



Нарушения сна как предиктор болезни Альцгеймера

Выполнила студентка: Винниченко Н.В.
Руководитель: Васильева В.В.



Актуальность:

- До **35%** пожилых людей старше 65 лет обнаруживают проблемы, связанные со сном, но не обращаются за медицинской помощью по данному вопросу
- Во всем мире насчитывается свыше **10 миллионов человек**, страдающих болезнью Альцгеймера
- По прогнозам ученых, к 2025 году число людей с нейродегенеративными заболеваниями превысит **37 миллионов**
- Западные психологи и психиатры сходятся во мнении, что в ближайшие десятилетия болезнь Альцгеймера и другие виды «старческой деменции» будут проявляться у людей уже **от 40 лет**

Цель исследования:

Анализ взаимосвязи нарушений сна и Болезни Альцгеймера



Гипотеза:

Предполагается, что улучшение качества сна как предиктора болезни Альцгеймера может способствовать улучшению качества жизни пациентов с деменцией Альцгеймеровского типа

Задачи:

1. Провести анализ литературных источников по выбранной теме, выявить причины нарушений сна,
2. Разобрать механизм возникновения синдрома деменции у пожилых.
3. Рассмотреть причины, приводящие к болезни Альцгеймера
4. Изучить возможности улучшения качества жизни пациентов с болезнью Альцгеймера и разработать программу школы здоровья

Болезнь Альцгеймера –

это заболевание головного мозга,
возникающее обычно после 50 лет
и характеризующееся прогрессирующим
снижением интеллекта, нарушением
памяти и изменением личности

60-70%

Всех случаев деменции

Дисфункция синапсов, гибель нейронов, активация микроглии и другие патологические проявления болезни Альцгеймера инициируются отложениями нерастворимого агрегированного полипептида

$\text{A}\beta$ – так называемыми сенильными бляшками, количество которых увеличивается с годами.

Изменение процессинга белка-предшественника амилоида APP приводит к образованию токсичной формы $\text{A}\beta_{42}$, вследствие чего **растворимые и нерастворимые формы $\text{A}\beta$ накапливаются в паренхиме мозга и провоцируют развитие деменции.**





Последствия :

- Происходит значительное ухудшение памяти и нарушения сна
- Пациенты пренебрегают привычными занятиями
- Ощущают дезориентацию во времени, собственной личности и обстоятельствах жизни
- Испытывают зрительно-пространственные затруднения
- Проявляют изменения личности и характера
- С трудом вступают в коммуникацию
- Сталкиваются с постоянными бытовыми сложностями
- Теряют дееспособность, в результате чего нуждаются в специализированном уходе

Здоровые пожилые люди

Женщины (100%),
сохранившие
трудоспособность, не
отмечающие когнитивных
нарушений и не
обращавшихся к врачу с
проблемой
нарушений сна,
возраст 60-70 лет

20 человек



Пожилые люди с деменцией

Это женщины (100%),
мобильные (100%), но
признанные недееспособными
(в среднем 94%) в связи с
физическим и психическим
состоянием,
возраст 60-70 лет

Геронтопсихиатрический центр

40 человек



Фокус-группа

Здоровые молодые

Девушки, отмечающие у
себя нарушения сна и
незначительные
Нарушения памяти
возраст 20-40 лет

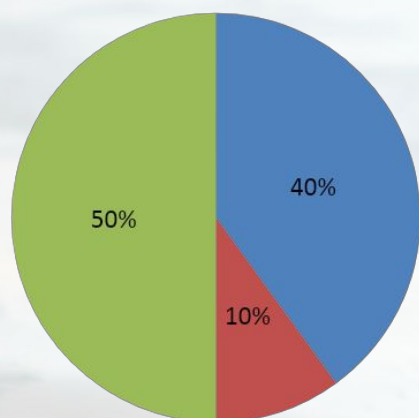
30 человек



Дневная сонливость

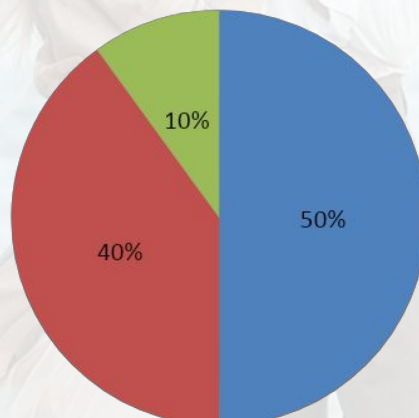
Шкала сонливости Epworth (ШСЭ)

