

# Demencja naczyniowa

Ten arkusz pomocy opisuje demencję naczyniową, a także jej objawy, przyczyny, rodzaje, diagnostykę i leczenie.

- Demencja naczyniowa jest formą demencji spowodowaną uszkodzeniem mózgu wynikającym z ograniczonego przepływu krwi w mózgu.
- Wpływa na umiejętności myślenia: takie jak rozumowanie, planowanie, osąd i uwaga.
- Zmiany w umiejętnościach i zdolnościach są na tyle znaczące, że zakłócają codzienne funkcjonowanie społeczne lub zawodowe.
- Często uszkodzenie naczyń występuje wraz z chorobą Alzheimera lub inną chorobą mózgu.

## Przyczyny otępienia naczyniowego

Demencja naczyniowa może być spowodowana przez:

- jeden silny udar
- wielokrotne udary
- nieleczone wysokie ciśnienie krwi lub cukrzyca prowadzące do choroby naczyń w małych naczyniach krwionośnych głęboko w mózgu.

Lokalizacja i rozmiar uszkodzenia mózgu określa, które funkcje mózgu są dotknięte.

## Rodzaje otępienia naczyniowego

### Otępienie poudarowe

Jeden duży udar może czasami powodować otępienie naczyniowe, w zależności od jego rozmiaru i lokalizacji.

Otępienie poudarowe charakteryzuje się nagłym początkiem zmian w umiejętnościach myślenia lub zachowaniu. Objawy różnią się w zależności od lokalizacji udaru i funkcji mózgu, na które on wpłynął.

Jeśli nie wystąpią kolejne udary, objawy danej osoby mogą pozostać stabilne lub nawet ulec poprawie w miarę upływu czasu. Jeśli jednak występuje inna choroba naczyniowa wpływająca również na mózg lub wystąpią dodatkowe udary, objawy mogą się nasilić.

### **Otępienie wielo-udarowe**

Otępienie wielo-udarowe jest spowodowane wieloma mikro-udarami. Jest to związane z chorobą dużych naczyń krwionośnych mózgu. Często osoba nie zauważa objawów udarów, kiedy one występują.

Z biegiem czasu, wraz z większą liczbą udarów, wyrządzone są coraz większe szkody w mózgu, a zdolności rozumowania i myślenia są upośledzone do tego stopnia, że stawiana jest diagnoza otępienia naczyniowego.

W zależności od lokalizacji uszkodzenia mózgu, inne objawy mogą obejmować depresję i wahania nastroju. Po każdym nowym udarze objawy mogą się nasilić, a następnie chwilowo się ustabilizować.

### **Podkorowe otępienie naczyniowe**

Podkorowe otępienie naczyniowe jest związane z chorobą małych naczyń krwionośnych głęboko w mózgu i uszkodzeniem podkorowych (lub głębokich) obszarów mózgu. Może to być spowodowane nieleczonym nadciśnieniem lub cukrzycą prowadzącą do choroby naczyniowej.

Objawy często obejmują:

- pogorszenie zdolności rozumowania i myślenia
- niewielkie problemy z pamięcią
- problemy z chodzeniem i poruszaniem się
- zmiany behawioralne
- brak kontroli nad pęcherzem.

Podkorowe otępienie naczyniowe ma zwykle charakter postępujący, a objawy nasilają się wraz z postępującym uszkodzeniem naczyń.

## Diagnozowanie otępienia naczyniowego

Żaden konkretny test nie może zdiagnozować otępienia naczyniowego.

Diagnoza opiera się na obecności demencji, gdzie najbardziej prawdopodobną przyczyną objawów są choroby naczyniowe. W przypadku podejrzenia otępienia naczyniowego zostaną przeprowadzone badania lekarskie.

Mogą to być:

- ocena zmian w myśleniu i zachowaniu oraz ich wpływu na codzienne funkcjonowanie
- pełna historia medyczna
- badania krwi
- badanie neurologiczne (badanie odruchów, zmysłów, koordynacji i siły)
- testy neuropsychologiczne (ocena zmian zdolności myślenia)
- obrazowanie mózgu (w celu wykrycia nieprawidłowości spowodowanych udarem lub chorobą naczyń krwionośnych)
- USG tętnic szyjnych (w celu sprawdzenia uszkodzeń tętnic szyjnych).

Demencja naczyniowa może być bardzo trudna do odróżnienia od innych form demencji, ponieważ objawy każdego z rodzaju pokrywają się. Ponadto wiele osób z demencją cierpi też na chorobę naczyniową, jak i inne choroby mózgu, takie jak choroba Alzheimera, a zatem cierpi na otępienie mieszane.

## Kto choruje na otępienie naczyniowe

Otępienie naczyniowe może przytrafić się każdemu, ale ryzyko wzrasta wraz z wiekiem.

Czynniki związane ze zdrowiem i stylem życia mogą również zwiększać ryzyko otępienia naczyniowego, w tym:

- wysokie ciśnienie krwi
- wysoki cholesterol
- cukrzyca
- otyłość
- palenie

- brak ruchu i zła dieta
- zaburzenia rytmu serca
- choroba serca
- choroba naczyń krwionośnych
- historia wielu udarów.

## **Opcje leczenia i prowadzenia choroby**

Nie ma jednej metody leczenia otępienia naczyniowego.

- Jeśli otępienie jest związane z udarem, ważne jest leczenie zapobiegające kolejnym udarom.
- Zdrowa dieta, ćwiczenia i niepalenie mogą zmniejszyć ryzyko dalszych udarów lub naczyniowego uszkodzenia mózgu.
- Leki stosowane w leczeniu choroby Alzheimera mogą u niektórych osób skutecznie poprawiać pamięć, myślenie i zachowanie.
- Terapia zajęciowa może pomóc choremu dostosować się do zmian w umiejętnościach i zachować niezależność.

Kontrolowanie czynników, które wpływają na podstawowe zdrowie serca i naczyń krwionośnych, może czasami spowolnić tempo pogarszania się otępienia naczyniowego, a czasami może również zapobiec dalszemu pogarszaniu się go.

- Przepisane leki mogą kontrolować wysokie ciśnienie krwi, wysoki poziom cholesterolu, choroby serca i cukrzycę.
- Aspiryna lub inne leki mogą być przepisywane w celu zapobiegania tworzeniu się skrzepów w naczyniach krwionośnych.

## Szukając wsparcia

Wsparcie jest dostępne dla osób żyjących z otępieniem naczyniowym oraz ich rodzin i opiekunów. To wsparcie może mieć pozytywny wpływ na radzenie sobie z chorobą i dobrym życiem.

Dostosowanie się do zmian w umiejętnościach, przy jednoczesnym zachowaniu przyjemnych zajęć, jest ważne dla dobrego samopoczucia. Poznanie choroby i strategii dobrego życia z demencją może być korzystne dla każdego.

Dodatkowe lektury i materiały

- **Usługa biblioteczna Dementia Australia**  
Odwiedź: [dementia.org.au/library](https://dementia.org.au/library)
- **Dementia Australia -Wsparcie**  
Odwiedź: [dementia.org.au/support](https://dementia.org.au/support)
- **Dementia Australia - Edukacja**  
Odwiedź: [dementia.org.au/education](https://dementia.org.au/education)

## Więcej informacji

Dementia Australia oferuje wsparcie, informacje, edukację i doradztwo.

**Krajowa Infolinia ds. demencji: 1800 100 500**

**Pomoc językowa: 131 450**

**Odwiedź naszą stronę internetową: [dementia.org.au](https://dementia.org.au)**