

## SOUVISLOST DIABETU A DEMENCE POTVRZENA

(Leden 2010) Nová studie potvrdila spojitost mezi progresí Alzheimerovy choroby a diabetem. Diabetes mellitus podle těchto zjištění zvyšuje pravděpodobnost rozvoje Alzheimerovy choroby nebo mírné kognitivní poruchy, podílí se ovšem také na progresi z mírné kognitivní poruchy do demence. Studie byla provedena vědci z Alzheimer's Research Trusts na King's College v Londýně. [VB]

Zdroj: 2010-01 Alzheimer Europe Newsletter [www.alzheimer-europe.org](http://www.alzheimer-europe.org)

## STUDIE SLEDOVALA OSUDY ZTRACENÝCH ŘIDIČŮ S DEMENCÍ

(Březen 2010) Zajímavou studii provedli výzkumníci v USA. Shrnutí data z médií, která v letech 1998 až 2008 informovala o lidech trpících demencí, kteří se ztratili při řízení vozidla. Výsledky ukázaly, že se ztratilo celkem 207 řidičů trpících tímto onemocněním, ačkoliv většina z nich vyrazila po známé cestě například na poštu nebo k příbuzným. Z nich 32 na cestě zemřelo, 35 bylo nalezeno zraněných a 70 se dosud nepodařilo nalézt. Studii provedla Linda Hunt ze School of Occupational Therapy na Pacific University v Oregonu.

Pro pomoc při podobných situacích byl v zahraničí vyvinut internetový systém nazvaný Bezpečná zóna. Řidič souhlasí s pohybem pouze v rámci dobře známých míst. GPS systém jeho pohyb monitoruje, a když se řidič ocitne mimo bezpečnou zónu, vyše upozornění pro jeho rodinu. [VB]

Zdroj: 2010-03 Alzheimer Europe Newsletter [www.alzheimer-europe.org](http://www.alzheimer-europe.org)

## VIDEO O DEMENCI NA YOUTUBE

(Březen 2010) Zájem mladé generace o téma demence se také živě projevil iniciativou mladých umělců, kteří natočili krátké video o babičce s demencí. Realistický film názorně ukazuje, jak se babička snaží uvařit jídlo a zajistit péči o vnučku přes obrovské obtíže, které způsobuje její choroba. Když se jí nepodaří připravit jídlo doma, vydává se koupit hotové jídlo přes ulici. Tam však babička ztratí orientaci a není schopna se dostat domů. Celé hodiny bloudí po okolí a srdceryvně prosí kolemjdoucí o pomoc. Není schopna věcně odpovídat na otázky a její podivné chování vzbuzuje dojem, že je jen bláznivá. Stresová situace pohlcuje babičku víc a víc, až začne dělat pro okolí nepohodlné věci. Když ji její rodina konečně nachází mezi proudy aut na rušné silnici, nepoznává je a mluví s nimi jako s cizími. Když pozná svoji vnučku, v šileném výjevu k ní běží a cpe jí rychle koupené jídlo do úst, protože konečně mohla splnit úkol, který si předsevzala, aniž by věděla, že je už nad její síly. Video je k nalezení na youtube pod názvem Going home, autory jsou Vinn Bay a Tee Boon Leng. Video získalo ocenění konference Alzheimer's Disease International. [VB]

Zdroj: 2010-03 Alzheimer Europe Newsletter [www.alzheimer-europe.org](http://www.alzheimer-europe.org)

## dobrá zpráva

### PROJEKT DNY PAMĚTI POKRAČUJE

Úspěšný projekt Dny paměti pokračuje také v roce 2010. Cílem projektu je dovést lidi s počínající Alzheimerovou chorobou včas k lékaři, který určí diagnózu a zahájí léčbu. Včasná diagnóza má zásadní vliv na kvalitu života nemocných i jejich rodinných pečujících, protože Alzheimerovu nemoc prozatím není možné vyléčit, k dispozici jsou ale léky, které mohou zpomalit rozvoj nemoci.

Vyšetření v rámci projektu je možné bezplatně využít ve vybraných kontaktních místech České alzheimerovské společnosti, aktuální seznam zapojených míst je na <http://alzheimer.cz/?PageID=628>. Pro odeslání ke specialistovi je klíčový výsledek v Adenbrookském kognitivním testu (ACE-R), jehož maximální hodnota dosahuje 100 bodů – k neurologovi, psychiatrovi anebo geriatrovi jsou odesíláni lidé, kteří mají v ACE-R 85 a méně bodů. Do vyšetření patří také další testy: dotazník funkčního stavu (objektivní a subjektivní verze), dotazník změny schopností člověka proti minulosti (subjektivní a objektivní verze) a dotazník nálady (geriatrická škála deprese).

