

ISSN 1849-8809



EdukAI 2017

Treća edukativna konferencija o Alzheimerovoj bolesti
8. i 9.12.2017., Zagreb, Hotel International

ZBORNIK SAŽETAKA

Godina III, 2017.



Hrvatska udruga za
Alzheimerovu bolest



ZBORNİK SAŽETAKA

Treće edukativne konferencije o Alzheimerovoj bolesti
Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest održane
u Zagrebu 8. i 9. prosinca 2017.



EdukAI 2017

ZBORNİK SAŽETAKA

Treće edukativne konferencije
o Alzheimerovoj bolesti
Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest
održane u Zagrebu 8. i 9. prosinca 2017.

Godina 3, 2017.



Prosinac 2017.

**Zbornik sažetaka
Treće edukativne konferencije o Alzheimerovoj bolesti
Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest**

Godina 3, 2017.

ISSN 1849-8809

Nakladnik

Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest, Vlaška 24/1, 10000 Zagreb

Za nakladnika

prof. dr. sc. Ninoslav Mimica
predsjednik Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest

Uredio i oblikovao

Tomislav Huić
dopredsjednik Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest

Lektorica

Ksenija Trajbar

Tisak

Grafing, Zagreb

Naklada: 300 primjeraka

Zagreb, prosinac 2017.

Mišljenja, nalazi, zaključci i preporuke u ovom zborniku nisu nužno stajališta organizatora konferencije EdukAl 2017. i odgovornost za njih snose autori.

Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest © 2017.

*Umjesto nastojanja da osobu
koja živi s demencijom vratite u svoju stvarnost,
zašto ne pokušate ući u njezinu stvarnost?*

- Bob DeMarco

AlzheimersReadingRoom.com



PISMA PODRŠKE



Oduševljena sam što će *Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest* biti 8. i 9. prosinca 2017. u Zagrebu domaćin *Treće edukativne konferencije o Alzheimerovoj bolesti – EdukaI 2017.*

Kao glavna izvršna direktorica udruge *Alzheimer's Disease International (ADI)* pozdravljam ovaj važan skup o temi *S demencijom se može dobro živjeti*, koja uključuje dvije radionice i predavanja o nužnosti da osobama s demencijom budemo prijatelji, o iskustvima i potrebama njihovih skrbnika i njegovatelja te o dijagnosticanju toga stanja u primarnoj zdravstvenoj praksi.

Čestitamo udruzi na posebno zanimljivom programu konferencije koji će slijediti nakon otvorenja na kojemu će gradonačelnik Zagreba Milan Bandić potpisati sporazum o usmjeravanju toga grada u zajednicu prijateljsku demenciji te uvodnih govora predstavnika Ministarstva zdravstva RH i Ministarstva za demografiju, obitelj, mlade i socijalnu politiku RH koji će govoriti o problemima demencije u Hrvatskoj.

Ta je konferencija i dalje ključno sredstvo *Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest* i ministarstva u promicanju prihvaćanja nacionalne strategije borbe protiv demencije od koje se u bliskoj budućnosti očekuje dodatno proširenje potpore osobama s demencijom i njihovim obiteljima te borbi protiv demencije općenito.

S velikim očekivanjem ističem također da će konferencija, uz ostalo, dati pregled ciljeva i ishoda europskog projekta *Demenca aCROsSLO*, koji je usmjeren na poboljšanje života osoba pogođenih demencijom u hrvatskome i slovenskome području Istre.

Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest već je 11 godina aktivna članica ADI-a te joj i ovom prigodom još jedanput zahvaljujem na njezinu kontinuiranom naporu na povećanju svijesti, potpori i izvorima koje pruža osobama s demencijom.

U ime cijele obitelji ADI-a želim svim sudionicima uspješnu i produktivnu konferenciju tijekom koje će uživati u mogućnosti da s kolegama i novim prijateljima pojačaju međusobnu suradnju i razmjenu ideja o tako važnim temama.

Uz najbolje želje,

Paola Barbarino
glavna izvršna direktorica udruge
Alzheimer's Disease International





Dobrodošli!

Kao izvršnom direktoru udruge *Alzheimer Europe*, veliko mi je zadovoljstvo pozdraviti vas na *EdukAlu 2017.*, trećoj edukativnoj konferenciji o Alzheimerovoj bolesti u Hrvatskoj.

Želim čestitati našim kolegama iz Hrvatske na organizaciji ovogodišnje konferencije čije je geslo *Možeš dobro živjeti s demencijom*. To je snažna poruka sudionicima vašega skupa, bilo da su oni osobe s demencijom, članovi njihove obitelji, skrbnici, medicinske sestre, liječnici opće prakse, psihijatri, neurolozi i drugo zdravstveno osoblje ili kreatori javnozdravstvenih politika.

Ova konferencija koja će se usredotočiti na aspekte zdravstva i njege te na socijalna pitanja, nedvojbeno će biti jedinstvena mogućnost da poboljšate svoje znanje o Alzheimerovoj bolesti i drugim oblicima demencije. Jer, samo zahvaljujući ovakvim holističkim pristupima demenciji može se poboljšati kvaliteta života osoba koje su njome zahvaćene i osigurati da one zaista mogu živjeti dobro s demencijom.

Suzbijanje stigme i promicanje demenciji prijateljskog i uključujućeg društva, ključni su i trajni prioriteti udruge *Alzheimer Europe* i naših nacionalnih organizacija. Zato mi je drago što će tijekom ove konferencije Hrvatska pokrenuti inicijativu *Prijatelji demencije*.

Želim vašoj konferenciji uspješan rad,

Jean George
izvršni direktor



Poštovani,

Predsjednica sam *Udruge za istraživanje Alzheimerove bolesti* u Monaku (AMPA) posljednjih devet godina. Njezini ključni ciljevi su potpora i poticanje međunarodnih partnerstva u svrhu borbe protiv Alzheimerove bolesti.

U vezi s tim, tijekom 2013. godine AMPA je pokrenula *Meditersku alijansu za Alzheimerovu bolest* u koja trenutačno djeluje 17 sredozemnih zemalja, uključujući i Hrvatsku. Ta mreža sastoji se od nacionalnih udruga za Alzheimerovu bolest, znanstvenika i zdravstvenih profesionalaca iz cijele regije. U koordinaciji s AMPA-om, glavni zadaci MAA-a su potpora sudionicima u borbi protiv Alzheimerove bolesti na Sredozemlju radi razvoja njihovih inicijativa, dijeljenja i razmjene znanja, iskustva i prijedloga donositeljima političkih odluka, kako bi se osiguralo da u tim zemljama Alzheimerova bolest postane prioritet javnog zdravstva.

Vaša udruga organizira *Treću edukativnu konferenciju o Alzheimerovoj bolesti* (EdukAl 2017) 8. i 9. prosinca 2017. u Zagrebu. Taj događaj bit će prigoda za stjecanje boljeg znanja i svijesti o bolesti te prijenos stručnosti svim sudionicima.

U ime *Mediterske alijanse za Alzheimerovu bolest* želim vam čestitam na ovoj izvanrednoj inicijativi. U nadi da će ova konferencija biti vrlo uspješna, sigurna sam da će biti i vrlo korisna u pružanju potpore oboljelima i njihovim obiteljima u vašoj zemlji i da će Zagreb postati demenciji prijateljsko mjesto.

Također se nadam da će ovaj skup biti prilika vašoj udruzi da istakne koliko je Hrvatskoj potrebno da u najkraćem mogućem roku prihvati i počne provoditi nacionalnu strategiju u borbi protiv demencije.

S poštovanjem,

Catherine Pastor
predsjednica

Organizacijski i programski odbor

Treće edukativne konferencije o Alzheimerovoj bolesti
Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest

Ninoslav Mimica

Vjekoslav Jeleč

Ivana Portolan Pajić

Tomislav Huić

Mira Dajčić

Tajana Dajčić

Tatjana Cvetko

Suvada Čatak

Morana Ivičić

Marija Kušan Jukić

Nataša Klepac

Marija Lacko

Diana Lekić

Goran Šimić

Slaviša Šmalc

Višnja Šporer

Lijana Trontelj

Dubravka Vizek

PROSLOV



S demencijom se može dulje živjeti dobro

Skupština Svjetske zdravstvene organizacije procijenila je u svibnju ove godine da diljem svijeta s demencijom živi 6 do 8 posto stanovnika u dobi iznad 60 godina. Prema tome, u Hrvatskoj ih je između 80 i 100 tisuća. To potvrđuje točnost naših prošlogodišnjih procjena i pretpostavku da je trenutačno u zemlji oko 90 tisuća osoba s demencijom. Pred nas to postavlja sve više zadataka. Ključni odgovor na njih nastoji pružiti snažna poruka ovogodišnje konferencije: *S demencijom se može dulje živjeti dobro*.

Prvi nam je zadatak potaknuti rano dijagnosticiranje demencije i bolesti koje je uzrokuju te registar oboljelih. Osim liječnika obiteljske medicine, u to trebamo uključiti i sve koji tome mogu pridonijeti tako da pravodobno uoče simptome sindroma te ohrabrivanjem osoba s tim simptomima da odmah zatraže liječničku pomoć.

Opća svijest o Alzheimerovoj bolesti i demenciji postoji, ali ti se pojmovi još uvijek ne razlikuju dovoljno. Kako bismo brže i bolje ispravili način kako naša nacija razmišlja, djeluje i govori o demenciji, pokrećemo inicijativu *Prijatelji demencije – Hrvatska*. Od njih očekujemo da u svakodnevnim razgovorima promiču istinu o tom sindromu. Štoviše, pokrećemo i inicijativu o razvoju naših gradova u *Demenciji prijateljske zajednice*.

Veći angažman, kad je riječ o obrazovanju i inicijativi *Prijatelji demencije*, dodatno će opteretiti volonterski rad naše udruge, posebice njezina savjetovališta. Stoga se nadamo da ćemo, uz pomoć mjerodavnih institucija, naći rješenja kako bismo profesionalizirali njezin rad.

Zato je *Eduka1 2017* usmjeren prema prikazu mogućnosti koje imamo, ali i prema razvoju onih koje nedostaju ili nisu šire poznate. Među njima posebno se ističu izvrsni primjeri dosad ostvarenih ishoda europskog projekta *Demenca aCROsSLO*, u čijem radu *Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest* ima istaknutu ulogu.

Zahvaljujući u ime *Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest* na odzivu i svemu što svakodnevno činite za osobe s demencijom i njihove obiteljske skrbnike, želim da i s ove konferencije ponese nove spoznaje i uspješno ih primijenite u praksi.

prof. dr. sc. Ninoslav Mimica,
predsjednik Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest

Demencija nije, nesmije i ne može biti samo obiteljski problem

Tema 3. Edukativne konferencije o Alzheimerovoj bolesti oslanja se na podatke naše krovne udruge *Alzheimer's Disease International* da je u zemljama sa srednjim dohotkom, među kojima je i Hrvatska, demencija dijagnosticirana tek jednoj od deset osoba koje pokazuju kognitivna umanjena, pa je zato ovogodišnji ružan – *Svjetski mjesec Alzheimerove bolesti* – bio usmjeren na pitanja kako to možemo promijeniti. U vezi s tim smatramo da bi trebalo:

1. destigmatizirati bolest kako se osobe s početnim promjenama u ponašanju i njihove obitelji ne bi ustručavale zatražiti liječničku pomoć koja bi im omogućila dijagnosticiranje bolesti u ranoj fazi i primjenu antidementiva;

2. proširiti mogućnosti izvaninstitucionalne i institucionalne skrbi i njege – otvoriti nove dnevne centre i bolnice, povećati broj odjela za smještaj osoba s demencijom, otvarati specijalizirane ustanove, povećati broj palijativnih kreveta i smještajnih kapaciteta za oboljele od Alzheimerove bolesti i drugih demencija u terminalnoj fazi;

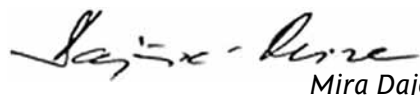
3. podignuti razinu znanja te poboljšati vještine i kompetencije formalnih i neformalnih skrbnika i njegovatelja osoba s demencijom;

4. omogućiti boravak oboljele osobe u vlastitu domu što je dulje moguće, ali uz reguliranje formalnog statusa njegovatelja-člana obitelji koji se brine o njoj, te uz adekvatnu novčanu pomoć.

Uvjeren sam da će poruka ove konferencije biti da osoba s demencijom nije, ne smije i ne može biti samo problem svoje obitelji.

Jer, sve dok problemi demencije ne postanu naš javnozdravstveni, socijalni i društveni prioritet, ne ćemo moći reći da se u Hrvatskoj s demencijom može živjeti bolje.

Stoga se nadam da će Vam ova konferencija pomoći u razumijevanju da im se dostojanstven ostatak života može osigurati samo razvojem adekvatne medicinske, zdravstvene, socijalne i pravne pomoći kojima će se takvi bolesnici staviti u prvi plan.



Mira Dajčić
dopredsjednica Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest

Pokretanje inicijative Prijatelji demencije Hrvatska

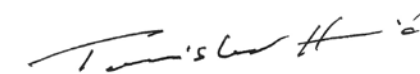
Prijatelji demencije i *Demenciji prijateljske zajednice* nazivi su dviju povezanih inicijativa koje *Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest* pokreće u našoj zemlji na ovogodišnjoj konferenciji *EdukaAl 2017*. Njihov je osnovni cilj promijeniti način na koji razmišlja, djeluje i govori naša nacija o demenciji, odnosno potaknuti prilagodbe koje osobama s tim sindromom mogu što dulje omogućiti samostalniji život.

Društvo Alzheimer iz Londona, koje je spomenute inicijative podignulo na međunarodnu razinu, prihvatilo je da *Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest* bude nositelj njihovih razvoja u našoj zemlji. To nam omogućuje da prijenosom svjetskih znanja i iskustava snažnije utječemo na destigmatizaciju demencije i potaknemo željene promjene u našim zajednicama.

Cilj inicijative *Prijatelji demencije* jest da o demenciji osviješteni građani šire istinu o tom sindromu u svakodnevnim razgovorima o toj temi i da se aktivnije uključe u naše zajedničke napore kako bismo pomogli osobama s demencijom da dulje bolje i kvalitetnije žive. *Prijatelji demencije* koji se žele snažnije angažirati moći će, nakon što usvoje potrebna znanja, djelovati kao *Prvaci prijatelja demencije* i u suradnji s *Hrvatskom udrugom za Alzheimerovu bolest* razvijati svoje djelovanje u svojim sredinama.

Demenciji prijateljske zajednice su gradovi, naselja ili sela koji, nakon što prijave *Hrvatskoj udruzi za Alzheimerovu bolest* spremnost na prilagodbe potrebama osoba s demencijom, stječu pravo na isticanje međunarodno prepoznatljivog imena i znaka te na savjetodavnu potporu. Njihov razvoj obuhvaća poboljšanje kako lokalnih zdravstvenih i socijalnih usluga i gradskih službi, tako i urbanističke prilagodbe. Zadaća demenciji prijateljskih zajednica jest i poticanje lokalnih ustanova, poslovanja i usluga da se i oni počnu prilagođavati potrebama osoba s demencijom.

Mnoge demenciji prijateljske zajednice u svijetu već su itekako napredovale. Primjerice, u Velikoj Britaniji učinjen je toliki napredak da je njihov *Institut za standarde* morao propisati norme koje mora ispuniti svaki njihov grad ili mjesto koje se želi nazvati prijateljskom zajednicom. Stoga se nadamo, kad je riječ o demenciji, da će naše inicijative pridonijeti pozitivnim promjenama u našem društvu.



Tomislav Huić
dopredsjednik Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest



PROGRAM
TREĆE EDUKATIVNE KONFERENCIJE
O ALZHEIMEROVOJ BOLESTI



PROGRAM KONFERENCIJE EDUKAL 2017 PETAK, 8.12.2017.

