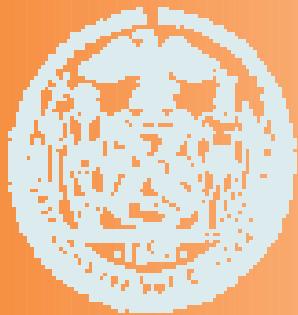


Что такое болезнь

Альцхаймера

*и
куда
обращаться
за*

помощью



Департамент для пожилых людей г. Нью-Йорка

Отдел болезни Альцхаймера и центр ресурсов по уходу

Michael R. Bloomberg, Mayor, City of New York

Edwin Méndez-Santiago, LCSW, Commissioner

Д

Болезнь Альцхаймера меняет жизнь семьи. Когда семьи берут на себя тяжелые обязанности по уходу за больным, им приходится решать множество физических, эмоциональных и финансовых проблем.

Отдел болезни Альцхаймера и центр ресурсов по уходу при Департамент для пожилых людей призван облегчать это бремя. Наши сотрудники являются специалистами в области деменции (слабоумия) и проблем длительного ухода. Мы можем разработать план помощи семье и пациенту.

Наши услуги являются бесплатными и строго конфиденциальными.

Мы предлагаем:

- Оценку индивидуальной ситуации
- Направление в медицинские диагностические центры, местные службы помощи и группы поддержки.
- Консультации по медицинским, юридическим и финансовым вопросам, включая социальную помощь.
- Информацию о возможных вариантах организации длительного ухода.
- Помощь в осуществлении процесса помещения в дом престарелых
- Адвокатские услуги
- Обучение профессионалов и лиц, осуществляющих уход
- Лекции и доклады

Чтобы получить информацию или помощь, звоните по телефону 311

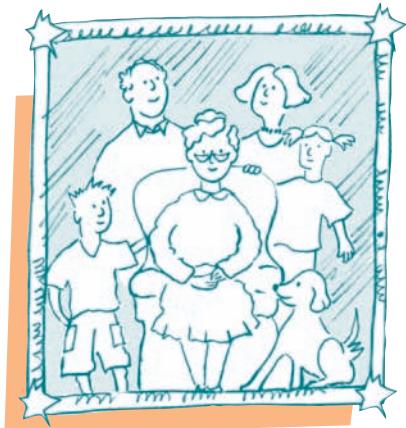
Что такое болезнь Альцхаймера?

Это прогрессирующая болезнь мозга, которая постепенно приводит к потери памяти и умственных способностей. Болезнь Альцхаймера (БА) - самая распространенная форма деменции, порождающая значительные изменения личности и поведения. Со временем человек теряет способность выполнять даже простые действия в повседневной жизни.

БА не является нормальным этапом старения; она может быть диагностирована у взрослых лиц любого возраста. Наибольшей опасности подвергаются очень старые люди. Почти половина лиц, возраст которых превышает 85 лет, страдает от симптомов болезни Альцхаймера.

Впервые эта болезнь была описана немецким врачом Алоисом Альцхаймером в 1906 году. Ученые до сих пор не установили точно, что именно вызывает те изменения в клетках и нервных окончаниях мозга, которые нарушают его нормальное функционирование.

БА поражает мужчин и женщин из всех этнических групп и культур, социальных слоев, богатых и бедных, обладающих любым уровнем образования. В настоящее время болезнью Альцхаймера страдают примерно 4 миллиона американцев. Поскольку количество старых людей увеличивается, ожидается, что через 50 лет число больных БА возрастет до 14 миллионов, если не будет найден метод ее лечения или предотвращения.



Ранние признаки болезни Альцхаймера

Если вам не удается вспоминать фамилии людей так легко, как раньше, или если вы не помните, куда положили свои очки, это еще не означает, что вы больны БА.

Однако забывчивость должна вызывать озабоченность, если она мешает исполнению профессиональных и общественных функций.

