

# Unutkanlık? Tıbbi araştırma ve teşhis, ilerisi için yardımcı olur

**İnsanlar yaşlandıkça daha fazla oranda Alzheimer veya başka bir Demans hastalığına yakalanabilir. Demans hastalığında beyin dokusu oldukça hasar görür, bununla birlikte beynin performansı kötüleşir. Günümüzde bir Demans hastalığı erkenden teşhis edilebilir. Bir hekim veya uzman mütehassısta yapılacak tıbbi muayene ile hastalık anlaşılabilir, hastalığa karşı gerekli önlemler alınarak, doğru bir şekilde tedavi edilebilir.**

## **Beynin bir işlev arızası olarak Demans hastalığı**

Eğer beynin işlevi eskiye nazaren fark edilir bir şekilde kötüleşirse, kişi Demans hastalığına yakalanmış olur. Genel olarak hafıza zedelenir. Demans hastası kişi, ya yeni şeyleri algılamada ya da tanıdığı şeyleri hatırlamada güçlük çeker. Ayrıca beynin başka işlevlerinde de konuşma, davranış gibi veya başka kişileri veya nesnelere tanıma, veyahut günlük işleri planlama ve organize etme gibi konularda da güçlükler yaşar. Eğer mağdur kişi ancak, tek başına günlük yaşamın hakkından gelemiyorsa Demans hastalığından bahsedilebilir.

## **Farklı sebepler**

Demans hastalığı bir çok farklı nedenlerden dolayı oluşabilir. Bazı durumlarda beyin kesin olarak zarar görmemiştir ve uygun tedavi ile Demans hastalığı tamamiyle veya kısmen iyileşebilir. Ama çoğunlukla beyin direkt etkilenir, beyin dokusu oldukça hasar görür. En sık görülen Demans hastalıkları Alzheimer ve beyin-damar rahatsızlığına bağlı Demanslardır. Bu iki hastalık yaklaşık bütün Demans hastalıklarının toplam yüzde 70`ini oluşturur. Bunun dışında daha nadiren görülen yaklaşık 150 sebep mevcuttur.

## **Herkes Demans hastalığına yakalanabilir**

İnsanların neden Demans hastalığına yakalandıkları günümüzde tam olarak bilinmemektedir. Demans hastalığı oldukça karmaşık olduğundan, bilim çok çeşitli faktörleri göz önünde bulundurur. Önemli bir faktör yaşlılık

tır. 60 yaş öncesi Demans hastalıklarına nadiren rastlanır. Sonraki dönemde her beş yılda bu oran iki katına çıkar. 85 ve 90 yaş arası her dört kişiden birinde Demans mevcuttur. Bir Demans hastalığı herşeyden önce ileri yaşlardaki herkeste ortaya çıkabilir. İsviçre’de şu anda yaklaşık 100.000 kişi Demans hastalığıyla yaşar. Buna her yıl 25.000 yeni hastalık vakası eklenir.

## **Hastalık tamamen iyileşmez, ama etkili tedavi ile yaşam kalitesi artabilir**

Demans hastalarının ortalama yaşam süresi 10 yıldır. Ağır hafıza bozuklukları ve değişen davranışlar Demans hastalarının kendi yaşamlarını biçimlendirmelerinde oldukça zorlanmalarına yol açar. İlerlemiş evrelerinde Demans hastalarına gündüz ve gece bakım yapılmalıdır. Bir Demans hastalığı ne durdurulabilir ne de iyileştirilebilir, bununla birlikte etkili tedavilerle hastanın ve ona bakım yapan yakınlarının yaşam kalitesi iyileştirilebilir.

→ Die deutsche und französische Übersetzung dieses Infoblatts finden Sie als PDF auf: [www.alz.ch](http://www.alz.ch) / [www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)

→ La traduction allemande et française de cette fiche d’information peut être téléchargée sur: [www.alz.ch](http://www.alz.ch) / [www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)

→ Bu bilgilendirme broşürlerinin almanca ve fransızca çevirilerini [www.alz.ch](http://www.alz.ch) / [www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch) sitesinden PDF olarak indirebilirsiniz.