8:00 Prijava sudionika konferencije

9:30 **Otvorenje konferencije EdukAl-a 2017**

Projekcija kratkog filma *Demencija*

Pozdravni govor predsjednika Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest,
prof. dr. sc. Ninoslava Mimice

Pozdravni govori pokrovitelja konferencije EdukAl 2017

Predstavnik Ministarstva zdravstva RH - gđe. Dunje Skoko Poljak, dr. med.,
načelnice Sektora za javno zdravstvo

Predstavnik Ministarstva za demografiju, obitelj, mlade i socijalnu politiku RH -
gđe. **Marije Penave Šimac, dipl. soc. rad.,** voditeljice Službe za zaštitu i
promicanje prava socijalno osjetljivih skupina

Pokretanje inicijative *Prijatelji demencije - Hrvatska*

Potpisivanje sporazuma: *Grad Zagreb postaje Demenciji prijateljska zajednica*

Pozdravni govor g. Milana Bandića

gradonačelnika Grada Zagreba, suorganizatra konferencije EdukAl 2017

- Poziv sudionicima konferencije da se pridruže inicijativi *Prijatelji demencije - Hrvatska* i time svečano otvore konferenciju EdukAl 2017
- Snimanje zajedničke fotografije sudionika konferencije EdukAl 2017

10:30 1. tematska cjelina:

Demencija i društvo

Moderator: Ivana Portolan Pajić, dr. med,
zamjenica Pročelnika Gradskog ureda za zdravstvo Grada Zagreba

Ivana Portolan Pajić, dr. med.

Akcijski plan Grada Zagreba za unaprjeđenje kvalitete života osoba s demencijom

Romana Galić, univ. spect. act. soc.

DA - za prijateljstvo i zajednicu koja brine

dr. sc. Tomislav Benjak

Treba li Hrvatskoj Registar osoba oboljelih od Alzheimerove bolesti

dr. sc. Ines Strenja Linić

Strategija borbe protiv Alzheimerove bolesti

Rasprava

Stanka

12:30 2. tematska cjelina:

S demencijom se može duže živjeti dobro

Moderator: prof. dr. sc. Ninoslav Mimica, predsjednik HUAB-a

prof. dr. sc. Ninoslav Mimica

Alzheimerova bolest - naša svakodnevica

dr. sc. Miroslav Hanževački

Dijagnostika demencije u primarnoj zdravstvenoj praksi

prof. dr. sc. Fran Borovečki

Uzročnici demencije - Alzheimerova bolest nije jedina

doc. dr. sc. Nataša Klepac

Uloga Referentnog centra Ministarstva zdravstva RH za kognitivnu neurologiju i neurofiziologiju

Rasprava

14:00 ***Ručak***

15:00 3. tematska cjelina

Prava osoba s demencijom i njihovih skrbnika

Moderator: Tomislav Huić, mag. art., dopredsjednik HUAB-a

dr. sc. Marija Kušan Jukić

Razna lica demencije: psihički i ponašajni simptomi i njihovo liječenje

Tomislav Huić, mag. art.

Proces prihvaćanja dijagnoze i razlozi njezina odbijanja

Silvija Določ, univ. spec. iur.

Ljudska prava osoba s demencijom

Tatjana Jurić, obiteljski njegovatelj

Iskustva i potrebe neformalnih njegovatelja

16:45 *Rasprava i zaključci*

RADIONICE - SUBOTA 9.12.2017

9:15 - 10:45 N. Klepac i M. Ivičić: Praktične metode utvrđivanja demencije

12:00 - 13:30 M. Dajčić i M. Lacko: Živjeti i brinuti se o osobi s demencijom

SADRŽAJ ZBORNIKA



Sadržaj

Demencija i društvo	5
Vjekoslav Jeleč i Ivana Portolan Pajić	
<i>Akcijski program Grada Zagreba za poboljšanje kvalitete života osoba s demencijom</i>	7
Romana Galić	
<i>DA - za prijateljstvo i zajednicu koja brine</i>	8
Tomislav Benjak	
<i>Treba li Hrvatskoj Registar osoba oboljelih od Alzheimerove bolesti</i>	9
Ines Strenja Linić	
<i>Nacionalna strategija za borbu protiv Alzheimerove bolesti</i>	10
S demencijom se može duže živjeti dobro	11
Ninoslav Mimica	
<i>Alzheimerova bolest - naša svakodnevica</i>	13
Fran Borovečki	
<i>Uzročnici demencije - Alzheimerova bolest nije jedina</i>	14
Miroslav Hanževački	
<i>Rano otkrivanje kognitivnog popuštanja u obiteljskoj medicini</i>	15
Nataša Klepac	
<i>Uloga Referentnog centra Ministarstva zdravstva RH za kognitivnu neurologiju i neurofiziologiju</i>	16
Marija Penava Šimac	
<i>Prava osoba oboljelih od Alzheimerove bolesti u sustavu socijalne skrbi</i>	17
Prava osoba s demencijom i njihovih skrbnika	19
Marija Kušan Jukić, Ninoslav Mimica	
<i>Razna lica demencije: psihički i ponašajni simptomi i njihovo liječenje</i>	21
Tomislav Huić	
<i>Proces prihvaćanja dijagnoze demencije i razlozi za njezino odbijanje</i>	22
Silvija Dološić	
<i>Ljudska prava osoba s demencijom</i>	23
Tatjana Jurić	
<i>Iskustva i potrebe neformalnih njegovatelja</i>	24

Prezentacije posterima	25
Zvezdana Dobrinčić, Olgica Velkovski Škopić, Tajana Dajčić i Tomislav Huić 47 posto pacijenata Ljekarni Zagrebačke županije iskazuje kognitivna umanjenja	26
Andrea Juhas i Vera Sedlarević Aktivno provođenje vremena osoba s demencijom na odjelu za osobe oboljele od demencije	28
Željka Sušić, Željka Jelavić, Kosjenka Laszlo Klemar Album	30
Senka Repovečki, Martina Fremec, Katarina Brzak i Vilmica Kurtanjek Bol i demencija	32
Marija Lacko, Tajana Dajčić, Izidora Pavković, Mira Dajčić i Tomislav Huić Grupe za samopomoć i kreativne terapije	34
Suzana Uzun, Nikola Žaja, Oliver Kozumplik, Ninoslav Mimica Je li riječ o nuspojavi?	36
Morana Ivičić, Zvezdana Planinčić, Marijana Kurbaša, Iva Zrinka Kordić, Tihana Dujmović Komuniciranje dijagnoze Alzheimerove demencije oboljelom i obitelji	38
Ana Čizmin Jelinić i Maja Matić NJEGOS – savjetovalište za neformalne njegovatelje osoba oboljelih od Alzheimerove bolesti i drugih demencija	40
Dom umirovljenika Izola, Dom Atilio Gamboc Umag, Obalni dom umirovljenika Kopar, Grad Umag, Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest, Nacionalni institut za javno zdravstvo Slovenije Poboljšanje kakvoće života osoba s demencijom u prekograničnom području Istre	42
Nikolina Kadežabek, Valentina Kovačević i Iva Moštak Pozitivni učinci i poboljšanje kvalitete života osobama s Alzheimerovom bolešću i drugim demencijama zahvaljujući okupaciji i primjeni multisenzorne sobe u Domu za starije i nemoćne osobe Oaza	44
Vesna Božić, Ljerka Pavković, Helena Protić, Izidora Pavković, Ines Pavković Prevenijom ili liječenjem do kvalitetnijeg života osoba sa demencijom?	46
Tomislav Huić Prijatelji demencije mijenjaju način kako nacija razmišlja, djeluje i govori o demenciji	48
Mira Dajčić, Marija Lacko, Višnja Šporer, Tomislav Huić, Tajana Dajčić, Nataša Klepac, Morana Ivičić, Marija Kušan Jukić Savjetovalište za obitelji osoba s demencijom	50
Oliver Kozumplik, Nikola Žaja, Suzana Uzun, Ninoslav Mimica Vitamin B12 i folna kiselina	52
Indeks autora	55

SAŽETCI PREDAVANJA

Demencija i društvo

Moderator: Ivana Portolan Pajić, dr. med.
zamjenica Pročelnika Gradskog ureda za zdravstvo Grada Zagreba



Vjekoslav Jeleč i Ivana Portolan Pajić

Grad Zagreb, Gradski ured za zdravstvo

Akcijski program Grada Zagreba za poboljšanje kvalitete života osoba s demencijom

Gradski ured za zdravstvo u suradnji s Gradskim uredom za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom Grada Zagreba te Hrvatskom udrugom za Alzheimerovu bolest pripremio je Akcijski program Grada Zagreba za poboljšanje kvalitete života osoba s demencijom. Prvi dokument takve vrste u Republici Hrvatskoj napisan je u skladu sa smjernicama projekta *Zagreb, zdravi grad* i sadržava tri osnovna zadatka:

1. rano prepoznavanje i dijagnosticiranje demencije,
2. poboljšanje izvaninstitucionalne i institucionalne skrbi o osobama s tim sindromom te
3. poboljšanje kvalitete života takvih bolesnika u zajednici i njihovim domovima.

Svjetska zdravstvena organizacija svrstala je demenciju među globalne javnozdravstvene prioritete. Osim što osobe koje žive s demencijom pripadaju skupini najranjivijih pojedinaca u zajednici, demencija negativno utječe na sve aspekte života pojedinca, njihovih obitelji i njegovatelja, ali i na društvo u cjelini. Prema podacima Svjetske zdravstvene organizacije, u svijetu je oko 47 milijuna osoba oboljelih od demencije, a svake se godine otkrije gotovo 10 milijuna novih bolesnika. U Gradu Zagrebu živi oko 17 tisuća osoba u raznim fazama Alzheimerove bolesti o kojima se brine najmanje 43 tisuće članova njihovih obitelji. Sadašnje aktivnosti Grada Zagreba usmjerene su na edukaciju i prevenciju demencije i nastavljaju se razvijati tako da Zagreb postane u cijelosti sredina prijateljska demenciji.



Romana Galić

pročelnica Gradskog ureda za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom Grada Zagreba

1 DA – za prijateljstvo i zajednicu koja brine

U svim humanistički usmjerenim društvima njeguju se u lokalnoj zajednici osiguravanje i dostupnost socijalnih usluga svim građanima kojima je potrebna. Upravo je to zadaća zagrebačkoga *Gradskog ureda za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom* od njegova osnutka 2009. godine.

Zbog činjenice da sve više ljudi obolijeva od raznih vrsta demencija, Grad Zagreb je istaknuo skrb o tako oboljelima kao jedan od svojih prioriteta u brizi o starijim osobama.

Svjestan koliko je važan razvoj sveobuhvatne brige za oboljele od Alzheimerove bolesti i drugih demencija, *Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom* počeo je prvu fazu unaprjeđenja skrbi osiguravanjem financijske potpore organizacijama civilnoga društva koje provode programe i projekte usmjerene na poboljšanje kvalitete života oboljelih.

Na temelju europske i nacionalne pravne regulative te strateškim planiranjem kako bi se kontinuirano razvijali skrb i usluga za ovu skupinu korisnika te legitimitet lokalne samouprave kao inicijatora promjena, Grad Zagreb danas za oboljele od Alzheimerove bolesti i drugih demencija osigurava skrb i usluge od rane faze do teškog stadija bolesti.

U ranom stadiju bolesti to obuhvaća uključivanje u mnogobrojne aktivnosti i programe u zajednici na temelju projekta o gerontološkim centrima Grada Zagreba i osiguravanje pomoći u kući, a ne smiju se zanemariti ni materijalna davanja te osiguravanje cjelodnevnog boravka i smještaja na specijaliziranim odjelima do smještaja na odjele za pojačanu njegu u domovima za starije osoba u teškom stadiju bolesti.

Osim razvoja skrbi i usluga namijenjenih oboljelima, Grad Zagreb sustavno potiče i mrežu potpore i brige o njihovim njegovateljima. Od 2016. godine financira rad savjetovašta za neformalne njegovatelje – *Njegos* koje djeluje pri *Domu za starije osobe Sveti Josip*. Iznimno smo ponosni na još jedno savjetovašte u sklopu toga doma – ono za neformalne njegovatelje i to one koji se brinu o starijima u terminalnoj fazi bolesti, bilo da žive u svojem domu ili u ustanovi socijalne skrbi. Riječ je o pružanju pravnih, medicinskih te duhovnih savjeta i potpore članovima obitelji u prihvaćanju zdravstvenog stanja oboljeloga. Savjetovašte djeluje od listopada ove godine pod nazivom *Pallium+*.

Zaključno možemo reći da *Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom*, u skladu sa *Svjetskom poveljom o demenciji* koju je potpisao i Grad Zagreb, aktivno i kontinuirano radi na ustroju zajednice koja osigurava usluge kako bi se poboljšala kvaliteta života i skrbi o osobama oboljelima od Alzheimerove bolesti i drugih demencija, a istodobno osigurava i odgovarajuću potporu njegovateljima.

Tomislav Benjak

Hrvatski zavod za javno zdravstvo

1 Treba li Hrvatskoj Registar osoba oboljelih od Alzheimerove bolesti

U našoj se zemlji podaci o oboljelima od Alzheimerove bolesti mogu dobiti u Hrvatskome zavodu za javno zdravstvo, ali zasad tek o učestalosti korištenja zdravstvene zaštite zbog ove bolesti. Prije godinu dana ostvarena je suradnja HZZO-a i HZJZ-a, pa su HZJZ-u dostavljeni podaci CEZIHA (primarna zdravstvena zaštita) koji će, objedinjeni s bolničkom statistikom, omogućiti i točniju informaciju o broju oboljelih od Alzheimerove bolesti. Za kontinuirano praćenje podataka bilo bi potrebno ustanoviti registar oboljelih.

Ines Strenja Linić

Klinika za neurologiju KBC Rijeka

predsjednica Odbora za zdravstvo i socijalnu politiku Hrvatskoga sabora

Nacionalna strategija za borbu protiv Alzheimerove bolesti

Zaštita zdravlja starijih osoba glavni je pokazatelj napretka ili propusta u zaštiti zdravlja cjelokupnog pučanstva. Demencija je jedan od glavnih uzroka invalidnosti među starijima diljem svijeta, s fizičkim, psihološkim, socijalnim i ekonomskim utjecajima na bolesnike, ali i na njihove obitelji, njegovatelje, pa u konačnici i na cjelokupno društvo. Najčešći uzrok demencije je Alzheimerova bolest. Rano otkrivanje simptoma koji mogu upućivati na početak toga sindroma, pravodobni odlazak liječniku, odgovarajuća zdravstvena skrb te briga okoline i društva, nužni su za poboljšanje kvalitete života oboljelih osoba, ali i njihovih obitelji te skrbnika.

Svjetska zdravstvena organizacija proglasila je 2012. godine Alzheimerovu bolest (AB) svjetskim javnozdravstvenim prioritetom te naložila svim svojim članicama, pa tako i Hrvatskoj, da djeluju, tj. da pripreme i prihvate akcijske planove, odnosno nacionalne strategije za borbu protiv te bolesti.

Nacionalna strategija za borbu protiv Alzheimerove bolesti nužno treba sadržavati mjere za provedbu gerontoprofilaktičnih programa i promicanje aktivnoga zdravog starenja, programe za rano otkrivanje i dijagnozu bolesti, jednakost i dostupnost liječenja antidementivima, primjerenu gerijatrijsku zdravstvenu njegu i što dulju socijalnu integraciju oboljelih. Iz nacionalne strategije trebaju proizići i sve mjere za uspostavu koordiniranog sustava potpore osobama koje boluju od Alzheimerove bolesti, njihovim obiteljima i njegovateljima u svrhu podizanja kvalitete njihova liječenja i zbrinjavanja. Sve to moguće je jedino ako Republika Hrvatska jasno istakne da je Alzheimerova bolest u samom vrhu javnozdravstvenih prioriteta. Takvo izričito određenje Vlada RH jedino će potvrditi donošenjem nacionalne strategije za borbu protiv Alzheimerove bolesti koja će biti rezultat konsenzusa Ministarstva zdravstva, Ministarstva demografije, obitelji, mladih i socijalne politike te Hrvatske alijanse za Alzheimerovu bolest čija koordinacija okuplja stručna društva i udruge oboljelih. Tek nakon toga moći će se razraditi i prihvatiti akcijski planovi u sklopu kojih će svaki od prioriteta biti definiran rokovima koje će pratiti i izvršenje, a tu su i pokazatelji učinka i rezultata u odnosu na stratešku aktivnost, glavni ciljevi strategije, nositelji i sunositelji provedbe mjera te sredstva za provedbu strategije i izvori financiranja. Slijedom toga će se Vladi Republike Hrvatske predavati godišnja izvješća koja trebaju zajedno pripremati oba mjerodavna ministarstva – Ministarstvo zdravstva i Ministarstvo demografiju, obitelj, mlade i socijalnu politiku.