Kromě vyšetření je důležitá také část projektu zaměřená na sběr dat. Díky informovanému souhlasu, který podepisuje každý účastník, který souhlasí se zařazením do výzkumu, máme prozatím k dispozici data od více než 2000 vyšetřených a více než 1000 lidí, kteří byli odesláni ke specialistovi pro podrobnější vyšetření. Během další fáze projektu se budeme snažit anonymně spárovat výsledky v testech provedených v rámci projektu s objektivní diagnózou provedenou specialistou. To nám umožní mimo jiné vyhodnotit úspěšnost a efektivitu prováděných testů. [MM]

Generálním partnerem projektu Dny paměti v roce 2010 je společnost Pfizer. Partnery projektu jsou společnosti Ipsen a Lundbeck.



Bulletin editovala Martina Mátlová.

Zkratky autorů příspěvků či překladů:

VB - Veronika Büchler

MM - Martina Mátlová

Informační materiál České alzheimerovské společnosti byl vydán s podporou Ministerstva zdravotnictví.



Vydává Česká alzheimerovská společnost, Šimůnkova 1600, 182 00 Praha 8 - Kobylisy, [www.alzheimer.cz](http://www.alzheimer.cz)

## Alzheimerova choroba v ČR

### ČESKO SE CHYSTÁ VYPRACOVAT PLÁN ALZHEIMER ČR

(Duben 2010) Česká Rada vlády pro seniory a stárnutí populace se na svém 12. zasedání zabývala plněním Národního programu přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012. Z jednání vzešla také doporučení vládě na přijetí nezbytných opatření v oblasti podpory rozvoje a realizace asistenčních technologií pro zdravý a nezávislý život seniorů, koncepce řešení problematiky Alzheimerovy choroby v ČR a mediální obraz seniorů. Kromě zástupců Ministerstva práce a sociálních věcí se zasedání zúčastnili zástupci dalších ministerstev, veřejných institucí, neziskových organizací a odborné veřejnosti.

Rada doporučila kabinetu, aby nařídil příslušným ministerstvům zpracovat koncepci řešení této problematiky - tzv. Plán Alzheimer ČR. Koncepcí by měla zahrnovat nejen zdravotní a sociální služby, ale také výzkum a vzdělávání v oblasti demence.

Rada vlády pro seniory a stárnutí populace je stálým poradním orgánem vlády pro otázky týkající se seniorů a stárnutí populace. Usiluje o vytvoření podmínek pro zdravé, aktivní a důstojné stárnutí a stáří v České republice a aktivní zapojení starších osob do ekonomického a sociálního rozvoje společnosti v kontextu demografického vývoje. Zasedání rady se konají podle potřeby, nejméně však třikrát ročně. [VB]

Zdroj: [www.mpsv.cz](http://www.mpsv.cz)

## Alzheimerova choroba ve světě

### HOLANĎANÉ OCENĚNÍ ZA PSYCHOEDUKAČNÍ PROGRAM PRO PEČUJÍCÍ

(Březen 2010) Holandská alzheimerovská společnost získala ocenění Mezinárodní alzheimerovské společnosti za svůj program psychosociální intervence. Program pomáhá rodinným pečujícím a lidem postiženým demencí předcházet či bojovat s depresí a dlouhodobou zátěží, které jsou pečující vystaveni.

Profesionální školitelé provázejí účastníky osmi seminářů, během nichž se pečující naučí zvládat problema-

tické chování osob s demencí a také způsob, jak komunikovat s lidmi s demencí. Důraz je kladen rovněž na umění říct si o pomoc, vyhradit si čas sám na sebe, stejně jako na důvěru ve své schopnosti zvládnout obtížné období.

Tento psychoedukační program využívá kognitivně-behaviorálních technik, relaxačního nácviku a technik osobnostního růstu. Program vznikl za spolupráce s Holandským institutem pro mentální zdraví. [VB]

Zdroj: 2010-03 Alzheimer Europe Newsletter [www.alzheimer-europe.org](http://www.alzheimer-europe.org)

### MEZINÁRODNÍ KONFERENCE ALZHEIMER'S DISEASE INTERNATIONAL

(Březen 2010) 25. mezinárodní konference o Alzheimerově chorobě, kterou pořádala světová alzheimerovská asociace ADI, se konala v březnu v řecké Soluni. Konference se zaměřila na praktické problémy osob postižených demencí a jejich pečujících a na zdůraznění faktu, že Alzheimerova choroba je globálním zdravotním problémem.

V popředí zájmu odborné veřejnosti, která se účastní konferencí, dlouhodobě stojí takzvané nefarmakologické přístupy, které pomáhají péči o osobu s demencí zvládat bez užití léků, pouze za aplikace vhodného přístupu. Důležitými tématy konference byly také podpůrné skupiny pro osoby v počáteční fázi demence, trénink zvládnutí stresu pro pečující a různé techniky podporující samostatnost nemocných.