## Demans hastalığının tanı, teşhis ve tedavisi

### Demansın Belirtileri

Demans nasıl teşhis edilebilir? Hastalığın başlangıcında hastanın artık eskisi gibi kontrol edemediği sadece küçük ve göze çarpmayan şeyler oluşur. Böyle durumlar güvensizlik duygusu yaratır ve büyük korku salarlar. Hasta kişi genellikle meydana gelen bu değişiklikleri kabullenmek istemez ve uzunca bir süre bunu «normalmiş» gibi göstermeye çalışır. Oysaki aile üyeleri ve yakın arkadaşlar bir süre sonra bir şeylerin yolunda gitmediğini fark ederler. Demansın en önemli belirtileri:

- ▲ **Unutmak:** Ahmed S. (88) genellikle, kısa bir süre önce vuku bulan olayları unutuyor. Mesela iki gün önce kızının kendisini ziyaret ettiğini unutmuştur. Böyle anlar aile içerisinde sürekli küçük tartışmalara ve karışıklıklara sebep olur.
- ▲ **Konuşma sorunları:** Fatma P. (85) Vierwaldstättersee'ye yapmış olduğu pazar gezintisini anlatıyor. «Gemi» kelimesi bir türlü aklına gelmediği için, onun yerine zorlukla başka kelimelerle gemiyi tarif etmeye çalışır. Bu durum son zamanlarda onda daha sık yaşanmaktadır. Eskiden severek sohbetlerin odak noktasında bulunmasına rağmen, bu durumdan rahatsız olduğu için artık daha az konuşmaktadır.
- ▲ **Yol ve yönünü artık bulamamak:** Mustafa L. (68) alışılmadık bir şekilde bir doktor randevusundan uzun bir süre geri gelmez. İki saat sonra kızgın bir şekilde ev kapısının önünde durur; O doktor muayenehanesini bulamamıştır. Andreas L. bu yüzden çok öfkelenmiştir, çünkü aslında onun çok iyi tanıdığı bir yoldur.
- ▲ **Alışılmadık/farklı davranışlarda bulunmak:** Ayşe K. (79) üç gün önce alışverişe gitmek istemişti. Ocak ayıydı ve kar yağıyordu. Buna rağmen terlikleriyle sokağa çıkar. Neyseki satıcı kadın onu taksi ile evine bırakır.

- ▲ **Rutin işlerde zorluklar:** Abdullah M. (72) ailesinin mali meselelerini her zaman kusursuz ve zamanında halletmiştir. Fakat son zamanlarda sıkça faturalara dair ihtar yazıları ya da bunların iki defa ödendiğine dair mesajlar gelir. Vergi beyannamesinde artık kesinlikle yardıma ihtiyaç duyar. Bu durum daha önce hiç meydana gelmemiş ve onu bir hayli üzer.
- ▲ **Planlama ve organize etmede zorluklar:** Yemek pişirmek Türkan M. hanımı (82) fazlasıyla zorlar. Birincisi; yemeğin pişirilip masaya konulmasına kadar olan süre eskiye nazaren çok uzamıştır. İkincisi; arada sırada bir şeyler de ters gider. Sıralamada her şeyi birbirine karıştırır ya da önemli malzemeleri unuttur.
- ▲ **Aktiv yaşamdan çekilme:** Mukaddes P. (73) her zaman dostlarını ve tanıdıklarını ziyaret eden canlı ve bakımlı bir kişiydi. Fakat son zamanlarda ondan çok az işitilir. O artık kabuğuna çekilir ve dış görünüşünü ihmal eder oldu. Gelen davetleri de yorgun olduğu gerekçesiyle artık red etmeye başlar.

**Bu belirtiler otomatik olarak bir Demans hastalığı anlamına gelmez. Ama böyle sorunlar günlük yaşamı sıkıntıya koymaya başlarsa, bir doktor tarafından detaylı bir tıbbi muayene yapılmalıdır.**

### Demansı erken teşhis etmek

Demans tıbbi bir muayene ile erken teşhis edilebilir. Demansı tanımlamak bir kaç adımda gerçekleşir.