2. TEMATSKA CJELINA**S demencijom se može duže živjeti dobro****Moderator: prof. dr. sc. Ninoslav Mimica**

predsjednik Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest

Ninoslav Mimica

predsjednik Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest
 pročelnik Zavoda za biologijsku psihijatriju i psihogerijatriju
 Klinika za psihijatriju Vrapče, Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

Alzheimerova bolest – naša svakodnevica

Danas, kada je u Hrvatskoj očekivana životna dob oko 80 godina i kada svatko od nas osobno poznaje nekog devedesetogodišnjaka, dugovječnost više nije predmet čuđenja nego naša realnost. U posljednjem popisu stanovništva iz 2016. godine broj osoba starijih od 95 godina bio je 2245, a danas je sigurno već veći. Zato, ako ne mi, tada sigurno naša djeca, poznavat će 100-godišnjake jer će oni biti njihovi roditelji, rodbina, susjedi, poznanici... No i sama činjenica da će se udjel populacije tzv. treće (i četvrte) životne dobi u odnosu na ukupnu populaciju promijeniti tako da će se sa sadašnjih oko 18 posto povećati na 30 posto, pokazuje da je na nacionalnoj razini potrebno učiniti velike organizacijske promjene.

Naime, društvo mora shvatiti da se mijenja, pa se treba prilagođavati novonastaloj situaciji i nastojati postati prijateljsko prema starijim osobama. Da bi ispunilo tu zadaću, stariji ljudi trebaju biti uključeni i što više neovisni u donošenju odluka, jer će samo tako biti samoispunjeni i poštovat ćemo njihovo dostojanstvo. Starije osobe, nedvojbeno, traže i više socijalno-zdravstvene skrbi, pa o tome također moramo voditi računa kako bismo zadovoljili sve njihove objektivne potrebe. Kao što smo na mnogim mjestima uklonili fizičke prepreke u javnom prostoru i tako omogućili teže pokretnim osobama kretanje, tako trebamo u budućnosti postupati i prema svim vrstama dizabiliteta. A demencija je takav slučaj, sindrom koji najčešće uzrokuje Alzheimerova bolest, ali i mnogobrojne druge bolesti. Osobe s demencijom, tj. s vidljivim simptomima bolesti u prosjeku žive desetak godina, i na društvu je da pomogne njima i njihovim obiteljima kako bi te poteškoće lakše prebrodili.

Mnogo je toga što se može učiniti kako bi se olakšao život osobama s demencijom jer se zna da je riječ o kroničnoj sporo progredirajućoj bolesti s kojom se može dulje dobro živjeti. Zato i Svjetska zdravstvena organizacija zahtijeva da sve zemlje trebaju imati nacionalnu strategiju/plan borbe protiv demencije, a mnoge su to već i učinile. Hrvatska je također potaknula takvu inicijativu te je pripremila i objavila takav prijedlog, no on još nije službeno prihvaćen i proveden. Unatoč tomu danas već svjedočimo mnogobrojnim pozitivnim pomacima u području demencije jer i mali pomaci mogu rezultirati velikim učinkom. Svaki pojedinac – volonter ili profesionalac, lokalna zajednica, grad, ali i cijela država mogu i trebaju pomoći oboljelima od demencije i njihovim obiteljima. Tako će pomoći i sebi i svojim, ali i cijelom društvu, jer Alzheimerova bolest jest naša svakodnevica s kojom se moramo nositi u nadi da ćemo je u budućnosti moći prevladati.



Fran Borovečki

Klinika za neurologiju KBC-a Zagreb

Uzročnici demencije - Alzheimerova bolest nije jedina

Ubrzano starenje populacije znatno je povećalo incidenciju i prevalenciju kognitivnih poremećaja, uključujući i Alzheimerovu bolest (AB) koja je stoga postala jedan od najvažnijih javnozdravstvenih problema u modernom društvu. Premda je AB najčešći uzrok demencije kad je riječ o pojedincima u dobi iznad 65 godina, niz poremećaja može dovesti do kognitivnih smetnji u starijoj populaciji.

Čest su im uzrok vaskularna demencija (VaD), demencije vezane uz parkinsonizam (demencija u Parkinsonovoj bolesti - PBD), demencija vezana uz Lewyjeva tjelešca (DLB), frontotemporalna demencija (FTD), demencija u Huntingtonovoj koreji i demencija u hidrocefalusu niskoga tlaka. Starije osobe češće pate od demencije, no taj sindrom nije nužno vezan za starenje. Glavna razlikovna odlika demencija jest da su kognitivne smetnje prisutne u tolikom opsegu da ometaju uredno svakodnevno funkcioniranje.

Klinička slika i patofiziološki procesi uključeni u navedene uzroke vrlo su raznovrsni, te su značajan problem u postavljanju pravodobne dijagnoze i u određivanju pravilne terapije. Nova postignuća u dijagnostičkoj obradi bolesnika s demencijom znatno su unaprijedila rano postavljanje dijagnoze i pravodobni početak terapije. Premda je donedavno vrijedila tvrdnja da je definitivnu dijagnozu demencije, uključujući i AB, moguće postaviti tek nakon smrti bolesnika na temelju nalaza obdukcije ili eventualno biopsijom mozga, današnji pristup kombiniranja više biomarkera omogućuje specifičnost i senzitivnost veću od 90 posto u razlikovanju bolesnika s AB-om i zdravih pojedinaca.

Iznimno je važno istaknuti da je osnovni cilj današnje dijagnostičke obrade rano postavljanje dijagnoze zato što su klinička istraživanja pokazala veću učinkovitost postojećih lijekova i terapija koje se trenutačno razvijaju ako se primjenjuju u ranom stadiju bolesti.

Miroslav Hanževački

Dom zdravlja Zagreb Zapad

Rano otkrivanje kognitivnog popuštanja u obiteljskoj medicini

Uloga liječnika, osobito specijalista opće/obiteljske medicine u suradnji sa stručnjacima iz različitih područja, nezamjenjiva je u ranom prepoznavanju simptoma demencije, tijekom upućivanja na dijagnostičku obradu te sudjelovanja u liječenju i praćenju osoba s Alzheimerovom bolešću (AB). Za dijagnosticiranje kognitivnih oštećenja kod starijih bolesnika ključni su anamneza i heteroanamneza, klinički pregled i procjena kognitivnih funkcija s pomoću jednostavno primjenjivih ljestvica/instrumenata. Na taj se način dijagnoza demencije u najvećem broju slučajeva može postaviti u primarnoj zdravstvenoj zaštiti.

Najprimjereniji testovi za detekciju kognitivnog oštećenja u rutinskom radu specijalista opće/obiteljske medicine jesu: *General Practitioner Assessment of Cognition (GPCOG)*, *Mini-Cog* i *Memory Impairment Screen (MIS)*. To su testovi za čiju je primjenu potrebno najviše pet minuta, klinički su prihvatljivi i djelotvorni te minimalno ovise o utjecaju edukacije, jezika ili pacijentove etničke pripadnosti. Nakon što je postavljena moguća dijagnoza kognitivnog oštećenja, ciljevi daljnjih dijagnostičkih pretraga (laboratorijski testovi i slikovne dijagnostičke pretrage) jesu otkriti komorbiditetne bolesti koje mogu utjecati na spoznajne funkcije, potvrda uzroka demencije ili otkrivanje rijetkih uzroka reverzibilne demencije.

Važna uloga liječnika obiteljske medicine jest u tome što pacijentima pruža dugotrajnu, kontinuiranu i sveobuhvatnu zaštitu te stječe uvid u sve zdravstvene probleme, zatim u obiteljske i socijalne uvjete koji mogu utjecati na pojavnost patološkoga stanja ili modifikaciju razvoja i tijeka bolesti, a osobito na specifičnosti kod gerijatrijskih bolesnika.

Nataša Klepac

Referentni centar Ministarstva zdravstva za kognitivnu neurologiju i neurofiziologiju
Klinika za neurologiju KBC Zagreb i Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu

Uloga Referentnog centra Ministarstva zdravstva RH za kognitivnu neurologiju i neurofiziologiju

Demencije su danas globalni izazov u svim zdravstvenim sustavima i zato ih je Svjetska zdravstvena organizacija proglasila javnozdravstvenim prioritetom. Razlog za to jest njihova učestalost - procjenjuje se da u je svijetu živi 44 milijuna ljudi s demencijom. Taj je sindrom sve češći zbog sve duljega životnog vijeka populacije, pa se zbog demografskih promjena u sljedećih 30-tak godina očekuje udvostručenje broja bolesnika. Liječenje i zbrinjavanje takvih bolesnika velik je trošak za njihove obitelji, ali i za cjelokupnu zajednicu. Posljedice demencije nisu katastrofalne samo za zdravstveni sustav, nego i za živote oboljelih, ali i njihovih negovatelja. Oni koji se suočavaju s demencijom suočavaju se sa strahom od neizvjesne budućnosti i sa situacijom u kojoj svjedoče patnji i propadanju svojih bližnjih. Unatoč tomu demencija u svim zemljama zaostaje za drugim kroničnim bolestima kad je riječ o raspodjeli proračuna i udjelu resursa za njezino liječenje i pravodobno otkrivanje, posebice u odnosu na teret bolesti. Nacionalne strategije za borbu protiv demencije upozorile su da je pravodobna dijagnoza uzroka toga sindroma ključna kad je riječ o reformama zdravstvene politike i planiranju zdravstvenih usluga. Primjenom sofisticiranih dijagnostičkih metoda danas se ta bolest može otkriti u ranim fazama kada su klinički simptomi patoanatomske promjene još blage, te su samim time povoljniji i ishodi liječenja. Rana dijagnostika zahtijeva specijalizirane centre s odgovarajućom infrastrukturom i educiranim osobljem.

Upravo takva organizacija rada moguća je u Referentnom centru u kojemu je integriran klinički rad na dijagnostičkoj obradi i liječenju bolesnika sa znanstveno-istraživačkim pristupom. *Referentni centar Ministarstva zdravstva za kognitivnu neurologiju i neurofiziologiju* djeluje od 16. veljače 2012. godine na temelju rješenja *Ministarstva zdravstva Republike Hrvatske* i osnovan je u sklopu *Klinike za neurologiju KBC-a Zagreb*. U sklopu svojega rada bavi se proučavanjem i poboljšanjem prevencije, dijagnostike i terapije kognitivnih poremećaja te surađuje drugim sličnim institucijama. Osim navedenoga, centar svake godine organizira niz edukacija u svrhu destigmatizacije i povećanja svjesnosti o kognitivnim poremećajima, što je danas imperativ dobre kliničke prakse s obzirom na epidemijsku pojavnost demencije u modernome društvu.

Marija Penava Šimac

Voditeljica Službe za zaštitu i promicanje prava socijalno osjetljivih skupina
Ministarstvo za demografiju, obitelj, mlade i socijalnu politiku

Prava osoba oboljelih od Alzheimerove bolesti u sustavu socijalne skrbi

Opredijeljenost Republike Hrvatske za zaštitom ranjivih skupina proizlazi iz Ustava Republike Hrvatske koji određuje da slabim, nemoćnim i drugim, zbog nezaposlenosti ili nesposobnosti za rad, nezbrinutim osobama država osigurava pravo na pomoć za podmirenje osnovnih životnih potreba, da su djeca dužna brinuti se za stare i nemoćne roditelje, te da je dužnost svih da štite djecu i nemoćne osobe.

U sustavu socijalne skrbi sukladno Zakonu o socijalnoj skrbi osobe oboljele od Alzheimerove demencije i drugih demencija bi mogle ostvariti sljedeća prava ukoliko ispunjavaju uvjete propisane navedenim zakonom: zajamčena minimalna naknada, doplatak za pomoć i njegu, osobna invalidnina, te pravo na socijalne usluge.

Pravo na zajamčenu minimalnu naknadu ostvaruju osobe koje nemaju vlastitih sredstava za zadovoljavanje osnovnih životnih potreba, a na doplatak za pomoć i njegu ostvaruju osobe koje ne mogu same udovoljiti osnovnim životnim potrebama bez pomoći druge osobe, a pored ostalih uvjeta za ostvarivanje ovog prava nemaju ni dostatna sredstva kojima bi priskrbili potrebnu pomoć.

Pravo na osobnu invalidninu priznaje se osobi s teškim invaliditetom ili drugim teškim trajnim promjenama u zdravstvenom stanju, u svrhu zadovoljavanja njezinih životnih potreba za uključivanje u svakodnevni život zajednice. Osim navedenog, socijalna skrb ostvaruje se i sukladno općim aktima jedinica lokalne i/ili područne samouprave i Grada Zagreba. Usluge Gerontoloških centara pri domovima za starije i nemoćne osobe u nekim sredinama također pridonose skrbi o osobama oboljelim od Alzheimerove bolesti i drugih demencija u zajednici.

Uz usluge propisane zakonom dostupne su i usluge koje se provode kroz programe i projekte. Ove usluge predstavljaju nadogradnju socijalnih usluga propisanih zakonom, a omogućavaju zadržavanje osoba u krugu svojih obitelji (usluge organiziranih dnevnih aktivnosti, usluge savjetodavne pravne pomoći, usluge prijevoza, psihološke pomoći, tele care usluge i sl.). Uporište za provođenje ovih usluga jest Strategija socijalne skrbi za starije osobe u Republici Hrvatskoj za razdoblje 2017. - 2020. Povod za donošenje Strategije je bio osigurati višu razinu kvalitete socijalne skrbi za starije osobe (a time i za osobe oboljele od Alzheimerove bolesti) u Republici Hrvatskoj.

Prava osoba s demencijom i njihovih skrbnika

3

Moderator: Tomislav Huić, mag. art.
dopredsjednik Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest



Marija Kušan Jukić¹, Ninoslav Mimica^{2, 3}

¹ Savjetovalište za psihogerijatriju Centra za mentalno zdravlje i prevenciju ovisnosti Nastavnoga zavoda za javno zdravstvo *Dr. Andrija Štampar*, Zagreb

² Klinika za psihijatriju Vrapče, Zagreb

³ Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

Razna lica demencije: psihički i ponašajni simptomi i njihovo liječenje

Pojava psihičkih simptoma kod osoba koje boluju od Alzheimerove bolesti i drugih demencija izazov je u psihijatrijskom radu. Depresivne epizode, psihotične dekompenzacije i delirij superponiran na demenciju mogu znatno utjecati na kognitivne funkcije, ubrzati njihovu deterioraciju, ali i odraziti se na funkcioniranje osoba s demencijom i njihovu samostalnost u svakodnevnim uobičajenim aktivnostima. Pojava psihičkih simptoma dodatno utječe na neformalne njegovatelje, dovodi do nastanka kriznih situacija te otežava zbrinjavanje osobe s demencijom u vlastitu domu.

Psihički simptomi u sklopu pojedinih kliničkih slika (primjerice depresivne ili psihotične dekompenzacije, odnosno delirantno stanje) zahtijevaju individualizirani pristup liječenju osoba s demencijom, u smislu primjene različitih psihofarmaka i niza nefarmakoloških metoda u skladu sa simptomima. Osim toga, kod oboljelih od Alzheimerove bolesti neizbježno je liječenje tjelesnih komorbiditeta (ako postoje) koje prati razmjerno visok rizik od nuspojava, interakcija lijekova i različite komplikacije.

Zaključno, simptomi psihičkih poremećaja kod osoba s Alzheimerovom bolesti i drugim demencijama mogu bitno utjecati na njihovo opće funkcioniranje, umanjiti njihovu sposobnost za samostalno obavljanje određenih radnji, utjecati na plan liječenja, produžiti bolničko liječenje, ubrzati smještaj u instituciju te utjecati na sigurnost oboljelih i iscrpljenost neformalnih njegovatelja.



