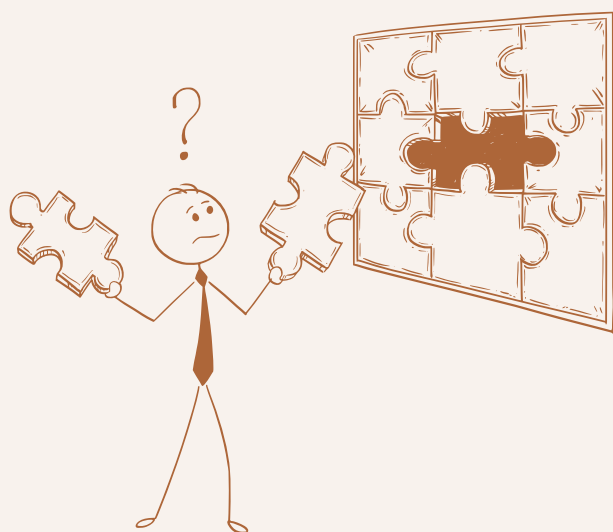


DEMENCJA ALZHEIMER

Co warto wiedzieć?



Demencja (inaczej otępienie/zespół otępienny/zaburzenie neuropoznawcze) to zespół objawów charakteryzujący się osłabieniem funkcji poznawczych (zapamiętywania, myślenia, orientacji, uczenia się itd.).



projekt finansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Punkt Informacji i Wsparcia
nieformalnych opiekunów osób starszych

SYNTONIA
STOWARZYSZENIE



Autorzy: Izabela Cymer, Ewa Drop
Opracowanie graficzne: Joanna Skrajnowska

Copyright © [2026] [Stowarzyszenie Syntonia]. Wszelkie prawa zastrzeżone.

Spis treści



- 01 Informacje ogólne
- 02 Jakie problemy wiążą się z demencją
- 03 Przyczyny demencji
- 04 Jaka jest demencja

01

Informacje ogólne

Przyczyną demencji są uszkodzenia mózgu typu neurodegeneracyjnego (np. choroba Alzheimera) lub naczyniowego. Występuje też otępienie mieszane.

Wiek stanowi czynnik ryzyka wystąpienia zaburzeń funkcji poznawczych, ale proces otępienny nie jest tożsamy ze zmianami związanymi z procesem starzenia się.

Najczęściej występujące rodzaje otępienia:

- choroba Alzheimera: 50–60 %
- demencja naczyniowa: 20–30 %
- otępienie z ciałami Lewy'ego: 10–25 %
- otępienie czołowo-skroniowe: 10–15 %

02 Problemy związane z demencją

Zaburzenia funkcji poznawczych

- ✓ pamięć krótkotrwała np. powtarzanie pytań, zapominanie podstawowych słów
- ✓ koncentracja uwagi np. trudności w skupieniu się na rozmowie, tracenie wątku
- ✓ myślenie i planowanie np. trudności związane ze sporządzeniem listy zakupów
- ✓ orientacja w czasie i miejscu: np. mylenie się przy określaniu daty, gubienie się
- ✓ pisanie, liczenie, mowa: np. nieprawidłowa ocena wartości pieniędzy
- ✓ wykonywanie czynności: np. ubieranie się
- ✓ ocena sytuacji: np. co jest zagrożeniem



Zmiany w zachowaniu

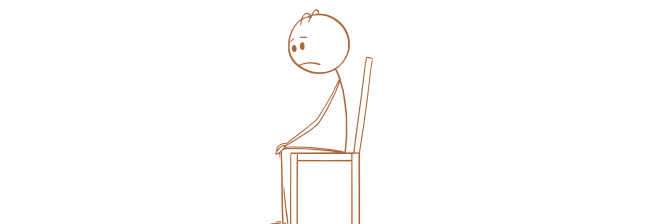
- ✓ pobudzenie, agresja lub apatia
- ✓ labilny nastrój
- ✓ utrata zainteresowań
- ✓ zmiany w sposobie spędzania czasu
- ✓ problemy z utrzymaniem relacji
- ✓ zaburzenia snu i zmiana aktywności dobowej
- ✓ nieadekwatne społecznie zachowania
- ✓ nadmierny apetyt
- ✓ zaniedbanie higieny
- ✓ nierozpoznawanie bliskich
- ✓ kompulsywne przekładanie przedmiotów





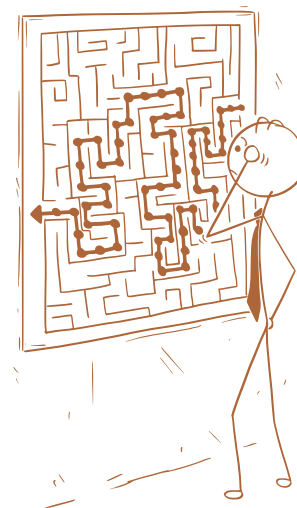
urojenia i omamy (halucynacje)

o różnym charakterze i nasileniu



03

Przyczyny demencji



Choroby neurodegeneracyjne

- ✓ choroba Alzheimera
- ✓ choroba Parkinsona
- ✓ otępienie z ciałami Lewiego
- ✓ otępienie czołowo-skroniowe

Choroby układu krążenia np:

- ✓ choroby serca
- ✓ miażdżycy
- ✓ udary
- ✓ nadciśnienie

Inne przyczyny zaburzeń poznawczych (niektóre są odwracalne) np.:

- ✓ niedobory witamin B12, kwasu foliowego
- ✓ cukrzyca
- ✓ niewydolność nerek
- ✓ niedoczynność/nadczynność tarczycy
- ✓ niedokrwistość
- ✓ urazy głowy
- ✓ ciężkie infekcje wirusowe lub bakteryjne mózgu
- ✓ odwodnienie
- ✓ niektóre leki
- ✓ nadużywanie alkoholu, narkotyków (także w przeszłości)
- ✓ długotrwały stres
- ✓ depresja

04

Jaka jest demencja

chroniczna

nie da się jej wyleczyć

postępująca

będzie się pogłębiać

terminalna

odpowiada za powikłania, które mogą doprowadzić do śmierci

nie da się nad nią zapanować

nie można jej kontrolować

nieschematyczna

nie przebiega według jednego schematu

bez możliwości leczenia przyczynowego

przy chorobach neurodegeneracyjnych

związana z wiekiem

większość przypadków diagnozuje się u osób po 65 r.ż.
Istnieją jednak postacie choroby o wczesnym początku

leczenie polega na spowolnieniu postępu choroby i poprawie jakości życia