



Δ.Ι.Ε.Κ.

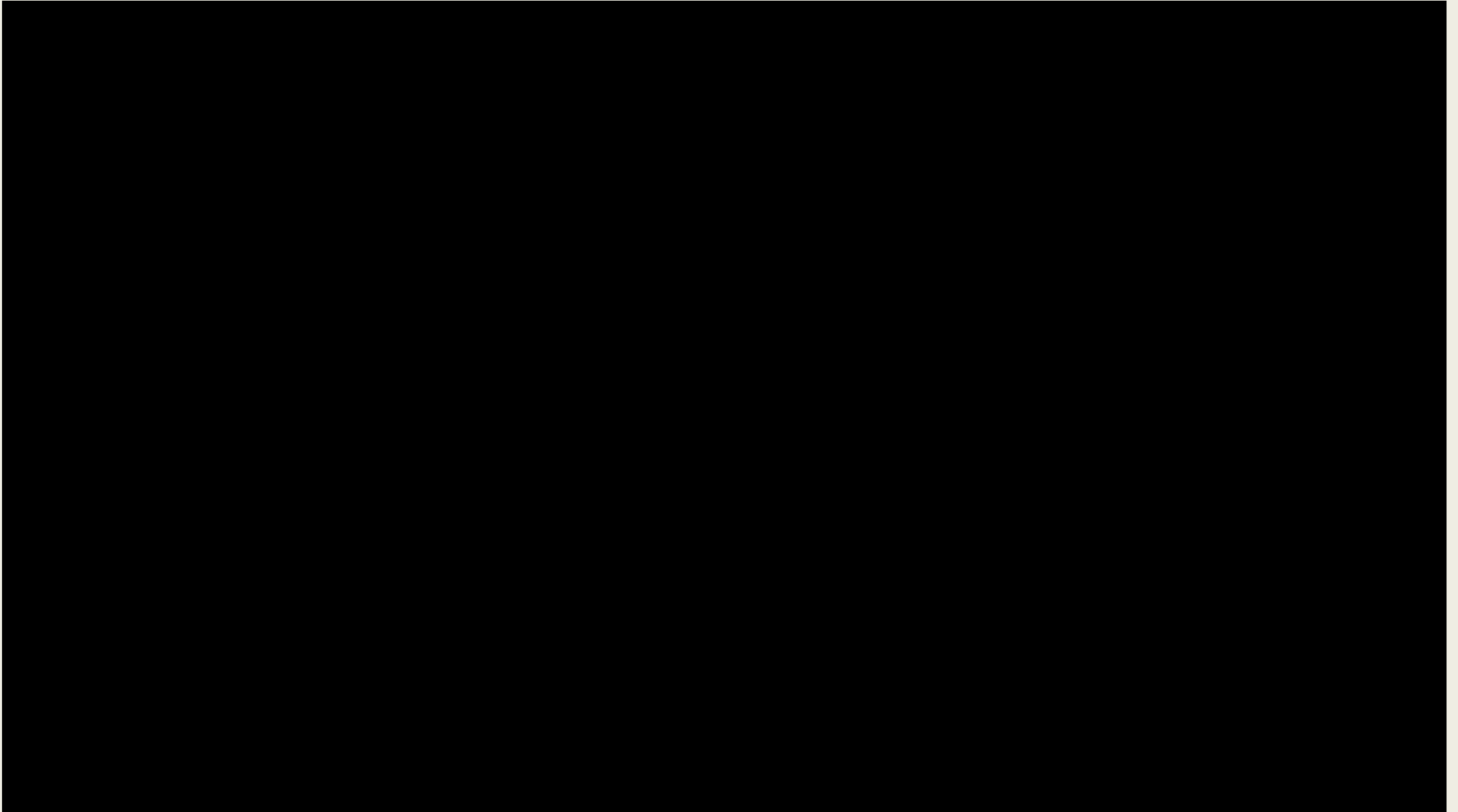
**ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ:
ΒΟΗΘΟΣ ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**


Β' ΕΞΑΜΗΝΟ

ΜΑΘΗΜΑ: ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΗΡΙΑΤΡΙΚΗΣ (Β' ΕΞ.)