Дневная сонливость
у здоровых пожилых



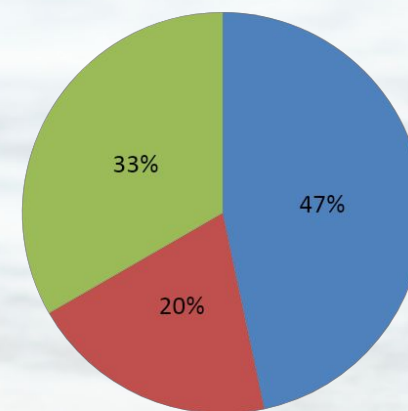
- Умеренные нарушения сна
- Патологическая дневная сонливость
- Слабо выраженная дневная сонливость

Дневная сонливость
у пожилых с деменцией



- Умеренные нарушения сна
- Патологическая дневная сонливость
- Слабо выраженная дневная сонливость

Дневная сонливость
у людей 20-40 лет

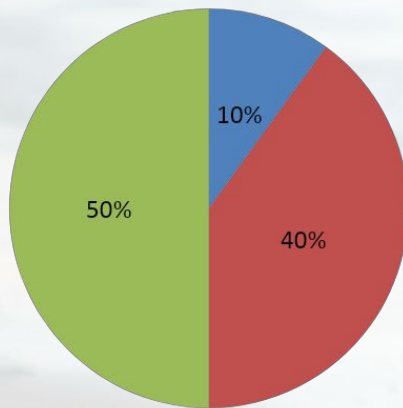


- Умеренные нарушения сна
- Патологическая сонливость
- Незначительные нарушения сна

Инсомния

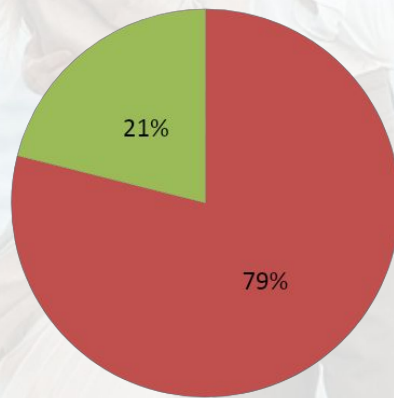
опросник Я.И. Левина

Инсомния
у здоровых пожилых



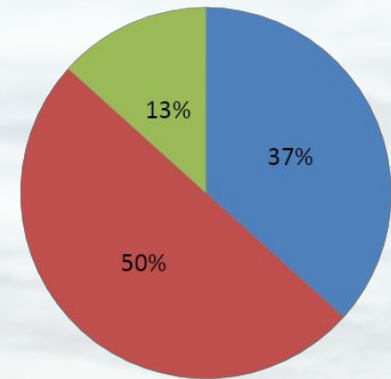
■ Нет нарушений
■ Пограничный результат
■ Инсомния

