

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΑΝΟΙΑ;

GREEK | ENGLISH

Αυτό Ενημερωτικό Έντυπο περιγράφει την άνοια, ποια άτομα προσβάλλονται και μερικές από τις πιο συνηθισμένες μορφές άνοιας. Περιγράφει μερικές από τις αρχικές ενδείξεις της άνοιας και τονίζει τη σημασία της έγκαιρης ιατρικής διάγνωσης.

Με τον όρο άνοια περιγράφεται ένα σύνολο συμπτωμάτων που προκαλούνται από διαταραχές που επηρεάζουν τον εγκέφαλο. Δεν είναι μία συγκεκριμένη ασθένεια.

Η άνοια επηρεάζει τη σκέψη, τη συμπεριφορά και την ικανότητα να εκτελεί το άτομο καθημερινές εργασίες. Η λειτουργία του εγκεφάλου επηρεάζεται αρκετά και παρεμβαίνει στη φυσιολογική κοινωνική ή επαγγελματική ζωή του ατόμου. Το σήμα κατατεθέν της άνοιας είναι η αδυναμία εκτέλεσης καθημερινών δραστηριοτήτων ως συνέπεια της μειωμένης γνωστικής ικανότητας.

Οι γιατροί κάνουν διάγνωση άνοιας εάν δύο ή περισσότερες γνωστικές λειτουργίες έχουν διαταραχθεί σημαντικά. Στις γνωστικές λειτουργίες που επηρεάζονται μπορεί να περιλαμβάνονται η μνήμη, οι δεξιότητες στον προφορικό λόγο, η κατανόηση πληροφοριών, οι δεξιότητες κατανόησης του χώρου, η κρίση και η προσοχή. Οι άνθρωποι με άνοια μπορεί να έχουν δυσκολία στην επίλυση προβλημάτων και στον έλεγχο των συναισθημάτων τους. Μπορεί επίσης να παρουσιάσουν αλλαγές στην προσωπικότητα. Τα ακριβή συμπτώματα που βιώνει ένα άτομο με άνοια εξαρτώνται από τις περιοχές του εγκεφάλου που έχουν πάθει βλάβη από τη νόσο που προκαλεί την άνοια.

Σε πολλές μορφές άνοιας, μερικά από τα νευρικά κύτταρα στον εγκέφαλο σταματούν να λειτουργούν, χάνουν τις συνδέσεις τους με άλλα κύτταρα και πεθαίνουν. Η άνοια συνήθως είναι εκφυλιστική. Αυτό σημαίνει ότι η ασθένεια εξαπλώνεται σταδιακά μέσα στον εγκέφαλο και τα συμπτώματα του ατόμου χειροτερεύουν με την πάροδο του χρόνου.

Ποια άτομα παθαίνουν με άνοια

Η άνοια μπορεί να συμβεί στον καθένα, αλλά ο κίνδυνος αυξάνεται με την ηλικία. Οι περισσότεροι άνθρωποι με άνοια είναι ηλικιωμένοι, αλλά είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι οι περισσότεροι ηλικιωμένοι δεν παθαίνουν άνοια. Δεν αποτελεί φυσιολογικό μέρος της γήρανσης, αλλά προκαλείται από ασθένεια του εγκεφάλου. Λιγότερο συχνά, άτομα ηλικίας κάτω των 65 ετών παρουσιάζουν άνοια και αυτή λέγεται 'άνοια σε νεότερη ηλικία'.

Υπάρχουν μερικές πολύ σπάνιες μορφές κληρονομικής άνοιας, όπου μια συγκεκριμένη γονιδιακή μετάλλαξη είναι γνωστό ότι προκαλεί τη νόσο. Στις περισσότερες περιπτώσεις άνοιας όμως δεν σχετίζονται αυτά τα γονίδια, αλλά οι άνθρωποι με οικογενειακό ιστορικό άνοιας έχουν αυξημένο κίνδυνο. Για περισσότερες πληροφορίες δείτε το Ενημερωτικό Έντυπο **Σχετικά με την άνοια: Γενετική της άνοιας**.

