

21 вересня – Всесвітній день боротьби з хворобою Альцгеймера

Що таке хвороба Альцгеймера?

Хвороба Альцгеймера – це невиліковне прогресуюче захворювання головного мозку, яке є найпоширенішою формою деменції. Вона вражає пам'ять, мислення, мовлення, здатність до орієнтації у просторі та часі, поступово позбавляючи людину можливості самостійно жити.

Найчастіше симптоми з'являються у віці після 65 років, хоча існують і ранні форми. Люди з цією хворобою поступово втрачають не лише спогади, але й розуміння реальності, емоційні зв'язки, а в кінцевих стадіях – і контроль над тілом.

Чому 21 вересня важливий?

21 вересня щороку відзначається Всесвітній день боротьби з хворобою Альцгеймера. Цей день започаткований у 1994 році Міжнародною організацією Alzheimer's Disease International (ADI) з метою:

- підвищити обізнаність про хворобу серед населення,
- зменшити стигму, пов'язану з діагнозом,
- привернути увагу до потреб пацієнтів і родин,
- стимулювати розвиток досліджень та профілактичних заходів.

Цей день входить до Всесвітнього місяця обізнаності про хворобу Альцгеймера, який охоплює весь вересень.

Тривожна статистика:

- У світі понад 55 мільйонів людей живуть з деменцією, з яких до 70% – це саме хвороба Альцгеймера.
- За прогнозами, до 2050 року ця кількість може зрости до 139 мільйонів через старіння населення.
- В Україні щороку діагностують десятки тисяч нових випадків, однак реальна кількість ще більша – через несвоєчасну діагностику та відсутність обізнаності.

Основні цілі Всесвітнього дня:

1. Освіта та поінформованість

Більшість людей не можуть розпізнати ранні симптоми. Цей день дає шанс розповісти суспільству, як виглядає хвороба та що можна зробити.

2. Підтримка родин

Хвороба Альцгеймера – це виклик не лише для пацієнта, а й для його близьких. Дуже важлива психологічна, соціальна й інформаційна підтримка.

3. Боротьба зі стигмою

Багато людей бояться говорити про діагноз або ховають його. Мета цього дня – зруйнувати страх і вину.

4. Розвиток науки та ресурсів

Необхідні інвестиції у дослідження, професійна підготовка медиків, створення закладів денного догляду, соціальних програм підтримки.

🔍 Як розпізнати перші симптоми?

- Втрата короткочасної пам'яті (людина забуває, що було щойно)
- Труднощі з підбором слів
- Дезорієнтація в знайомих місцях
- Проблеми з плануванням або прийняттям рішень
- Втрати інтересу до улюблених занять

Існують прості тести, які можна пройти у лікаря – наприклад, тест «намалюй годинник», або серія питань на логіку, увагу й пам'ять.

Чи можна запобігти?

Хвороба Альцгеймера поки невиліковна, але:

- можна сповільнити її прогресування,
- зменшити ризики її розвитку за допомогою здорового способу життя:

✓ фізична активність

✓ правильне харчування (середземноморська дієта)

✓ тренування пам'яті

✓ соціальна активність

✓ контроль тиску, холестерину, цукру

🔊 Як долучитися?

У цей день у різних країнах проводять:

- інформаційні кампанії,
- флешмоби в кольорах кампанії (фіолетовий),
- збори коштів,
- вебінари та семінари для медиків і родин.

👉 Якщо ви – організація, медичний заклад або волонтер – поширення інформації вже є важливим внеском.

⇒ Джерела та корисні посилання:

- Alzheimer's Disease International (ADI)
- Alz.org – глобальний ресурс про Альцгеймер
- Всесвітній день на сайті CDC Україна
- День обізнаності – RFI Україна
- Медична стаття на neuronews.com.ua

✦ Пам'ятайте: Хвороба Альцгеймера – це не лише про втрату пам'яті. Це про втрату особистості. І кожен із нас може допомогти змінити життя тих, хто з нею стикається.