Tomislav Huić

dopredsjednik Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest

Proces prihvaćanja dijagnoze demencije i razlozi za njezino odbijanje

U nedavno provedenom istraživanju u *Ljekarnama Zagrebačke županije* ustanovljeno je da gotovo polovina njihovih starijih pacijenata pati od kognitivnih umanjivanja, što upućuje na to da su možda posljedica demencije. Svima je savjetovano da zatraže liječničku pomoć i jave se u savjetovalište *Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest* kojoj se javilo tek desetak osoba ili članova njihovih obitelji. Postavlja se pitanje što je razlog za tako mali odziv?

Odbijanje odlaska k liječniku ili u savjetovalište nije svojstveno samo za Alzheimerovu bolest. Većina ljudi nastoji potisnuti pomisao na terminalne bolesti. Pa i ako obave pretrage te dobiju dijagnozu, pokušavaju sami sebe uvjeriti da se ona nekako ne odnosi na njih ili da je pogrešna, te da će bolest čudom nestati. To je svakako samoobrambeni mehanizam, često automatski, koji nam daje vremena da se prilagodimo šoku – ali trajno poricanje može ometati potrebnu pomoć i liječenje te odgađati moguće donošenje potrebnih odluka. Na taj proces utječu i osjećaji gubitaka i tuge koji nerazdvojivo prate doživljaj demencije.

Višestruki su razlozi za neprihvatanje demencije. U ranim fazama oboljela osoba ne shvaća svoj problem jer početne poteškoće ne utječu previše na njezin život. Posebno ako joj oni koji se brinu o njoj pružaju svakodnevnu pomoć.

Drugi razlog može biti mišljenje da je demencija normalan dio starenja, da svi gube sjećanje i da zbog toga nije potrebno zatražiti liječničku pomoć. S druge strane, stigma demencije kao mentalne bolesti može potaknuti strah kod ljudi da će biti javno obilježeni, smješteni u ludnicu ili na neki drugi način izolirani, pa ih to navodi na zataškavanje toga stanja.

Poslije se pojavljuju obrambeni mehanizmi kako bi se prikrili strah, nesigurnost, tuga i pomisao na gubitak samostalnosti. Takvi načini obrane ne izražavaju se samo tvrdnjama da zapravo nema opasnosti, nego i promjenama raspoloženja – od općega bijesa do depresije. Može se pojaviti i lažna nada u poboljšanje stanja. Osim toga, ako osoba s demencijom već ima probleme s pamćenjem, kad joj se kaže da ima i simptome demencije te da zato mora otići k liječniku, postoji mogućnost da to ona ubrzo zaboravi.

To svim nama postavlja dodatnu zadaću – uz rušenje mita o demenciji moramo nastojati ohrabriti osobe s tim sindromom i njihovu rodbinu da odu k liječniku, jer što ranije otkrivanje demencije najbolje je što se može učiniti za oboljele o kojima se skrbe.

Silvija Dološić

predsjednica Udruge Memoria, Osijek

Ljudska prava osoba s demencijom

Pitanje ljudskih prava oboljelih od Alzheimerove bolesti postaje iznimno važno ako uzmemo u obzir da je starenje stanovništva jedan od najznačajnijih demografskih trendova u svijetu i u Republici Hrvatskoj. U radu se daje detaljan prikaz međunarodnih, regionalnih i nacionalnih propisa koji se primjenjuju na zaštitu osoba oboljelih od Alzheimerove bolesti.

Na temelju istraživanja domaće i strane literature, jasno je da se osobama oboljelima od Alzheimerove bolesti treba priznati invaliditet te se time potiče reforma sustava socijalne politike kao osnovni preduvjet za postizanje demografske održivosti javnih financija u Republici Hrvatskoj zbog dugoročnih posljedica starenja stanovništva. Na temelju analize postojećega pravnog okvira upozorava se na najvažnije instrumente zaštite njihovih ljudskih prava, kao što su pravni status skrbnika i odlučivanje o pravima, interesima i potrebama osoba oboljelih od Alzheimerove bolesti uz potporu, informirani pristanak oboljele osobe na medicinski tretman i/ili istraživanje o samoj bolesti, na mogućnost sklapanja anticipirane naredbe i prava na sastavljanje oporuke.

Tim instrumentima posebno se ističe socijalna dimenzija u borbi protiv siromaštva i marginalizacije te promicanje socijalne kohezije na temelju uključivanja osoba oboljelih od Alzheimerove bolesti u društvo osoba s invaliditetom.

Tatjana Jurić

obiteljski njegovatelj

Iskustva i potrebe neformalnih negovatelja

3

Ulomak iz kolumne objavljene u *Nedjeljnom Jutarnjem* 5.11.2017.

„Godinu dana ranije, krajem 2014., taman negdje oko Božića, prvi sam put sama sebi rekla - ok, ovo više nema veze s lošim danom, nezadovoljstvom, dosadom, penzijom, karakterom, nemam više nijedan izgovor da ne slušam samu sebe i intuiciju koja mi vrišti da nešto nije u redu. Nakon jednog telefonskog razgovora s mamom, od šoka sam stala na sva četiri uz cestu. Nazvala sam doma da vidim kako su i što ima novoga, a mama koja mi se javila odsutno je pričala sa mnom, nesvjesna u potpunosti tko je uopće s druge strane. Vodile smo još jedan od onih šablonskih razgovora u kojima pričamo jedno te isto, kao da nemamo nijedne teme. Stala sam sa strane uz cestu i krenula *guglati* prve simptome *Alzheimer*a. Do tada sam o toj bolesti otprilike znala, odnosno čula jedino onaj vic o baki koja priča s unukom pa pita - kako se zove onaj Nijemac koji nam skriva ključeve po stanu. *Alzheimer*, bako.

I to bi bilo jedino smiješno što se o *Alzheimeru* ima za reći. Sve ostalo, gola je borba za preživljavanje. Pakao koji te izluđuje, koji te obori na pod, mrcvari, cipelari, paralizira cijelu obitelj, ubija u pojam, poigrava se s tobom, čini te ludim, pakao koji ne prestaje, shizofrena situacija u kojoj se nađeš godinama prije prvih simptoma, koji ti se tako perfidno prišulja s leđa i samo odjednom izbije sav zrak iz trbuha. *Zona sumraka*.

Šta pretjeruje ova mala? Koliko joj mama ima godina. Pa što, malo je senilna.

I iako će do dijagnoze, od tog Božića, proći još više od godina dana, danas začetke te bolesti prepoznajem 10-tak godina unatrag. Znači, na pragu maminih 60-ih. Na pragu godina u kojima bi trebalo uživati, opustiti se, djeca su odrasla, žive svoje života, penzija je stigla i nema razloga da moja mama nezadovoljno sjedi u kuhinji, gleda kroz prozor, ponavlja jedno te iste priče, a mi odmahujemo rukom kako je i opet nezainteresirana.

To mi je danas najgore. Danas mi najteže pada što nisam potpuno bila uz nju onda kada je gubila prve kockice sebe, kada nije znala što se događa, kada sam se ljutila na nju zašto ne živi, zašto ne ode u šetnju, frizeru, zašto ne uživa u slobodnom vremenu... Iako si ništa ne prebacujem jer jednostavno ne možeš znati, danas žalim što nisam bolje osluškivala, što sam simptome bolesti pripisivala karakteru ili nezadovoljstvu, dosadi. Žalim što mi nitko nije rekao na što treba paziti, što jednostavno - nisam bila informirana”.

PREZENTACIJE POSTERIMA

Zvezdana Dobrinčić¹, Olgica Velkovski Škopić¹, Tajana Dajčić² i

Tomislav Huić²

¹ Ljekarne Zagrebačke županije

² Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest

47 posto pacijenata Ljekarni Zagrebačke županije iskazuje kognitivna umanjena


Ljekarne Zagrebačke županije su u povodu obilježavanja Dana Alzheimerove bolesti tijekom rujna i listopada 2017., uz potporu Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest, provele su u 17 svojih Ljekarni istraživanje o kognitivnim umanjenjima. Ispitane su 993 osobe različitih stupnjeva formalnog obrazovanja, u dobi od 16 do 89 godina. Među njima je 631 ispitanik bio stariji od 50 godina.

MiniCog testiranje pokazalo je da se 60 posto osoba starijih od 50 godina nije moglo sjetiti svih riječi koje su im bile pročitane. Pravilno, ili uopće nije moglo nacrtati sat, 33 posto ispitanika u dobi iznad 50 godina. Rezultati MiniCog testiranja pokazuju da je među obuhvaćenom skupinom 47 posto osoba imalo umanjene kognitivnih sposobnosti, što upućuje na moguće simptome demencije.

36 osoba starijih od 50 godina koje su pokazale zabrinjavajuće rezultate tijekom MiniCog ispitivanja, pristalo i na ispitivanje zahtjevnijim i obuhvatnijim SAGE testom. Rezultati su pokazali gotovo identične rezultate. Kod njih 46 posto zabilježena su kognitivna umanjena.

Svim osobama kojima je izmjereno umanjeno kognitivnih sposobnosti savjetovano je da o tome izvijeste svojeg liječnika i zatraže neurološke pretrage te da se zajedno s osobama s kojima žive obrate savjetovalištu Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest.


Rezultati ispitivanja upućuju na to da je među starijim kojima trebaju lijekovi ili lijekovita sredstva pa zato posjećuju Ljekarne Zagrebačke županije, gotovo polovina onih čije su spoznajne sposobnosti umanjene, odnosno da je među njima barem trećina onih koji bi se odmah trebali podvrgnuti dijagnostičkim postupcima radi utvrđivanja uzroka demencije. Ako pretpostavimo da su stariji koji dolaze u Ljekarne oni isti koje često vidimo i u ordinacijama opće/obiteljske medicine, ovi podaci upućuju na pitanje kako je moguće da toliki broj starijih osoba s mogućom demencijom ostaje neotkriven.



47 posto starijih pacijenata Ljekarni Zagrebačke županije iskazuje kognitivna umanjena

Zvezdana Dobrinčić, mag. pharm., i Olgica Velkovski Škopić, mag. pharm., Ljekarne Zagrebačke županije
Tajana Dajčić i Tomislav Huić, Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest


U povodu obilježavanja Svjetskoga dana Alzheimerove bolesti, Ljekarne Zagrebačke županije testirale su one koji se u njima opskrbljuju lijekovima i ustanovile da gotovo polovina starijih od 50 godina pati od kognitivnih umanjena svojstvenih demenciji.



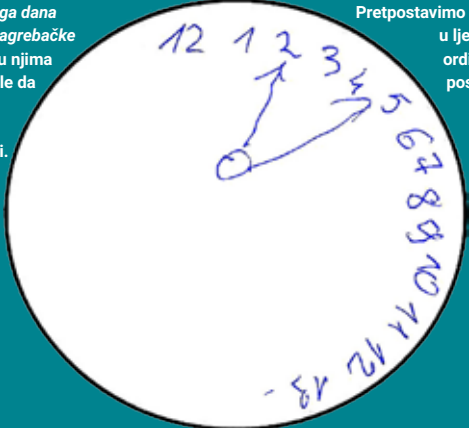
Rješavanje MiniCog testa u jednoj od Ljekarni Zagrebačke županije

Ljekarne Zagrebačke županije kontinuirano se skrbe za građane Zagreba i njegove okolice. Uz razvijanje ljekarničkih usluga i savjetovanja, brigu o bolesnicima koji se kod njih opskrbljuju lijekovima i ostalim potrebšinama, te stalnu izobrazbu zaposlenih, uvođe i nove usluge i načine približavanja svojim korisnicima. Ovogodišnji niz obilježavanja svjetskih dana različitih bolesti počele su obilježavanjem Dana Alzheimerove bolesti. Tijekom rujna i listopada 2017., uz potporu Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest, provele su u 17 svojih Ljekarni istraživanje o kognitivnim umanjenjima. Pritom su korišteni testovi MiniCog i SAGE. Ispitane su 993 osobe različitih stupnjeva formalnog obrazovanja, u dobi od 16 do 89 godina. Među njima je 631 ispitanik bio stariji od 50 godina.

Pretpostavimo li da su starije osobe koje odlaze u Ljekarne one koje češće posjećuju i ordinacije opće/obiteljske medicine, postavlja se pitanje kako je moguće da u Zagrebu ostaje neotkriven toliki broj starijih s mogućom demencijom.



Zagrebački župan Stjepan Kožić sa Zvezdanom Dobrinčić, mag. pharm., namjestnikom Ljekarni Zagrebačke županije (lijevo) i Ksenijom Čuljak, pročelnicom Upravnog odjela za zdravstvo i socijalnu skrb (desno) te djelatnicama LJJZ-a



Karakterističan način na koji osobe s demencijom crtaju sat

Rezultati MiniCog testa

0 b.	7%
1 b.	9%
2 b.	13%
3 b.	18%
4 b.	22%
5 b.	31%
Normalno	53%

Ocjnjenje kognitivnih umanjena: 0 – 2 boda: velika umanjena; 3 boda: blaga umanjena; 4 – 5 bodova: normalne kognitivne sposobnosti

Rezultati SAGE testa

Ozbiljno umanjeno	34%
Blago umanjeno	12%
Normalno	54%

SAGE test sastoji se od niza pitanja, logičnih zadataka i provjera pamćenja te vizualnog mišljenja

Rezultati MiniCog testiranja

MiniCog testiranje koje se sastoji od dosjećanja riječi i crtanja sata, pokazalo je da se 60 posto osoba starijih od 50 godina nije moglo sjetiti svih riječi koje su im bile pročitane. Pravilno, ili uopće nije moglo nacrtati sat, 33 posto ispitanika u dobi iznad 50 godina. Ukupni rezultati MiniCog testiranja pokazuju da je među obuhvaćenom skupinom 47 posto osoba imalo umanjene kognitivnih sposobnosti – 18 posto blago (Mild Cognitive Impairment), a 29 posto izrazito, što upućuje na moguće simptome demencije.

Rezultati SAGE testiranja

Istaknimo da je 36 osoba starijih od 50 godina koje su pokazale zabrinjavajuće rezultate tijekom MiniCog ispitivanja, pristalo i na ispitivanje zahtjevnijim i obuhvatnijim SAGE testom. Rezultati su pokazali gotovo identične rezultate. Kod njih 46 posto zabilježena su kognitivna umanjena – kod 12 posto ispitanika blaga, a 34 posto imalo je ozbiljna. Većina ispitanika koji su postigli slabije rezultate SAGE ispitivanjem izjavila je da ima stalne probleme pri razmišljanju i stalno osjeća potištenost, a oko trećina da ima poteškoće u održavanju ravnoteže.

Rezultati MiniCog testiranja


Broj ispitanika prema dobnim skupinama

Dobna skupina	Broj ispitanika
16-29	25
30-39	330
40-49	436
50-59	112
60-69	50


Dobna struktura ispitanika

Napomena

Podaci iz ovih istraživanja ne mogu se koristiti za određivanje prevalencije demencije jer njima nije obuhvaćen reprezentativni uzorak osoba starijih od 50 godina u Zagrebu. Treba uzeti u obzir i da 10 do 20 posto osoba koje sudjeluju u ovakvim ispitivanjima pokazuje slabije rezultate zbog stresa, opterećenosti brigama ili drugih razloga koji im u trenutku ispitivanja remete koncentraciju.



Tijekom testiranja Ljekarnice Zagrebačke županije isticala su plakat HJAB-a koji informira o upozoravajućim znakovima demencije.



Ljekarne Zagrebačke županije:

47 posto pacijenata Ljekarni Zagrebačke županije iskazuje kognitivna umanjena

Andrea Juhas i Vera Sedlarević

Dom za starije osobe *Alfredo Štiglić*, Pula

Aktivno provođenje vremena osoba s demencijom na odjelu za osobe oboljele od demencije

Na odjelu za osobe s demencijom u pulskome Domu za starije osobe *Alfredo Štiglić* boravi 18 korisnika. Danju provode vrijeme u zajedničkim prikladno uređenim prostorijama u kojima im je omogućeno potpuno samostalno kretanje. Dan im planira educirano osoblje koristeći se individualnim pristupom.