Ορισμένοι παράγοντες υγείας και τρόπου ζωής φαίνεται επίσης να παίζουν κάποιο ρόλο στον κίνδυνο ενός ατόμου να πάθει άνοια. Οι άνθρωποι με παράγοντες αγγειακού κινδύνου που δεν κάνουν θεραπεία όπως υψηλή αρτηριακή πίεση έχουν αυξημένο κίνδυνο, όπως και αυτοί που είναι λιγότερο σωματικά και πνευματικά δραστήριοι. Λεπτομερείς πληροφορίες σχετικά με τους παράγοντες κινδύνου για άνοια διατίθενται στο **yourbrainmatters.org.au**.

Τι προκαλεί άνοια;

Υπάρχουν πολλές διαφορετικές ασθένειες που προκαλούν άνοια. Στις περισσότερες περιπτώσεις η αιτία που οι άνθρωποι παρουσιάζουν αυτές τις ασθένειες είναι άγνωστη. Μερικές από τις πιο συνηθισμένες μορφές άνοιας είναι:

Νόσος Αλτσχάιμερ

Η νόσος Αλτσχάιμερ είναι η συνηθέστερη μορφή άνοιας και αποτελεί περίπου τα δύο τρίτα όλων των περιπτώσεων. Προκαλεί μια σταδιακή μείωση των γνωστικών ικανοτήτων που συχνά αρχίζει με την απώλεια της μνήμης.

Η νόσος Αλτσχάιμερ χαρακτηρίζεται από δύο ανωμαλίες στον εγκέφαλο - αμυλοειδείς πλάκες και νευροϊνιδιακές αλλοιώσεις. Οι πλάκες είναι μη φυσιολογικές μάζες μιας πρωτεΐνης που ονομάζεται β-αμυλοειδές. Οι αλλοιώσεις είναι 'κουβάρια από στριμμένα νήματα' που αποτελούνται από μια πρωτεΐνη που ονομάζεται ταυ. Οι πλάκες και οι αλλοιώσεις σταματούν την επικοινωνία μεταξύ των νευρικών κυττάρων και ως συνέπεια πεθαίνουν. Για περισσότερες πληροφορίες δείτε το Ενημερωτικό Έντυπο **Σχετικά με την άνοια: η Νόσος Αλτσχάιμερ**.

Αγγειακή άνοια

Η αγγειακή άνοια είναι η γνωστική δυσλειτουργία που προκαλείται από βλάβη στα αιμοφόρα αγγεία του εγκεφάλου. Μπορεί να προκληθεί από ένα και μόνο εγκεφαλικό επεισόδιο, ή από πολλά εγκεφαλικά επεισόδια που συμβαίνουν με την πάροδο του χρόνου.

Η διάγνωση της αγγειακής άνοιας γίνεται όταν υπάρχουν ενδείξεις της νόσου των αιμοφόρων αγγείων στον εγκέφαλο και μειωμένη νοητική λειτουργία που παρεμβαίνει στην καθημερινή ζωή. Τα συμπτώματα της αγγειακής άνοιας μπορεί να αρχίσουν ξαφνικά μετά από ένα εγκεφαλικό επεισόδιο, ή μπορεί να αρχίσουν σταδιακά καθώς η ασθένεια των αιμοφόρων αγγείων επιδεινώνεται. Τα συμπτώματα ποικίλουν ανάλογα τη θέση και το

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

μέγεθος της βλάβης του εγκεφάλου. Μπορεί να επηρεάσει μόνο μία ή μερικές συγκεκριμένες γνωστικές λειτουργίες.

Η αγγειακή άνοια μπορεί να φαίνεται παρόμοια με τη νόσο Αλτσχάιμερ, κι ένας συνδυασμός της νόσου Αλτσχάιμερ και αγγειακής άνοιας είναι αρκετά συνηθισμένος. Για περισσότερες πληροφορίες δείτε το Ενημερωτικό Έντυπο **Σχετικά με την άνοια: Αγγειακή άνοια**.

Νόσος με Λιούη σώματα

Η νόσος με Λιούη σώματα χαρακτηρίζεται από την παρουσία σωμάτων Λιούη στον εγκέφαλο. Τα Λιούη σώματα είναι ανώμαλες μάζες πρωτεΐνης άλφα-συνουκλεΐνης που αναπτύσσονται μέσα στα νευρικά κύτταρα. Αυτές οι ανωμαλίες εμφανίζονται σε συγκεκριμένες περιοχές του εγκεφάλου προκαλώντας αλλαγές στην κίνηση, σκέψη και συμπεριφορά. Τα άτομα με νόσο σώματα Λιούη μπορεί να εμφανίσουν μεγάλες διακυμάνσεις στην προσοχή και στη σκέψη. Μπορεί να αλλάξουν από σχεδόν φυσιολογική απόδοση σε σοβαρή σύγχυση μέσα σε σύντομο χρονικό διάστημα. Οι οπτικές ψευδαισθήσεις είναι επίσης ένα συνηθισμένο σύμπτωμα.

