

Svetový mesiac Alzheimerovej choroby - september

Svetový mesiac Alzheimerovej choroby - september

Svetový deň Alzheimerovej choroby - 21. september

Svetový deň Alzheimerovej choroby - 21. september (deň vyhlásený-sponzorovaný Svetovou zdravotníckou organizáciou) si pripomíname od roku 1994, z dôvodu celospoločenskej závažnosti problému. Globálne, počet postihnutých týmto typom demencie narastá a pre pokračujúci nepriaznivý trend je uvedenému ochoreniu a postihnutým na celom svete od roku 2013 venovaný aj celý mesiac september - vyhlásený ako „**Svetový mesiac Alzheimerovej choroby**“.

Iniciátorom celonárodných aktivít je Slovenská Alzheimerova spoločnosť v spolupráci s Úradom verejného zdravotníctva Slovenskej republiky, sieťou regionálnych úradov verejného zdravotníctva v SR a ďalšími inštitúciami. Ich cieľom je zvyšovať povedomie verejnosti o Alzheimerovej chorobe, jej prejavoch, liečbe a zdravotno-sociálnej starostlivosti.

Alzheimerova choroba a iné demencie celosvetovo postihujú desiatky miliónov ľudí. So starnutím populácie narastá aj počet postihnutých - vyšší vek patrí medzi hlavné rizikové faktory tohto ochorenia. Vo veku nad 65 rokov má demenciu Alzheimerovho typu odhadom každý desiaty človek a vo veku nad 85 rokov približne každý druhý. Vo svete Alzheimerovou chorobou a príbuznými demenciami trpí 46,8 mil. ľudí (v Európe 7,3 mil.). Je jedným z desiatich hlavných smrteľných ochorení ľudstva.

Slovenská Alzheimerova spoločnosť uvádza, že na Slovensku je 50 - 60 tisíc pacientov s Alzheimerovou chorobou a príbuznými ochoreniami. Ďalšiu skupinu tvoria rodinní príslušníci a opatrovatelia (v počte približne 100 - 150 tisíc), ktorí sa o postihnutých starajú a sú im v rôznych smeroch nápomocní.

Alzheimerova choroba (pomenovanie podľa nemeckého psychiatra a neuropatológa Aloisa Alzheimera, 1864 - 1915) je degeneratívne ochorenie mozgu, pri ktorom dochádza k zániku mozgových buniek a ku zmene látkovej premeny v mozgu. Ide o najčastejšiu formu demencie - spôsobuje poruchy činnosti mozgu, postupný úpadok pamäti, myslenia, chápania, reči, úsudku, schopnosti učiť sa, poznať blízkych, známych. Príznaky sa obvykle rozvíjajú nenápadne, pomaly.

V súčasnosti sa ešte nedá uvedené ochorenie vyliečiť. Taktiež sa nevie vopred zistiť, koho z nás sa bude priamo týkať. V rámci terapie sa popri farmakologickej liečbe využívajú psychoterapeutické postupy, tréning psychických funkcií a rôznych spôsobilostí, zručností.

Dôležitú úlohu zohráva **primárna prevencia** - aktívny prístup a starostlivosť o svoju pamäť. Udržiavanie kognitívnych schopností je možné realizovať cez lúštenie krížoviek; sudoku; sledovaním vedomostných súťaží, spoločenskými hrami, ako bridž, šach alebo pexeso; vzdelávaním sa v problematike, ktorá nás zaujíma; čítaním kníh; komunikovaním - rozhovormi s inými ľuďmi a i. Všetko sú to vhodné spôsoby ako si zdvihnúť sebavedomie, rozšíriť poznatkový obzor a pôsobiť preventívne proti prirodzenému zhoršovaniu pamäti a Alzheimerovej chorobe.

V prípade potreby je možné nájsť **pomoc** u odborníkov v oblasti psychiatrickej a neurologickej starostlivosti, liečebnej pedagogiky či u poradcov z kontaktných miest Slovenskej Alzheimerovej spoločnosti. Ďalšou možnosťou je kontaktovať špecializované preventívne, diagnostické, vzdelávacie Centrum Memory, n. o. v Bratislave (zriadené od roku 2002) s určením pre ľudí s poruchami pamäti a pacientov s Alzheimerovou chorobou ([pozri](#) [1], resp. poradenstvo@alzheimer.sk [2]).

Viac informácií k danej problematike sa nachádza na stránke [Slovenskej Alzheimerovej spoločnosti](#) [1], kde sú zároveň i voľne dostupné vybrané publikácie vo forme [letákov](#), [brožúr](#) [3], [vzdelávacie](#)

Svetový mesiac Alzheimerovej choroby - september

Zverejnené na Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Košiciach
(<https://www.ruvzke.sk>)

[aktivity](#) [4], či [dotazník porúch pamäti](#) [5].

- [Upútavka](#) [6]
- [Leták](#) [7] (z edície ÚVZ SR)
- [Brožúra "Máte obavy z demencie?"](#) [8] (preklad)

Odkazy

[1] <http://www.alzheimer.sk/>

[2] <mailto:poradenstvo@alzheimer.sk>

[3] <http://www.alzheimer.sk/informacie/publikacie.aspx>

[4] <http://www.alzheimer.sk/slovenska-alzheimerova-spolocnost.aspx>

[5] <http://www.alzheimer.sk/informacie/dotaznik-poruch-pamati.aspx>

[6] <https://www.ruvzke.sk/sites/default/files/aktuality/pz-uputavka-alzheimer-2020.pdf>

[7] <https://www.ruvzke.sk/sites/default/files/aktuality/pz-letakuvzsr-alzheimer-2020.pdf>

[8] https://www.publichealth.hscni.net/sites/default/files/are%20you%20worried%20about%20dementia_SLOVAK.pdf