Osobe s demencijom više su ili manje ovisne o drugoj osobi, pa je planirati im dan vrlo važno za njihovu psihičku, fizičku i duhovnu dobrobit. Pritom se mora istaknuti ono što osoba može učiniti sama za sebe jer to pridonosi stvaranju pozitivnog stajališta i pomaže očuvati samostalnost. Aktivnosti oponašaju svakodnevni život i tako pomažu očuvati njihovu samostalnost. Potičući osobu s demencijom da samostalno obavlja osobnu higijenu, da se odjene i obuje te da samostalno servira i pojede svoj obrok, uvelike pridonosi njezinu osjećaju korisnosti i pozitivnom stajalištu o sebi. Rutina omogućuje osobi s demencijom da predvidi što će se sljedeće dogoditi i pomaže joj sačuvati dostojanstvo. Koristeći se biografskim elementima, stvaramo okruženje u kojemu se oboljeli osjećaju sigurno i vjeruju da je osoblje poznaje i razumije.



AKTIVNO PROVOĐENJE VREMENA OSOBA OBOLJELIH OD DEMENCIJE NA ODJELU ZA DEMENCIJE

AUTORI : ANDREA JUHAS, BACC.MED.TEH
VERA SEDLAREVIĆ, MEDICINSKA SESTRA

DOM ZA STARIJE OSOBE ALFREDO ŠTIGLIĆ PULA
CASA PER ANZIANI ALFREDO ŠTIGLIĆ POLA

Odjel za demencije

Zajednica se sastoji od 18 korisnika oboljelih od demencije. Tijekom dana korisnici zajedno provode vrijeme u zajedničkim prostorijama. Prostor je uređen na način da potpuno omogući samostalno kretanje korisnika. Educirano osoblje strukturira njihov dan koristeći individualni pristup.



Aktivnosti

Aktivnosti oponašaju svakodnevni život, te na taj način pomažu kod očuvanja samostalnosti. Potičući osobu da samostalno obavlja osobnu higijenu, da se odjene i obuje, te da samostalno servira i pojede svoj obrok uvelike doprinosi tome da se osoba osjeća korisno i ima pozitivan stav o sebi. Rutina omogućava osobi oboljeloj od demencije da predvidi što će se sljedeće dogoditi i na taj način pomaže kod očuvanja dostojanstva. Koristeći biografske elemente stvaramo okruženje u kojem se osoba osjeća sigurno, u osoblju vidi nekog tko je poznaje i razumije.



Osobe oboljele od demencije su u većem ili manjem stupnju ovisne o drugoj osobi, stoga je strukturiranje njihovog dana od ključne važnosti za njihovu psihičku, fizičku i duhovnu dobrobit. Ističući ono što osoba može sama napraviti za sebe pridonosi formiranju pozitivnog stava o sebi i pomaže očuvanju samostalnosti.



Dom za starije osobe *Alfredo Štiglić*, Pula:

Aktivno provođenje vremena osoba s demencijom na Odjelu za osobe oboljele od demencije

Željka Sušić¹, Željka Jelavić², Kosjenka Laszlo Klemar³

¹ Tiflološki muzej; ² Etnografski muzej; ³ Tehnički muzej Nikola Tesla

Album

Prezentacija opisuje program i svrhu radionica pod nazivom ALBUM koji su zajednički provela tri muzeja – Tiflološki muzej kao nositelj, te Etnografski muzej, Tehnički muzej *Nikola Tesla* i dva doma za starije osobe – *Medveščak* i *Villa Brezovica* u razdoblju od 21. rujna do 10. studenog 2017.

Svrha programa *Album* bila je kod osoba s demencijom potaknuti, prizvati zaboravljena sjećanja i to rukovanjem s odabranim, različitim muzejskim predmetima. Program je bio usmjeren na nova učenja i poticao je uporabu različitih postojećih psihomotornih vještina i znanja.

Rezultati upućuju na jačanje samopouzdanja i osobnosti kod osoba s demencijom, mogućnost nastavka i proširenja rada s drugim muzejima kao i potvrđivanje muzeja kao otvorenog, prijateljskog mjesta u kojem je moguće prisjećanje znanja, vještina i iskustava.



Album • U starom Rimu, bijela ploča za ispisivanje važnih događaja, obavijesti, imena senatorâ i sl. • U sr. vijeku, knjiga za vlastoručne bilješke raznih ličnosti. • Knjiga sa čvršćim listovima za čuvanje maraka, fotografija, razglednica i sl.



ALBUM je pilot program namijenjen osobama oboljelim od Alzheimerove bolesti i demencije kojim se pomoću aktivnog rukovanja muzejskim predmetima nastoje potaknuti, prizvati zaboravljena sjećanja. Program usmjerava na nova učenja te potiče upotrebu različitih postojećih psihomotoričkih vještina i znanja.

Trajanje programa 21. 9. – 10. 11. 2017.

Ciljevi

- povećati razinu kvalitete življenja kod oboljelih osoba
- utvrđivanje muzeja kao mjesta koje programom pridonosi boljem općem stanju korisnika
- prezentiranje socijalnih potencijala i vrijednosti muzeja
- bolja i učinkovita upotreba društvenih mreža

Zadaci

- izvršiti odabir pogodnih muzejskih predmeta koji će se koristiti u radu s korisnicima
- uključiti muzejske i socijalne stručnjake u rad
- povezati 3 muzejske ustanove s udrugama i ustanovama koje se brinu o skrbi o osobama oboljelim od Alzheimerove bolesti i demencije
- kroz 4 dolaska u muzej i sudjelovanje na 4 radionice povećati socijalnu uključenost oboljelih, kvalitetu življenja oboljelih, unaprijediti kvalitetu dnevnih aktivnosti
- 12 objava na Facebook stranicama muzeja
- unaprijediti mobilnost korisnika

Metode rada

- individualan, primjeren pristup
- verbalna (pričanje, objašnjavanje...)
- vizualna (gledanje, opažanje...)
- auditivna (slušanje)
- neposredni rad i kontakt s predmetima
- komunikacija putem društvenih mreža

Autorica programa mr.sc. Željka Sušić, muzejska pedagoginja savjetnica, TIFLOLOŠKI MUZEJ, zsusic@tifloloskimuzej.hr

Partneri

ETNOGRAFSKI MUZEJ, Željka Jelavić, viša kustosica
TEHNIČKI MUZEJ NIKOLA TESLA, dr.sc. Kosjenka Laszlo Klemar, muzejska pedagoginja
Dom za starije i nemoćne osobe VILLA BREZOVICA
Dom za starije osobe MEDVEŠČAK

Očekivani rezultati

Jačanje samopouzdanja i osobnosti kod oboljelih, mogućnost nastavka i proširenja rada s drugim muzejima, potvrđivanje muzeja kao otvorenog, prijateljskog mjesta u kojem je moguće prisjećanje znanja, vještina i iskustva, uspostaviti mrežu suradnika

Vrednovanje urađenog

- muzeji potvrđeni kao mjesta za unapređenje kvalitete življenja oboljelih osoba
- ostvareni su zadani zadaci, ciljevi
- očekivani rezultati dosegnuti
- program je djelotvoran, relevantan i održiv
- program doprinosi strateškim i kulturnim politikama republike i grada
- prostor za poboljšanje vidi se unutar učinkovitije upotrebe društvenih mreža

Program je u cijelosti realiziran sredstvima Ministarstva kulture.

Tiflološki muzej, Etnografski muzej i Tehnički muzej Nikola Tesla:

Album

Senka Repovečki, Martina Fremec, Katarina Brzak i Vilmica Kurtanjek

Klinika za psihijatriju Vrapče

Bol i demencija

Demencija ima velik utjecaj na komunikaciju. Naime, kako poremećaj napreduje bolesnici gube sposobnost verbalnog komuniciranja. Osobe s demencijom ne mogu u cijelosti opisati svoje misli i osjećaje. Za stariju populaciju, pak, uobičajen je doživljaj boli. Nemir može biti povezan s kroničnim stanjima kao što su artritis, bolovi nakon operacije ili ozljede te infekcija. Nažalost, kod te populacije bol je često je nedovoljno liječena, a katkad i potpuno nezapažena. Ako osoba s demencijom doživljava bilo koju vrstu boli, ovisno o progresiji simptoma, teško će to moći izraziti riječima. Zato medicinska sestra treba znati, prepoznati i procijeniti bolesnikovu fizičku nelagodu ili depresiju vezanu za pojavnost boli. Starijim osobama koje pate od demencije neliječena bol izaziva nelagodu koja može štetno utjecati na njihovo zdravlje i kvalitetu života. Bol može poremetiti i ciklus spavanja i aktivnosti te smanjiti tjelesnu funkciju, a rezultat je produljeni boravak u bolnici.

Medicinska sestra i njegovatelj koji se skrbe za bolesnika znaju najbolje što treba učiniti – naime, temeljito promatranje bolesnika i sveobuhvatan pristup otkrivaju znakove boli ili nelagode. Potrebno samo obratiti pozornost na govor tijela i izraz lica, na intonaciju i boju glasa, na promjene u ponašanju i međuljudskim interakcijama, na emocionalne i psihičke promjene te na promjene u dnevnim aktivnostima.



BOL I DEMENCIJA

Repovečki S., Fremec M., Brzak K., Kurtanjek V.

Klinika za psihijatriju Vrapče
srepovecki@gmail.com

Za osobe starije populacije, uobičajen je doživljaj boli. Nemir može biti povezan s kroničnim stanjima kao što su artritis, bol nakon operacije, ozljede ili infekcije. Na žalost, bol u starijih osoba često je nedovoljno liječena, a ponekad i potpuno nezapažena. Ako osoba s demencijom doživljava bilo koju vrstu boli, ovisno o progresiji simptoma teško će ju moći verbalno izraziti. Medicinska sestra i njegovatelj koji skrbe za bolesnika znaju ga najbolje. Temeljito promatranje i sveobuhvatan pristup otkriva znakove kod bolesnika koji osjeća bol ili nelagodu.

Tablica 1. Procjena intenziteta boli kroz promatranje ponašanja bolesnika

1.	Izraz lica	Lagano mrštenje, tužno, preplašeno lice Grimase, naborano čelo Zatvorene ili stisnute oči Svaki iskrivljeni izraz Brzo treptanje
2.	Verbalizacija	Uzdisanje, oplakivanje, stenanje Roktanje, pjevanje, dobacivanje Glasno disanje Traženje pomoći Verbalno uvredljiv
3.	Pokreti tijela	Ukočenost, napeto tjelesno držanje, obrambeni stav Vrppljenje Stalno hodanje, ljuljanje Ograničeno kretanje Promjene u kretnjama ili mobilnosti
4.	Promjene interpersonalnih interakcija	Agresivan, ratoboran stav, otpor Smanjena društvena interakcija Društveno neprikladan, onaj koji remeti Povučan
5.	Promjene u svakodnevnim aktivnostima	Odbijanje hrane, promjena apetita Produjavanje vremena potrebnog za odmor Spavanje, promjene u navikama vezanim za odmaranje Iznenadni prestanak uobičajenih rutina Lutanje
6.	Promjene mentalnog stanja	Plakanje ili suze Povećana zbunjenost Razdražljivost ili bezvoljnost

Slika 1. Procjena intenziteta boli pomoću vizualno analogna skale boli. Na toj skali se bol razrjava od 0 do 10 uz dobroilustrirane crteže lica koji izražavaju bolnu grimasu.



Bez bola



Blaga bol



Umjerena bol



Umjerena jača bol



Jaka bol



Najjača moguća bol



Literatura:

1. Lautenbacher S, Niewelt EG, Kunz M. Decoding pain from the facial display of patients with dementia: a comparison of professional and nonprofessional observers. Pain Med. 2013;14(4):469-477. [PubMed]
2. AGS Panel on Persistent Pain in Older Persons The management of persistent pain in older persons. J Am Geriatr Soc. 2002;50(Suppl 6):S205-S224. [PubMed]

Prezentirano na EdukAlu 2017 - Trećoj edukativnoj konferenciji u Alzheimerovoj bolnici 8. i 9. 12. 2017., Zagreb, Host International

Klinika za psihijatriju Vrapče:

Bol i demencija

Marija Lacko, Tajana Dajčić, Izidora Pavković, Mira Dajčić i Tomislav Huić

Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest

Grupe za samopomoć i kreativne terapije

U sklopu rada Savjetovaništa Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest, od 2009. godine kontinuirano djeluju Grupe za samopomoć. U njima se u pratnji članova svoje obitelji susreću osobe u ranijoj fazi Alzheimerove bolesti. Razgovori koji se vode na sastancima ovih grupa često se dopunjuju okupacijskim i kreativnim radionicama. To osobama koje žive s demencijom i članovima njihovih obitelji pruža psiho-socijalnu potporu i pomaže uključivanju u društveni život.

Članovi obitelji oboljelih osoba često se osjećaju vrlo ranjivo i nerado govore o problemima i događajima s kojima se svakodnevno suočavaju. Grupa za samopomoć Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest prvenstveno nastoji otkloniti tu prepreku. U opuštenom ozračju, uz puno razumijevanje iskusni voditelji Grupa postupno jačaju njihovo samopouzdanje i potiču ih da slobodno i bez bojazni dijele svoja iskustva. Zadnjih nekoliko godina u sklopu Grupe za samopomoć organiziramo i druženje članova obitelji tijekom žalovanja kada se kod njih javljaju snažni osjećaji griznje savjesti, ljutnje, tuge zbog gubitka i mišljenja da su mogli učiniti više, kao i stalnog propitivanja da su za svoje voljene učinili dovoljno.

Kako bi se u Grupi za samopomoć osobe koje žive s demencijom osjećale što ugodnije, nenametljivim se psihoterapeutskim načinima potiču na kreativnu zabavu. Zaokupljeni jednostavnim zadacima, crtanjem, sastavljanjem jednostavnih formi, slagalica ili rješavanjem lakših memorijskih igara, oni se opuštaju i zabavljaju, lakše uspostavljaju kontakt i međusobno razgovaraju te im se na taj način smanjuje osjećaj izgubljenosti i samoće.

U poticanju okupacijskog i kreativnog rada u Grupama za samopomoć značajnu ulogu imaju i studenti socijalnog rada kojima je to i dobra praksa za budućnost. Jedna od aktivnosti koju provodimo sa studentima socijalnog rada bila je i Božićna radionica u kojoj su studentice zajedno sa članovima obitelji oboljelih osoba izradile božićni nakit i prekrasni drveni bor koji krase prostorije Udruge.



Protiv demencije zajedno

Grupe za samopomoć i kreativne terapije

Marija Lacko, Tajana Dajčić, Izidora Pavković i Mira Dajčić

U sklopu rada Savjetovaništa Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest, od 2009. godine kontinuirano djeluju Grupe za samopomoć. U njima se u pratnji članova svoje obitelji susreću osobe u ranijoj fazi Alzheimerove bolesti. Razgovori koji se vode na sastancima ovih grupa često se dopunjuju okupacijskim i kreativnim radionicama. To osobama koje žive s demencijom i članovima njihovih obitelji pruža psiho-socijalnu potporu i pomaže uključivanju u društveni život.











Članovi obitelji oboljelih osoba često se osjećaju vrlo ranjivo i nerado govore o problemima i događajima s kojima se svakodnevno suočavaju. Grupa za samopomoć Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest prvenstveno nastoji otkloniti tu prepreku. U opuštenom ozračju, uz puno razumijevanje iskusni voditelji Grupa postupno jačaju njihovo samopouzdanje i potiču ih da slobodno i bez bojazni dijele svoja iskustva. Zadnjih nekoliko godina u sklopu Grupe za samopomoć organiziramo i druženje članova obitelji tijekom žalovanja kada se kod njih javljaju snažni osjećaji griznje savjesti, ljutnje, tuge zbog gubitka i mišljenja da su mogli učiniti više, kao i stalnog propitivanja da su za svoje voljene učinili dovoljno.

Okupacijska i kreativna terapija

Kako bi se u Grupi za samopomoć osobe koje žive s demencijom osjećale što ugodnije, nenametljivim se psihoterapeutskim načinima potiču na kreativnu zabavu. Zaokupljeni jednostavnim zadacima, crtanjem, sastavljanjem jednostavnih formi, slagalica ili rješavanjem lakših memorijskih igara, oni se opuštaju i zabavljaju, lakše uspostavljaju kontakt i međusobno razgovaraju te im se na taj način smanjuje osjećaj izgubljenosti i samoće.