Velmi pozitivně byl hodnocen vstup, který shrnul nejnovější posun v přístupu k lidem postiženým demencí. Lidé trpící tímto onemocněním jsou čím dál tím více vnímáni jako autonomní bytosti, které jsou schopny se o sebe starat, bojovat za svoje práva a přispívat svými zkušenostmi ke snahám alzheimerovských společností. Na tomto pojetí lidí s demencí je ostatně založena i poslední změna stanov ADI.

Stanovy říkají, že členem výboru společnosti musí být alespoň jeden člověk postižený Alzheimerovou chorobou anebo jiným typem demence. (Člověk s demencí, který je právoplatným členem výboru, může být na zasedání výboru doprovázen asistentem, který se ale samozřejmě nestává členem výboru a nemá právo na zasedáních výboru vystupovat ani hlasovat. Tato práva náleží člověku s demencí.)

Alzheimer's Disease International je mezinárodní federace alzheimerovských společností. Vznikla roku 1984, svoje sídlo má Londýně. [VB]

Zdroj: Alzheimer's Disease International [www.alz.co.uk/adi/](http://www.alz.co.uk/adi/)

## ALZHEIMER EUROPE PUBLIKOVAL DOPORUČENÍ PRO TERMINÁLNÍ PÉČI

(Únor 2010) Alzheimer Europe publikoval doporučení ohledně terminální péče o osoby postižené demencí v časopise Journal of Nutrition, Health & Aging. Doporučení mají sloužit k lepšímu porozumění terminální fázi demence a nastavení optimální péče o umírající nejen ze strany rodinných, ale i profesionálních pečujících.

Doporučení se týkají témat lidské důstojnosti, péče, podpory, respektování přání nemocného, přístupu k informacím, legislativy a dalších. Doporučení jsou výsledkem spolupráce několika evropských zemí. Za Českou republiku k vytvoření doporučení přispěla předsedkyně České alzheimerovské společnosti Doc. MUDr. Iva Holmerová, Ph.D. [VB]

Zdroj: 2010-02 Alzheimer Europe Newsletter [www.alzheimer-europe.org](http://www.alzheimer-europe.org)

## V ANGLII ZAVEDLI GPS SYSTÉM PRO DETEKCI ZTRACENÝCH OSOB

(Březen 2010) Westminsterská radnice v Anglii nedávno otestovala zařízení, která mají pomáhat lidem s demencí v případě, že ztratí orientaci v prostoru. Zařízení na principu GPS pomáhá jak lidem v počátečních stádiích demence, tak jejich rodinám, kteří se tak mohou spolehnout, že v případě nouze mohou svým příbuzným pomoci.

V současnosti radnice poskytuje přístroj každému zájemci z řad nemocných, který o něj požádá. Radnice také doufá, že zavedením podobných přístrojů do praxe přispěje k tomu, aby nemocní mohli déle setrvat ve svém domácím prostředí. [VB]

Zdroj: 2010-03 Alzheimer Europe Newsletter [www.alzheimer-europe.org](http://www.alzheimer-europe.org)

## zprávy z ČALS

### PŘÍSTUP K PRÁVŮM LIDÍ S BARIÉRAMI V KOMUNIKACI NA ÚRADECH

Cyklus školení pro zaměstnance úřadů veřejné správy je další součástí projektu I my jsme občané. Cílem seminářů je přiblížit úředníkům konkrétní problémy a překážky, s nimiž se při styku s úřady potýkají lidé s různými bariérami v komunikaci. Účastníci z řad úředníků na seminářích ocenili také účast asistentů lektora, kterými byly osoby z cílových skupin projektu, tedy lidé s mentálním postižením, lidé s chronickým duševním onemocněním a také lidé s demencí.

„Účastníky zajímalo, jak člověka s duševním handicapem rozpoznat a jak mu přizpůsobit komunikaci. Ptali se na řešení konkrétních – často i vyhrančených – situací, hodně účastníků zdůrazňovalo, že je téma zajímavé i z osobních důvodů, protože doma mají příbuzného s podobným problémem,“ shrnula reakce úředníků organizátorka školení Michaela Mikulajová ze SPMP ČR.

„Možná, kdybych tu nebyl, tak bych si vůbec možná neuvědomil, že mnozí lidé, které běžně potkávám na ulici a kteří vypadají úplně stejně jako já, mohou být uvnitř sebe nejistí a úzkostní už jenom při vyslovení slova úřad,“ řekl jeden z úředníků, který se školení zúčastnil.

Školení se doposud zúčastnilo 91 úředníků z různých městských úřadů Prahy.

