τόσο το άτομο που πάσχει από άνοια όσο και ο φροντιστής του, πιθανόν να χρειάζονται ειδικές νομικές και οικονομικές συμβουλές για να συντάξουν μια διαθήκη, πληρεξούσιο, ή εξουσιοδότηση κηδεμονίας και άλλα θέματα.

Αν υπάρχουν αντιλογίες στην οικογένεια για την καλύτερη δυνατή εξυπηρέτηση των συμφερόντων του ατόμου με άνοια, πιθανόν να χρειαστεί να επικοινωνήσετε με το Δικαστήριο Κηδεμονίας, στο τηλ. 1800 463 928.

Η υπηρεσία Aged Care Assessment Team μπορεί να κανονίσει για σας τις παρακάτω υπηρεσίες με την προϋπόθεση ότι διατίθενται τοπικά και την ειδική κατάστασή σας.

**Βοήθεια στο σπίτι**

Συχνά είναι αναγκαίο να παρέχεται βοήθεια στο άτομο με άνοια και του (της) φροντιστού του. Στις υπηρεσίες κοινοτικής φροντίδας συμπεριλαμβάνονται: Νοσηλεία στο σπίτι, μπάνιο, βοήθεια στις δουλειές του σπιτιού, κηπουρική, μαγείρεμα, ψώνια κ.λ.π.

**Υπηρεσία ανακούφισης φροντιστών**

Υπάρχει μια ποικιλία επιλογών για να δίνεται μια ανακούφιση σε μέλη της οικογένειας που φροντίζουν άτομα με άνοια. Με την υπηρεσία ανακούφισης το άτομο με άνοια φροντίζεται από έμμισθους υπαλλήλους. Το κέντρο ημερήσιας φροντίδας ενηλίκων παρέχουν υπηρεσίες για μερικές ώρες. Για περισσότερες ώρες, μπορεί να κανονιστεί παροχή φροντίδας είτε στο σπίτι ή για όλη τη νύκτα ή μερικές νύκτες, σε ένα κέντρο φροντίδας υπερηλικίων.

**Φροντίδα στο σπίτι.**

Καθώς η άνοια προχωρά πιθανόν να χρειαστεί πλήρης περίθαλψη στο σπίτι από νοσοκόμα. Διατίθεται εξυπηρέτηση σε κέντρα φροντίδας ηλικιωμένων (ξενώνες, γηροκομεία).

Και μην ξεχνάτε ότι δεν είστε μόνοι...

Η βοήθεια βρίσκεται μόλις ένα τηλεφώνημα μακριά!

Γραμμή Βοήθειας: 1800 639 331 (δωρεάν κλήση).

Alzheimer's Association NSW  
P.O.Box 6042, North Ryde NSW 1670  
www.alznsw.asn.au

Written by the Alzheimer's Association NSW and  
Professor Henry Brodaty.  
Printed by NSW Health Department  
April 1999  
State Health Publication No. (CMH) 99 0032

Οι αριθμοί τηλεφώνων είναι σωστοί την ημερομηνία έκδοσης αλλά δεν ανανεώνονται συνεχώς. Ίσως χρειαστεί να κοιτάξετε τους αριθμούς στον τηλεφωνικό κατάλογο.

**NSW HEALTH**

**ALZHEIMER'S  
ASSOCIATION NSW**  
*Sharing Dementia Care*