

Demans şüphesi: İnceleme ve tanı

Hastalar ve aile bireyleri için bilgiler

Kendinizin ya da bir aile bireyinizin beyin performansının son aylarda ya da yıllarda önemli ölçüde kötüleştiğinin farkına varmak, çoğunlukla çok uzun, birçok kaygılar ve korkular içeren bir süreçtir. Belki sizin de dâhil olduğunuz birçok insan bu nedenle muayenelerini çok uzun bir süre boyunca ertelemektedir. Sizin tarafınızdan tespit edilen değişikliklerin çeşitli sebepleri olabilmektedir; belki de korktuğunuz kadar ağır bir nedeni yoktur, belki de kolayca tedavi edilebilecek fiziksel veya ruhsal bir hastalığın eşlik eden belirtileridir. Bunu sadece doktorunuz, kapsamlı bir muayene sonucunda tespit edebilir. Ancak o zaman da, sizin ya da bir aile bireyinizin demanslı olması halinde, erken zamanda bir girişimde bulunmak çok önemlidir. Hastalığın erken safhalarında açık bir tanı sadece hastalığa bağlı değişikliklere kendinizi hazırlayabilmeniz amacıyla size değil, aynı zamanda en iyi şekilde uyarlanmış bir tedavi yöntemi uygulayabilmesi için doktorunuza da yardımcı olacaktır.

Demans nedir?

"Demans" ifadesi, tam anlamıyla bir hastalığı ifade etmez, aksine, zihinsel yetenek ve becerilerin artan bir şekilde etkilenmesine yol açan, organik beyin kaynaklı patolojik bir bozulma sürecidir.

Bugün, demansa yol açabilen ve bazıları çok iyi bir şekilde tedavi edilebilen yaklaşık 100 adet farklı hastalık belirtileri mevcuttur. Ancak, sinir hücrelerinde ilerleyici, geri dönüşümsüz bir tahribat oluşturan Alzheimer hastalığı gibi nörodejeneratif formlar çok sıklıkla görülmektedir. Her ne kadar ileri yaşlarda demans görülme riski önemli ölçüde artsa da bu durum, kesinlikle her insanı az ya da çok yakından ilgilendiren yaşlanma ile birlikte ortaya çıkan bir belirti değildir, sadece tipik olarak yaşlılıkta görülen bir hastalıktır.

Demans "unutkanlıktan" daha fazlasıdır! Hatırlama kabiliyeti ve belleğin yanında örn. düşünme yeteneği, muhakeme yetisi, konuşma, oryantasyon veya pratik eylem kabiliyeti gibi beynin diğer fonksiyon alanlarının da etkilenmiş olması gerekir.

Ayrıca belirtiler, gündelik yaşam ile başa çıkma konusunda önemli düşümlere neden olacak kadar ağır olmalıdır.

İlk uyarı işaretleri nelerdir?

Her ne kadar belirtiler mevcut hastalığın türüne göre ve bireysel olarak farklılık gösterse de, idrak etme ve davranışlarınız ile ilgili dikkatli olmanız gereken bazı karakteristik değişiklikler bulunmaktadır:

- **Bellek ile ilgili sorunlar:** Çoğu insanlar ara sıra isimleri veya randevuları unuturlar; bu gayet normaldir. Ancak bu bellek boşluklarının sıklıkla yaşanması ve tanıdık isimlerin veya telefon numaralarının hatırlanmaması ve de kısa bir süre önce cereyan etmiş olaylarla ilgili olması, geçmişe göre daha sıklıkla bazı eşyaların kaybedilmesi veya kişilerin tekrar tanınmaması halinde daha dikkat çekicidir.

- **Rutin işlerde yaşanan sorunlar:** Demanslı kişiler örn. banka işlerini halletme gibi özel ya da iş hayatlarındaki kompleks faaliyet ve etkinliklerini planlamada ve uygulamada gittikçe daha fazla zorluk çekerler.
- **Konuşma ile ilgili sorunlar:** Demanslı kişiler uzun konuşmaları takip etmek ve "konuyu" kaçırmamak konusunda gittikçe daha fazla zorlanmaktadır. Konuşma esnasında sıklıkla doğru ifadeleri bulmakta zorlanmakta ve çoğunlukla yanlış veya uygun olmayan ifadeler, dolaylı ifadeler ve gereksiz sözcükler (örn. "şey") kullanırlar.
- **Oryantasyon ile ilgili sorunlar:** Yabancı ortamlarda, daha sonraki aşamalarda tanıdık ortamlarda da yolunu bulma konusunda geçmişe göre daha sıklıkla zorluklar yaşanır. Güncel tarih (gün, ay, yıl) veya saat ile ilgili sorulara giderek daha güvensiz ya da yanlış cevaplar verilmesine yol açar.
- **Kişilik ve ruh hali değişiklikleri:** Demanslı kişiler enerjisiz ve huzursuz görünürler, daha az inisiyatif gösterirler, hobilerini ihmal ederler veya olağan dışı kararlar verirler. Ruh halleri sıklıkla depresif tonludur, ciddi ruh hali dalgalanmaları oluşabilmektedir.
- **Sosyal olarak geri çekilme:** Demanslı kişiler arkadaş ve tanıdık çevrelerinden giderek daha fazla uzaklaşmaya başlar ve daha önce kendilerini mutlu eden ortak etkinliklere daha az sıklıkla katılırlar.

Kendinizde veya bir aile bireyinizde bu uyarı işaretlerinden birkaç tanesini tespit etmeniz halinde aile doktorunuzla bu konuyu görüşmek için tereddüt etmemelisiniz. Sorularınıza cevap almak için her zaman Demans Servis Dairesi'ne başvurabilir ve ihtiyaç durumunda kişisel bir danışma görüşmesi için randevu alabilirsiniz.