Μέλιου Μερόπη MSc

Τί είναι η γηριατρική;





Παθήσεις που έρχονται με το
γήρας

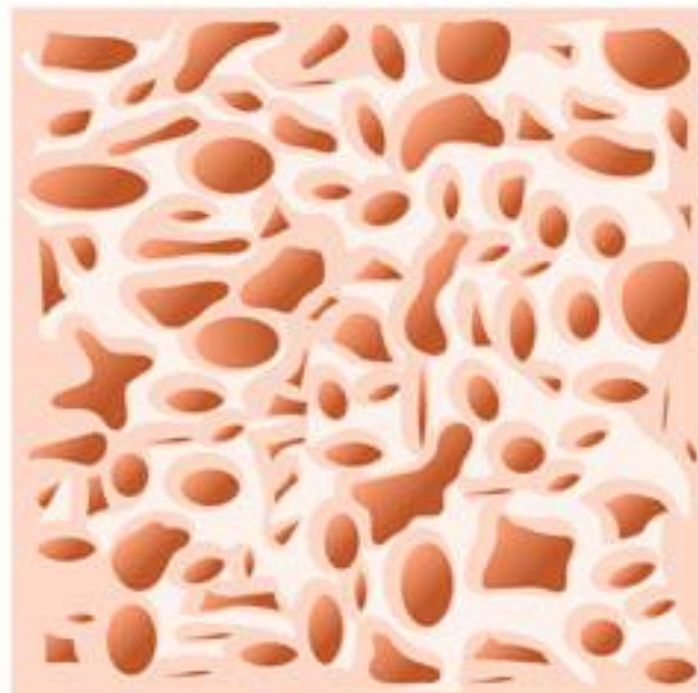
Οστεοπόρωση

- Τα υγιή οστά είναι σημαντικά για την υγεία των ηλικιωμένων. Καθώς μεγαλώνουμε γίνονται πιο λεπτά και αδύναμα. Αυτό οδηγεί στην οστεοπόρωση, νόσο στην οποία τα οστά γίνονται εύθραυστα και μπορεί εύκολα να υποστούν κάταγμα μετά από μια πτώση ή και σε καθημερινές κινήσεις.
- Η πάθηση δεν έχει συμπτώματα, επομένως ζητούμε από τον γιατρό να προγραμματίσει εξέταση οστικής πυκνότητας για να ελεγχθεί η υγεία των οστών. Οι εξετάσεις μπορούν να εντοπίσουν την οστεοπόρωση και τη λιγότερο σοβαρή απώλεια οστικής πυκνότητας, οστεοπενία.

