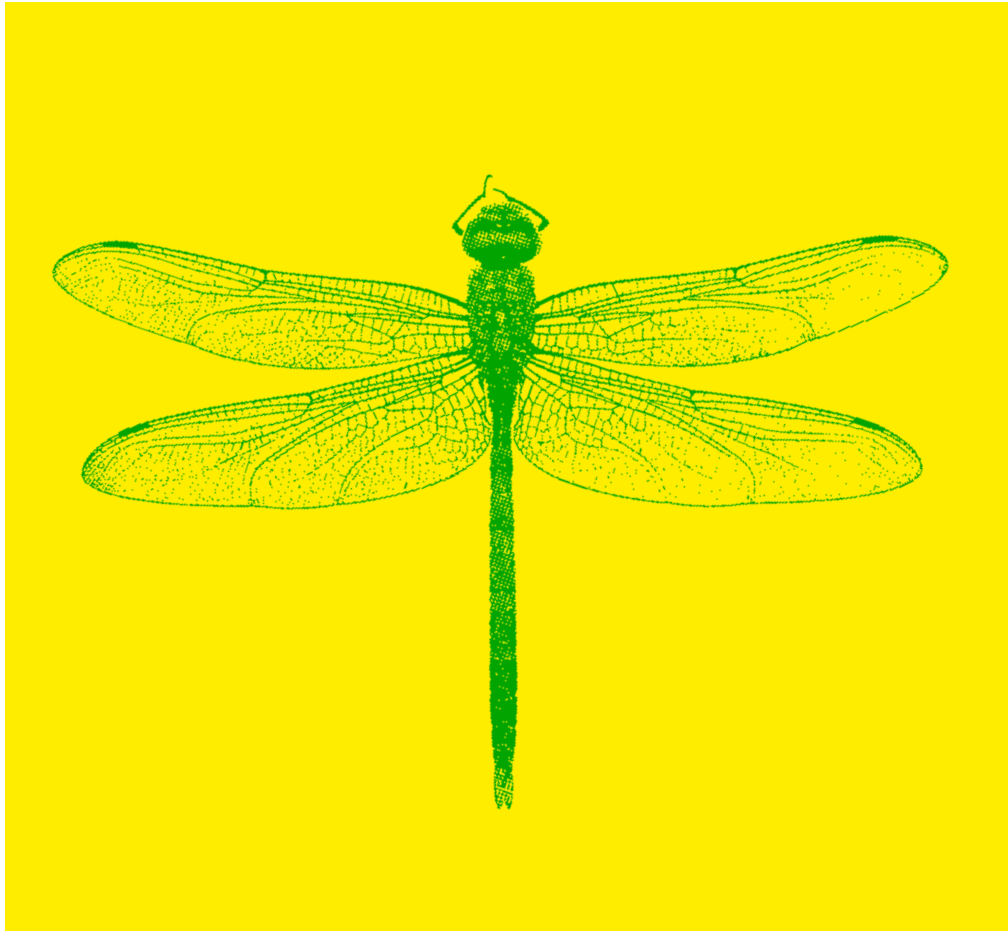


Bulletin České alzheimerovské společnosti



Alzheimerova choroba v ČR

Nina Baláčková ve filmu

(Duben 2014) USAgainstAlzheimer's publikovala na internetu vzdělávací video o pacientech s ranou formou Alzheimerovy choroby. Hlavním cílem filmu je upozornit na tento typ nemoci a na nutnost dalších investic do výzkumu. Každý člověk s demencí, který vystupuje na videu, si mohl osobně vybrat vlastní fotografii i citaci, kterou je ve filmu představen. Díky tomu vznikl jakýsi virtuální „book“, kterým se ve videu listuje. Jedním z lidí, které videonahrávka představuje, je také Nina Baláčková, místopředsedkyně Evropské pracovní skupiny lidí s demencí (EWGPWD). Nina zde vystupuje za doprovodu manžela s komentářem: „Trénuji svůj mozek, cvičím, chodím na procházky a sdílím své názory na život s demencí s ostatními lidmi.“ S diagnózou demence žije Nina, které je teprve 55 let, už 6 let. Video je možné shlédnout zde: www.youtube.com/watch?v=brqei45pado&feature=youtu.be [VV]