Τρεις αλληλεπικαλυπτόμενες διαταραχές μπορούν να περιλαμβάνονται στη νόσο με Λιούη σώματα:

- Άνοια με Λιούη σώματα
- Νόσος Πάρκινσον
- Άνοια της νόσου Πάρκινσον

Όταν πρωτοεμφανιστούν τα συμπτώματα στις κινήσεις, συχνά γίνεται διάγνωση της νόσου Πάρκινσον. Καθώς εξελίσσεται η νόσος Πάρκινσον οι περισσότεροι άνθρωποι παρουσιάζουν άνοια. Όταν πρωτοεμφανιστούν γνωστικά συμπτώματα, τότε γίνεται διάγνωση ως άνοια με Λιούη σώματα.

Η νόσος με Λιούη σώματα μερικές φορές συνυπάρχει με τη νόσο Αλτσχάιμερ ή και την αγγειακή άνοια. Για περισσότερες πληροφορίες δείτε τα Ενημερωτικά Έντυπα για τη **Νόσο με Λιούη σώματα**.

Άνοια Πρόσθιου Εγκεφαλικού Λοβού

Άνοια Πρόσθιου Εγκεφαλικού Λοβού σημαίνει προοδευτική βλάβη στο μετωπικό ή και κροταφικό λοβό του εγκεφάλου. Τα συμπτώματα συχνά αρχίζουν όταν τα άτομα είναι στα 50 ή 60τους και μερικές φορές νωρίτερα. Υπάρχουν δύο κύριες εκδηλώσεις της άνοιας πρόσθιου εγκεφαλικού λοβού - μετωπική (που εμφανίζεται με συμπτώματα συμπεριφοράς και αλλαγές στην προσωπικότητα) και κροταφική (που εμφανίζεται με διαταραχές στον προφορικό λόγο). Όμως αυτές οι δύο συχνά αλληλεπικαλύπτονται.

Επειδή οι μετωπιαίοι λοβοί του εγκεφάλου ελέγχουν την κρίση και την κοινωνική συμπεριφορά, οι άνθρωποι με άνοια πρόσθιου εγκεφαλικού λοβού συχνά έχουν προβλήματα διατήρησης μιας κοινωνικά κατάλληλης συμπεριφοράς. Μπορεί να είναι αγενείς, να παραμελούν συνηθισμένες υποχρεώσεις, να είναι ψυχαναγκαστικοί ή επαναληπτικοί, να είναι επιθετικοί, να δείχνουν έλλειψη αναστολής ή να ενεργούν αυθόρμητα.

Υπάρχουν δύο κύριες μορφές κροταφικής ή γλωσσικής παραλλαγής της άνοιας πρόσθιου εγκεφαλικού λοβού. Η σημασιολογική άνοια περιλαμβάνει μια σταδιακή απώλεια της έννοιας των λέξεων, προβλήματα στην εύρεση των λέξεων και να

θυμούνται ονόματα ανθρώπων και έχουν δυσκολίες κατανόησης του προφορικού λόγου.

Η εκφυλιστική 'μη άπταιστα - αφασία' είναι λιγότερο συχνή και επηρεάζει την ικανότητα να μιλάει το άτομο άπταιστα.

Η άνοια πρόσθιου εγκεφαλικού λοβού μερικές φορές ονομάζεται εκφύλιση πρόσθιου εγκεφαλικού λοβού (εκφύλιση FTLD) ή νόσος Pick. Για περισσότερες πληροφορίες δείτε το Ενημερωτικό Έντυπο **Σχετικά με την άνοια: άνοια πρόσθιου εγκεφαλικού λοβού ή** επισκεφθείτε την ιστοσελίδα της ομάδας ερευνών Frontier **neura.edu.au**

Είναι άνοια;

Υπάρχει ένας αριθμός παθήσεων που παρουσιάζουν συμπτώματα παρόμοια της άνοιας. Αυτά μπορεί συχνά να αντιμετωπιστούν. Αυτά περιλαμβάνουν ορισμένες ελλείψεις βιταμινών και ορμονών, κατάθλιψη, επιδράσεις φαρμάκων, λοιμώξεις και όγκοι εγκεφάλου.

Είναι σημαντικό να γίνει ιατρική διάγνωση στο αρχικό στάδιο όταν πρωτοεμφανίζονται τα συμπτώματα για να εξασφαλιστεί ότι το άτομο που έχει μια θεραπεύσιμη πάθηση να διαγνωστεί και να αντιμετωπιστεί σωστά. Εάν τα συμπτώματα προκαλούνται από άνοια, η έγκαιρη διάγνωση θα σημαίνει έγκαιρη πρόσβαση σε υποστήριξη, πληροφορίες και φάρμακα όταν υπάρχουν.

Ποιές είναι οι αρχικές ενδείξεις της άνοιας

Οι αρχικές ενδείξεις της άνοιας μπορεί να είναι ανεπαίσθητες, αόριστες και μπορεί να μην είναι άμεσα φανερές. Μερικά συνηθισμένα συμπτώματα μπορεί να είναι:

- Προοδευτική και συχνή απώλεια μνήμης
- Σύγχυση
- Αλλαγή προσωπικότητας
- Απάθεια και απόσυρση
- Απώλεια της ικανότητας να εκτελεί καθημερινά πράγματα

Τι μπορεί να γίνει για να βοηθήσει την κατάσταση;

Προς το παρόν δεν υπάρχει γιατρεία για τις περισσότερες μορφές άνοιας. Όμως, έχει διαπιστωθεί ότι μερικά φάρμακα μειώνουν μερικά συμπτώματα. Η υποστήριξη είναι ζωτική για τα άτομα με άνοια και η βοήθεια από την οικογένεια, φίλους και φροντιστές μπορεί να κάνει μια θετική διαφορά στη διαχείριση της πάθησης.

ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Ο Σύλλογος Αλτσχάιμερ Αυστραλίας προσφέρει υποστήριξη, πληροφορίες, εκπαίδευση και συμβουλές. Επικοινωνήστε με τη Γραμμή Βοήθειας Άνοιας στο **1800 100 500** ή επισκεφθείτε το δικτυακό μας τόπο **fightdementia.org.au**



Για γλωσσική βοήθεια τηλεφωνήστε στην Υπηρεσία Διερμηνένων και Μεταφραστών στο **131 450**.

WHAT IS DEMENTIA?

This Help Sheet describes dementia, who gets it and some of its most common forms. It describes some early signs of dementia and emphasises the importance of a timely medical diagnosis.

Dementia describes a collection of symptoms that are caused by disorders affecting the brain. It is not one specific disease.

Dementia affects thinking, behaviour and the ability to perform everyday tasks. Brain function is affected enough to interfere with the person's normal social or working life. The hallmark of dementia is the inability to carry out everyday activities as a consequence of diminished cognitive ability.

Doctors diagnose dementia if two or more cognitive functions are significantly impaired. The cognitive functions affected can include memory, language skills, understanding information, spatial skills, judgement and attention. People with dementia may have difficulty solving problems and controlling their emotions. They may also experience personality changes. The exact symptoms experienced by a person with dementia depend on the areas of the brain that are damaged by the disease causing the dementia.

With many types of dementia, some of the nerve cells in the brain stop functioning, lose connections with other cells, and die. Dementia is usually progressive. This means that the disease gradually spreads through the brain and the person's symptoms get worse over time.

Who gets dementia?

Dementia can happen to anybody, but the risk increases with age. Most people with dementia are older, but it is important to remember that most older people do not get dementia. It is not a normal part of ageing, but is caused by brain disease. Less commonly, people under the age of 65 years develop dementia and this is called 'younger onset dementia'.

There are a few very rare forms of inherited dementia, where a specific gene mutation is known to cause the disease. In most cases of dementia however, these genes are not involved, but people with a family history of dementia do have an increased risk. For more information see the Help Sheet on *About Dementia: Genetics of dementia*.

Certain health and lifestyle factors also appear to play a role in a person's risk of dementia. People with untreated vascular risk factors including high blood pressure have an increased risk, as do those who are less physically and mentally active. Detailed information about dementia risk factors is available at yourbrainmatters.org.au.

What causes dementia?

There are many different diseases that cause dementia. In most cases, why people develop these diseases is unknown. Some of the most common forms of dementia are:

Alzheimer's disease

Alzheimer's disease is the most common form of dementia, accounting for around two-thirds of cases. It causes a gradual decline in cognitive abilities, often beginning with memory loss.

