

# «Emblid jau mintgatant insatge, u èsi forsa tuttina...?»

Ina brochura d'infurmaziun da l'Associaziun Alzheimer Svizra

■ La demenza è in sindrom medicinal-main bain definì: i sa tracta d'in donn dal tessi dal tscharvè che maina ad ina reducziun da las capacitads mentalas. Tar persunas sut 65 onns èn tals cas fitg rars. Els s'augmentan però cun la vegliadetgna. Da las persunas tranter 65 e 75 onns èn var 1.7% pertutgadas. A partir da 75 onns pateschan 13.5% da disturbis da las capacitads mentalas, quai è mintga setavla persuna. En Svizra vivan oz bunamain 100 000 persunas cun ina demenza. Nossas capacitads fisicas e psichicas sa midan cun vegnir pli vegls. Già a partir da quarant'onns sa re-



duceschan per exempel la sveltezza da recepciun e tschertas funcziuns da la memoria: noss tscharvè

n'elavura betg pli uschè spert las infurmaziuns, nus n'emprendain betg pli uschè tgunsch novas chaussas. Autras capacitads percenter sa mantegnan u sa megliereschan schizunt en la vegliadetgna: noss'enorma savida che nus avain acquistà en il decurs da nosa vita na po nagin prender da nus. E blers problems quotidiani schliain nus savens meglier e pli levamain en la vegliadetgna.

Sofia C. (72) bada ch'ella è dapi in tschert temp adina pli distracta: ella ha puspè ina giada mess a perder ses egliers da leger ed als ha chattà pir suenter ch'ella ha tschertgà ditg a la lunga. E cura ch'ella ha vuli scriver il cedel da cumpras per ses um, na vegniva simplamain betg pli endament ad ella il num da sia confitura preferida. Quai n'è en sasez betg uschè preoccupant. Tuttina n'è ella betg segira, schebain quai è propi normal – u sch'insatge na funcziuna betg pli endretg en ses chau.

Tge è la differenza tranter largias occasionalas en la memoria e sintoms d'ina malsogna da demenza? I vala en mintga cas la paina da laschar far a temp in'examinaziun: ella permetta a la persuna pertutgada da savair dapli davart las midadas observadas e da far ina clera diagnosa che furma ina basa impurtanta per instradar – en cas da basegn – ils dretgs pass



Largias en la memoria e fadias da s'orientar? In'examinaziun a temp po dar scleriment.

FOTO G. ALTMANN/PIXELIO

da tractament. Ed ella dat era temp al pacient da s'abituara a la nova situaziun.

## Il segns d'avertiment d'ina demenza

Il emprim indizis d'ina demenza s'annunzia plitost a la mita. Al cumenzament sa tracta mo da pitschnas chaussas ch'ins na po betg ademplir cun la medema segirezza sco pli baud. Igl è dal tuttafatg natiral ch'ins na vuless betg vesair questas midadas ed emprova uschè ditg sco pussaivel da manar ina vita tut «normala». Er sch'ins suppona ch'insatge en il tscharvè na funcziuna betg pli sco avant. Il suandants exempels duain illustrar il segns d'avertiment tipics d'ina demenza:

Largias en la memoria: Gion S. (80) emblida savens quai ch'ins ha ditg dacurt ad el. Uschia n'è el già pliras giadas betg

sa tegnì ad ina cunvegna cun sia sora, e quai ha dà silsuenter grondas dispitas. La sora pretenda ch'el n'haja sapientivamain betg tegnì pled, e quai fa vegnir Gion S. anc pli grit. El è numnadamain persvas ch'ella n'ha ditg nagut ad el.

Problems cun la lingua: Annalisa P. (85) raquinta da sia excursiun da la dumengia sin il Lai dals Quatter Chantuns. Cura ch'el pled «bartga» na vegn betg pli endament ad ella, emprova ella da circumscriber el a moda cumplitgada cun auters pleds. L'ultim temp capita quai savens ad ella. Ella ha era già interrutt andetgamain ina frasa e betg pli raquintà a fin si'istorgia. Ella na sa senta betg bain uschia e discorra perquai pli pauc, malgrà ch'ella steva pli baud gugent en il center.

Fadias da s'orientar: Andreas L. (72) dovra bler pli ditg che usità per returnar a chasa suenter ina visita tar il medi. Duas uras pli tard stat el sin isch-chasa ensem cun il vischin che ha inscuntrà el en in'otra part dal vitg tschertgond la via. Già durant las vacanzas da stad aveva sia dunna badà ch'el aveva fadias da char-tar la via dal bogn a la chombra d'hotel, malgrà ch'el n'aveva pli baud naginas difficultads da s'orientar.

Cumportaments inadequats: Norbert P. (74) ha già avant curt visitas da ses biadis da tschintg e set onns. Perquai ch'el sa legra adina fitg cura ch'els vegnan, als regala el adina ina piculezza. La mamma n'ha betg uschè gugent ch'el dat adina dultscharias als mattets. Ma questa giada era ella tut irritada e vilada, cura ch'el ha dà a mintgin ina nota da tschient francs per cumprar dultschims.