Zdroj: 2014-05 May Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org

První český Plán Alzheimer

Ačkoliv základní strategický dokument pro boj s demencí v rozporu s usnesením vlády z roku 2010 stále neexistuje, na městské úrovni první takový plán už vznikl. Prvním městem, které si uvědomuje význam problematiky demence je městská část Praha 8, v níž sídlí Česká alzheimerovská společnost. Věřme, že národní Plán jej bude brzy následovat. [MM]

Joyce Simard opět v Praze

Autorka knihy Kouzelný magnetofon, kterou v češtině vydala Česká alzheimerovská společnost, Joyce Simard, představila v červnu svou knihu a program dětem z Prahy 8. Setkání, na němž se podílela Městská část Praha 8 v rámci svého Plánu Alzheimer, bylo velmi úspěšné. Děti si kromě nových vědomostí odnesly také knihu Kouzelný magnetofon. Setkání s dětmi z mateřských škol zopakujeme také na podzim. [MM]

Kurz pro rodinné pečující

Rodinní pečující, kteří se starají o člověka s demencí doma, často získávají podporu a základní informace během konzultací ČALS. Ukazuje se ale, že někteří pečující by ocenili podrobnější a komplexnější návody, které se během konzultací nemohou dozvědět. Česká alzheimerovská společnost proto nově nabízí kurz pro rodinné pečující. Během 12hodinového kurzu účastníci získají základní informace o demenci a jejích příčinách, proberou zdroje pomoci (sociální služby atd.), najdou inspiraci k denním aktivitám s lidmi s demencí, dozvědí se jak komunikovat s lidmi s demencí a jak manipulovat s těžko pohyblivým člověkem. Neméně důležitou součástí kurzu bude péče o sebe, neboť ta je pro dlouhodobé setrvání člověka v domácím prostředí klíčová. Pouze odpočínutý rodinný pečující je schopen starat se o někoho dalšího. Kurz je podpořen MZ ČR a MČ Praha 8 v rámci Plánu Alzheimer. Termíny a způsoby přihlášení najdete na našem webu. [MM]

Zprávy z ČALS

Hledáme nová kontaktní místa

ČALS shání do projektu Rozvoj kontaktních míst České alzheimerovské společnosti nové spolupracující organizace. Cílem projektu je zajistit v každém kraji místo, kde by se poskytovaly kvalitní služby a poradenství lidem s demencí. Tato místa by pak měla i aktivně působit v rámci svých komunit. K úplnému pokrytí těchto služeb zbývá ČALSu navázat spolupráci v Jihlavě, Ústí nad Labem, Hradci Králové, Pardubicích a Zlíně. Projekt je spolufinancovaný z Programu implementace švýcarsko-české spolupráce na MZ ČR Více informací na www.alzheimer.cz. [MM]

DMS mohou pomáhat lidem s demencí

Od počátku května je možné podpořit DMSkou také naše spoluobčany se syndromem demence. Pokud se rozhodnete využít možnosti podpořit lidi s demencí prostřednictvím dárcovské SMS, je možné zvolit dva způsoby – jednorázovou nebo roční DMS. Za podporu předem děkujeme! Jednorázová DMS: Odešlete dárcovskou SMS ve tvaru DMS PROTIDEMENCI na telefonní číslo 87 777. Cena DMS je 30 Kč, Česká alzheimerovská společnost obdrží 28,50 Kč. Můžete přispívat také pravidelně každý měsíc po dobu jednoho roku. Stačí odeslat SMS ve tvaru DMS ROK PROTIDEMENCI na číslo 87 777 a každý měsíc Vám bude automaticky odečtena částka 30 Kč. Více na www.darcovskasms.cz. [MM]

Alzheimerova choroba ve světě

Demence prioritou EP?

(Duben 2014) K tomu, aby se téma demence stalo jednou z priorit Evropského parlamentu (EP), má přispět také další iniciativa – podpis oficiální výzvy stávajícími i budoucími politiky EP. Alzheimer Europe proto letos na jaře oficiálně poděkovala také všem 219 kandidátům do EP z 26 členských států, kteří svým podpisem pod výzvu kampaně The European Dementia Pledge, stvrdili závazek podporovat do budoucna problematiku demence jako jednu z priorit nového EP. Z těchto 219 kandidátů bylo ve volbách do EP zvoleno 83. Za ČR svůj podpis připojili: Zuzana Brzobohatá, Jaromír Kohlíček, Zuzana Roithová, Libor Rouček, Zdeněk Šigut, Olga Sehnalová, Pavel Svoboda, Oldřich Vlasák a Tomáš Zdechovský, kterým patří naše poděkování. Zvoleným signatářům Olze Sehnalové, Pavlu Svobodovi a Tomáši Zdechovskému ještě jednou gratulujeme! [VV]