V červnu, těsně před ukončením projektu, byl zveřejněn jednoduchý plakát s radami, jak komunikovat s lidmi s potížemi v komunikaci.

Projekt „I my jsme občané!“ realizuje Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením v České republice, o. s. spolu s partnerskými organizacemi Fokus Praha o. s. a Českou alzheimerovskou společností a za podpory zástupkyně starosty MČ Praha 8. Projekt je podpořen grantem z Islandu, Lichtenštejnska a Norska v rámci Finančního mechanismu EHP a Norska prostřednictvím Nadace rozvoje občanské společnosti. [VB]

eea  
grants  
iceland liechtenstein norway

norway  
grants

nros  
nadace rozvoje  
občanské společnosti



## výzkum

### ALZHEIMEROVU CHOROBU BUDE ZŘEJMĚ MOŽNÉ VYSLEDOVAT UŽ V DĚTSKÉM VĚKU

(Březen 2010) Profesor Barry Reisberg z Newyorské lékařské univerzity, který se dlouhodobě zabývá výzkumem Alzheimerovy choroby, upozornil na důkazy svědčící o tom, že demence může začít měnit funkce mozku už u mladých lidí anebo dokonce v dětství.

Klíčové neuropatologické elementy Alzheimerovy choroby jako například neurofibrilární změny se u většiny zkoumaných osob objevují kolem 55 let. Klinické koreláty těchto změn se však projevují roky anebo desítky let před vypuknutím demence. Reisberg upozorňuje, že stejně jako se ukázalo, že mírná kognitivní porucha předchází zhruba 7 let zjevné demenci, můžeme se dočkat zavedení nové diagnostické jednotky, která bude popisovat změny cerebrálního metabolismu v mladším věku. Cílem Reisbergova výzkumného plánu, který zaštitila organizace Alzheimer's Disease International, je přispět k časnější detekci Alzheimerovy choroby v rámci preventivních programů. [VB]

Zdroj: Alzheimer's Disease International [www.alz.co.uk/adi/](http://www.alz.co.uk/adi/)

## > Jak komunikovat s lidmi s potížemi v komunikaci

1. Podejte klientům při představování ruku – pokud je to možné a oběma stranám příjemné.
  2. Ověřte si, jestli Vás klienti dobře vidí a slyší.
  3. Řekněte, co se bude dít. Postupujte po malých krocích a snažte se vše vysvětlit.
  4. Nezapomenejte, že to jsou dospělí lidé. Určitě je potěší, když je budete oslovovat „paní/pane“ a příjmením, popř. titulem.
  5. Mluvte v první řadě s nimi, oni jsou Vašimi partnery v jednání. Jejich průvodci je mají podporovat, ne za ně vše vyřizovat.
  6. Podpořte klienty v tom, aby věci zvládali sami. Někteří si dokážou poradit i se složitým formulářem, jiní budou potřebovat Vaši pomoc.
  7. Přizpůsobte se tempu klientů, budou se pak lépe soustředit. Dostatek času a trpělivost jsou pro úspěšné jednání důležité.
  8. Mluvte srozumitelně a pomalu. Nepoužívejte cizí slova ani dlouhá souvětí. Vše, co je možné, názorně ukažte.
  9. Zbytečně klienty nezahlcujte informacemi. Méně může být i více!
  10. Vyhněte se ironii a dvojsmyslům – mohou vést ke zbytečným nedorozuměním.
  11. Soustřeďte se na řešení jednoho problému, neodbíhejte od tématu. Sledování více témat najednou může být obtížné.
  12. Průběžně si ověřujte, jestli Vám klienti dobře rozuměli. Pokud je to možné, taktně je vyzvěte, aby popsali, jak Vám porozuměli.
  13. Nechte klienty si informace zapsat, když budou potřebovat. Někteří budou potřebovat Vaši pomoc. Pokud si klient něco zapisuje, je lepší na něj při tom nemluvit.
  14. Respektujte přání a volbu klientů. O důsledcích volby je informujte.
  15. V případě, že rozhovor nevede k žádoucímu výsledku, odložte jej na jindy.
- ... Ale pozor, každý člověk je jiný a každý potřebuje trochu jiný způsob jednání. Důležité je vzájemně si porozumět a jednat s respektem.

Tento plakát vznikl v rámci projektu „I my jsme občané!“  
Přístup k právním lidem s bariérami v komunikaci na úřadech, za kterých spolupracovaly organizace Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením v České republice, o. s., Fokus Praha o. s. a Česká alzheimerovská společnost.



Podpořeno grantem z Islandu, Lichtenštejnska a Norska v rámci Finančního mechanismu EHP a Norska finančního mechanismu prostřednictvím Nadace rozvoje občanské společnosti.

