

Dieci domande frequenti sulla demenza

Una diagnosi di demenza è fonte di grande insicurezza e innumerevoli domande. Ecco le risposte ai quesiti più frequenti sul tema della demenza.

1 Che cos'è esattamente la demenza?

Con il termine «demenza» si intende una serie di sintomi comuni a diverse malattie. Tra questi si annoverano perdita di memoria (a breve termine) e difficoltà a risolvere problemi, fare progetti o svolgere la routine quotidiana, o ancora a orientarsi nello spazio, trovare le parole appropriate o a capire una conversazione. Una demenza può presentarsi a causa di diverse malattie: Alzheimer, trauma cerebrale, infezione di HIV, malattia di Creutzfeldt-Jakob ecc. Tutte queste patologie comportano un'alterazione delle funzioni cognitive.

2 Demenza e Alzheimer: qual è la differenza?

La demenza è una sindrome, ossia un insieme di sintomi che si manifesta a seguito di diverse malattie (perdita di memoria, difficoltà a orientarsi, ecc.), le quali compromettono le funzioni cerebrali. In tal senso l'Alzheimer è la patologia più diffusa e rappresenta circa il 60% di tutti i casi di demenza.

3 È possibile prevenire l'Alzheimer?

Non possiamo tutelarci del tutto dalla malattia, tuttavia è possibile ridurre il rischio di demenza o ritardarne l'insorgenza. Seguire un'alimentazione sana, allenare la memoria, fare esercizio fisico regolarmente e avere una vita sociale attiva aiutano il cervello a difendersi al meglio dal declino delle capacità mentali. In linea di massima ciò che fa bene al cuore è ottimo anche per il cervello. Problemi come pressione alta, disturbi del sonno o difficoltà visive e uditive non vanno inoltre sottovalutati ed è necessario intervenire per tempo.

4 Quali sono i primi segnali dell'Alzheimer?

I problemi di memoria sono tra i segnali di allarme più noti di una demenza, tuttavia non sono gli unici. Ecco alcuni dei possibili indicatori di demenza.

Deficit mnemonici: la memoria a breve termine è la prima a essere colpita; la persona dimentica appuntamenti, nomi, informazioni o avvenimenti importanti della sua storia personale.

Difficoltà di linguaggio: sempre più spesso il soggetto ha difficoltà a trovare la parola giusta. Prova a descriverla, non termina le frasi o evita le conversazioni.

Difficoltà di orientamento: per la persona è sempre più difficile ritrovare la via verso un luogo conosciuto. Anche l'orientamento temporale può essere alterato: il soggetto non sa più che giorno della settimana è, se è mattina o sera e in che stagione ci troviamo.

Difficoltà nelle attività di routine: alla persona riesce difficile svolgere le attività quotidiane, come effettuare pagamenti o pianificare la spesa.

Comportamenti insoliti: a volte le persone affette dalla malattia diventano improvvisamente diffidenti, ansiose, apatiche o suscettibili, il che può portarle all'isolamento sociale.

5 A chi posso rivolgermi per accertamenti?

Il primo punto di riferimento è il medico di famiglia. Dopo un colloquio sulla storia clinica del paziente e sui sintomi attuali si procede ad altre visite ed esami. Se i risultati sono poco chiari o presentano anomalie la persona viene rimandata a uno specialista o a una clinica della memoria, specializzata nella valutazione e nella diagnosi dei disturbi della memoria. In questi centri vengono svolti ulteriori accertamenti, al fine di effettuare una diagnosi precisa.

6 Quali sono le possibilità terapeutiche?

A oggi non esiste ancora nessun farmaco in grado di guarire la demenza. Nelle prime fasi possono essere somministrati i cosiddetti farmaci «anti-demenza» che, in alcuni pazienti, sono in grado di rallentare il decorso della malattia.

Al fine di preservare il più possibile la qualità della vita e alleviare disturbi e sintomi, il medico può prescrivere diverse terapie: l'ergoterapia (ossia lo svolgimento di attività di routine come la gestione degli impegni), la logopedia, l'assistenza psicologica o la fisioterapia.

Altre pratiche come la musicoterapia o lo svolgimento di attività fisiche adeguate alle esigenze del singolo, per esempio il ballo o la ginnastica, possono migliorare il benessere e influire positivamente sul suo umore e/o sulle sue capacità motorie (camminare, rimanere in equilibrio, ecc.).

7 Perché non esiste ancora nessun farmaco contro l'Alzheimer?

Al momento sono oggetto di studio più di 100 diversi principi attivi. Non essendo ancora del tutto chiari i meccanismi della malattia e le sue cause, sviluppare un farmaco è molto difficile. Normalmente i primi sintomi si manifestano nella quotidianità solo dopo diversi anni, quando le alterazioni comprovate a livello cerebrale sono già a uno stato avanzato. Le cause e il decorso della malattia sono difficili da comprendere a posteriori e a oggi, purtroppo, l'Alzheimer è incurabile.

8 Perché dovrei sottopormi ad accertamenti se non esiste una cura?

Procedere ad accertamenti quanto prima permette di fare chiarezza e aiuta le persone malate e i loro familiari a pianificare la propria vita. A uno stadio iniziale le persone colpite possono infatti prendere autonoma-

mente decisioni importanti per il loro futuro. Fin tanto che queste dispongono della propria capacità di discernimento si consiglia dunque di redigere un testamento biologico e un mandato precauzionale. Può inoltre essere regolamentata la successione ereditaria, ad esempio garantendo una sicurezza finanziaria al partner non sposato a cui è affidata la cura della persona. Possono altresì essere predisposte l'assistenza o varie forme di sgravio.

9 Perché la demenza colpisce più le donne degli uomini?

Non è ancora chiaro come mai le donne siano colpite dalla demenza in misura maggiore rispetto agli uomini. Una ragione potrebbe essere l'aspettativa di vita maggiore delle donne dato che, con l'avanzare dell'età, aumenta anche il rischio di sviluppo di una demenza. La speranza di vita da sola però non basta a motivare questa differenza, che potrebbe essere dovuta anche a caratteristiche specifiche del sesso, ad esempio l'equilibrio ormonale. Le correlazioni esatte sono ancora in fase di studio.

10 Qual è l'aspettativa di vita in caso di demenza?

Per quanto riguarda le aspettative di vita non è possibile fare previsioni esatte. La malattia spesso rimane silente anche per anni prima che i sintomi si manifestino nel quotidiano. A partire dalla comparsa dei primi sintomi si considerano dai sette ai dieci anni di vita. Il decorso è influenzato da fattori come le condizioni di salute generale, altre malattie croniche già presenti ecc. Nelle persone affette da demenza il decesso è spesso causato da un'infezione polmonare, dato che sono maggiormente suscettibili alle malattie infettive e che la patologia, allo stato avanzato, può portare a problemi di deglutizione potenzialmente letali.

Avete altre domande?

Saremo lieti di fornirvi una consulenza personale.

Trovate ulteriori informazioni sul nostro sito web e presso le nostre 21 sezioni cantonali.



La vostra donazione per una migliore qualità di vita anche in caso di demenza.

IBAN CH33 0900 0000 1000 6940 8

Donare ora con

TWINT.

Scansionare il codice QR con l'app TWINT. Confermare importo e donazione.