Zdroj: 2014-04 April Alzheimer Europe Newsletter & 2014-05 May Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org

Novým předsedou ADI Glenn Rees

Během 29. ročníku konference Alzheimer's Disease International (ADI), která proběhla počátkem května v Portoriku, byl za příštího předsedu ADI zvolen Glenn Rees z Austrálie. Svého postu se ujme v roce 2015. [VV]

Zdroj: 2014-05 May Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org

Z pomerančového týdne je Týden paměti

Pravidelná informační akce spojená se sbírkou, kterou ČALS spolu se svými kontaktními místy v posledních letech pořádá kolem Mezinárodního dne Alzheimerovy choroby (21.9.), mění jméno. Z Pomerančového týdne se stává Týden paměti. Akce Týdne paměti vznikají s podporou projektu Rozvoj a stabilizace České alzheimerovské společnosti podpořeného v rámci programu OPPA. [MM]

Na PGD vystoupí zahraniční hosté

Návštěvníci 17. pražských gerontologických dní si budou moci vyslechnout kromě zajímavých tuzemských přednášejících také příspěvky dvou zahraničních hostů. Prvním z nich je profesor Volicer z Floridy, jehož předchozí vystoupení na PGD se vždy setkala s velkým ohlasem. Dalším významným hostem je profesor etiky Chris Gastmans. PGD letos proběhnou během Týdne paměti 18. – 19. 9. v budově pražského Magistrátu. PGD pořádáme pod záštitou a s podporou Magistrátu hlavního města Prahy. [MM]

Bulletin a... editovala Martina Mátlová. Zkratky autorů příspěvků či překladů: VT – Věra Tůmová, MM – Martina Mátlová *Informační materiál České alzheimerovské společnosti byl vydán s podporou Ministerstva zdravotnictví ČR. Číslo 2/2014 vyšlo v červenci 2014*

Nová celosvětová aliance GADAA

(Květen 2014) Prioritou letošního shromáždění World Health Assembly v Ženevě se stalo téma demence. Setkání se zúčastnili nejen ministři zdravotnictví řady zemí, ale i zástupci celé široké komunity, která se věnuje problematice demence anebo veřejnému zdravotnictví. Jak zaznělo mimo jiné i v projevu Jeremy Hunta, ministra zdravotnictví z Velké Británie, demence má zásadní vliv jako nemoc nejen na jednotlivé pacienty a jejich blízké a pečovatele, ale má také významný celospolečenský dopad i vzhledem k vysoké nákladovosti nemoci, která může potencionálně vést až k bankrotu veřejných zdravotnických případně sociálních systémů. Taková situace by mohla podle Hunta v budoucnu nastat, pokud se nebudou dostatečně vyvíjet preventivní opatření, která by mohla zabránit vzniku Alzheimerovy choroby a léčba této nemoci.

Jacob Roy Kuriakose, předseda ADI, letošní shromáždění zakončil oficiálním ustanovením aliance Global Alzheimer's and Dementia Action Alliance (GADAA), která má navzájem propojovat neziskové organizace, profesní asociace, vlády a další členy nejširší občanské společnosti za účelem mezinárodního zvyšování povědomí a otevřené informovanosti o demenci. [VV]

Zdroj: 2014-05 May Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org

Alzheimerova choroba ve světě

Britská kampaň Přátelé demence

(Květen 2014) Masívní televizní kampaň ve Velké Británii spolu s týdnem Dementia Awareness Week měla kandidáty do Evropského parlamentu (EP) inspirovat především k podpisu výzvy The European Dementia Pledge. TV kampaně „Přátelé demence“ se mimo jiné zúčastnila i celá řada celebrit jako je například Lily Allen, Sir Terry Pratchett nebo Chris Martin z Cold Play. Televizní a internetová reklama měla současně širokou veřejnost pobídnout k tomu, aby se stali „Přáteli demence“. ^[**VV**] *Zdroj: 2014-05 May Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org*