U poticanju okupacijskog i kreativnog rada u Grupama za samopomoć značajnu ulogu imaju i studenti socijalnog rada kojima je to i dobra praksa za budućnost. Jedna od aktivnosti koju provodimo sa studentima socijalnog rada bila je i Božićna radionica u kojoj su studentice zajedno sa članovima obitelji oboljelih osoba izradile božićni nakit i prekrasni drveni bor koji krase prostorije Udruge.



Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest:

Grupe za samopomoć i kreativne terapije

Suzana Uzun^{1,2}, Nikola Žaja¹, Oliver Kozumplik^{1,2}, Ninoslav Mimica^{1,3}

¹ Klinika za psihijatriju Vrapče

² Medicinski fakultet Sveučilišta Josip Juraj Strossmayer u Osijeku


³ Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

Je li riječ o nuspojavi?

Bolesnica u dobi od 54 godine ima dijagnozu demencije i liječi se već godinu dana. Učinjena obrada i CT mozga pokazali su kortikalnu atrofiju. U psihičkom statusu bila je uočljiva zaboravljivost i poteškoće s koncentracijom. Bolesnica je postupno u svakodnevnom funkcioniranju postala potpuna ovisna o pomoći članova obitelji. Tako ni osobnu higijenu nije mogla obavljati sama.

Po zanimanju je bila trgovkinja, a prvi simptomi bolesti počeli su uočavati nakon što je počela zaboravljati računati pa više nije mogla obavljati svoj posao. Kao terapija ordinirani su joj donepezil i memantin, a prema preporuci kardiologa aritmik. Nakon šestomjesečne terapije bolesnica je kod kuće nakon ručka imala prvu epi ataku. Nakon toga obavljena je neurološka obrada te kontrolni kardiološki pregled, no nije bilo patološkog supstrata. U međuvremenu je bila hospitalizirana u *Klinici za psihijatriju Vrapče* gdje je tijekom odlaska na snimanje CT mozga imala novi napadaj.

Neurološki i kardiološki nalaz bili su u granicama referentnih vrijednosti. U literaturi su opisani slučajevi nastanka epi ataka poslije terapije memantinom, te je odlučeno postupno ga izbaciti iz uporabe. Nakon toga nisu zabilježeni novi napadaji, a stanje bolesnice prati se i dalje. Odlazi i na redovite kontrole kod neurologa i kardiologa. U psihičkom statusu uočljiva je deterioracija mnestičkih funkcija do razine demencije.



Klinika za psihijatriju Vrapče
University Psychiatric Hospital Vrapče


Je li riječ o nuspojavi?

Suzana Uzun^{1,2}, Nikola Žaja¹, Oliver Kozumplik^{1,2}, Ninoslav Mimica^{1,3}


¹Klinika za psihijatriju Vrapče, Bolnička cesta 32, 10090 Zagreb, Hrvatska
²Sveučilište Josip Juraj Strossmayer, Medicinski fakultet Osijek, Ulica Cara Hadrijana 10E, 31000 Osijek, Hrvatska
³Sveučilište u Zagrebu, Medicinski fakultet u Zagrebu, Šalata 3b, 10000 Zagreb, Hrvatska


Bolesnica u dobi od 54 godine liječi se pod dijagnozom Alzheimerove demencije unatrag godinu dana. Učinjena obrada i CT mozga govorio je u prilog kortikalne atrofije. U psihičkom statusu bile su uočljive zaboravljivost i teškoće koncentracije. Bolesnica je postupno postala potpuno ovisna o pomoći članova obitelji u svakodnevnom funkcioniranju. Osobnu higijenu nije mogla obavljati bez pomoći.

Bolesnica je po zanimanju bila trgovkinja, a prvi simptomi bolesti počeli su na način da je zaboravila računati i više nije mogla obavljati poslovne aktivnosti. U terapiju je uveden donepezil i memantin te, po preporuci, kardiologa antiaritmik. Nakon šest mjeseci terapije bolesnica je kod kuće nakon ručka imala prvu epi ataku. Učinjena je neurološka obrada te kontrolni pregled kardiologa koji nisu pokazali patološkog supstrata. U međuvremenu je provedeno bolničko liječenje u Klinici za psihijatriju Vrapče tijekom kojeg je bolesnica tijekom odlaska na snimanje CT mozga imala novu epi ataku.



Učinjena obrada po neurologu i kardiologu bila je u granicama referentnih vrijednosti. Prema podacima iz literature opisani su slučajevi epi ataka na terapiju memantinom te je odlučeno memantin postupno izvesti iz terapije. Po prestanku terapije memantinom nove epi atake nisu zabilježene te se prati daljnje stanje bolesnice. Provode se i redovite kontrole neurologa i kardiologa. U psihičkom statusu uočljiva je deterioracija mnestičkih funkcija do nivoa demencije.





Kontakt: suzana.uzun@bolnica-vrapce.hr

Klinika za psihijatriju Vrapče:

Je li riječ o nuspojavi?

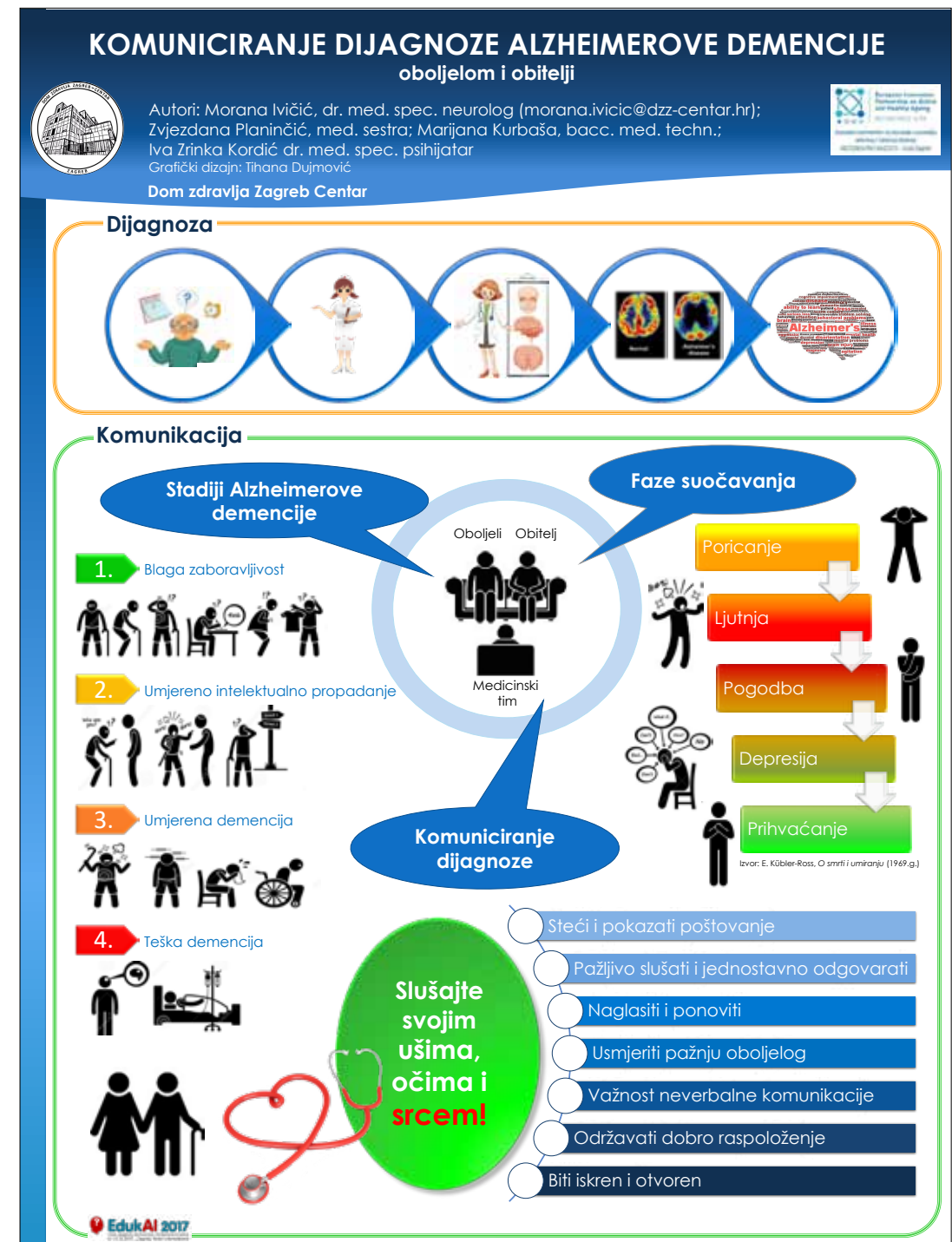
Morana Ivičić, Zvezdana Planinčić, Marijana Kurbaša, Iva Zrinka Kordić,
Tihana Dujmović

Dom zdravlja Zagreb Centar

Komuniciranje dijagnoze Alzheimerove demencije oboljelom i obitelji

Svrha je postera prikazati kako priopćiti dijagnozu Alzheimerove demencije i obavijestiti zainteresirane da je to kronična i progresivna neurodegenerativna bolest. Oboljelome i obitelji interpretiraju se nalazi te ih se obavještava o tijeku bolesti.

Proživljavamo s njima različite faze suočavanja s tom dijagnozom. Savjetujemo im kako što bolje međusobno komunicirati tijekom različitih stadija bolesti sa svrhom da se održi kvaliteta svakodnevnog života.



Dom zdravlja Zagreb Centar:

Komuniciranje dijagnoze Alzheimerove demencije oboljelom i obitelji

Ana Čizmin Jelinić i Maja Matic

Dom za starije osobe Sveti Josip u Zagrebu

NJEGOS – savjetovanište za neformalne njevovatelje osoba oboljelih od Alzheimerove bolesti i drugih demencija

Savjetovanište NJEGOS počelo je s radom 10. ožujka 2016. kao odgovor na rezultate istraživanja projekta *Pružatelji skrbi osobama starije životne dobi u obitelji na području grada Zagreba* (2014.). Financira ga *Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom* Grada Zagreba u sklopu projekta *Gerontološki centar*.

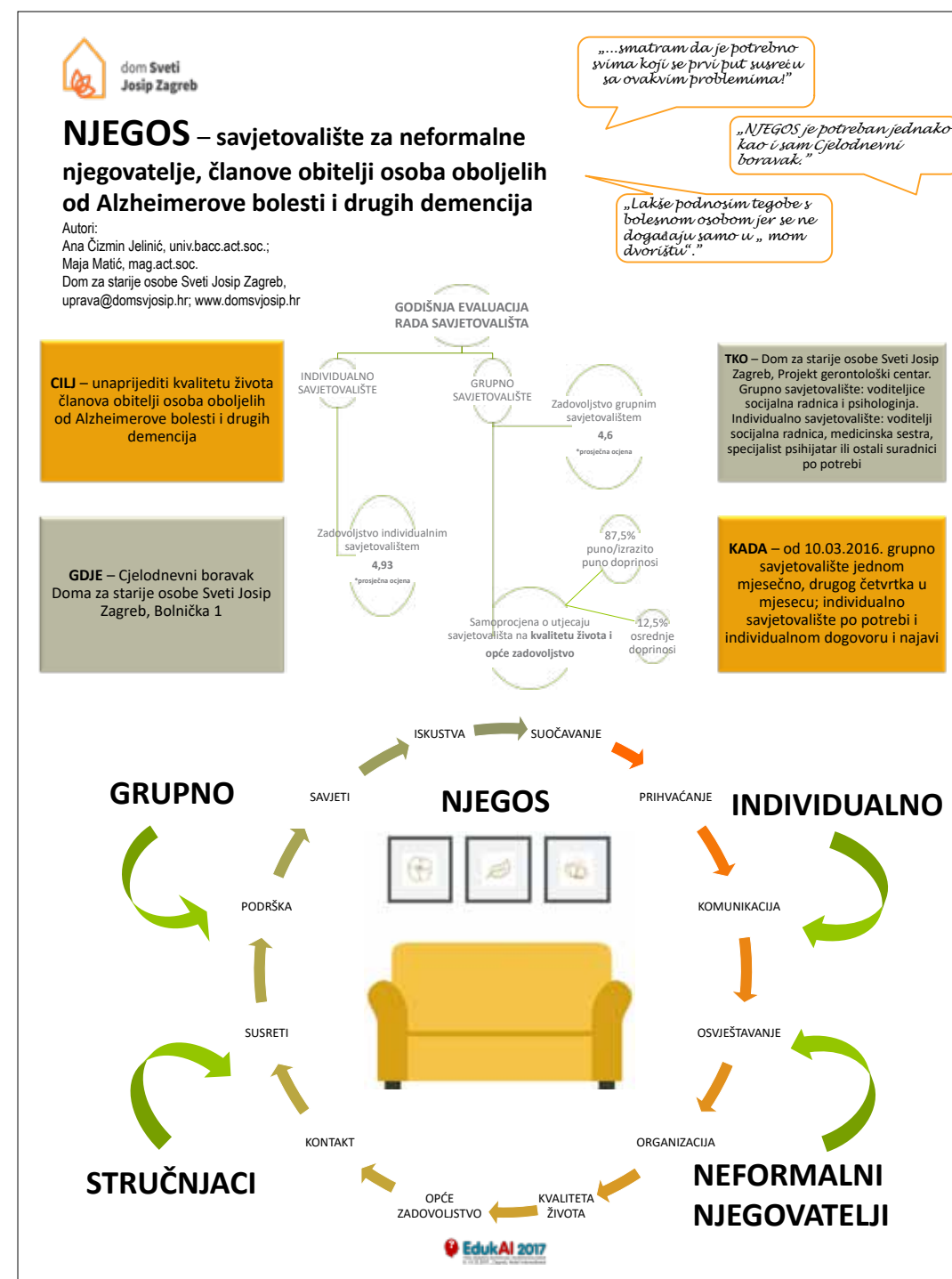
Savjetovanište je koncipirano kao potpora primarnim nevovateljima – članovima obitelji koji se brinu o oboljelome na dnevnoj razini. Podrška je organizirana na individualnim i grupnim susretima. Individualni susreti dogovaraju se s korisnicima pojedinačno prema potrebi, a voditelji su socijalna radnica voditeljica *Odjela cjelodnevnog boravka Doma za starije osobe Sveti Josip* u Zagrebu, a po potrebi i drugi stručnjaci, te socijalna radnica-zaposlenica *Centra za socijalnu skrb* u Zagrebu, kad je riječ o pravima starijih osoba te pravima nevovatelja, liječnika, specijalista psihijatra, medicinske sestre...

Grupno savjetovanište održava s jedanput na mjesec. Temelji se na radu na sebi, na prevladavanju poteškoća, suočavanju sa stresom, potpori koja se odnosi ne samo na međusobnu razmjenu iskustava, nego i na stručnoj potpori voditeljica – psihologinje i socijalne radnice. Bit je da korisnici nauče prevladati novonastalu obiteljsku situaciju, da se znaju pobrinuti najprije za sebe kako bi se mogli sačuvati za ulogu nevovatelja, osvijestiti prilagođene načine komunikacije te potražiti pomoć okoline i obitelji.

Iz godišnje evaluacije rada savjetovaništa u kojoj je sudjelovalo devetero ispitanika, prosječna ocjena za ukupno zadovoljstvo ispitanika s individualnim savjetovaništem bila je 4,93 (ocijene su bile od 1 do 5), a za ukupno zadovoljstvo s grupnim savjetovaništem 4,6.

87,5 posto sudionika mišljenja je da im savjetovanište mnogo, odnosno iznimno mnogo pridonosi njihovu općem zadovoljstvu, a jednak je i postotak mišljenja da savjetovanište mnogo, odnosno iznimno mnogo pridonosi njihovoj kvaliteti života. Svih devetero ispitanika preporučilo bi savjetovanište NJEGOS i svojim poznanicima.