- ▲ Beynin performansı etkili bir şekilde kötüleşti mi? İlk adımda ev doktoru hem hastayla hem de hastanın yakınlarıyla ayrıntılı bir görüşme yapar. Akabinde kısa testlerle beynin önemli fonksiyonlarını inceler.
- ▲ Başka hastalıklar bundan sorumlu mudur? Ev doktoru beynin performansında bir arıza tespit ederse, başka

bir hastalığın mevcut olup olmadığını araştırır. Buna ilaveten; bilhassa laboratuvar araştırması ve beyin yapısının radyolojik incelenmesi olmak üzere bir çok analizler yapar.

- ▲ Alzheimer veya başka bir Demans hastalığı mı söz konusudur? Uzman bir doktora yapılacak bir muayene ile, bir Demansın var olup olmadığı ve hangi muhtemel sebeplerin söz konusu olduğu araştırılır. Bu muayene daha çok bir Memory Klinik (Memory Center)'te ayakta gerçekleşir.

## Demansı tedavi etmek

Gerçi günümüzde Demans hastalığı engellenemiyor, durdurulamıyor ya da iyileştirilemiyor. Fakat bir Demans teşhisinden sonra belirlenen tedavi imkanları yürütülebilir. Bu tedavi imkan ve hizmetleri hastayı uzun süre bağımsız kılar ve bu sayede hastanın, hasta yakınlarının ve bakıcı kişilerin yaşam kalitesini iyileştirir. Çoğu tedaviler; ne kadar erken uygulansalar, o kadar daha iyi etki gösterirler. Bundan dolayı bir doktora mümkün olduğunca erken muayene yapılmalıdır.

- ▲ **İlaçla tedavi (Antidementiva):** Bazı ilaçlar Demans başlangıcında beynin işlevini stabilize edebilir ve hastalığın ilerlemesini geciktirebilirler. Tedavi uygulanan kişi bu şekilde uzun süre bağımsız kalır.
- ▲ **Yan semptomların tedavisi:** Demans hastalığı zaman zaman örneğin; ruh halinde dalgalanmalara, korkulara, huzursuzluğa, depresyonlara, vehimlere, uyku bozukluklarına ve saldırganlıklara sebep olabilir. Böyle değişimler ilaçlar sayesinde azaltılabilir, hatta ortadan kaldırılabilirler.
- ▲ **Başka tedaviler:** Bir çok tedavi yöntemi, hastanın ve yakınlarının Demans ile en iyi şekilde yaşayabilmelerine yardımcı olur. Buna: Çevreye uyum («Milieuthérapie/Ortam tedavisi»), hafıza cimnastiği, konuşma terapisi, boya- ve yemek pişirme terapisi, müzik-, dans- ve hareket terapisi dahildir.

## Erken teşhis daha iyi bir reaksiyona yardımcı olur

Erken teşhis, kişinin Demans hastalığına kendini hazırlaması ve bu dönemi uygun bir şekilde geçirmesi için zaman kazandırır. Hastaya geleceğini planlama imkanı sağlar. Değişiklikleri anlamaya, uygun ilaçlarla buna cevap vermeye ve hastalıkla tek başına kalınmamasına yardımcı olur.

### Değişimleri anlamak

Demans, hastalanan bir kişinin davranışlarını ve duygularını değiştirir. Erken teşhis, bu değişimlerin anlaşılmasına yardımcı olur. Elmar P. bir Alzheimer hastasının eşi; bunu şu şekilde dile getirmiş: «En kötüsü teşhisten önceki zamandı. Hepimiz bir şeylerin artık yolunda gitmediğini biliyorduk. Fakat ilkin, doktor Alzheimer-hastalığından söz edince girişimde bulunabildik.» Değişen davranış başka bir görünüm aldı, zor durumlarla başka bir şekilde başa çıkılabilir.