Симптомы характерные для начальной стадии БА:

- Забывание того, что произошло на вчерашнем совещании, имен внуков и домашнего адреса.
- Неспособность решать простые финансовые задачи, например, посчитать сдачу или купить газету.
- Повышенное беспокойство, возбуждение и раздражение.
- Непредсказуемые перепады настроения.

Если эти симптомы напоминают происходящее с вами или с кем-то из ваших знакомых, обратитесь за необходимой помощью в отдела болезни Альцхаймера и центра ресурсов по уходу.



Важно своевременно диагностировать болезнь Альцхаймера

Симптомы могут быть вызваны излечимым заболеванием

Не считайте заранее, что это - болезнь Альцхаймера. БА - самая частая, но не единственная причина деменции. Имейте в виду, что большой процент людей, приходящих к врачу из-за подозреваемой деменции, на самом деле страдает каким-то обратимым расстройством.

Для постановки диагноза обязательно посетите врача, специализирующегося в области гериатрии, неврологии или клинической психиатрии.

Для постановки диагноза требуется тщательное медицинское, неврологическое и психиатрическое обследование, позволяющее исключить другие заболевания. Такое обследование включает в себя:

- Полное изучение истории болезни и физическое обследование
- Лабораторные анализы, электрокардиографию и рентген грудной клетки
- Неврологическое обследование
- Психиатрическое обследование
- Тесты для оценки памяти, языковых и других познавательных способностей

При первых симптомах БА обратитесь к врачу для постановки диагноза. Ранний диагноз может стать ключом к продлению независимости.



Симптомы болезни Альцхаймера можно лечить

Лекарственная терапия:

- Ваш врач может прописать вам ингибиторы холинэстеразы, воздействующие на мозг. Это может замедлить прогрессирование болезни, но не ликвидирует ее.
- Стабилизаторы настроения и антидепрессанты являются полезными и зачастую необходимыми лекарствами.
- Помните о том, что лекарственная терапия может давать негативные побочные эффекты.

Действуйте инициативно, принимайте упреждающие меры. Позаботьтесь о том, чтобы близкий вам человек функционировал нормально как можно дольше.

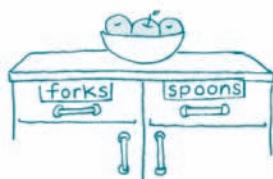
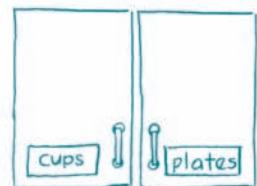
На ранних стадиях продолжение участия в общественной жизни и сохранение физической активности могут поддерживать качество жизни пациента и его семьи.

Письменные напоминания помогают справляться с провалами в памяти:

- Календарь с записями
- Ярлыки на ящиках и шкафах с указанием содержимого
- Простые инструкции по выполнению дел
- Подсказки для поиска предметов
- Инструкции по безопасности

Сбалансированная диета важна для поддержания хорошего здоровья и предотвращения неправильного питания.

Чем раньше начнется лечение, тем лучше для пациента.



Что следует ожидать при прогрессировании болезни Альцхаймера?

Симптомы могут меняться каждый день и варьироваться у разных людей, однако обычно они прогрессируют, переходя от стадии к стадии:

Ранняя стадия

Симптом

Забывчивость мешает осуществлять обычную деятельность дома и на работе.

Трудности при управлении финансами или совершении покупок

Пациент может терять ориентацию в пространстве



Реакция пациента

Беспокойство

Чувство отверженности

Эмоциональная замкнутость (аутизм)

Варианты ухода

Начать диагностирование БА

Упростить общественную деятельность

Обсудить возможный выход на пенсию

Избегать стрессовые ситуации

Освободить от управления финансами

Повысить бдительность

Может оказаться полезным идентифицирующий браслет для безопасного возвращения домой

Начать планирование имущества с помощью адвоката, специализирующегося по проблемам пожилых людей

Помните, что эта стадия может длиться несколько лет.

