

wskazującymi na pierwsze objawy otępienia są informacje od opiekuna o porzuceniu przez pacjenta zainteresowań, wycofywaniu się z aktywności, zaprzestaniu przygotowywania złożonych posiłków, niemożności poradzenia sobie ze skomplikowanymi pracami domowymi oraz mniejszej dbałości o wygląd. Powyższe objawy przypominają zaburzenia depresyjne, ale najczęściej są one przejawem typowej dla choroby Alzheimera apatyczności, bez odczuwania smutku – mówi **dr n. med. Anna Barczak, neuropsycholog.**

(Nie)zwykle wyzwania

W przypadku osób z chorobą Alzheimera codzienne, zwykłe czynności wykonywane często prawie odruchowo, bez zastanowienia, stają się ogromnym wyzwaniem. Jedną z nich jest odżywianie.

Chorobie Alzheimera bardzo często towarzyszą różnego rodzaju zaburzenia odżywiania – chory ma mniejszy apetyt i nie odczuwa pragnienia, czasem zapomina nawet o jedzeniu lub wręcz odwrotnie – je zbyt wiele. Często zdarza się również ograniczenie diety do wybranych pokarmów, np. słodczy. W bardziej zaawansowanym stadium choroby zdarza się, że pacjent przestaje w ogóle odczuwać potrzebę jedzenia, a niektórzy dodatkowo mają problemy z gryzieniem i przelitykaniem potraw. Co więcej, osoby w podeszłym wieku, a do takich przede wszystkim należy ta grupa chorych, często cierpią jednocześnie na inne schodzenia (np. cukrzyca, zaparcia czy biegunki), mające negatywny wpływ na pracę układu pokarmowego i wchłanianie składników odżywczych. Wszystkie te zaburzenia mogą prowadzić do niedożywienia i wyniszczenia organizmu chorego. W takiej sytuacji zalecane jest stosowanie żywienia medycznego, które powinno być integralną częścią terapii prowadzonej w celu poprawy lub utrzymania właściwego stanu odżywiania i lepszego rokowania pacjenta – dodaje **prof. dr hab. n. med. Andrzej Szczudlik, neurolog.**

Pożywienie dla mózgu

Nie ma leku, który pozwoliłby wyleczyć chorobę Alzheimera, ale dostępne są różne terapie objawowe i konkretne formy wsparcia dla chorych i ich opiekunów. Jedną z nich jest odpowiednie żywienie, które powinno dostarczać choremu wszystkich składników odżywczych, niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania organizmu. Ponadto, jak pokazują badania, niektóre składniki odżywcze, dobrane w odpowiednich konfiguracjach i proporcjach, w sposób szczególny wspomagają pracę ludzkiego mózgu i układu nerwowego. Zaliczamy do nich m.in.:

- **Witaminy z grupy B**, które pozytywnie wpływają na pamięć, koncentrację, a nawet nastroj (łagodzą napięcie nerwowe),
- **Kwasy tłuszczowe omega-3**, zwłaszcza kwas DHA, poprawiające ukrwienie ludzkiego mózgu i usprawniające przepływ bodźców nerwowych między komórkami mózgowymi,
- **Cynk**, który jest składnikiem mineralnym o udowodnionym wpływie na poprawę sprawności intelektualnej osób w starszym wieku.

W diecie chorego niezwykle istotne są również witaminy A, C, D, składniki mineralne takie jak magnez, selen, wapń, żelazo, białka, węglowodany – stanowiące „paliwo” dla mózgu oraz tłuszcze zawarte w nierafinowanych olejach roślinnych, orzechach i pestkach roślin. Skuteczność działania tych składników odżywczych jest jednak zależna nie tylko od ich ilości czy stężenia, ale też od tego, w jakiej kombinacji są spożywane. Dlatego, mimo że występują w ogólnodostępnych produktach spożywczych, uzyskanie ich w proporcjach sprzyjających powstawaniu nowych połączeń pomiędzy komórkami nerwowymi w codziennych posiłkach, jest bardzo trudne. Rozwiązaniem może być włączenie do diety

Partnerzy kampanii:



specjalistycznego preparatu odżywczego typu Souvenaid, przeznaczonego dla pacjentów z wczesnymi objawami choroby Alzheimera. Jego unikalna, odpowiednio dobrana kompozycja współdziałających ze sobą składników została przebadana klinicznie. Preparat ten wspomaga tworzenie nowych połączeń synaptycznych w mózgu.

Strefa Wsparcia dla opiekunów osób z chorobą Alzheimera

W odpowiedzi na szczególne potrzeby opiekunów osób z chorobą Alzheimera powstała Strefa Wsparcia: www.strefawsparcia.souvenaid.pl. To miejsce, w którym można znaleźć wiele praktycznych informacji, jak zajmować się chorym z problemami z pamięcią oraz gdzie szukać wsparcia także dla siebie.

Żywienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą neurologiczną

Mając na uwadze skalę problemu oraz konsekwencje, z jakimi wiąże się niedożywienie pacjentów z chorobami neurologicznymi, Nutricia Medyczna zainicjowała drugą odsłonę ogólnopolskiej kampanii edukacyjnej „Żywienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą”. Jej celem jest podnoszenie świadomości na temat żywienia medycznego jako integralnej części leczenia pacjentów po udarach mózgu, cierpiących z powodu choroby Alzheimera oraz Parkinsona.

Partnerzy kampanii:

