



DEMANS(BUNAMA)

Uzm. Dr. Berna Arlı
Ankara Numune Eđt. ve Arş. Hastanesi
1. Nöroloji Kliniđi

DEMANS



- Zihinsel fonksiyonlarda sosyal ve mesleki yaşantıyı etkileyecek ve eski yaşantıya göre gerilemeye yol açacak derecede ilerleyici bozulma
- Yaşlılıkta en önemli sağlık problemlerinden biri
- Beklenen ömrün uzaması ile demans sıklığı da artmaktadır



DEMANS

- Mental, zihinsel fonksiyonlarda bozulma
- Aynı zamanda davranış değişiklikleri, psikolojik sorunlar
- Günlük yaşam aktivitelerinde bozulma

DEMANS



Zihinsel fonksiyonlar

- Bellek
- Dikkat
- Algılama
- Konuşma
- Planlama
- Karar verme

DEMANS



- Bazı demans türleri tedavi edilebilir
- Bazılarında ise tedavi olanakları sınırlıdır

DEMANS

- Demans değişik nedenlere bağlı olabilir
- Bir nörolojik yada tıbbi problemin parçası olabilir
Vit B12 eksikliği, tiroid bezinin yetersiz çalışması, beyin damar hastalıkları gibi

DEMANS



Sıklığı yaşla artmaktadır

- 60-65 yaş % 1
- 75-79 yaş % 6
- 80 ve üstü % 20 ve ↑

Yaşlanma Nedir?

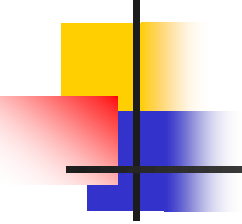


- Yılların zaman içinde vücudumuzda yaptığı harabiyet sonucu ortaya çıkan değişiklikler
- İnsanların yaşlanma hızlarında farklılıklar vardır.
- Kalıtım + Yaşam tarzı + Çevresel etkenler + Diğer hastalık süreçleri

Yaşlanma zihinsel faaliyetleri etkiler mi?



- Beyinde bulunan milyarlarca hücre yaşlandıkça yavaş yavaş azalır ve beyin kütlesinin azalmasına, küçülmesine neden olur
- Her zaman hastalığa neden olacak boyutta değildir

- 
-
- Yaşlılıkta bir miktar bellek ve mantık yürütme becerisi kaybı beklenebilir
 - Temas,tat, işitme,görme ve koku gibi duysal yetenekler sinir hücreleri arasındaki iletişim yavaşladığı için körelebilir



Beyin nasıl çalışır?

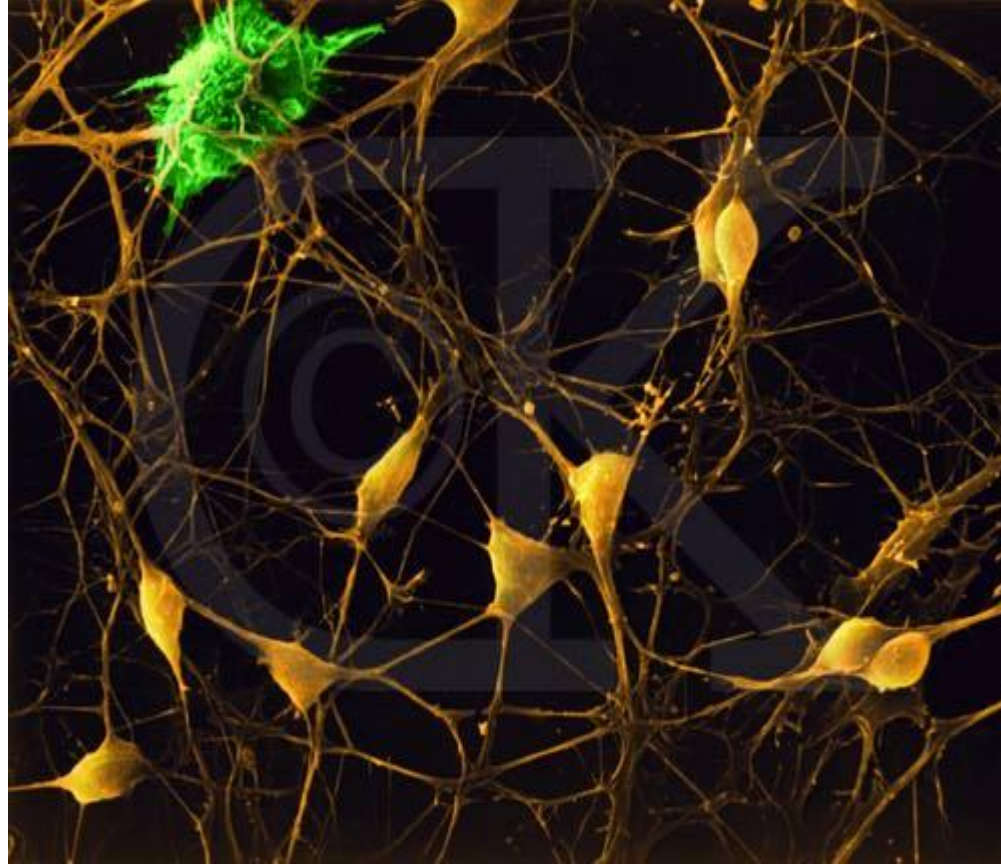
- Vücutun tüm fonksiyonlarını kontrol eder
- Duygularımızı düzenler ve şekillendirir
- Fiziksel aktivitelerimizi izler ve yönetir

Beyin nasıl çalışır?



- Beyindeki sinir hücreleri elektrik sinyaller üretirler ve bu uyarılar *devre* adı verilen yollarca iletilirler
- Bu devreler bilgileri almaya, işlemeye, depolamaya, aktarmaya ve geri çağırmaya yararlar

Nöronlar ve hücre haberleşmesi



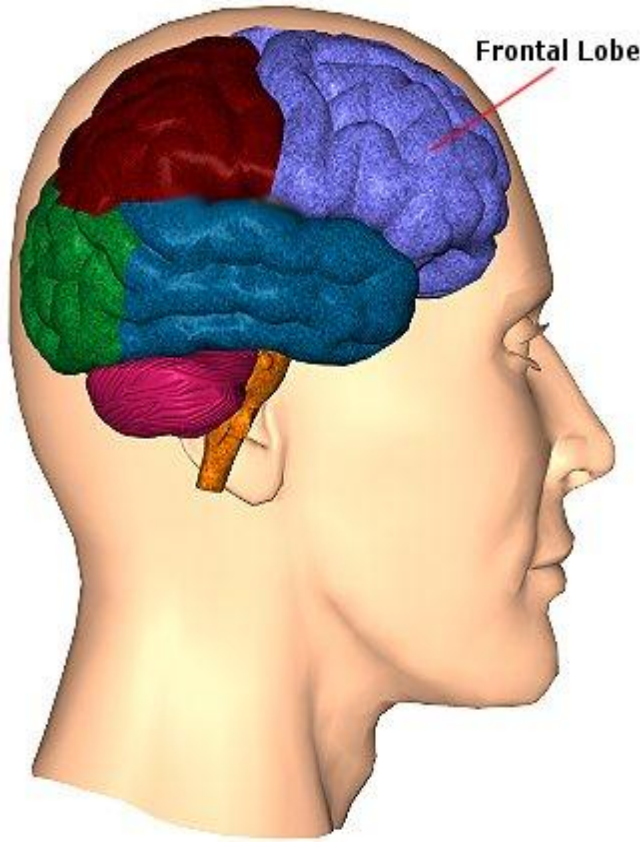


Beyin nasıl çalışır?

- Beyinimiz bu sinir ağlarından yüzlerce mesaj alır, bunları yorumlayıp önceliklerini belirler, farklı bilgileri depolanmak üzere ilgili yerlere aktarır
- Yorumlama tamamlandığında, beynimiz vücut parçalarımıza nasıl davranması gerektiğini bildirir emirler gönderir



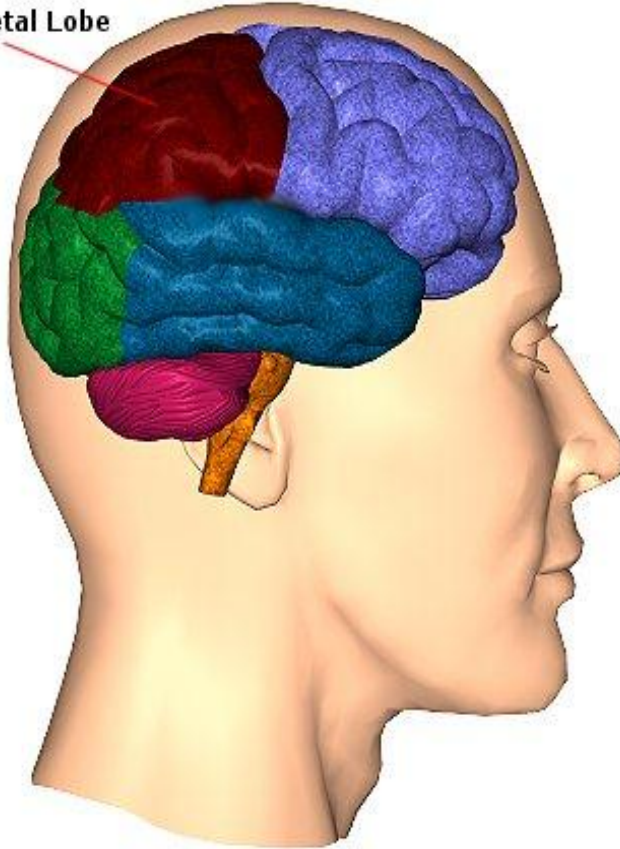
Beynin bölümleri ve görevleri



- **Frontal Lob**
Kişilik, problem çözme, soyut düşünce, beceri gerektiren işlerin yapılmasından sorumludur

Beynin bölümleri ve görevleri

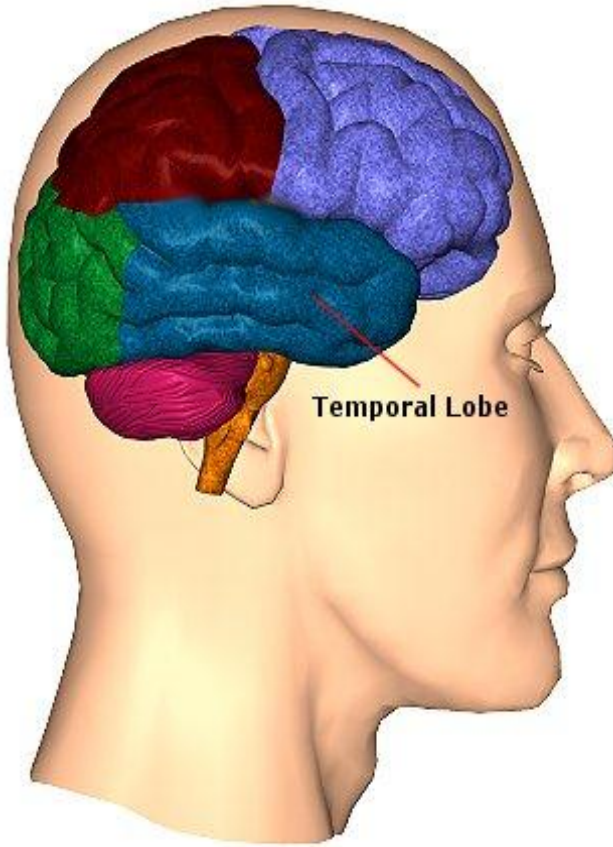
Parietal Lobe



■ Parietal Lob

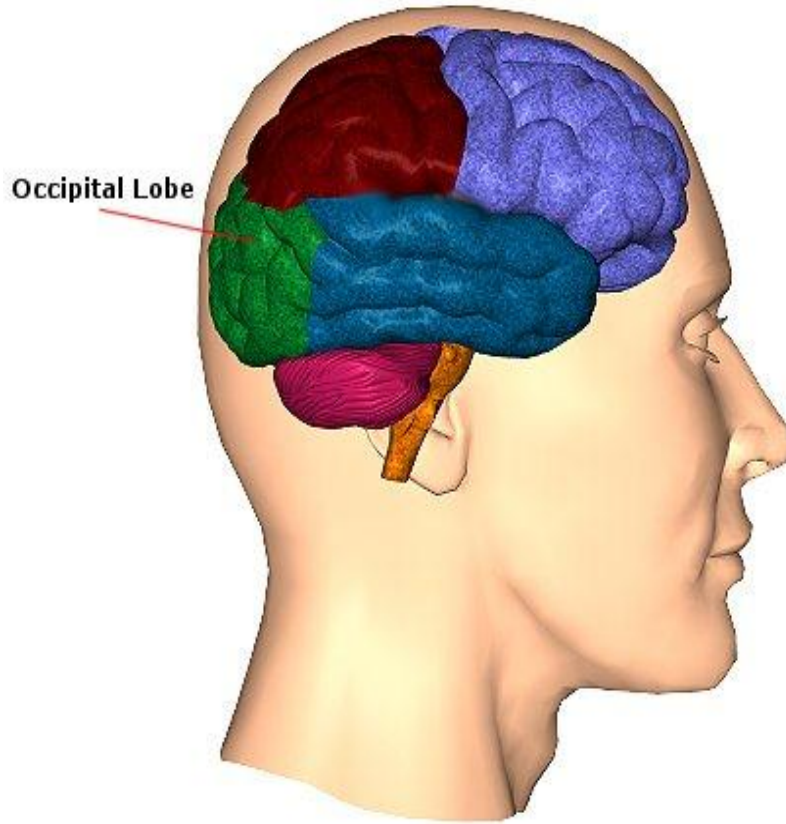
Ađrı,tad,dokunma
gibi duyuları alır

Beynin bölümleri ve görevleri



- **Temporal Lob**
Bellek, algılama, işitme, söyleneni anlama

Beynin bölümleri ve görevleri



- **Oksipital Lob**
Görme



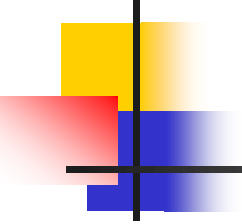
Zihinsel(Bilişsel) Fonksiyonlar

- Bilişsel İşlevler: Bilmemizi, öğrenmemizi sağlayan işlevlerdir;
 - Algı
 - Dikkat
 - Muhakeme
 - Mantık yürütme
 - Bellek
 - İnsiyatif



Hafif Kognitif Bozukluk (HKB)

- Bellek ile ilgili yakınmalar
- Diğer kognitif yetenekler genellikle normal
- Normal günlük yaşam aktivitesi
- Yaşa göre objektif bellek bozukluğu
- Demans yok

- 
-
- Olguların bir kısmı 3-6 yılda AH'na dönüşür
 - AH'na dönüşme hızı (yıllık) : % 10-15

Demans nedir?

- Entellektüel yeteneklerde kayıp ve kişilikte değişiklikle birlikte bellekte bozulma ile giden ve günlük yaşam faaliyetlerine engel olacak düzeyde ciddi bir klinik tablodur

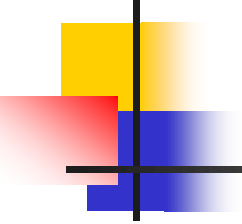


Her unutkanlık bunama mıdır?

- Normal yaşlanma sürecinde beyin işlevlerindeki yavaşlamaya bağlı olarak, belli ölçülerde unutkanlık olması ve karmaşık problemleri çözmek için daha fazla zamana gereksinim duymak doğaldır



**HER UNUTKANLIK BUNAMA
BELİRTİSİ DEĞİLDİR!**

- 
-
- DEMANS(BUNAMA), YAŞLILIĞIN GEREĞİ DEĞİL, ANORMAL BEYİN SÜREÇLERİNİN BİR SONUCUDUR



Bunama nasıl gerçekleşmekte?

- Sinir hücreleri ölmekte ve yerlerine yenileri konulamamakta (atrofi)
- Hücrelerin haberleşmesini sağlayan bileşkeler yok olmakta
- Kimyasal aracılarn miktarları azalmakta
- Tüm bunların normalden daha fazla artması = NÖRODEJENERASYON



Demans nedenleri nelerdir?

- Alzheimer Hastalığı %50-80
- Lewy cisimcikli demans %20
- Beyin damar hastalıkları %5-10
- Parkinson Hastalığına bağlı <%5

Beyin damar hastalıklarına bağlı demans



- Beyin damar tıkanıklıkları sonucu beynin kanlanmasıdaki bozukluğa bağlı ortaya çıkan demans tablosudur
- Ani ya da sinsi olabilir
- Bundan sonra, daha fazla küçük damar tıkanıklıkları oldukça daha çok zihinsel fonksiyon kaybı olur



Demans nedenleri nelerdir?

- Metabolik nedenler:
 - Tiroid bezi hastalıkları
 - Vitamin B12 yetmezliği
 - Süregen böbrek ve karaciğer hastalıkları
 - Kansızlık
 - Kandaki elektrolitlerin dengesiz dağılımı



- Toksik nedenler

- Alkol
- Bazı ilaçların sürekli kullanımı
- Ağır metallere maruziyet



Demans nedenleri nelerdir?

- Enfeksiyon hastalıkları
 - AIDS
 - Sifilis (frengi)
 - Menenjit
- Hidrosefali



- Beynin darbelere bağlı hasarı

- Kanser

- Beyin tümörleri

- Diğer kanserlerin beyine yayılımı



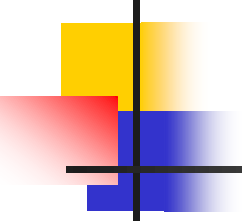
Demans nedenleri nelerdir?

- Multiple skleroz hastalığı
- Süreklilik kazanmış ruhsal hastalıklar
 - Şizofreni
 - Depresyon



Demansın belirti ve bulguları

- Ağır bellek kaybı
- Soyut düşünceleri oluşturma beceriksizliği
- Konsantrasyon güçlüğü
- Günlük ya da karmaşık işleri yapmada zorluk
- Kişilik değişiklikleri
- Şüpheli ya da garip davranışlar

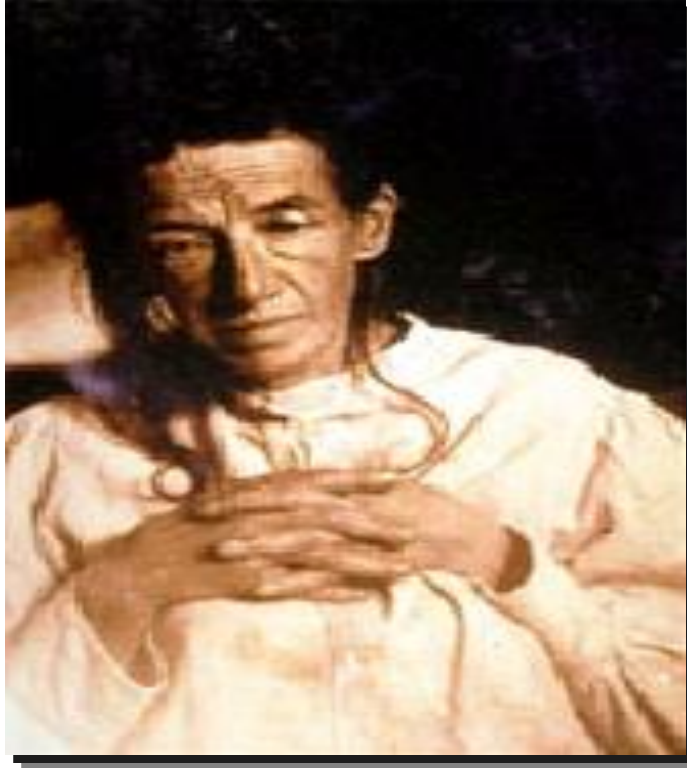
- 
-
- İleri yaşlarda ortaya çıkan demansın en sık nedeni **ALZHEİMER HASTALIĞI**'dir



Alzheimer Hastalığı

- Alzheimer hastalığı beynin düşünme, hafıza, dil, beceri bölümlerini etkiler
- Hastalığın başlangıcı sinsidir ve yıkım genellikle yavaş ilerlemektedir
- Günümüzde hastalığı ortadan kaldıran kesin bir tedavi yaklaşımı bulunmamaktadır

Alzheimer Hastalığı



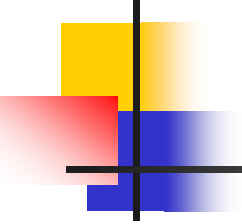
Alzheimer Hastalığı için risk faktörleri nelerdir?

- İleri yaş
- Aile öyküsü(genetik)
- Kadın cinsiyet
- Ağır bir kafa darbesi almış olmak
- Yüksek tansiyon
- Şeker hastalığı
- Düşük eğitim düzeyi
- Depresyon



Kalıtım

- Ailede Alzheimer hastası olmasının, hastalığa yakalanma riski üzerindeki etkisi, ailede hiç Alzheimer hastası olmaması halinde taşınan riskten çok az yüksektir

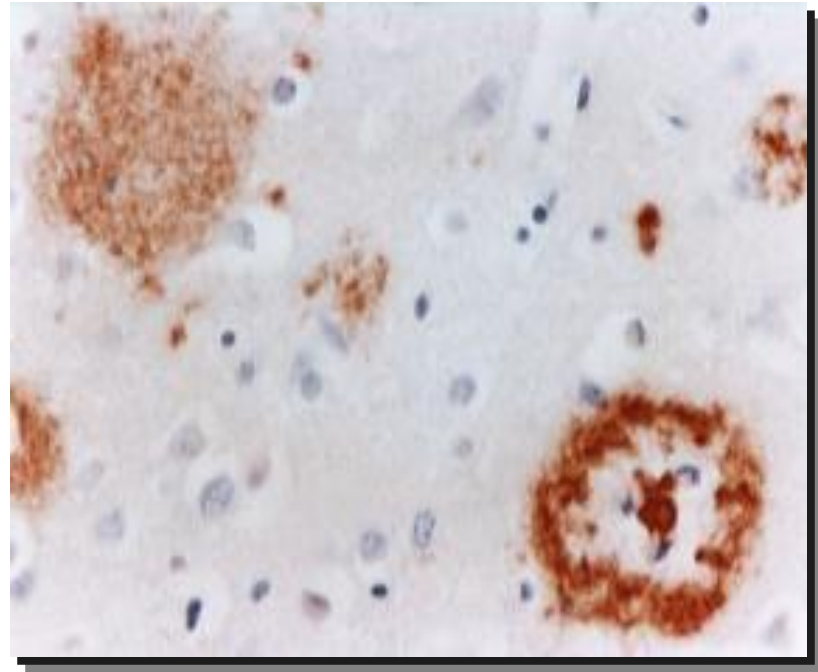
- 
-
- Bazı ailelerde Alzheimer hastalığına karşı kalıtımsal bir yatkınlık görülebilir ancak bu nadir görülen istisnai bir durumdur
 - 21, 14 ve 1. kromozomlarla ilişkili mutasyonlar

Alzheimer Hastalığı Beyini Nasıl Etkiler?

- Beynin temel taşı olan nöronu harap ederek etkiler
- Kayıp beyindeki bellek merkezi olan hipokampustan başlar, diğer kısımlara da yayılır

Beyindeki anormal birikimler

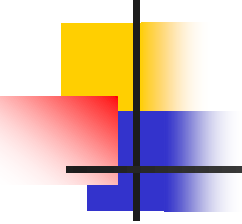
- Nöral plaklar



Alzheimer Hastalığı Evreleri (Erken Evre)

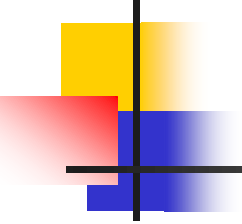


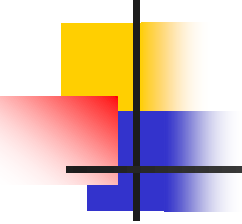
- Eşyaları uygunsuz yerlere koyma
- Yakın bellekte bozulma
- Aynı soruları tekrar tekrar sorma
- Kelime bulma güçlüğü, konuşurken konuyu unutma
- Bilinen işleri yapmaktan güçlük(yemek yapma)

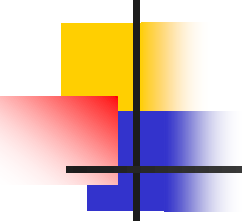
- 
-
- Nedensiz davranış ve duygudurum değişiklikleri
 - Bir işi başlatamama, konsantre olamama
 - Çevreye karşı ilgi azlığı
 - Kişisel görünüş ve başkalarına karşı kayıtsızlık
 - Bulunduęu yer ve zamanın farkında olmama
 - Bilinen yollarda araba kullanırken kaybolma

Orta Evre

- Yakın tarihte yaşanan olayları daha fazla unutma (Uzak geçmişteki olayları daha iyi hatırlar ama bazı ayrıntıları unutabilir ve karıştırabilir)
- Zamanı ve yerleri karıştırma (gece yarısı alışverişe çıkmaya karar verebilir)
- Bildiği yerlerde kaybolma

- 
-
- Aile üyelerinin ve arkadaşlarının isimlerini unutma
 - Yemekleri ya da çaydanlığı ateşte unutma ya da ocağı söndürmeyi unutma
 - Olmayan şeyleri duyma ya da görme, kuruntular

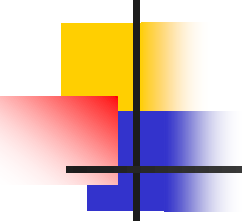
- 
-
- Yazma ve okuma da dahil iletişim yetilerinde kayıp
 - Toplum içinde uygunsuz davranışlar

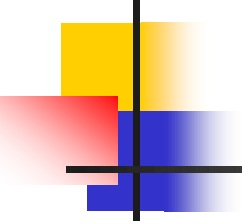
- 
-
- Özellikle geceleri artan huzursuzluk ve sıkıntı hissi
 - Saldırganlık, öfke patlamaları, içe kapanma
 - El becerisi gerektiren işlerde güçlük çekme
 - Hesap ve planlamayı gerektiren işlerde güçlük
 - İlaçları almayı sürekli unutma



İleri Evre

- Belleğin ileri derecede azalması veya tam kaybı
- Konuşma ve söyleneni anlama güçlüğü
- Duyguların ifadesinde azalma veya tam kayıp
- İnsanları, hatta aynadaki kendi yüzünü tanıma güçlüğü

- 
-
- İdrar ve dışkıyı tutamama
 - Hiçbir kişisel bakım işlevini yerine getiremememe
 - Çiğneme ve yutmada güçlük
 - Bazı sesleri ya da cümleleri sürekli tekrarlama

- 
-
- Arkadaşlarını ve akrabalarını tanımama
 - Giyinme, yemek yeme, duş yapma, yıkanma ve tuvalete gitme konularında yardıma ya da gözetime ihtiyaç duyma
 - Sonunda tekerlekli iskemleye bağlı kalabilecek şekilde yürüme zorluğu

Alzheimer Hastalığına Eşlik Edebilen Ruhsal Değişiklikler

Depresyon

- İştah kaybı
- Uyku bozukluğu
- Enerjisizlik
- Dikkati yoğunlaştıramama
- Sinirlilik ve kaygı
- Değersizlik hissi

Eşlik Eden Davranış Değişiklikleri



- Amaçsız Dolaşmalar
- Aşırı tepki
- Kaygı:
 - Evham
 - Korkular
 - Kuruntular
 - Endişe
 - Huzursuzluk
 - Öfke

Alzheimer Hastalığına Eşlik Edebilen Ruhsal Değişiklikler

- Uyku bozuklukları
- Psikiyatrik Tablolar
 - Görsel veya işitsel sanrılar
 - Olmamış olayları var sayma
 - Yanlış sabit fikirler
 - Şüphencilik



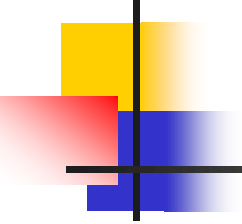
TANI

- Eğer giderek artan hafıza problemleri yaşıyorsanız ya da duygu durum dalgalanmalarının farkındaysanız doktora danışınız...

Alzheimer Hastalığının Uyarıcı Bulguları

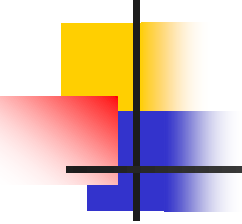


- Hafıza kaybı
- Alışıldık işleri yapma güçlüğü
- Dil problemleri
- Zaman ve yere oryantasyon bozukluğu
- Karar verme yetisinde bozulma

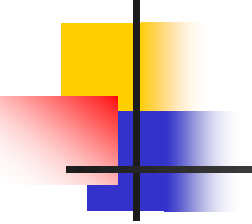
- 
-
- Soyut düşüncede bozulma
 - Eşyaları yanlış yerlere koyma, kaybetme
 - Duygudurum veya davranış değişikliği
 - Kişilik değişiklikleri
 - Bir işe başlama yetisinde kayıp

Unutkanlığınız için ne zaman endişelenmelisiniz ?

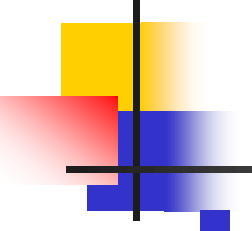
- Unutkanlık süreklilik kazanmış ve zaman içinde ağırlaşıyorsa...
- Dil, yargılama, anlama, dikkati toplama fonksiyonlarını da etkileyecek şekilde ilerliyorsa...
- Davranış bozukluğu (saldırgan, kaygılı vs..) varsa...

- 
-
- Günlük işleri yapmakta zorluğun başlaması (yemek yapma, tek başına seyahat etme, araba kullanma, alışveriş)...
 - Hafıza sorunu ve yetilerdeki kayıp günlük yaşamı sürdürmeyi engelliyor ve ciddi sorun yaratır hale gelmişse !!!

