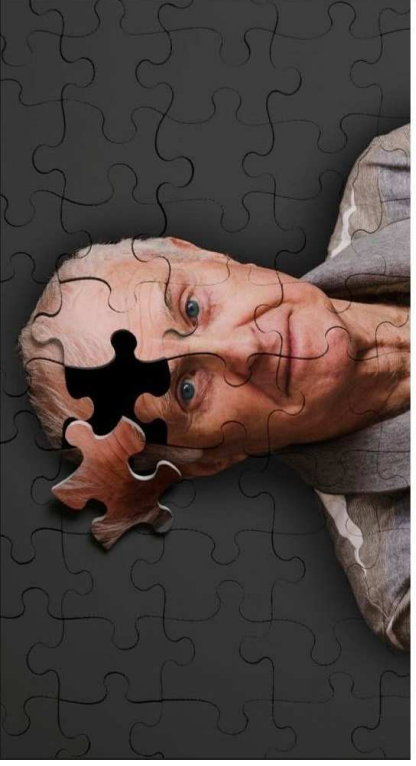




Alzheimer’den değil, geç kalmaktan kork!

Nöroloji Uzmanı Prof. Dr. Oğuz Tanrıdağ, Alzheimer hastalığını tüm yönleriyle ele aldığı kitabında erken teşhisin önemine dikkat çekiyor. Alzheimer’in yaşam tarzıyla çok yakından ilişkili olduğunu vurgulayan Prof. Dr. Tanrıdağ, depresyon tanısı, erken emeklilik, eğitim düzeyinin düşük olması, kronik alkol kullanımı, tansiyon ve şeker yüksekliği ve kafa darbeleri gibi etkenlerin Alzheimer’e yakalanma riskini artırdığını belirtiyor. Kitapta Alzheimer’dan korunmada etkili olacak 15 öneri de paylaşıyor.

Üsküdar Üniversitesi Nörobilim Anabilim Dalı başkanı, NPISTANBUL Beyin Hastanesi Nöroloji Uzmanı Prof. Dr. Oğuz Tanrıdağ, yeni kaleme aldığı “Alzheimer’dan Korkma Geç Kalmaktan Kork” isimli kitabında Alzheimer hastalığını tüm yönleriyle ele aldı.

Boyut Yayıncılık’dan çıkan kitapta, “Hastalığın Adı Nereden Geliyor?”, “Nasıl Bir Beyin Hastalığı?”, “Mevcut Bilgi ve Anlayış Ortamı”, “Kafalar Karıştıran 17 Konu”, “Her Alzheimer Tanısı Geç Bir Tanıdır!”, “Alzheimer’da Erken Tanı Mümkün Mü?” ve “Alzheimer’ a Karşı Yaşam Tarzı Silahı: 15 Öneri” başlıkları yer alıyor.

Başlangıç Yaşı 40-90 arası değişebiliyor

Hastalığın tanısında erken davranmanın ve yaşam tarzının önemini vurgulayan Prof. Dr. Oğuz Tanrıdağ, Alzheimer hastalığının ne zaman başladığı belli olmayan, ilerleyici bir beyin-zihin hastalığı olduğunu, Alzheimer’in başlangıç yaşının 40-90 arası değişebildiğini ifade ediyor.

Başlangıç belirtilerinin kolaylıkla yanlış yorumlanabildiğini ve yaşa bağlı zihin yorgunluğu ve dikkatsizlik, depresyon, tiroid hastalığı, B12 vitamini eksikliği gibi durumlara karşılaşılabildiğini ifade eden Tanrıdağ, “Erken tanısı konusunda yaygınlaşmış bir uygulama yoktur. Buna karşılık, erken tanısı konusunda hassas beyin check-up incelemelerinin önerilmesi ise çok nadirdir. Hastalıklardan korunma ve ilerleme hızını yavaşlatma yönlerinden beyini koruyan yaşam tarzı önerilerinin yerine getirilmesi çok önemlidir” uyarısında bulunuyor.

