



Alzheimer – obchod se strachem ze zapomínání

„Gen odpovědný za Alzheimerovu chorobu objeven!“ „Lékaři dokážou diagnostikovat Alzheimer!“ Kdo by takové titulkové neznal. V poslední době téměř denně čítáme články o úspěšném bádání univerzitních týmů, vědců a pracovníků farmaceutických firem. Dozvídáme se o stále nových „epochálních pokrocích“ ve výzkumu civilizační metly lidstva. Jsme přesvědčováni, že moderní postupy konečně vnášejí jasno do diagnózy a již brzy dokážeme fatální úpadek paměti zastavit.

Má to ale háček. Oslavné články mají se skutečností jen málo společného. Všechny velkolepě slíbily, že Alzheimerova choroba totiž není nemoc typu tuberkulózy nebo rakoviny. „**Morbus Alzheimer je umělým výtvořem, díky němuž vědci urychlují své kariéry, získávají prostředky na výzkum, ze zdravých vyrábějí nemocné a otevírají obrovské nové možnosti prodeje léků.**

Zní to neuvěřitelně, ale nikdo dodnes neví, co je vlastně „Alzheimer“ zač. O příznacích a příčinách nemoci kolují nejrůznější teorie. Někteří experti viní z jeho vzniku proteinové shluky, další se přiklánějí k cukrovce, infekčním příčinám, zánětům nebo kovům, jako je zinek a železo. Zástupci jednotlivých skupin si neprotiřečí navzájem, ale ve svých přednáškách, rozhovorech a článcích často dokonce popírají to, co sami kdysi vyslovili.

Na hliněných nohou stojí i celá koncepce včasného rozpoznání a terapie údajné choroby. Spolehlivou diagnózu totiž nedokážou určit ani ti největší experti. A to ani tehdy, pokud mají před sebou člověka trpícího již značně pokročilou demencí. Diagnóza probíhá podle vylučovací metody: Jestliže lékař nenajde nic, co by podle jeho názoru vysvětlovalo, proč je pacient zmatený, zapomnětlivý a dezorientovaný, tak se musí jednat o Alzheimerovu chorobu.

Jenže není demence jako demence. Lékaři rozlišují celou řadu degenerativních chorob, které mohou způsobit nenapravitelné chýtrání mozku. Ale existují i poruchy paměti nebo orientace – i dlouhodobé – vyvolané příčinami, jež lze dobře léčit nebo jímž lze předcházet. Ovšem pouze za předpokladu, že nebudou chybně diagnostikovány jako Alzheimerova choroba.

Nenechte se zbláznit!

Zpráva odborníků NIH obsahuje jednu dobrou informaci: Alzheimer není nemoc, ale děsivý příznak, o němž ani vědci nedokážou přesně říci, jak vlastně vypadá. A ještě jedna důležitá věc. Není nutné se nechat pobláznit lékaři,

farmaceutickými firmami nebo médii a začít se bát.

Není sporu o tom, že mnozí muži a ženy ve vyšším věku chýtrají nejen fyzicky, ale i duševně. V osmdesáti, neřkuli devadesáti nebo sta letech, jsou zmatení nebo dezorientovaní. Mají problémy se vzpomínáním na věci, které se staly před nedávnou dobou. Nemohou si vybavit telefonní číslo svých blízkých přátel. Nebo najednou nevědí, kde se nachází obchod, kam chodí už třicet let. Někteří jsou apatičtí nebo naopak neklidní, dětinští či agresivní. Nemálo z nich je vzhledem k duševnímu omezení v posledních letech života odkázáno na pomoc ostatních lidí.

Avšak poruchy myšlení, vjemů a chování nebývají jen důsledky nemoci. Spíše se jedná o stav, který může mít více příčin a často se i mění. Mnohé příčiny jsou odstranitelné a dá se s nimi leccos udělat.

Méně je často více, zvláště pokud jde o léky.

Při hledání příčin demence se vyplatí důkladná kontrola všech užíváných léků. Některé z nich totiž mohou vyvolávat poruchy řeči, ztrátu orientace, problémy s pamětí nebo bludné představy, což jsou symptomy pokládané za klasické příznaky stařecké demence. To si často neuvědomují pacienti, ale ani lékaři.

