9. Δεν μπορώ να κάνω τίποτα ώστε να βοηθήσω τον σύζυγό μου, ο οποίος πάσχει από άνοια.

Το αντίθετο! Ο ρόλος του φροντιστή είναι ιδιαίτερα σημαντικός στην άνοια. Η φροντίδα αποτελεί την υπέρτατη μορφή προσφοράς. Στην άνοια, λόγω της κλινικής εικόνας του ασθενή, η παροχή φροντίδας είναι πιο δύσκολη, αλλά και πιο σημαντική. Ο ενημερωμένος και ευαισθητοποιημένος φροντιστής μπορεί με την φροντίδα, όχι μόνο να βελτιώσει την ποιότητα ζωής του ασθενή, αλλά και τα ίδια τα συμπτώματα της άνοιας.



10. Δεν υπάρχουν δομές για την άνοια στην Ελλάδα.

Έχουν αναπτυχθεί στη χώρα μας αρκετές δομές για την άνοια. Υπάρχουν εξειδικευμένα κέντρα για την άνοια, ιατρεία μνήμης και κέντρα ημέρας στην Αθήνα και την επαρχία. Μην ξεχνάτε, πως όσο πιο εξειδικευμένη φροντίδα λαμβάνει ο ασθενής και ο φροντιστής στην άνοια, τόσο καλύτερη είναι η ποιότητα ζωής του ασθενή και μικρότερη η επιβάρυνση αυτού που τον φροντίζει.



ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ – Ε.Ψ.Ε.Π.

ΑΣΤΙΚΗ ΜΗ ΚΕΡΔΟΣΚΟΠΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ, ΣΙΚΕΛΙΑΝΟΥ 2, 45221 ΙΩΑΝΝΙΝΑ, ΤΗΛ./FAX: 26510-39820,
E-mail: epsep_ioa@yahoo.gr

10 Μύθοι για την Άνοια

10 Μύθοι για την Άνοια



1. Η άνοια είναι ένα φαινόμενο της εποχής μας και μόνο.

Η άνοια είναι όσο παλιά όσο και ο άνθρωπος. Από την άλλη πλευρά, τα άτομα που πάσχουν από τη νόσο έχουν αυξηθεί τις τελευταίες δεκαετίες, λόγω της αύξησης του μέσου όρου ζωής και της συχνότερης διάγνωσης της νόσου.

2. Η νόσος του Alzheimer παρουσιάζεται μόνο σε ηλικιωμένους.

Η ηλικία αποτελεί τον σημαντικότερο παράγοντα εκδήλωσης της άνοιας. Από την ηλικία των 65 ετών, ο επιπολασμός της άνοιας διπλασιάζεται ανά πενταετία, για να φτάσουμε στους άνω των 85 ετών, οι οποίοι πάσχουν από άνοια σε ποσοστό που πλησιάζει το 40%. Από την άλλη πλευρά, περιστατικά άνοιας παρουσιάζονται και σε νεότερες ηλικίες, αλλά είναι σπανιότερα (λιγότερο από 1% των περιπτώσεων).

3. Άνοια και νόσος του Alzheimer είναι το ίδιο πράγμα.

Άνοια είναι ένα κλινικό σύνδρομο που χαρακτηρίζεται από απώλεια μνήμης, έκπτωση άλλων ανώτερων εγκεφαλικών λειτουργιών και προκαλεί έκπτωση στη λειτουργικότητα του ατόμου. Η νόσος του Alzheimer είναι η συχνότερη αιτία άνοιας και ευθύνεται για τις μισές περίπου περιπτώσεις ανοιών.



4. Η μητέρα μου έχει άνοια. Είναι σίγουρο πως θα το πάθω και εγώ.

Η ύπαρξη ενός συγγενή πρώτου βαθμού (πατέρας, μητέρα, αδερφός ή αδερφή) με άνοια στην οικογένεια αυξάνει τον σχετικό κίνδυνο εκδήλωσης άνοιας 4 φορές περίπου. Αυτό σημαίνει πως το άτομο έχει περίπου 16% πιθανότητα να αναπτύξει άνοια σε κάποια στιγμή της ζωής του (αντί για 4% που έχει όποιος δεν έχει συγγενή πρώτου βαθμού με άνοια). Όμως, η πιθανότητα να μην πάθει άνοια το άτομο αυτό είναι 86%. Για τον λόγο αυτό, δεν πρέπει να υπάρχει μεγάλη ανησυχία.

5. Ξεχνάω ονόματα, χάνω τα κλειδιά μου, σίγουρα έχω άνοια.

Όλοι οι άνθρωποι, ιδιαίτερα σε στιγμές ύπαρξης άγχους, θλίψης ή πολλών υποχρεώσεων, μπορεί να παρουσιάζουν προβλήματα μνήμης, Τα προβλήματα αυτά δεν αφορούν όμως σημαντικά γεγονότα. Στην άνοια ο ασθενής επαναλαμβάνει τα ίδια πράγματα ξανά και ξανά, χάνει πράγματα και δεν μπορεί να τα βρει, αναστατώνεται και κατηγορεί άλλους ότι του τα πήραν και ξεχνά σημαντικά γεγονότα, όπως τον θάνατο ενός κοντινού προσώπου.

6. Δεν μπορώ να κάνω τίποτα για να μην πάθω άνοια.

Έχει αποδειχτεί πως οι καρδιαγγειακοί παράγοντες κινδύνου αποτελούν ανεξάρτητους παράγοντες κινδύνου ανάπτυξης άνοιας. Για αυτό τον λόγο, η υιοθέτηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής, με αποφυγή του καπνίσματος, εφαρμογή τακτικής άσκησης, έλεγχο της αρτηριακής πίεσης, της χοληστερίνης και του σακχάρου, μειώνει την πιθανότητα να πάθει κανείς άνοια.



7. Δεν υπάρχει καμία θεραπεία για την άνοια.

Υπάρχουν σήμερα φάρμακα, τα οποία μπορούν να βοηθήσουν στην καταπολέμηση της νόσου. Αν και δεν μπορούν να σταματήσουν την πορεία της νόσου, μπορούν να την επιβραδύνουν, και αρχικά, ακόμη και να την βελτιώσουν.



8. Καλύτερα να πεθάνω, παρά να πάθω άνοια.

Πολλοί είναι αυτοί που θεωρούν την άνοια ως μια κατάσταση χειρότερη από το θάνατο. Μελέτες ποιότητας της ζωής απέδειξαν, όμως, πως οι ασθενείς με άνοια έχουν ποιότητα στη ζωή τους.