### Yaşamı hastalıkla beraber daha iyi bir şekilde planlamak

Hasta kişi bir süre sonra bir şeyleri kendi kendine halledemez duruma gelir. Erken bir teşhis bundan dolayı, hastanın önemli özel işlerini kendi kendine yapmasına: örneğin kişinin mali ve idari meselelerde karar verme cesareti göstermesine, bir vasiyetname kaleme almasına imkan sunar. Erken teşhis aynı zamanda erkenden, hastalıkla beraber yeni bir yaşama, yaşam alışkanlıklarını ayarlamaya, ikamet edilen çevrede bir takım değişiklikler yapmaya, yeni meşguliyetler, yeni faaliyetler bulmaya, vb. yardımcı olur.

### Demans ile tek başına kalmamak

Hasta ve yakınlarının desteğe ihtiyacı vardır. Erken bir teşhis, hastalıkla yalnız kalınmamasına ve mümkün olduğunca hızlı bir şekilde destek ve yardım aranmasına yardımcı olur. Örneğin bakıcı ve hasta yakını Silvia O'nun arasına alış verişini yapmaya giden bir komşusu vardır. Haftada iki kere onun hasta kocasının kaldığı günlük bakım merkezini ziyaret eder. Bu ziyaret zamanında Silvia O. dinlenme molası alır ve rahatça diğer işlerini halledebilir.

## Diğer bilgiler

Demans hastalıkları ile ilgili diğer bilgiler için aşağıdaki yerlere başvurabilirsiniz.

- ▲ **Ev doktoru:** Demans hastalıklarıyla ilgili her türlü sorularınızda veya olası bir hastalıkla ilgili emin olmadığınız durumlarda ilkin ev doktorunuza başvurunuz.
- ▲ **Memory Klinik (Memory Center):** Bir çok tıbbi merkez Demans hastalığı tanı ve teşhisinde uzmanlaşmıştır. Memory Klinik (Memory Center), Nörolojik, Psikiyatrik ve Geriatrik (Yaşlılarda sağlık sorunlarını inceleyen bilim dalı) klinikler buna dahildir. Bir Demans hastalığıyla ilgili sorularda ve bu hastalıkla ilgili emin olunmayan durumlarda bu klinikler doğrudan bilgi verirler. Bu kliniklerin listesini Alzheimer-Telefon'dan veya web sitesinden elde edebilirsiniz (aşağıya bakınız).
- ▲ **İsviçre Alzheimer-birliği şubeleri:** Kantonal İsviçre Alzheimer-birliğinin şubeleri; danışmanlık görüşmeleri, servis hizmetleri ve hasta yakını grubu destekleme veya yardım servisi gibi konularda hizmet sunarlar. Diğer bilgileri web sitesinde bulabilirsiniz (Aşağıya bakınız).
- ▲ **İsviçre Alzheimer- birliğinin web sitesi:** [www.alz.ch](http://www.alz.ch) adresi altında Demans hastalıklarıyla ilgili daha fazla bilgileri ve de kantonal şubelerin ve Memory Klinik'lerin (Memory Center) bütün listelerini bulabilirsiniz.

Redaksiyon : Jen Haas


Uzman Lektörlük: Prof. Dr. A. Monsch, Universität Basel

Çeviri: Süleyman Kayra

Teşekkürler: Mirjana Obradovic, Ayşe Avsar, Fabio Castro, Afrodita Maksutaj, Zürih kenti Yaşlılar evi.

Siparişler için: İsviçre Alzheimer Birliği [www.alz.ch](http://www.alz.ch) veya migesplus - çok dilli Sağlık bilgileri, İsviçre Kızıl Haçı, Sağlık ve Entegrasyon Bakanlığı; [www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)

Broşürler migesplus'un uzmansal ve finansal desteği sayesinde Federal Devlet Stratejisi «Göç ve Sağlık 2008-2013» çerçevesinde oluşturulmuştur.

 Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
Département fédéral de l'intérieur DFI  
Dipartimento federale dell'interno DFI  
Bundesamt für Gesundheit BAG  
Office fédéral de la santé publique OFSP  
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP



### Alzheimer-Telefon

Alzheimer-Telefon hattı Demans hastalığıyla ilgili her türlü sorularda bilgi verip danışmanlık yapar.

Alzheimer-Telefon:

024 426 06 06 (almanca, Fransızca ve İtalyanca)

Pazartesi-Cuma: saat 8-12 ve 14-17