Инсомния
у пожилых
с деменцией



■ Пограничный результат
■ Инсомния

Инсомния
у людей 20-40 лет



■ Норма
■ Пограничный результат
■ Инсомния

Когнитивно-поведенческая терапия

Движение

Физическая активность

Идеокинезис
Соматика Т.Ханны
Логоритмика
Координация
ЛФК
Игры

Мелкая моторика

кинестетика
пальчиковые игры
творчество

Арт-терапия

Лепка

Живопись

Танец

Прикладное творчество

Музыка

Отдых

Слушаю

Музыку
Рассказ
Книгу

Рассказываю

О себе
О своей семье
О любимом фильме
Случай из жизни
Путешествие

Смотрю

Презентация
Фильм
Мультфильм
Фотографии
Выступление

Эрготерапия

Самоуход

В зависимости от навыков
и потребностей

Быт

Спальня Прихожая
Кухня Ванная
Техника в быту

Улица

Магазин Парк
Почта Аптека

Когнитивные навыки

Память

Запоминание
Хранение
Извлечение

Исполнительные функции

Внимание Обобщение
Умозаключения Логика
Ассоциации Сходства/различия

Восприятие

Зрение Осязание Слух
Вкус Обоняние

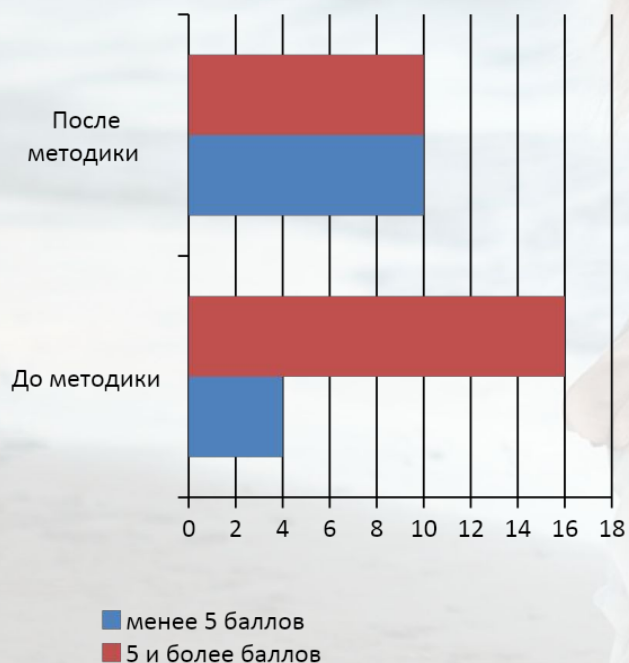
Экспрессивные функции

Обмен информацией
Речь Движение

ПЕРМЬ
2020 год
ПБМК

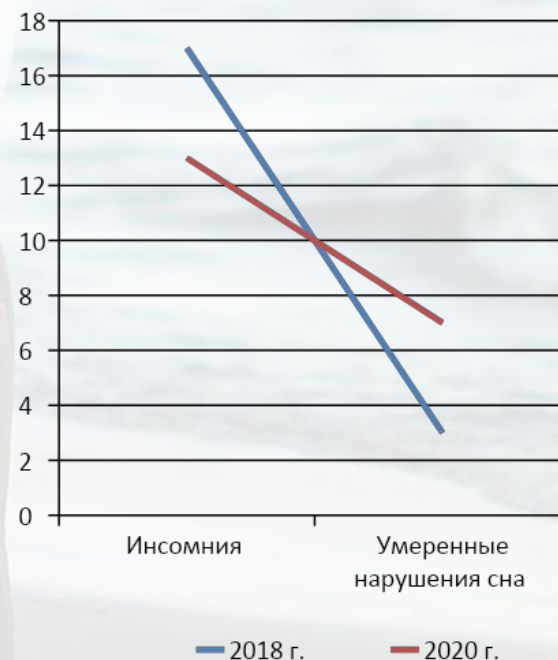
Гериатрическая шкала депрессии до применения методики (2018 г) и после (2020 г)

Значение 5 и более баллов свидетельствует о наличии депрессии.



Выраженность инсомнии до применения методики (2018 г) и после (2020 г)

Часть пациентов с вероятной инсомнией перешла в группу с умеренными нарушениями сна



ВЫВОД

Коррекция качества сна в совокупности с когнитивно-поведенческой терапией способствует улучшению качества жизни пациентов с болезнью Альцгеймера. Раннее выявление нарушений сна, которые наблюдаются у людей уже в молодом возрасте, может помочь своевременной профилактике болезни Альцгеймера и других нейродегенеративных заболеваний.

Спасибо за внимание!