Difficultads d'ademplir lavurs da rutina: Peder M. (68) ha adina reglè sez tut las dumondas finanzialas dad el e da ses partenari da vita. Ma l'ultim temp emblida el adina pli savens da far ils pajaments; el ha survegnì pliras admoniziuns. Quai n'al era anc mai capità avant. Per l'emprima giada en sia vita n'è el plinavant betg stà abel d'emplenir ils formulars da taglia ed ha duvrà l'agid da ses partenari. Quai al preoccupescha fitg.

Ideas fixas: Eliana M. (78) na chatta betg pli si'ura da bratsch d'aur. Ella ha ditg già pliras giadas a ses figl ch'ella sminia che la nettegiunza l'haja engulà. Insumma para ella d'esser fitg disfidanta. In pèr emnas pli tard vegn l'ura puspè navant. Il figl la chatta il pli entadim l'apoteca da chasa, cura ch'el tschertga medicaments per sia mamma.

Sperdita dal schlantsch: Regula P. (59) ha adina tgirà ses curtin cun gronda premura, surtut las flurs la stevan fitg a cor. Dapi l'ultima primavaira fa ses curtin dentant ina paupra parita. Sch'ins la dumonda tge che saja capità cun la bella fluriziun dad auters onns, respunda ella che la lavur en curtin saja vegnida memia stentusa per ella. Insumma è ella vegnida in pau apatica e sto schizunt vegnir motivada da far las chaussas da mintgadi.

Quests exempels dattan ina survista dals segns d'avertiment il pli frequents. Els na signifitgan dentant betg automaticamain ina demenza. Sche plirs da quests problems duessan dentant disturbar la vita da mintgadi, èsi necessari da sa laschar examinar d'ina media u d'in medi.

## Tge è ina demenza propi?

Ins discorra d'ina demenza, cura che las capacitads mentalas èn sa reducidas claramain cumpareglià cun pli baud. Ina demenza attaga per regla pliras funcziuns dal tscharvè: surtut la memoria, ma era il pensar logic, la lingua, la capaciad d'enconuscher chaussas u persunas, l'orientaziun u la planisaziun ed organisaziun dal mintgadi. La demenza po era influenzer las emozziuns: ina persuna pertutgada daventa per exempel iritabla, trista, retratga, temelita u apatica. Pir cura che questas midadas èn uschè fermas ch'ellas pertutgan la vita quotidiana, pon ins discurre d'ina demenza. Nus pudain differenziar pliras furmas da demenza:

La malsogna d'Alzheimer: La malsogna d'Alzheimer è la furma da demenza diagnosticada en passa la mesadad dals cas. Ella vegn chaschunada tras ina sperdita successiva da cellas en il tscharvè. Entras gruppas da cellas da la gnerva perdan plausieu lur funcziun e moran

la finala. La massa dal tscharvè sa diminuecha.

La demenza vasculara: La demenza vasculara vegn diagnosticada en circa 20% dals cas. Ella vegn chaschunada tras midadas da las arterias dal tscharvè che mainan a disturbis da la circulaziun dal sang. Pitschens infarcts dal tscharvè (micro-culps cerebrals) chaschunan la mort da tschertas zonas pli pitschnas dal tscharvè; sch'els disturbis da la circulaziun dal sang èn pli gronds, pon era entiras areals dal tscharvè esser pertutgadas.

Furmas da demenza main frequentas: Sper questas duas furmas da demenza las pli derasadas datti era numerusas furmas pli raras, sco per exempel la demenza da corpus da Lewy, la demenza frontotemporala u la demenza da Parkinson.

Ils sintoms d'ina demenza pon era avair autras raschuns: Er autras malsognas cun sintoms sumegliants a quels d'ina demenza pon esser responsablas per midadas da las capacitads mentalas. La depressiun è ina raschun savens sutstimada per in disturbi da las capacitads mentalas en la vegliadetgna. Ulteriurs facturs pon esser situaziuns da stress u spussadas, disturbis ormonals, nutriments fallads, infecziuns, sanganadas dal tscharvè suenter ina cupitgada, disturbis da la circulaziun dal liquid cerebral, sco era l'abus d'alcohol u da medicaments. Var 10% dals sintoms d'ina demenza n'èn betg la consequenza d'in donn irreversible dal tscharvè. En quest cas po in tractament adequat stabilisar u normalisar las capacitads mentalas.

## Diagnosticar, tractar, sa preparar

Il medis disponan oz dals meds necessari per diagnosticar già baud ina demenza. Igl è era pussaivel da constatar cun gronda exactadad da tge malsogna da demenza ch'è sa tracta. Cun mesiras da terapia instradadas a temp pon ins megliar oz considerablamain la situaziun dals pazients. Perquai èsi impurtant da consultar già baud la media u il medi da chasa.