Средняя стадия

Симптом

Потеря ориентации во времени и пространстве
Затруднения при выборе подходящей одежды
Требуются напоминания о необходимости смены одежды
Требуется помочь при принятии ванны и посещении туалета
Избегает принятие ванны
Блуждание

Реакция пациента

Раздражимость
Повышенная возбудимость
Бред
Подозрительность
Беспричинная слезливость



Варианты ухода

Обеспечить постоянное наблюдение
Научиться управлять поведением больного
Запретить вождение автомобиля
Нанять сиделку для уменьшения нагрузки на осуществляющего уход
Использовать услуги дневных центров для взрослых
Гибкий график приема ванны
Может оказаться полезным идентифицирующий браслет для безопасного возвращения домой

Поздние стадии

Симптом

Недержание

Может не узнавать семью или супруга(у)

Теряет способность ходить или говорить

Затрудненное глотание

Потеря веса

Не может самостоятельно сидеть

Частые инфекционные заболевания

Реакция пациента

Апатия

Уменьшение взаимодействия со средой

Варианты ухода

Лекарственная терапия

Помощь осуществляющему уход

Квалифицированная медицинская и/или сестринская помощь на дому

Выполнение движений руками и ногами для небольшой физической нагрузки

Сохранять теплое общение, физический контакт и оказывание внимания

Соблюдение щадящей диеты и прием пищевых добавок

Возможно помещение в дом престарелых или инвалидов

Помните: При прогрессировании БА возможны ненормальные изменения в поведении. Поведение близкого человека может мешать вам или раздражать вас, но его не следует воспринимать как направленное лично против вас.

Что требуется страдающему болезнью Альцхаймера? Ваша поддержка и понимание

Участие семьи в ежедневном уходе существенно улучшает самочувствие пациента.

ПОЗВОЛЯЙТЕ близкому человеку как можно больше участвовать в жизни семьи.

Обеспечьте отдых —

физические упражнения, хобби, любимые способы проведения времени:

- Вносят радость в жизнь пациента
- Снижают раздражение
- Улучшают ночной сон
- Могут снижать потребность в успокаивающих лекарствах



Простые домашние дела —

сервировка стола, работа в саду, поливка
домашних растений, сортировка и складывание
предметов, подлежащих стирке:

- Обеспечивают сенсорное стимулирование.
- Дают больному ощущение того,
что он приносит пользу.
- Уменьшают
беспокойство



ПРОДОЛЖАЙТЕ

общаться даже при
ухудшении способности г
оворить и понимать:

- Говорите просто и медленно.
- Говорите спокойным ободряющим тоном.
- Выражайте любовь

ОБЕСПЕЧЬТЕ безопасность и защищенность больного в доме:

- Уберите или обеспечьте недоступность потенциально опасных предметов, включая плиту, ножи, токсичные чистящие вещества.
- Запирайте окна и двери, чтобы пациент не мог выбраться из дома.
- Предотвращайте падения, обеспечивая в доме порядок и хорошую освещенность

Вы не обязаны осуществлять уход в одиночку

**Услуги для страдающего болезнью Альцхаймера и лица,
осуществляющего уход**

При осуществлении ухода вы будете сталкиваться с различными обязанностями и необходимостью принимать сложные решения. Предоставляемые рекомендации и услуги помогают семьям страдающих болезнью Альцхаймера осуществлять уход за пациентом дома или в стационаре.

Юридическое и финансовое планирование

Немедленно приступите к оптимальной организации оплаты ухода за близким человеком и решению проблемы увеличения нагрузки на вас - человека, осуществляющего уход.