První setkání Světového výboru pro demenci

(Květen 2014) Světový výbor pro demenci (World Dementia Council), který vznikl na základě ložského summitu G8, který byl věnován demenci, se sešel letos poslední dubnový den v Londýně. Plán působení nového třináctičlenného výboru expertů bezprostředně vyplynul z hlavního cíle Summitu G8 (tj. nalezení účinné terapie do roku 2025) a z odhadu celosvětových nákladů na demenci, které se podle expertů pohybují ve výši 604 miliard amerických dolarů (443 miliard eur). Plán výboru tak zahrnuje především celosvětové odstraňování překážek pro inovace, zlepšování podmínek pro investory a iniciování nových výzkumů, které se týkají demence. ^[**VV**] *Zdroj: 2014-05 May Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org*

Příručka pomáhající s komunikací

(Květen 2014) Nová „dementia-friendly“ příručka, kterou ve Velké Británii vydala organizace Care UK, je určená rodinám, pečovatelům a specialistům na demenci. Brožurka by jim měla pomáhat především s překonávaním problémů při komunikaci s těmi, o které pečují a to tak, aby mohli mít pozitivnější a smysluplnější vztahy. Lidé s demencí žijí „přímo tady a kdysi“ a podle tohoto by k nim jejich okolí mělo také přistupovat, jak doporučují experti. Zdůrazňují, že je třeba brát lidi s demencí takové, jací jsou nyní a nikoliv, jaké jsme je znali dříve. Nemá vůbec smysl lidi s demencí měnit nebo je nutit do toho, aby porozuměli modernímu světu. Mnohem efektivnější podle příručky je, když „s nimi půjдете po jejich paměťové linii“. ^[**VV**] *Zdroj: 2014-05 May Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org*

Kritika vlády Austrálie

(Červen 2014) Australská vláda v čele s premiérem Tony Abbottem v současnosti čelí silné kritice, že dosud neučinila nic proto, aby se problematika demence stala jednou z hlavních priorit tamního veřejného zdravotnictví. Další bodem výtek je také zpoždování reformy péče o seniory a nulové řešení toho, že se v australských pečovatelských domech předepisují antipsychotika, ačkoliv pozitivní efekt mají pouze u 20 % starších uživatelů. Kritizující organizace uvádějí, že počty předčasných úmrtí a dalších vedlejších účinků by výrazně poklesly, pokud by se užívání těchto léků omezilo. ^[**VV**] *Zdroj: 2014-06 June Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org*

První „dementia-friendly“ parlament světa

(Červen 2014) Britský Parlament ve spolupráci s tamní alzheimerovskou společností připravuje řadu aktivit tak, aby se mohl stát prvním parlamentem světa, který se pyšní titulem „dementia-friendly“ parlament. Podporují zde iniciativy, které pomáhají členům, zaměstnancům a celé komunitě kolem britského Parlamentu k lepšímu porozumění demenci a současně také podporují ty, kdo s tímto onemocněním žijí. *Zdroj: 2014-06 June Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org*

Dementia Friends ve Skotsku

(Červen 2014) Úspěšné schéma přátel demence – Dementia Friends – se z Anglie rozšiřuje nyní i do Skotska. Školení podle konceptu Dementia Friends bude probíhat na místní úrovni i online, potvrdil Henry Simmons, výkonný ředitel Alzheimer Scotland. ^[**VV**] *Zdroj: 2014-06 June Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org*

Globální Fórum k inkontinenci

(Duben 2014) Na Globálním Fóru k inkontinenci, které se konalo ve španělském Madridu, zástupkyně Alzheimer Europe (AE) představily první návrh pravidel k péči týkající se inkontinence u lidí s demencí v jejich domácím prostředí. Tato pravidla se nyní budou ve spolupráci s experty, informovanými pečovateli i s lidmi s demencí připomínkovat až do října, kdy se ve skotském Glasgow uskuteční každoroční konference AE, a kde se pravidla upraví do finální podoby. ^[**VV**] *Zdroj: 2014-04 April Alzheimer Europe Newsletter, www-alzheimer-europe.org*