Las malsognas da demenza èn cronicas e progressivas. I na dat oz anc nagin tractament che po impedir, retegna u guarir ina demenza. Cun terapias specificas instradadas a temp pon ins dentant gidar las persunas pertutgadas a moda efficace: ellas permettan als pazients da mantegnair pli ditg lur independenza e megliereschan uschia la qualitad da viver dals pertutgadas, ma era quella dals confamigliars e da las persunas da tgira.

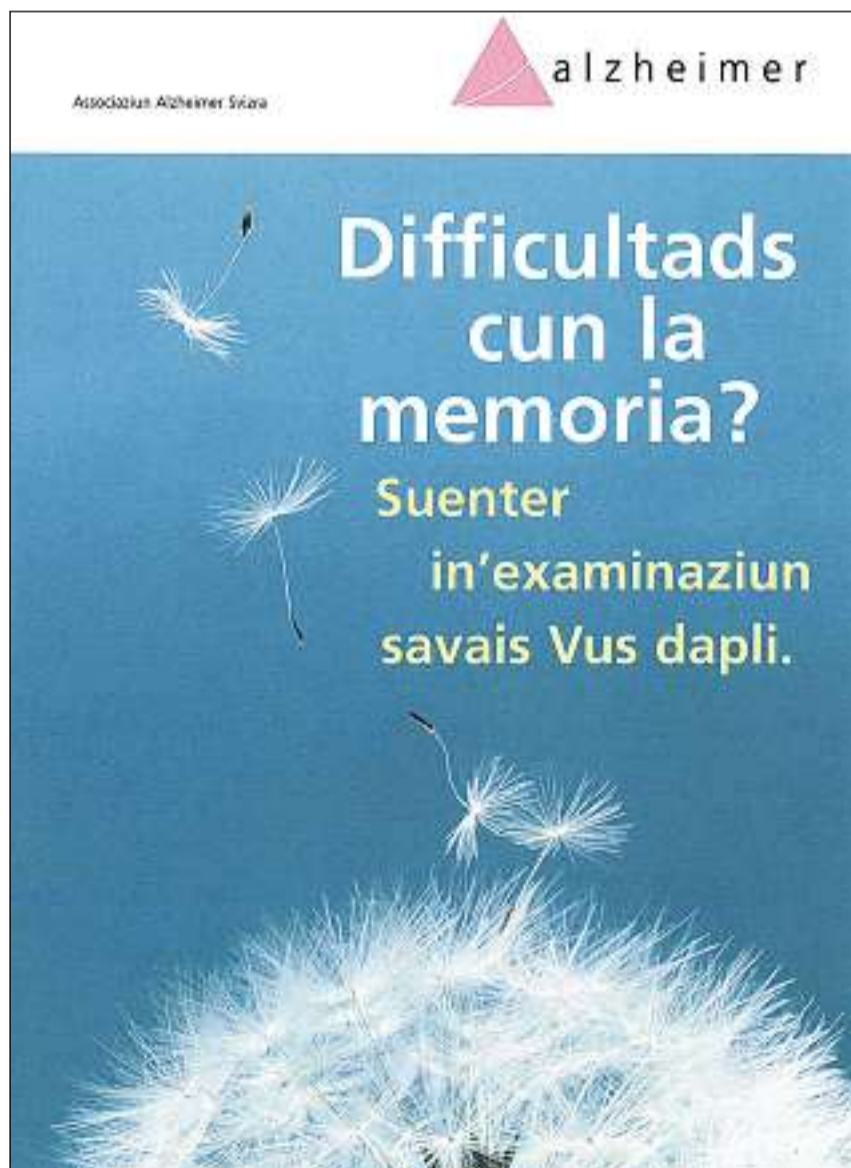
Grazia ad ina diagnosa tempriva po la persuna pertutgada plinavant sa preparar meglier sin ina vita cun la malsogna. Ella gida a chapir las midadas che resultan d'ina demenza. Questa savida pussibiliteschia als pazients da reagir a moda adequata – e da betg restar sulets cun lur malsogna.

### La preschentaziun:

Associaziun Alzheimer Svizra. Difficultads cun la memoria? Suenter in'examinaziun savais Vus dapli. Yverdon-les-Bains 2007.

### Dapli infurmaziuns:

chatta.ch/?hiid=1647  
www.chattà.ch



Cuverta da la brochura.

## Las secziuns chantunals da l'Associaziun Alzheimer Svizra

Las secziuns chantunals da l'Associaziun Alzheimer Svizra As stattan a disposiziun per in discurs da cussegliaziun persunal. Ultra da quai offran ellas anc auters sustegns, sco ina gruppa d'agid a sasez per confamigliars u ser-

vertschs da distgargia. As infurmai davart l'offerta! Ina glista cumpletta da tut las secziuns chantunals survegnis Vus sin la pagina web [www.alz.ch](http://www.alz.ch) u sur il Telefon Alzheimer (024 426 06 06).