Kanser ve kalp hastalıklarından sonra üçüncü sırada

Alzheimer hastalığının henüz kesin tedavisi bulunmuş bir hastalık olmadığını ve bu alanda çalışmaların devam ettiğini belirten Prof. Dr. Tanrıdağ, Alzheimer hastalığı vakalarının tüm dünyada giderek arttığına ve son yıllarda hastalıktan ölüm oranının kanser ve kalp hastalıklarından sonra üçüncü sıraya yükseldiğine dikkat çekiyor.

ABD’de hastalıktan ölüm oranının 2000 yılında 100 binde 17.6 iken 2014 yılında 100 binde 29.3’e yükseldiğini ifade eden Tanrıdağ, “Alzheimer hastalığı görünüşte öldürücü bir hastalık gibi değil ama hastalık nedeniyle vatağa bağlanmavla artan çeşitli

komplikasyonlar ölüm oranının artmasındaki temel etken. Özellikle ABD’de ve batı ülkelerinde yaşama süresinin artmasıyla Alzheimer hastalığına raslanma sıklığı da artmış durumda” tespitinde bulunuyor.

Yaşam süresi uzadıkça sıklığı artıyor

2016-2017 dönemi için yapılan değerlendirmelere göre, yaş gruplarına göre hastalığa raslanma sıklıkları 65 yaş altı için %4 iken, 65-74 yaş grubu için %16, 75-84 yaş grubu için %44 ve ilginç biçimde, 85 ve sonrası için %38 olduğunu ifade eden Prof. Dr. Oğuz Tanrıdağ, genel anlamda yaşam süresinin arttığı bir dönemde olduğumuzu ancak Alzheimer’in da yaşla birlikte arttığına dikkat çekiyor.

Hastalığın tanısı geç konuyor

Prof. Dr. Oğuz Tanrıdağ, Alzheimer’in geç teşhisine yol açan etkenleri de şöyle değerlendiriyor:

“Alzheimer hastalığı tanısı geç konulan bir hastalık. Fiziksel etkillemelere neden olmaması ve tıbbın da hastalık denilince öncelikle fiziksel etkileri anlaması bunun en büyük nedeni. Bu yüzden tanı çoğu hastaya hastalık orta-ileri aşamaya geldiğinde konulabiliyor. Tıbbi bir gerçek olarak, bir hastalığa geç tanı konulması daha baştan tedavi olanaklarını sınırlandırır bazen de olanaksız hale getirir. Alzheimer Hastalığının tanısında olduğu gibi.

Yanlış yaklaşımlar teşhisi geciktiriyor

Buna karşın, genel anlamda erken tanı gibi bir kavram da yok. Buradaki soru, diğer bir çok hastalığın erken tanısında olduğu gibi, hangi belirtiler üzerine erken tanı konulacak sorusu. Alzheimer hastalığı zaten fiziksel uyarıcı belirtiler veren bir hastalık değil. Zihinsel etkileri olan bir beyin hastalığı. Burada, zihin kavramıyla beyni birlikte değerlendirmeyen anlayışlar erken tanı için potansiyel bir engel teşkil ediyor. Ne yazık ki, genel anlamda nörolojiye ve psikiyatriye hakim olan anlayışlar bu türden. Bu yüzden, örneğin unutkanlık nedeniyle doktora başvurulduğunda, gidilen doktor psikiyatriste tanı büyük bir sıklıkla depresyon, nörologsa yine büyük bir ihtimalle “yaşınıza göre normal” yaklaşımıdır. Bu yaklaşımlar, bir çok hastada Alzheimer tanısında gecikmeyle ve hastalığın ilerlemesiyle sonuçlanmaktadır.

Erken emeklilik bir risk

Alzheimer hastalığı yaşam tarzıyla çok yakından ilişkili. Yaşam tarzı denilince aklımıza gelen neredeyse her etken hastalığın riskiyle ilişkili. Örneğin; depresyon tanısı, erken emeklilik, eğitim düzeyinin düşük olması, kronik alkol kullanımı, tansiyon ve şeker yüksekliği ve kafa darbeleri. Bunların hepsi Alzheimer’e yakalanma riskini arttırıyor. Bu nedenle, bu etkenlere karşı alınacak önlemler, kasacası farkındalık ve yaşam tarzı önem taşıyor.”