U nastojanju da se nevovateljima olakša skrb o bližnjima i pomogne im se da lakše podnose obveze koje ta briga od njih zahtijeva, NJEGOS se nastavlja i 2017. godine s intencijom da se rad trajno nastavi jer pomoć nevovateljima znači i kvalitetniju skrb za oboljele od demencije i njihov bolji život.



Dom za starije osobe Sveti Josip u Zagrebu:
NJEGOS – savjetovanište za neformalne nevovatelje osoba oboljelih od Alzheimerove bolesti i drugih demencija

Dom umirovljenika Izola, Dom Atilio Gamboc Umag, Obalni dom umirovljenika Kopar, Grad Umag, Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest, Nacionalni institut za javno zdravstvo Slovenije

Poboljšanje kakvoće života osoba s demencijom u prekograničnom području Istre

Svrha europskoga projekta *Demenca aCROsSLO* jest poboljšati kakvoću života osoba s demencijom u prekograničnom području Hrvatske i Slovenije. Njegova primjena traje od 1. listopada 2016. do 31. ožujka 2018., a dio je programa suradnje *Interreg V-A Slovenija – Hrvatska* za programsko razdoblje od 2014. do 2020. koji sufinancira EFRR. Vrijedan je 412 tisuća eura.

Razvoj projekta započeo je analizom stanja i potreba domova umirovljenika – partnera u ovom projektu na temelju kojeg je razvijen modularni program edukacije njihova osoblja i izrađeno nekoliko priručnika kao i niz promotivnih sredstava.

Ključni ishodi projekta su sljedeći:

1. Obrazovano je 307 specijalista za njegu osoba s demencijom i 20 izvoditelja pomoći u kući;
2. Unaprijeđene su postojeće i razvijene nove usluge pomoći u kući;
3. Izrađene su *Preporuke za optimizaciju životnih uvjeta osoba s demencijom u domovima za starije* koje će biti predstavljene ključnim dionicima (arhitektima, voditeljima javnih institucija, ravnateljima domova umirovljenika);
4. Izvedene su pokusne optimizacije u domovima za starije;
5. Izrađene su *Upute za prepoznavanje znakova demencije i postupanje kada ih neka osoba pokazuje*;
6. Kreirana je *Radna bilježnica za pomoć pri skrbi o osobama s demencijom*;
7. Izrađena su promotivna tiskovna i AV-sredstva usmjerena prema destigmatizaciji demencije;
8. Mnogobrojnim javnim događajima, medijskim nastupima i aktivnostima na internetu osnažena je javna svijest o demenciji i životu osoba koje nose njezino breme;
9. Inicirana je trajna suradnja ključnih sudionika u procesu njege i skrbi o osobama s demencijom u prekograničnom području hrvatskoga i slovenskoga dijela Istre.

Projekt *Demenca aCROsSLO* pokazuje kao se uz odgovarajuću podršku suradnjom i multidisciplinarnim pristupima mogu stvoriti rješenja za brojne probleme s kojim se suočavaju formalni i neformalni njegovatelji i skrbnici osoba s demencijom.

DEMENCA
aCROsSLO

Dom upokojenice Izola
Casa del pensionato Izola

Atilio Gamboc

Obalni dom umirovljenika
Kopar

Grad Umag
CASA U MAGU

Hrvatska udruga za
Alzheimerovu bolest

NIJZ
Nacionalni institut
za javno zdravstvo

Interreg
SLOVENIJA – HRVATSKA

Interreg
SLOVENIJA – HRVATSKA
Koparska ulica 1 | Turističko središte za regiju Istro

Poboljšanje kakvoće života osoba s demencijom u prekograničnom području Istre

Dom umirovljenika Izola, Dom Atilio Gamboc Umag, Obalni dom umirovljenika Kopar, Grad Umag, Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest, Nacionalni institut za javno zdravstvo Slovenije

Svrha europskoga projekta *Demenca aCROsSLO* jest poboljšati kakvoću života osoba s demencijom u prekograničnom području Hrvatske i Slovenije. Njegova primjena traje od 1. listopada 2016. do 31. ožujka 2018., a dio je programa suradnje *INTERREG V-A Slovenija – Hrvatska* za programsko razdoblje od 2014. do 2020. koji sufinancira EFRR. Vrijedan je 412 tisuća eura. Partneri u projektu su domovi za starije iz Izole, Kopra i Umaga, Grad Umag, Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest i Nacionalni institut za javno zdravstvo Slovenije. Ključni ishodi projekta su sljedeći:

Edukacija

Provedba projekta *Demenca aCROsSLO* počela je edukacijom. Na temelju analize ponajboljih primjera iz svjetske prakse te stanja i potreba domova za starije – partnera u ovom projektu, razvijen je modularni program edukacije njihova osoblja. Multidisciplinarni tim znanstvenika i stručnjaka iz Slovenije i Hrvatske održao je 33 sata nastave i vježbi, a njihova kvaliteta i primjenjivost dobili su ocjenu izvrsno (medijan = 4,74).

Svrha izobrazbe bila je osposobiti osoblje u domovima za prijelaz s primarno zdravstvenoga na psihosocijalni način skrbi o osobama s demencijom.



Djelatnici domova na jednom od predavanja o psihosocijalnim pristupima osobama s demencijom

Optimizacija

U nastavku je razvoj projekta bio usredotočen na primjenu stečenih znanja i na priručnik za optimizaciju životnih uvjeta takvih osoba. Naime, multidisciplinarni tim arhitekata, dizajnera i stručnjaka za skrb o osobama s demencijom izradio je preporuke za optimizaciju njihovih životnih uvjeta u domovima za starije koji će biti i podloga za prijedlog budućih dopuna propisa koji određuju standarde za uređenje domskih odjela za osobe s demencijom. Prema tim preporukama u trima domovima – partnerima projekta *Demenca aCROsSLO* provedena je pilot-optimizacija prostora kojim se koriste osobe s demencijom.

Zbog unaprijeđenja rada osoba koje pružaju usluge pomoći u kući, razvijene su nove informatičko-komunikacijske



tehnologije koje putem mobitela olakšavaju praćenje i evidenciju tih usluga.

Za pomoć njegovateljima i rodbini osoba s demencijom izrađene su *Upute za prepoznavanje znakova demencije i postupanje kada ih neka osoba pokazuje*, a pripremljena je i *Radna bilježnica za pomoć pri skrbi o njima*.

Destigmatizacija

Mnogobrojnim događajima, medijskim nastupima i aktivnostima na internetu, stručna i opća javnost senzibilizirana je o javnozdravstvenim problemima demencije. Te aktivnosti koje su usmjerene i na destigmatizaciju demencije, organizirat će se i sljedeće godine, a pritom će se kao pomoć koristiti od-



Tiskovna i e-izdanja kreirana u sklopu projekta *Demenca aCROsSLO*

govarajući letci, promotivni privjesci, narukvice i videomaterijali.



Prvi Alzheimer Café u Umagu

Trajni razvoj suradnje

Kako bi se nastavila suradnja stvorena projektom *Demenca aCROsSLO*, osnovane su dvije prekogranične skupine: multidisciplinarna i za socijalni rad. One će nastaviti s razmjenom iskusta-



va i razvojem njege i skrbi o osobama s demencijom te utjecati na daljnji razvoj javnozdravstvenih politika o demenciji u Sloveniji i Hrvatskoj.



Članovi radnih skupina projekta *Demenca aCROsSLO* na jednom od svojih sastanaka

Rezultati

1. Obrazovano je 307 specijalista za njegu osoba s demencijom i 20 izvoditelja pomoći u kući;
2. Unaprijeđene su postojeće i razvijene nove usluge pomoći u kući;
3. Izrađene su *Preporuke za optimizaciju životnih uvjeta osoba s demencijom u domovima za starije* koje će biti predstavljene ključnim dionicima (arhitektima, voditeljima javnih institucija, ravnateljima domova umirovljenika);
4. Izvedene su pokusne optimizacije u domovima za starije;
5. Izrađene su *Upute za prepoznavanje znakova demencije i postupanje kada ih neka osoba pokazuje*;
6. Kreirana je *Radna bilježnica za pomoć pri skrbi o osobama s demencijom*;
7. Izrađena su promotivna tiskovna i AV-sredstva usmjerena prema destigmatizaciji demencije;
8. Mnogobrojnim javnim događajima, medijskim nastupima i aktivnostima na internetu osnažena je javna svijest o demenciji i životu osoba koje nose njezino breme;
9. Inicirana je trajna suradnja ključnih sudionika u procesu njege i skrbi o osobama s demencijom u prekograničnom području hrvatskoga i slovenskoga dijela Istre.

EdukAl 2017
Projekt EdukAl 2017 - Zaprak, Hotel International
8.11.2017. - Zaprak, Hotel International

Partneri u projektu *Demenca aCROsSLO*:

Poboljšanje kakvoće života osoba s demencijom u prekograničnom području Istre

Nikolina Kadežabek, Valentina Kovačević i Iva Moštak

Dom za starije i nemoćne osobe Oaza

Pozitivni učinci i poboljšanje kvalitete života osobama s Alzheimerovom bolešću i drugim demencijama zahvaljujući okupaciji i primjeni multisenzorne sobe u Domu za starije i nemoćne osobe Oaza

Kratak sadržaj postera:

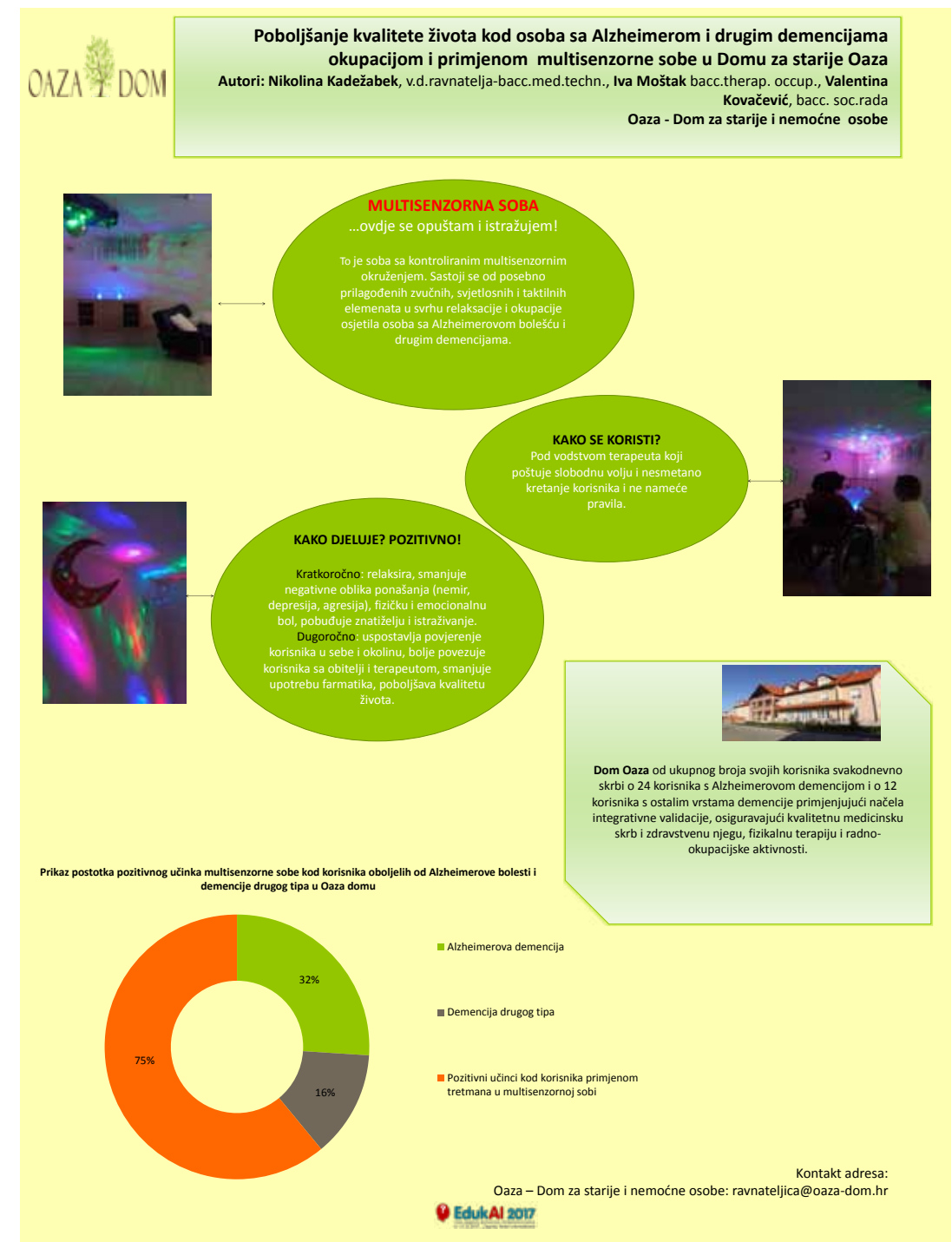
- procjena sposobnosti korisnika/plan intervencije/intervencija/evaluacija
- procjena sposobnosti odnosi se na kognitivnu, perceptivnu, motoričku i psihosocijalnu procjenu svakog korisnika te se na temelju nje planira intervencija
- fokus na okupaciji, socijalizaciji i organizaciji slobodnog vremena korisnika, a to se provodi u grupnim radionicama (likovnim, kreativnim, edukativnim, dramskim, glazbenim, plesnim, duhovnim...) i na individualnom pristupu (kognitivni trening vježbe prepoznavanja, razumijevanja, govora, vježbe kratkoročnog pamćenja, vježbe asocijacija)
- socijalizaciju pospješujemo organizacijom rođendana, važnijih datuma, organiziranim odlascima u kino, na izlete...

Multisenzorna soba i multisenzorni pristup:

- to je soba s kontroliranim multisenzornim okruženjem, a opremljena je tako da relaksira i stimulira osjetila osoba s Alzheimerovom bolešću i drugim demencijama;
- korisnici su pod stručnim vodstvom, ali se pritom poštuje njihova slobodna volja soba opušta, stvara sigurnost i ugodu, ali i potiče na istraživanje

Kratkoročni ciljevi: relaksacija, ublažavanje nemira i agresivnosti, smanjenje fizičke i emocionalne boli, poticaj na istraživanje

Dugoročni ciljevi: postizanje povjerenja u sebe i okolinu, bolje povezivanje s terapeutom i obitelji, smanjenje farmatika, poboljšanje kvalitete života.



Dom za starije i nemoćne osobe Oaza:

Pozitivni učinci i poboljšanje kvalitete života osobama s Alzheimerovom bolešću i drugim demencijama zahvaljujući okupaciji i primjeni multisenzorne sobe u Domu za starije i nemoćne osobe Oaza

Vesna Božić, Ljerka Pavković, Helena Protić, Izidora Pavković, Ines Pavković

Palijativni tim LiPa, Lipik

Prevenijom ili liječenjem do kvalitetnijeg života osoba sa demencijom?

Prevenija bi se, kao riječ i djelo, trebala češće primjenjivati u životu svake osobe i u društvu općenito. U lancu života, u žurbi svakog čovjeka opterećenog obvezama, često se zaboravi ili zanemari prevenija te se kao prva karika u slučaju bolesti najčešće pojavi liječenje. Tijekom liječenja većina ljudi želi usporiti tijek bolesti i poboljšati kvalitetu života sebi i svojoj obitelji te se suočava s činjenicom da je možda moglo biti drukčije... Možemo li prevenirati demenciju?

Preveniju se može usporediti s limenim ljubimcem – većina ljudi danas je motorizirana i razumjet će priču. Kada netko kupi automobil razmišlja o servisu, odnosno o održavanju, da natoči kvalitetno gorivo, redovito mijenja gume, pere, čisti, lijepo ga skladišti..., reagira na svaki drukčiji zvuk motora i odlazi majstoru da se može nastaviti sigurnije voziti. Automobil čovjeku znači i omogućuje mnogo toga, no je li tako i sa zdravljem. Može li se servisirati mozak, što mu je gorivo, kako mu produljiti vijek trajanja, prepoznamo li poruke koje nam šalje? Sve se to može, ali često se zanemaruje. Kako možemo održavati mozak? Možemo pozitivnim razmišljanjem, zdravom prehranom, vježbanjem, pozitivnim stajalištem prema životu, čitanjem, rješavanjem zagonetki, križaljki, druženjem s prijateljima, igranjem društvenih igara, slušanjem omiljene glazbe, plesom, posjetima muzejima, šetnjama na svježem zraku, radom u vrtu... Zdravo hraniti mozak znači u svakodnevnu prehranu uvrstiti svježe voće i povrće kao što su rajčica, brokula, buča..., jesti orašaste plodove, borovnice, crni ribiz ili si sami pripremiti sok od svježeg voća i povrća te tako korisno iskoristiti dio slobodnog vremena, stvoriti energiju i gorivo za svoj mozak koji će vam to znati vratiti kao i vaš limeni ljubimac.