Úspěšná finská kampaň

(Květen 2014) Finská kampaň TAKE CARE! za bezpečnější život lidí s poruchami paměti a orientace přináší nejen velký ohlas, ale i konkrétní výsledky, kdy se lidé opravdu sami snaží pomáhat dezorientovaným spoluobčanům. Jednou ze všímavých byla také mladá žena Pauliina Koitto, která za svou pomoc cizí starší ženě v hlubokých mrazech, ve kterých jí reálně hrozilo umrznutí, získala koncem letošního května ocenění Finské národní asociace záchranářů. Za záchranu člověka s poruchou paměti získal vojenské ocenění i Aleksi Make-la z armádních složek. ^[**VV**] *Zdroj: 2014-05 May Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org*

Průzkum mezi lidmi s demencí

(Květen 2014) V rámci týdne Dementia Awareness byly ve Velké Británii také publikovány hlavní závěry průzkumu mezi lidmi s demencí. Z výsledků je zřejmé, že více jak 40 % dotazovaných lidí s demencí se zajímá o to, v jakých žijí podmínkách. Současně neradi o svých problémech a přáních diskutují, protože se obávají, aby druhé neobtěžovali. Květnová kampaň, která vznikla i na základě dotazování, měla veřejnost i lidí s demencí přimět k širší a otevřenější diskusi. ^[**VV**] *Zdroj: 2014-05 May Alzheimer Europe Newsletter www.alzheimer-europe.org*

Výzkum

Pozitivní vliv kofeinu na AD

(Březen 2014) Německo-francouzský tým výzkumníků pod vedením profesorky Christy E. Müllerové z Univerzity v Bonnu a Dr. Davida Bluma z Univerzity v Lille publikoval v online edici Neurobiology of Aging journal první výsledky studie o pozitivním vlivu kofeinu na ukládání tau proteinu u Alzheimerovy choroby. V předchozí studii výzkumníci zjistili, že určité receptory neurotransmiteru adenosinu mohou hrát významnou roli při ztrátách paměti. Vzhledem k tomu, že kofein blokuje receptory adenosinu v mozku, domnívali se, že by tak mohl mít vliv i na Alzheimerovu chorobu. Výzkumný tým se proto rozhodl toto otestovat v nové studii se speciálně vyvinutým receptorem adenosinu (označovaným jako MSX-3), obdobou kofeinu, který je možné lépe cílit a který má méně vedlejších účinků než samotný kofein. Už v prvních týdnech testování na myších se vědcům podařilo prokázat lepší výsledky u paměťových testů, zvláště u těch s prostorovou pamětí. Zlepšení se projevilo také v patogenních procesech v hipokampu. V následujících fázích chtějí výzkumníci provést testování na dalších zvířecích modelech, a pokud budou i tyto výsledky pozitivní, mohou následovat již klinické studie. Ložiska proteinu tau spolu s beta-amyloidovými plaky patří k charakteristickým znakům Alzheimerovy choroby. Tato ložiska narušují komunikaci mezi nervovými buňkami v mozku a tím přispívají k jejich degeneraci. Navzdory velkému úsilí výzkumných týmů ale v současnosti zatím ještě neexistují žádné léky, které by tomuto škodlivému procesu dokázaly zabránit. ^[**VV**] *Zdroje: 2014-04 April Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org „Caffeine against Alzheimer’s disease? Positive effect on tau deposits demonstrated.“ ScienceDaily. ScienceDaily, 7 April 2014. <www.sciencedaily.com/releases/2014/04/140407090533.htm>.*

Nedostatek spánku a AD

(Červen 2014) Nedostatek spánku zvyšuje v mozku hladiny proteinu amyloid-beta. Jeho vysoké hodnoty v lidském mozku jsou pak podle předchozích výzkumů považovány za rizikový faktor vzniku Alzheimerovy choroby. Výzkumníci z nizozemského Radboud University Medical Center testovali 26 mužů ve středním věku s běžným spánkovým rytmem. Polovina z účastníků byla náhodným způsobem zařazena do „spací“ skupiny a druhá část pak do skupiny, která zůstávala vzhůru po celou noc. Před a po noci, kdy probíhalo testování, byla všem mužům zavedena do zad cévka pro zjištění hladiny proteinu amyloid-beta. „Spací“ skupina vykazovala po spaní o 6 procent nižší hladinu amyloidu-beta než byly jejich původní hodnoty. Úroveň proteinu u těch, kdo byli celou noc vzhůru, zůstala na stejných číslech. Výzkumný tým dále zjistil, že muži, kteří uvedli vyšší kvalitu spánku, měli i největší pokles hladiny proteinu amyloid-beta. „Normální zdravý spánek snižuje množství naměřeného amyloidu-beta v mozku. Pokud je spánek přerušen, tento účinek se ztrácí. Domníváme se, že během spánku je amyloid-beta z mozku odstraňován, anebo se méně vytváří. A právě proto by bylo dobré, aby se lidé zajímali o své spací návyky,“ konstatuje jeden z autorů studie Jurgen Claassen. Ze studie dále vyplývá, že chronická spánková deprivace zvyšuje hladiny mozkového amyloidu-beta a to může představovat i zvýšení rizika AD. Nicméně tuto hypotézu musí ještě prověřit další výzkum. ^[**VV**] *Zdroj: 2014-06 June Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org*