Erken tanının Önemi

- 
- Unutkanlık olması nedeniyle Alzheimer'i taklit eden ama etkili tedavi yöntemleri bulunan başka hastalıklar tespit edilebilir
 - Alzheimer hastalığının bilinen kesin bir tedavisi yoksa da erken evrelerde verilen ilaçlar süreci yavaşlatmakta ve hastalığın ilerlemesini geciktirmektedir

Erken tanının Önemi

- 
- Depresyon, huzursuzluk, uyku bozukluğu, hayal görme gibi davranış sorunlarının tedavileri unutkanlığın tedavisinden daha yüz güldürücüdür ve bu bulgular düzelince zihinsel fonksiyonlar da daha iyi olur
 - Hasta ve ailesine hastalığı öğrenip yaşam planlaması için zaman kalır



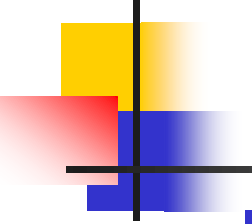
Tıbbi Deęerlendirme

- Öykü
- Fizik ve nörolojik muayene
- Zihinsel durum muayenesi
- Nöropsikolojik testler
- Beyin görüntülemeleri



Alzheimer Hastalığı Tedavisi

- Bilişsel belirtileri tedavi etmek
 - Asetil kolin eksikliğinin düzenlenmeye çalışılması
(donepezil, rivastigmin, galantamin)
 - Antiglutamaterjik ajanlar
(memantin)

- 
- Davranışsal belirtileri tedavi etmek
 - Saldırganlık
 - Ajitasyon
 - Delüzyon
 - Halüsinasyon
 - Paranoya
 - Uyku bozuklukları
 - Amaçsız gezinmeler



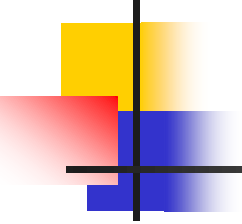
Alzheimer Hastalığı Tedavisi

- Hasta desteklenmesi ve davranışçı yaklaşımlar
- Çevresel faktörlerin düzenlenmesi
- Sosyal destek

İleri yaş grubu büyüklere öneriler



- Zihni dinç tutmak için okuyun, bulmaca çözün, zihinsel faaliyetlere özen gösterin
- Sosyal yaşamdan kopmayın
- Düzenli sağlık kontrollerine gidin ve tansiyon, şeker hastalığı, kan yağları yüksekliği gibi hastalıklarınızın önlemini alın

- 
-
- Diyetinize dikkat edin
 - Depresyondan uzak durun
 - Günün keyfini çıkarın...

Hasta yakınlarına iletişim önerileri



- Demanslı kişiler iletişim kurmak için cesaretlendirilmelidirler. Bu yaşam kalitesini artırır ve kimlik duygusunu destekler

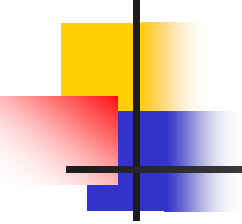
Hasta yakınlarına iletişim önerileri



- Kısa cümlelerle, sakın yavaş konuşmak, tekrarlar yapmak
- Bazı kelimeleri vurgulamak
- Kişinin söylediklerini anlamaya çalışıp olumlu yorumlar getirmek
- Dokunmak

Hasta yakınlarına davranış önerileri

- Kendi giyinmesi için teşvik etme, kolay giyilen giysileri seçmek
- Temizlik alışkanlıklarını hatırlatmak ve gerektiği kadar yardım etmek
- Hatırlatma araçları kullanmak: listeler, takvimler yapmak

- 
-
- Eşyaların yerlerini değiştirmemek
 - Güvenlik için ateş, araba kullanmak, düşmeye vs. karşı önlemler
 - Kalabalık olmayan sosyal ortamlarda bulunmanın teşvik edilmesi



Hasta yakınlarına öneriler

- Yardım istemekten çekinmeyin
- Sosyal çevrenizle bağlantılarınızı sürdürün
- Kendinize zaman ayırmaya çalışın



Yardıma almak

- Alzheimer hastasına bakmak yorucu ve meşakkatli bir iştir ve bununla başa çıkmak için alınabilecek her türlü yardıma almak, sonraki süreçte bakım kişide gelişebilecek sosyal ve bedensel problemleri önlemek açısından önemli ve gereklidir



TEŞEKKÜRLER....

Uzm. Dr. Berna Arlı

Ankara Numune Eđt. Ve Arş. Hastanesi

Nöroloji Kliniđi