Porast svih vrsta demencija, a najviše uzrokovanih Alzheimerovom bolešću čije je liječenje iznimno skupo, treba motivirati sve nas na pozitivne promjene u načinu života kako bismo si pomogli očuvati zdravlje i povećali kvalitetu života i tako prevenirali bolesti koje uzrokuju demenciju.

LIPa
Palijativni tim

Prevenijom i liječenjem do kvalitetnijeg života osoba sa demencijom

Autori: Vesna Božić, dipl.med.techn., Ljerka Pavković, dipl.med.techn., Helena Protić, mag.med.lab.diagn., Izidora Pavković, studentica socijalnog rada, Ines Pavković, mag.ing.techn.text.
Palijativni tim LiPa

Zdravom prehranom i kretanjem zaboravimo na demenciju!

EdukAI 2017

Palijativni tim LiPa:

Prevenijom ili liječenjem do kvalitetnijeg života osoba sa demencijom?

Tomislav Huić

Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest

Prijatelji demencije mijenjaju način kako nacija razmišlja, djeluje i govori o demenciji

Zamisao Demenciji prijateljskih zajednica brzo se širi svijetom. Sve više i više ljudi shvaća važnost osnivanja zajednica koje uključuju, podupiru i bodre osobe zahvaćene demencijom. Uspješnost u promicanju demenciji prijateljskih zajednica, kakve je razvilo Društvo Alzheimer iz Londona, brzo se pročula i te su one počele prerastati u svjetski pokret. Tom se pokretu, nazvanom Prijatelji demencije, kao 12. članica potkraj 2016. pridružila i Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest u namjeri da promjeni način kako naši ljudi razmišljaju, djeluju i govore o demenciji.

Tko je Prijatelj demencije?

Svaka osoba koja pristupi ovoj inicijativi Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest kada shvati da demencija nije mentalna bolest i da osobe s tim sindromom mogu živjeti dulje i bolje ako im u tome pomognemo.

Postani Prijatelj demencije!

Shvatite, ako još niste, pet osnovnih činjenica o demenciji i objasnite ih svojim prijateljima i kolegama - kad vam se za to pruži prilika.

Pet činjenica koje treba znati svaki Prijatelj demencije:

- demencija nije normalan dio starenja
- uzrok demenciji su bolesti mozga
- demencija nije samo gubitak pamćenja
- s demencijom se može dobro živjeti
- osoba je važnija negoli demencija



Prijatelji demencije

mijenjaju način kako nacija razmišlja, djeluje i govori o demenciji!



Zamisao o demenciji prijateljskih zajednica brzo se širi svijetom. Sve više ljudi shvaća koliko je važno stvoriti zajednice koje uključuju, podupiru i bodre osobe s demencijom. Uspjeh promicanja takvih osobama s demencijom prikladnih zajednica, kakav je postiglo britansko društvo za Alzheimerovu bolest Alzheimer's Society iz Londona, brzo se pročulo i počelo prerastati u svjetski pokret.

Tom se pokretu, nazvanom Prijatelji demencije, pridružila i Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest.



Postani Prijatelj demencije

Dođi na neki od Alzheimer Cafés ili predavanja Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest i njezinih podružnica, posjeti naše Savjetovalište u Vlačkoj 24 u Zagrebu ili to učini putem naših stranica prijateljdemencije.alzheimer.hr

Pet stvari koje treba znati svaki Prijatelj demencije

Demencija nije normalan dio starenja.
 Uzrok demenciji su bolesti mozga.
 Demencija nije samo gubljenje pamćenja.
 S demencijom se može dobro živjeti.
 Osoba je važnija negoli demencija.



Prijatelji demencije Hrvatska
 Inicijativa Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest

Prijatelji demencije™ je međunarodno zaštićeno ime i znak. Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest © 2017. prijateljdemencije@alzheimer.hr

Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest:

Prijatelji demencije mijenjaju način kako nacija razmišlja, djeluje i govori o demenciji

Mira Dajčić, Marija Lacko, Višnja Šporer, Tomislav Huić, Tajana Dajčić,
Nataša Klepac, Morana Ivčić, Marija Kušan Jukić

Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest

Savjetovanište za obitelji osoba s demencijom

Od osnutka 1999. godine u Hrvatskoj udruzi za Alzheimerovu bolest neprekidno djeluje savjetovanište koje je dva dana u tjednu otvoreno članovima obitelji osoba s demencijom. Jedino je specijalizirao savjetovanište za pitanja demencije u zemlji. Godišnje ga posjeti prosječno 766 osoba, odnosno 15 osoba tjedno, prvenstveno iz područja Grada Zagreba i Zagrebačke županije.

Savjetovanište Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest održava i jedinu nacionalnu telefonsku liniju za pomoć osobama s demencijom odnosno njihovim obiteljskim njegovateljima - SOS telefon HUAB-a, cjelodnevno, 7 dana u tjednu bez obzira na vikende ili praznike. Broj poziva je u stalnom porastu, pa je tako ove godine broj telefonskih poziva iz 2016. (1625) bio premašen u listopadu (1683). Ovi oblici savjetovanja prosječno traju oko 30 minuta, što znači da se godišnje ostvari oko 1000 sati telefonskih razgovora. SOS telefon namijenjen je članovima udruge za hitne situacije kao i za osobe koje nisu u mogućnosti doći u Savjetovanište.

Ključna područja djelovanja savjetovaništa Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest su edukacija njegovatelja osoba oboljelih od Alzheimerove bolesti i drugih demencija, savjetovanje članova obitelji o kvalitetnom odnosu prema oboljeloj osobi, načinima komunikacije, pravilnoj njezi i skrbi o oboljelom članu obitelji u različitim fazama razvoja demencije i pružanje psihosocijalne podrške neformalnim njegovateljima radi sprječavanja njegovateljskog stresa.

Navedeno se ostvaruje putem edukativnih predavanja i radionica za članove obitelji i njegovatelje osoba s demencijom; individualno, prema osobi umjerenim savjetovanjem i podrškom osobama koje žive s demencijom i njihovim obiteljskim njegovateljima; grupnim razgovorima s članovima obitelji; organizacijom rada i vođenja Grupa za samopomoć; pružanjem specijalističkih konzilijarnih savjetovanja, psihološke pomoći i podrške članovima obitelji tijekom bolesti i tijekom žalovanja kao i upućivanjem na dostupnu literaturu i izdavanjem edukativnih materijala Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest.



Savjetovanište za obitelji osoba s demencijom

Mira Dajčić, Marija Lacko, Višnja Šporer, Tomislav Huić, Tajana Dajčić, Nataša Klepac, Morana Ivčić, Marija Kušan Jukić



Od osnutka 1999. godine u Hrvatskoj udruzi za Alzheimerovu bolest neprekidno djeluje savjetovanište koje je dva dana u tjednu otvoreno članovima obitelji osoba s demencijom. Jedino je specijalizirao savjetovanište za pitanja demencije u zemlji. Godišnje ga posjeti prosječno 766 osoba, odnosno 15 osoba tjedno, prvenstveno iz područja Grada Zagreba i Zagrebačke županije.

Savjetovanište Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest održava i jedinu nacionalnu telefonsku liniju za pomoć osobama s demencijom odnosno njihovim obiteljskim njegovateljima - SOS telefon HUAB-a, cjelodnevno, 7 dana u tjednu bez obzira na vikende ili praznike. Broj poziva je u stalnom porastu, pa je tako ove godine broj poziva iz 2016. (1625) bio premašen u listopadu (1683). Ovi oblici savjetovanja prosječno traju oko 30 minuta, što znači da se godišnje ostvari oko 1000 sati telefonskih razgovora. SOS telefon namijenjen je članovima udruge za hitne situacije kao i za osobe koje nisu u mogućnosti doći u Savjetovanište.



Ključna područja djelovanja

Ključna područja djelovanja savjetovaništa Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest su:

1. Edukacija njegovatelja osoba oboljelih od Alzheimerove bolesti i drugih demencija,
2. Savjetovanje članova obitelji o kvalitetnom odnosu prema oboljeloj osobi, načinima komunikacije, pravilnoj njezi i skrbi o oboljelom članu obitelji u različitim fazama razvoja demencije,
3. Pružanje psihosocijalne podrške i savjeta neformalnim njegovateljima za sprječavanje stresa.

Metode rada

- Edukativna predavanja i radionice za članove obitelji i njegovatelje osoba s demencijom,
- Individualno, prema osobi usmjereno savjetovanje i podrška osobama koje žive s demencijom i njihovim obiteljskim njegovateljima,
- Grupna savjetovanja članova obitelji,
- Organiziranje rada i vođenje Grupa za samopomoć,
- Pružanje specijalističkih konzilijarnih savjetovanja, psihološke pomoći i podrške članovima obitelji tijekom bolesti i tijekom žalovanja.
- Upućivanje na dostupnu literaturu i izdavanje edukativnih materijala Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest.

Rezultati

Svojim kontinuiranim i stručnim radom savjetovanište Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest doprinosi:

- Boljem razumijevanju problematike bolesti koje izazivaju demenciju, a time i prepoznavanja potreba oboljele osobe, odnosno pružanju prikladne pomoći,
- Jasnijem uviđanju potreba oboljelih osoba, boljeg razumijevanja neverbalnog govora i poboljšanju načina komunikacije s oboljelima,
- Lakšem razumijevanju promjena osobnosti osoba s demencijom i boljoj prilagodbi novonastalim situacijama članova obitelji,
- Smanjenju i sprječavanju stresa njegovatelja - članova obitelji oboljelih osoba i
- Destigmatizaciji demencije.



Radno vrijeme

Savjetovanište Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest radi utorkom i srijedom od 12 do 16 sati na adresi Udruge Vlačka 24/1, Zagreb



Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest:

Grupe za samopomoć i kreativne terapije

Oliver Kozumplik^{1,2}, Nikola Žaja¹, Suzana Uzun^{1,2}, Ninoslav Mimica^{1,3}

¹ Klinika za psihijatriju Vrapče

² Medicinski fakultet Sveučilišta Josip Juraj Strossmayer u Osijeku

³ Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

Vitamin B12 i folna kiselina

Bolesnica u dobi od 75 godina prvi put je došla psihijatru zbog zaboravljivosti i poteškoća s koncentracijom. Zbog toga je otežano funkcionirala kod kuće i bila ovisna o pomoći članova obitelji. Učinjena je obrada koja je uključivala MR mozga, no ta pretraga nije pokazala patomorfološki supstrat. EEG nalaz bio je blago dizritmičan. Vrijednosti vitamina B12 i folne kiseline bile su snižene te je oboje uvedeno u terapiju. Prema nalazu kardiologa, zbog povišenih vrijednosti krvnoga tlaka, određeno je liječenje antihipertenzivom. Psihijatrijsko liječenje provodilo se ambulantno. Nakon redovitoga tromjesečnoga liječenja bolesnica se više se nije žalila na dekoncentriranost i zaboravljivost. Unutar obitelji funkcionirala je i dalje uz pomoć članova obitelji, ali samostalnije negoli na početku liječenja. Ovim prikazom željeli smo upozoriti na važnost određivanja i praćenja vrijednosti vitamina B12 i folne kiseline kad je riječ o starijim osobama s kognitivnim deficitima.



VITAMIN B12 I FOLNA KISELINA Zašto su važni i kako su pomogli u terapiji?

Oliver Kozumplik^{1,2}, Nikola Žaja¹, Suzana Uzun^{1,2}, Ninoslav Mimica^{1,3}

¹Klinika za psihijatriju Vrapče, Bolnička cesta 32, 10090 Zagreb, Hrvatska

²Sveučilište Josip Juraj Strossmayer, Medicinski fakultet Osijek, Ulica Cara Hadrijana 10E, 31000 Osijek, Hrvatska

³Sveučilište u Zagrebu, Medicinski fakultet u Zagrebu, Šalata 3b, 10000 Zagreb, Hrvatska

Bolesnica u dobi od 75 godina prvi puta se javila psihijatru zbog zaboravljivosti i teškoća s koncentracijom. Zbog toga je otežano funkcionirala kod kuće i bila je ovisna o pomoći članova obitelji. Učinjena je obrada koja je uključivala MR mozga koji nije pokazao patomorfološkog supstrata. EEG nalaz bio je blago dizritmičan. Vrijednosti vitamina B12 i folne kiseline bile su snižene te su vitamin B12 i folna kiselina uvedeni u terapiju. Prema nalazu kardiologa zbog povišenih vrijednosti krvnog tlaka započeta je terapija antihipertenzivom. Psihijatrijsko liječenje je provedeno ambulantno.



Uz redovito liječenje nakon tri mjeseca bolesnica je iskazivala zadovoljstvo svojim stanjem i više se nije žalila na dekoncentriranost i zaboravljivost. Unutar obitelji funkcionirala je uz pomoć članova obitelji, ali samostalnije nego na početku liječenja. Ovim prikazom željeli smo ukazati na važnost određivanja i praćenja vrijednosti vitamina B12 i folne kiseline u starijih osoba s kognitivnim deficitima.

Kontakt: oliver.kozumplik@bolnica-vrapce.hr



Klinika za psihijatriju Vrapče:
Vitamin B12 i folna kiselina



INDEKS AUTORA

B

Benjak, Tomislav 9
 Borovečki, Fran 14
 Božić, Vesna 46
 Brzak, Katarina 32

Č

Čizmin Jelinić, Ana 40

D

Dajčić, Mira 34, 50
 Dajčić, Tajana 26, 34, 50
 Dobrinčić, Zvezdana 26
 Dološić, Silvija 23
 Dom Atilio Gamboc Umag 42
 Dom umirovljenika Izola 42
 Dujmović, Tihana 38

F

Fremec, Martina 32

G

Galić, Romana 8
 Grad Umag 42

H

Hanževački, Miroslav 15
 Hrvatska udruga za Alzheimerovu
 bolest 42
 Huić, Tomislav 22, 26, 34, 48, 50

I

Ivičić, Morana 38, 50

J

Jelavić, Željka 30
 Jeleč, Vjekoslav 7
 Juhas, Andrea 28
 Jurić, Tatjana 24

K

Kadežabek, Nikolina 44
 Klepac, Nataša 16, 50
 Kordić, Iva Zrinka 38
 Kovačević, Valentina 44
 Kozumplik, Oliver 36, 52
 Kurbaša, Marijana 38

Kurtanjek, Vilmica 32
 Kušan Jukić, Marija 21, 50

L

Lacko, Marija 34, 50
 Laszlo Klemar, Kosjenka 30

M

Matić, Maja 40
 Mimica, Ninoslav 13, 21, 36, 52
 Moštak, Iva 44

N

Nacionalni institut za javno
 zdravstvo Slovenije 42

O

Obalni dom umirovljenika Kopar 42

P

Pavković, Ines 46
 Pavković, Izidora 34, 46
 Pavković, Ljerka 46
 Penava Šimac, Marija 17
 Planinčić, Zvezdana 38
 Portolan Pajić, Ivana 7
 Protić, Helena 46

R

Repovečki, Senka 32

S

Sedlarević, Vera 28
 Strenja Linić, Ines 10
 Sušić, Željka 30

Š

Šporer, Višnja 50

U

Uzun, Suzana 36, 52

V

Velkovski Škopić, Olgica 26

Ž

Žaja, Nikola 36, 52





EdukAI 2017

ZBORNİK SAŽETAKA

Treće edukativne konferencije
o Alzheimerovoj bolesti - EdukAI 2017



Hrvatska udruga za
Alzheimerovu bolest

Vlaška 24/1, 10000 Zagreb
www.alzheimer.hr