Cizí jazyky pomáhají proti demenci

(Červen 2014) Z řady již publikovaných výzkumů vyplývá, že učení se dalšímu jazyku je přínosné nejen pro poznávání, ale i pro zpomalení nástupu demence. Tomuto pozitivnímu vlivu druhého jazyka se věnovali znovu výzkumníci ve skotském Edinburghu. Ve své závěrečné zprávě, která byla publikovaná v Annals of Neurology letos 2. června, uvedli, že přitom nehraje roli, zda se člověk učil další jazyk už v dětství či až později v dospělosti. Dvojjjazyčnost i ta získaná až v dospělosti podle vedoucího výzkumného týmu, Thomase Baka (Centre for Cognitive Ageing and Cognitive Epidemiology, University of Edinburgh) může prospívat stárnoucímu mozku. ^[**VV**] *Zdroj: 2014-06 June Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org*

Cynici mají větší sklon k rozvoji demence

(Červen 2014) Finští výzkumníci z University of Eastern Findland v Kuopiu zjistili, že cyničtí lidé mají vyšší pravděpodobnost, že se u nich rozvine demence. Cynická nedůvěra (tedy víra, že ostatní jsou motivováni především svými sobeckými zájmy) již dříve byla spojována se zdravotními komplikacemi, jako jsou nemoci srdce. Do studie bylo zařazeno 1449 lidí (s průměrným věkem 71 let), kterým byly předloženy kognitivní testy a současně i testy pro určení míry jejich cynického založení. Po 8 letech pak kognitivní test zopakovalo 622 lidí z první série testů. Během osmileté pauzy byla u 46 účastníků stanovena diagnóza demence. Po vyloučení dalších faktorů, které mohou ovlivnit rozvoj demence, jako je například vysoký krevní tlak, vysoký cholesterol či kouření, výzkumníci došli k závěru, že lidé s vysokou mírou cynické nedůvěry mají třikrát vyšší „šanci“, že se u nich rozvine demence, než ti, kdo mají tento ukazatel na nejnižších úrovních. „Uvědomujeme si ale, že naše závěry bude nutné potvrdit dalšími studiemi“, uzavírají finští výzkumníci. ^[**VV**] *Zdroj: 2014-06 June Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org*

Životní styl a časná demence

(Duben 2014) Švédská Gothenburg University sledovala zdraví více jak 1,1 milionu 18letých mužů, kteří byli odvedeni do služby švédské armády v letech 1968 – 2005. Z výsledků této dlouhodobé studie vyplynulo, že u mužů s nízkou kardiovaskulární kondicí anebo nízkým IQ ve věku 18 let se častěji vyvinula raná demence. Přesněji řečeno – muži, kteří vykazovali nejnižší hodnoty kardiovaskulární kondice při nástupu do armády, měli 2,5krát vyšší pravděpodobnost, že se u nich projeví demence ještě před 60. rokem věku než muži s vyšší kondicí. Pro ty, kdo měli jako teenageři horší výsledky u kognitivních testů, bylo toto riziko 4krát vyšší. A u mužů s kombinací obou nejnižších hodnot pak riziko onemocnění časnou demencí bylo vyšší 7krát. Dr. Doug Brown k výsledkům výzkumu dodává, že většina výzkumů časně demence se dosud zabývala hlavně genetickými faktory, na základě výsledků švédské studie by se ale u budoucích výzkumů mělo nyní počítat také s faktory životního stylu. ^[**VV**] *Zdroj: 2014-04 April Alzheimer Europe Newsletter, www.alzheimer-europe.org; www.ncbi.nih.gov/pubmed/24604561*