С момента появления подозрений о слабоумии Отдела болезни Альцхаймера и центр ресурсов по уходу при Департаменте для пожилых людей способен на всех стадиях ухода:

- Оценить ваши конкретные потребности
- Направить вас в соответствующие службы и к необходимым специалистам
- Проинформировать вас о ваших правах на социальную помощь
- Помочь вам в планировании следующих шагов

Мы можем помочь вам узнать больше о возможных вариантах организации ухода, а также получить необходимые вам услуги:

- Дневные центры для взрослых
- Уход на дому
- Физическая и профессиональная терапия, лечение расстройств речи
- Временный уход - помочь ухаживающему за больным
- Дом для постоянного проживания нуждающихся в уходе
- Дом для постоянного проживания нуждающихся в помощи в осуществлении жизнедеятельности.
- Дом для престарелых



Забота о лице, осуществляющем уход

Вы будете осуществлять уход более эффективно, если позаботитесь о себе.

Семьи страдающих болезнью Альцхаймера испытывают конфликтные чувства:

- Чувство отверженности
- Страх
- Смятение
- Неудовлетворенность
- Чувство изолированности
- Чувство вины
- Раздражение

Стресс, связанный с уходом за больным, может усугубляться стрессом, связанным с работой и уходом за детьми.

Накапливающийся стресс может привести к психическому истощению и даже грубому обращению со страдающим болезнью Альцхаймера.

Выделяйте себе свободное время для:

- Общения с друзьями
- Прогулок
- Продолжения религиозной или духовной деятельности
- Занятий спортом и другими видами активного отдыха

Группы поддержки помогают лицам, ухаживающим за страдающими болезнью Альцхаймера, справляться с эмоциями и нагрузками; это осуществляется посредством обсуждения тревог, разочарований и способов разрешения повседневных проблем.

Отдел болезни Альцхаймера и центр ресурсов по уходу при Департаменте для пожилых людей может направить вас в местную группу поддержки.

Местные и национальные ресурсы

Наряду с Отделом болезни Альцхаймера и центром ресурсов по уходу при Департаменте для пожилых людей существуют и другие организации, оказывающие рекомендательные и иные услуги:

Местные организации

Ассоциация Альцхаймера
Нью-йоркское городское отделение
New York City Chapter
360 Lexington Avenue, 4th floor
New York, NY 10017
1-212-983-0700
www.alzheimernyc.org

Фонд Альцхаймера Staten Island
789 Post Avenue
Staten Island, NY 10310
1-718-667-7110
www.sialzheimers.com

Фонд Альцхаймера Long Island
5 Channel Drive
Port Washington, NY 11050
1-516-767-6856
www.liaf.org

Национальные организации

Национальная ассоциация Альцхаймера
1-800-272-3900
www.alz.org

Учебный и рекомендательный центр Альцхаймера
(ADEAR)
1-800-438-4380
www.alzheimers.org

Союз обеспечивающих уход в семье
690 Market Street, Suite 600
San Francisco, CA 94104
1-415-434-3388
www.caregiver.org

Национальный союз по уходу
4720 Montgomery Lane, 5th floor
Bethesda, MD 20814
www.caregiving.org

Национальная ассоциация профессиональных
менеджеров по гериатрическому уходу
1-520-881-8008
www.caremanager.org

Библиография

Вы можете попросить Отдел болезни Альцхаймера и центр ресурсов по уходу при Департамент для пожилых людей предоставить вам бесплатные информационные материалы, в частности, три книги:

*Болезнь Альцхаймера: Куда обращаться за помощью в городе Нью-Йорке**

*Уход: Руководство по уходу за лицами, страдающими болезнью Альцхаймера**

*Подготовка к длительному уходу: юридические и финансовые рекомендации для жителей Нью-Йорка**

*Предлагается на испанском, китайском и русском языках

This project was supported, in part, by a grant, number 90AZ2791, from the Administration on Aging, Department of Health and Human Services, Washington, D.C. 20201. Grantees undertaking projects under government sponsorship are encouraged to express freely their findings and conclusions. Points of view or opinions do not, therefore, necessarily represent official Administration on Aging policy.

Департамент для пожилых людей г. Нью-Йорка
Отдела болезни Альцхаймера и центр ресурсов по уходу
2 Lafayette Street, 15th Floor
New York, New York 10007-1392
www.nyc.gov/aging