Alzheimer's disease is characterised by two abnormalities in the brain – amyloid plaques and neurofibrillary tangles. The plaques are abnormal clumps of a protein called beta amyloid. The tangles are bundles of twisted filaments made up of a protein called tau. Plaques and tangles stop communication between nerve cells and cause them to die. For more information see the Help Sheet on *About Dementia: Alzheimer's disease*.

Vascular dementia

Vascular dementia is cognitive impairment caused by damage to the blood vessels in the brain. It can be caused by a single stroke, or by several strokes occurring over time.

Vascular dementia is diagnosed when there is evidence of blood vessel disease in the brain and impaired cognitive function that interferes with daily living. The symptoms of vascular dementia can begin suddenly after a stroke, or may begin gradually as blood vessel disease worsens. The symptoms vary depending on the location and size of brain damage. It may affect just one or a few specific cognitive functions. Vascular dementia may appear similar to

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

Alzheimer's disease, and a mixture of Alzheimer's disease and vascular dementia is fairly common. For more information see the Help Sheet on *About Dementia: Vascular dementia*.

Lewy body disease

Lewy body disease is characterised by the presence of Lewy bodies in the brain. Lewy bodies are abnormal clumps of the protein alpha-synuclein that develop inside nerve cells. These abnormalities occur in specific areas of the brain, causing changes in movement, thinking and behaviour. People with Lewy body disease may experience large fluctuations in attention and thinking. They can go from almost normal performance to severe confusion within short periods. Visual hallucinations are also a common symptom.

Three overlapping disorders can be included with Lewy body disease:

- Dementia with Lewy bodies
- Parkinson's disease
- Parkinson's disease dementia

When movement symptoms appear first, Parkinson's disease is often diagnosed. As Parkinson's disease progresses most people develop dementia. When cognitive symptoms appear first, this is diagnosed as dementia with Lewy bodies.

Lewy body disease sometimes co-occurs with Alzheimer's disease and/or vascular dementia. For more information, see the Help Sheets on *Lewy body disease*.

Frontotemporal dementia

Frontotemporal dementia involves progressive damage to the frontal and/or temporal lobes of the brain. Symptoms often begin when people are in their 50s or 60s and sometimes earlier. There are two main presentations of frontotemporal dementia – frontal (involving behavioural symptoms and personality changes) and temporal (involving language impairments). However, the two often overlap.

Because the frontal lobes of the brain control judgement and social behaviour, people with frontotemporal dementia often have problems maintaining socially appropriate behaviour. They may be rude, neglect normal responsibilities, be compulsive or repetitive, be aggressive, show a lack of inhibition or act impulsively.

There are two main forms of the temporal or language variant of frontotemporal dementia. Semantic dementia involves a gradual loss of the meaning of words, problems finding words and remembering people's names, and difficulties

understanding language. Progressive non-fluent aphasia is less common and affects the ability to speak fluently.

Frontotemporal dementia is sometimes called frontotemporal lobar degeneration (FTLD) or Pick's disease. For more information, see the Help Sheet on *About Dementia: Frontotemporal dementia*, or visit the Frontier research group website neura.edu.au

Is it dementia?

There are a number of conditions that produce symptoms similar to dementia. These can often be treated. They include some vitamin and hormone deficiencies, depression, medication effects, infections and brain tumours.

It is essential that a medical diagnosis is obtained at an early stage when symptoms first appear to ensure that a person who has a treatable condition is diagnosed and treated correctly. If the symptoms are caused by dementia, an early diagnosis will mean early access to support, information and medication should it be available.

What are the early signs of dementia?

The early signs of dementia can be very subtle, vague and may not be immediately obvious. Some common symptoms may include:

- Progressive and frequent memory loss
- Confusion
- Personality change
- Apathy and withdrawal
- Loss of ability to perform everyday tasks

What can be done to help?

At present there is no cure for most forms of dementia. However, some medications have been found to reduce some symptoms. Support is vital for people with dementia and the help of families, friends and carers can make a positive difference to managing the condition.

FURTHER INFORMATION

Alzheimer's Australia offers support, information, education and counselling. Contact the National Dementia Helpline on **1800 100 500**, or visit our website at fightdementia.org.au



For language assistance phone the Translating and Interpreting Service on **131 450**