

Kysyjän isovanhemmalla on ollut Alzheimer, josta oli mahdollisesti viitteitä (mm. epäluuloisuutta) jo melko nuorella iällä. Kysyjä on huolissaan taudin perimisestä ja tiedustelee ensimmäisiä merkkejä, jotka voisi havaita itse. Kysyjä toteaa pelkäävänsä Alzheimeria. (Alzheimer, 44v)

Keski-Suomen Muistiluotsi- asiantuntija- ja tukikeskus:

Kuvasit viestissäsi useita tekijöitä, joilla voi olla vaikutusta muistin toimintaan. Aina muistioireiden syynä ei ole etenevä muistisairaus, mutta lisääntyneiden oireiden syy tulee aina selvittää ja oma tai läheisten huoli ottaa tosissaan. Tilannetta tulee tarkastella aina yksilöllisesti; muistitutkimuksiin kannattaa hakeutua, mikäli oma muisti muuttuu aikaisemmasta tai jos töiden tai arjen asioiden hoitamisessa tulee vaikeuksia. Läheiset saattavat huomauttaa, jos unohduksia ja muistilipsahduksia on tullut useampia pienen ajan sisällä. Joskus muistin ongelmat alkavat mielialan tai käyttäytymisen muutoksilla, joita ei välttämättä itse huomaa. Oireita voi olla myös vaikeus liikkua erityisesti vieraassa ympäristössä sekä asioiden ja tapahtumajärjestysten sekoittuminen. Tutkimuksiin kannattaa hakeutua myös, jos esiintyy puheen tuottamisen tai ymmärtämisen vaikeutta. Nykypäivän työelämä paljastaa muistiongelmat usein varhaisessa vaiheessa, mutta työikäisillä etenevää muistisairautta ei osata aina epäillä. Siksi huoli muistisairaudesta kannattaa tuoda esimerkiksi terveydenhuollossa esille.

Vaikka Alzheimerin taudin varsinaista syytä ei edelleenkään tiedetä, tunnetaan erilaisia elämäntapoihin ja ympäristöön liittyviä riskitekijöitä, jotka lisäävät todennäköisyyttä sairastua. Suurimmassa osassa tapauksista Alzheimerin tauti ei johdu perinnöllisistä syistä. Joitakin hyvin harvinaisia Alzheimerin tautia aiheuttavia geenimutaatioita kuitenkin on, mutta näiden osuus kaikista sairaustapauksista on erittäin pieni. Nämä sairaudet alkavat kaikki nuorella iällä ja esiintyvät monessa sukupolvessa. Lisäksi on olemassa eräitä geeneihin liittyviä riskitekijöitä, jotka lisäävät todennäköisyyttä sairastua Alzheimerin tautiin, mutta eivät varsinaisesti aiheuta sairautta.

Säännöllinen liikunta, henkinen ja sosiaalinen aktiivisuus, päihitteettömyys, pään suojeleminen vammoilta, tasapainoinen ruokavalio, normaalipaino sekä masennuksen, verenpainetaudin, diabeteksen ja kohonneen kolesterolin hoitaminen ovat edelleen tutkitusti paras keino pienentää Alzheimerin tautiin sairastumisriskiä. Alzheimerin taudin hoitoon on olemassa lääkkeitä, joilla oireita voidaan lievittää ja sairauden etenemistä hidastaa. Käyttö kannattaa tutkitusti aloittaa mahdollisimman varhaisessa sairauden vaiheessa.

Muistisairauksiin liittyy edelleen paljon ennakkoluuloja ja aikaisemmat kokemuksemme muokkaavat mielikuviamme siitä, millaisena näemme muistisairauteen sairastuneen ihmisen ja minkälaista elämä muistisairauden kanssa on. Viestisi lopussa kerrot pelkääväsi Alzheimerin tautia/muistisairautta. Haluamme viestiä sinulle, ettet ole yksin. Emme väitä, etteikö muistisairaudet toisi elämään haasteita, mutta oikea-aikainen hoito, kuntoutus, tieto ja tuki mahdollistavat omannäköisen, hyvän elämän muistisairaudenkin kanssa. Keski-Suomen muistiyhdistyksestä on saatavilla sekä tukea ammattilaisilta, että vertaistukea muistisairauteen sairastuneilta henkilöiltä ja heidän läheisiltään.