Léčiva mohou u starších lidí účinkovat jinak než u mladých nebo mohou vykazovat silné vedlejší účinky. Z těchto důvodů jsou pro seniory nevhodné mnohé prášky proti bolestem, psychofarmaka, ale i některá antibiotika a léky na srdce a na žaludek. Přesto jsou seniorům předepisovány.

Fatální důsledky může mít i chybné dávkování inzulínu. Příliš vysoké množství způsobuje akutní symptomy sahající od neklidu a vlčího hladu přes poruchy mluvení, otupělost, závratě až po zhoršení duševních schopností, změnu osobnosti, agresivitu a záchvaty epileptických křečí. Symptomy bývají chybně interpretovány. Pátrání po příčinách demence ztěžuje to, že především starší lidé užívají ne jeden, ale hned několik různých léků, které se mohou navzájem ovlivňovat. To platí nejen pro léky na předpis, ale například i pro preparáty obsahující extrakt třezalky a další volně prodejné tzv. doplňky stravy. Ani lékaři nedokážou vzájemně působení správně odhadnout. Léky totiž před uvedením na trh nebývají testovány na interakce s dalšími látkami.

Platí tedy zlaté pravidlo: čím méně léků, tím lépe. O vyřazení určitých léků z denních dávek by ale vždy měl rozhodovat zasvěcený lékař.

Více pohybu chrání před demencí

Kdybyste chtěli něco udělat pro svůj mozek a cévy, měli byste se věnovat pohybu. Pravidelná tělesná aktivita totiž dokáže účinně korigovat mnohé škodlivé vedlejší účinky života v blahobytné konzumní společnosti. Zvýšený puls vyvolaný například svižnou jízdou na kole, plaváním nebo pěšími túrami prospívá stavu cév. Díky tomu předcházíme mimo jiné vysokému krevnímu tlaku, který patří k hlavním rizikovým faktorům mrtvice.

Se sportem lze začít i ve vyšším věku, vyplývá to z mnoha studií. Například gymnastikou či pravidelným cvičením lze zvýšit svou celkovou výkonnost. Avšak ne každý sport působí stejně. Například lidé věnující se nordic walkingu dokázali v rámci studie rychleji řešit zadané úkoly. Účastníci programu zaměřeného na trénink koordinace zase úkoly plnili přesněji.

Vyplatit by se mělo zdraví, ne nemoc

Je otázkou, zda a kdy se politici a vůbec celá společnost dokážou vyrovnat s novými výzvami. Zdravému životnímu stylu totiž chybí pořádná lobby. Totiž taková, která by byla tak dobře zorganizovaná a finančně zajištěná jako lobby farmaceutického průmyslu, lékařů, provozovatelů nemocnic a výrobců zdravotních přístrojů.

A navíc struktura současného zdravotnického systému té správné prevenci spíše škodí. Na tom, že nebudeme chodit k lékaři a nebudeme polykat pilulky, se totiž nic nevydělá. A všichni ti poskytovatelé metod včasné diagnostiky a léčby musí dosahovat pořádných tržeb, aby mohli existovat a dále expandovat.

Již nyní je zdravotnictví v mnoha vyspělých zemích jedním z nejprudčeji se rozvíjejících oborů, jedním z mála rostoucích trhů a jedním z nejdůležitějších zaměstnavatelů. V německém zdravotnictví pracuje 4,3 milionu osob, což je přibližně 11 procent všech zaměstnanců. V chemickém průmyslu nepracuje ani desetina tohoto množství. Všichni mají prospěch z toho, že v naší společnosti je stále více nemocných a stále více zdravých, kteří se kvůli strachu z nemoci nechávají vyšetřovat.

Cornelia STOLZE v knize ZAPOMEŇ NA ALZHEIMERA.

Nemoc, která neexistuje. Vydalo ji nakladatelství Dialog, Ostravská 1135/9, 460 14 Liberec 14, tel.: 485 121 610, e-mail: knihy@dialog-lbc.cz, www.dialog-lbc.cz

V příštím čísle se v ukázkě z téže knihy podíváme, jak lékaři nyní léčí Alzheimerovu chorobu.