Demans nasıl teşhis edilir?

Demansın erken hastalık evresinde incelenmesi, güvenli bir teşhis konulabilmesi için farklı muayene metotlarının uygulandığı, genellikle çok aşamalı bir süreçtir. Bu süreçte aşağıdaki soruların cevaplandırılması gerekmektedir:

- Bilişsel performans geçmişe göre gerçekten önemli derecede kötüleşti mi?
- Belirtiler, demans hastalığı hakkında gerekçeli bir şüphe duyulacak kadar şiddetli midir, yoksa söz konusu olan, sadece hatırlama yeteneğinin etkilendiği hafif bir bilişsel bozukluk mudur?
- Belirtiler, örn. depresyon, metabolik hastalıklar, enfeksiyon, alkol istismarı veya ilaçların yan etkisi gibi muhtemelen bir başka hastalık nedeniyle ortaya çıkmış olabilir mi?
- Söz konusu olan hangi demans formudur? (örn. Alzheimer demansı, vasküler demans, Lewy cisimli demans)
- Hastalık ne kadar ilerlemiştir? Hastalığın ilerleyen aşamalarını olumlu yönde etkilemek için bu hastalık evresinde hangi ilaç veya ilaç dışı tedaviler en uygun olanıdır?

Aile doktorunuz genel olarak basit muayenelerle belirtilerin hastalık derecesinde olup olmadığını kolayca tespit edebilir. Bunun için hasta ve durumu hakkında iyi bir şekilde bilgi sahibi olan aile bireyleri veya yakın olan kişiler ile birlikte kapsamlı bir görüşme yapılmalıdır. Doktorunuz daha sonra farklı fiziksel muayeneler yapacaktır, kan analizi ve muhtemelen bir de belleğin kontrol edilmesi açısından kısa bir test uygulayacaktır.

Sıra dışı veya açık olmayan bir teşhis oluşması halinde, daha detaylı bir inceleme için her zaman ilgili uzman doktorlarda veya uzmanlaşmış bir bellek kliniğinde ek muayeneler yapılmalıdır. Burada örn. psikiyatristler, nörologlar, psikologlar ve

geriatristler gibi farklı konularda uzman olan kişiler sıkı bir şekilde birlikte çalışmaktadır. Önemli muayene işlemleri şunlardır:

- **Görüntüleme yöntemleri:** Görüntüleme teknikleri altında, beynin anatomik yapısını bir kesit olarak görüntüleyen ve demans için karakteristik olan değişiklikleri görülebilir hale getiren bilgisayarlı tomografi (BT) ve manyetik rezonans görüntüleme (MRG) teknikleri anlaşılır. Münferit durumlarda, örn. nadir görülen bir demans formu şüphesi olması halinde, beyindeki metabolik süreçleri görüntüleyen ve önemli ek bilgiler verebilen, daha karmaşık, fonksiyonel görüntü verebilen yöntemler kullanılabilir (PET, SPECT).
- **Nöropsikolojik yöntemler:** Nöropsikolojik testler, demans şüphesinin incelenmesi, demans ağırlık derecesinin belirlenmesi, ayırıcı tanı ve de tedavi planlamasında merkezi bir rol oynamaktadır. Uygulanan test yöntemleri ile dikkat, bellek, konuşma, oryantasyon, düşünme yeteneği veya kompleks durumlarla başa çıkma gibi çeşitli bilişsel işlevler etkili bir şekilde kontrol edilebilmektedir.

Tüm muayenelerin sonuçlarının alınmasıyla birlikte güvenli bir şekilde demans tanısı konulabilir. Demans formu ise bugün yüksek bir olasılıkla tespit edilebilmektedir, ancak mutlak bir kesinlikle belirlenememektedir; mutlak tespit sadece otopsi yoluyla mümkün olmaktadır.

Erken tanı neden çok önemlidir?

Erken tanının önemli bir hedefi, sebepleri açısından tedavi edilebilir diğer hastalıkların hariç bırakılmasıdır: Bellek bozuklukları, günlük yaşamla başa çıkmada zorluklar, oryantasyon problemleri veya ruh hali değişiklikleri gibi demans için tipik olan belirtiler, aynı zamanda çeşitli psikiyatrik, nörolojik veya iç hastalıkların eşlik eden belirtileri olarak ortaya çıkabilmektedir.

Buna karşın bir demans tanısı konulması halinde belirtiler, mevcut ilaç veya ilaç dışı tedavilere daha erken başlanmasıyla daha etkili bir şekilde tedavi edilebilmektedir: Erken evreli bir tedavi başlangıcı ve istikrarlı bir tedavi, hastalığın ilerlemesini kanıtlanabilir bir şekilde yavaşlatmakta ve en önemlisi, yaşam kalitesini arttırmaktadır.

Demansın başlangıç evresinde teşhis edilmesi halinde kişi, bilişsel olarak ilgili yeteneğe sahip olduğu sürece, hastalığı hakkında bilgi edinmek ve bu teşhis ile başa çıkmak için yeterli zamana sahip olacaktır. Kişi, aile bireyleri ile birlikte, mevcut ve gelecekteki kısıtlamalar ile en iyi şekilde başa çıkmasına yardımcı olabilecek uygun bir yol bulabilir ve ayrıca, diğer insanların desteği ve bakımına giderek daha fazla ihtiyaç duyacağı zamanlar için gerekli kararları bu aşamada alma imkânı bulabilecektir.

*Mag.^a Isabel Flamme
Klinik ve sağlık psikoloğu*