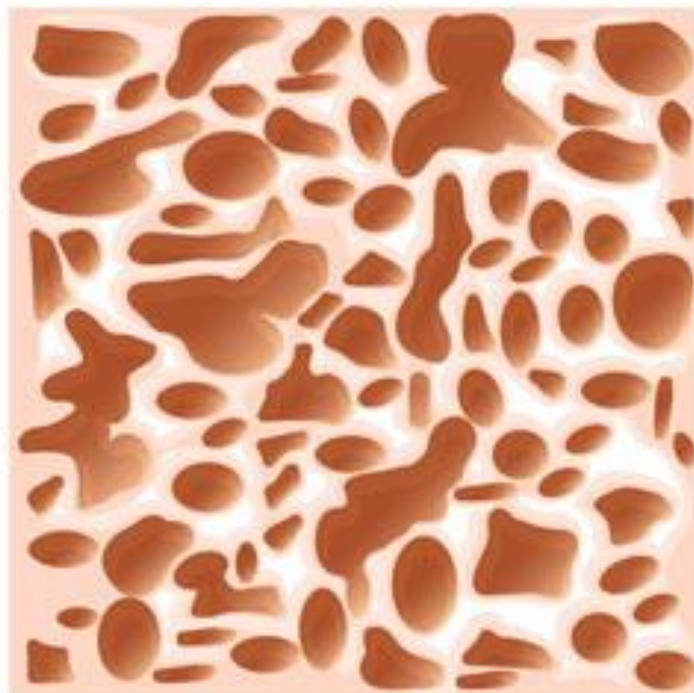
Οστεοπόρωση



Υγιές Οστό

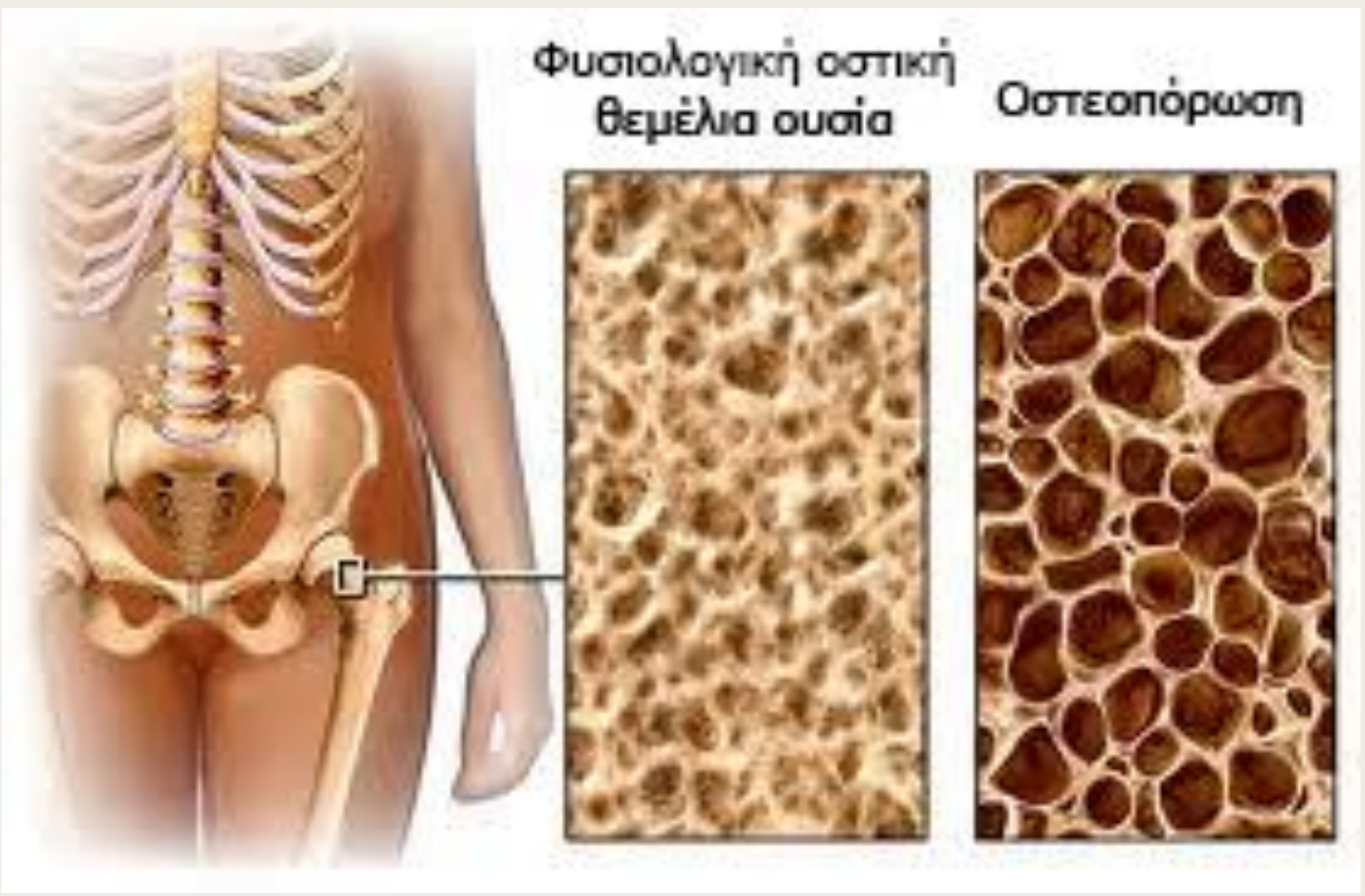


Οστεοπόρωση



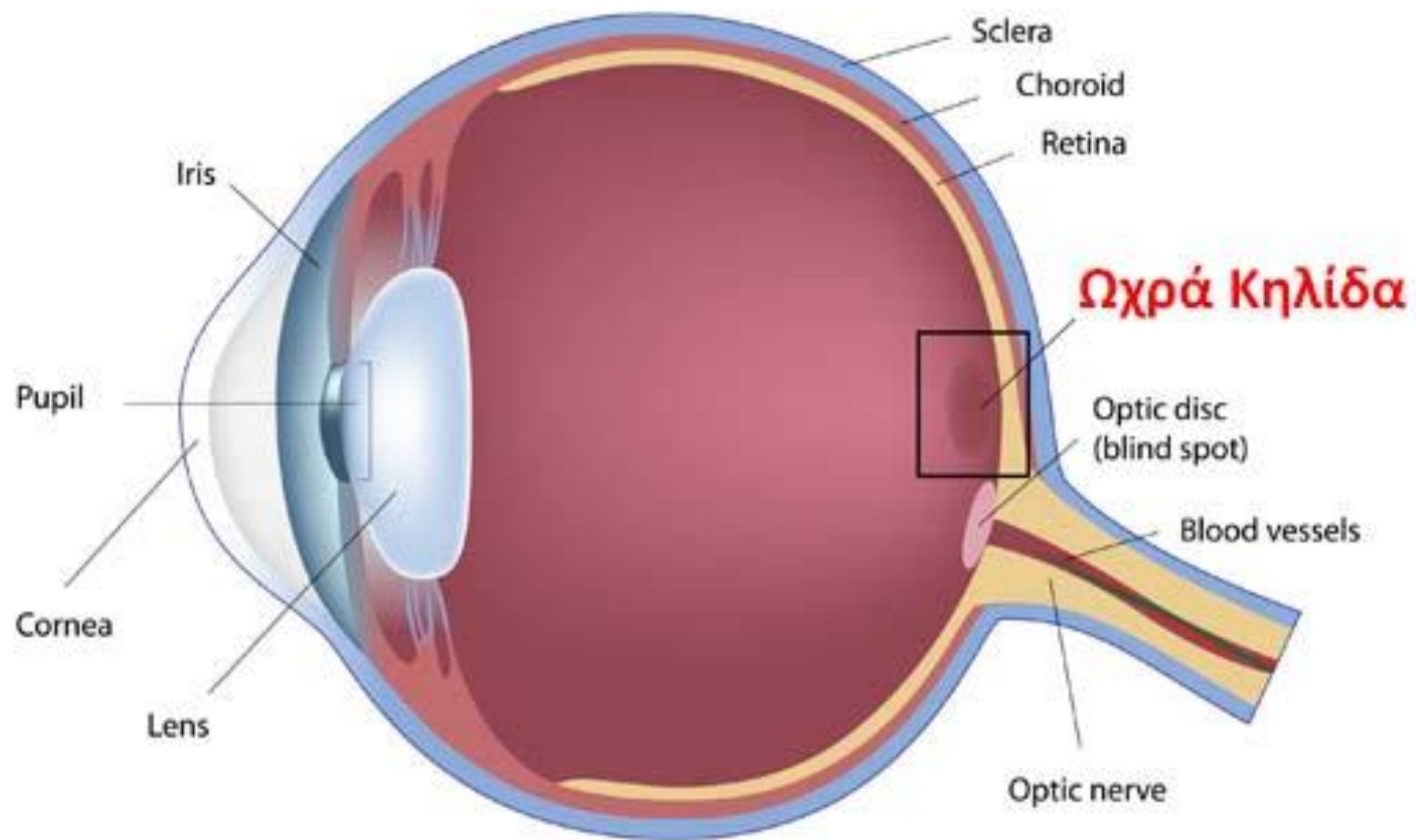
Σοβαρή Οστεοπόρωση

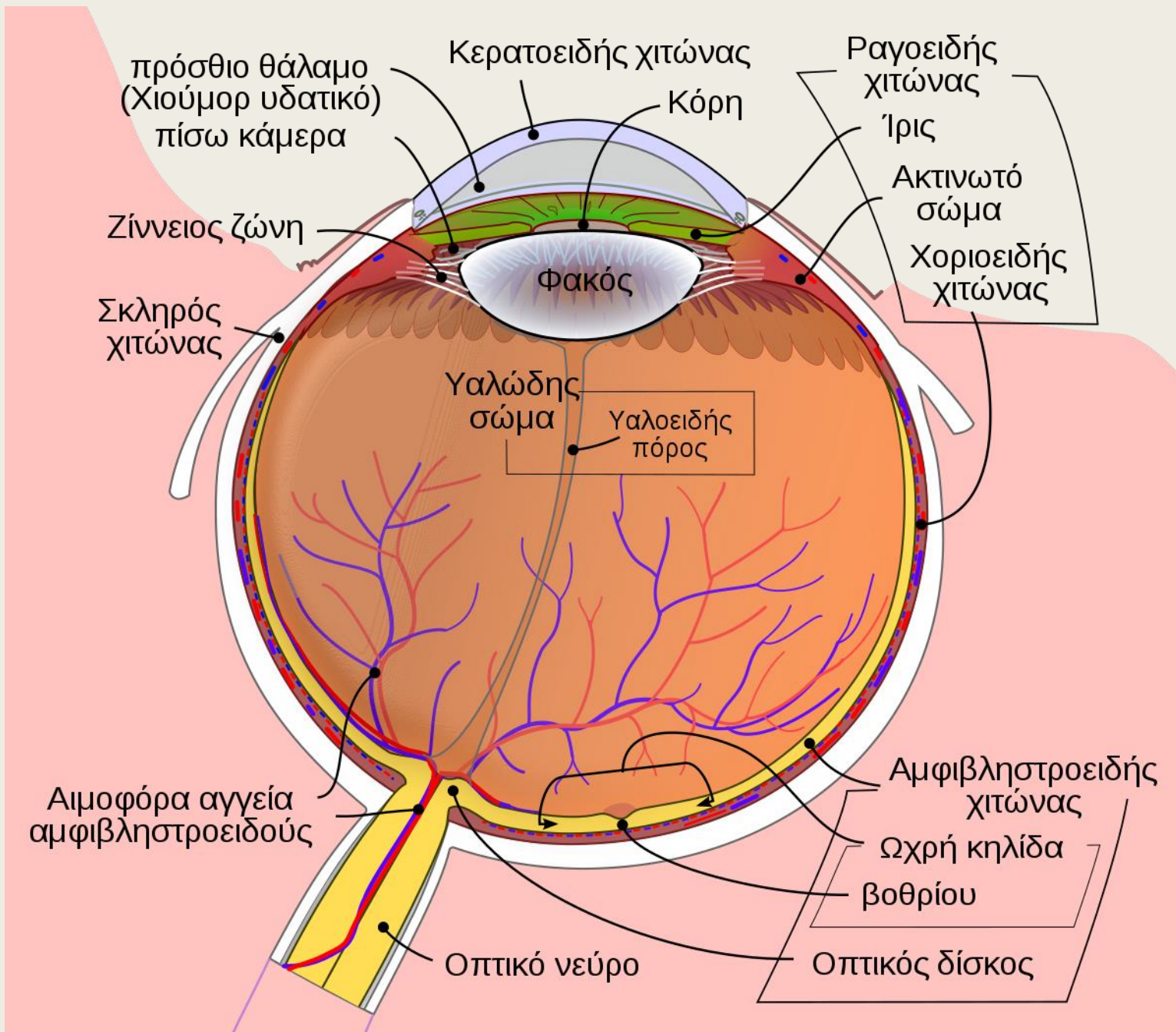




Εκφύλιση ωχράς κηλίδας

- Η όραση συχνά αρχίζει να εξασθενεί με την ηλικία αλλά η εκφύλιση ωχράς κηλίδας είναι απειλή για την όραση.
- Με τη συγκεκριμένη πάθηση η κεντρική όραση γίνεται θολή και πιθανόν έχετε πρόβλημα στο διάβασμα ή στην αναγνώριση προσώπων.
- Άνθρωποι 75 ετών και άνω έχουν 30% μεγαλύτερο κίνδυνο εμφάνισης εκφύλισης ωχράς κηλίδας, επομένως σιγουρευτείτε ότι προγραμματίζετε τακτική εξέταση ματιών.







The visual effects of Malnourished Macular...



Normal Vision



Early Malnourished Macular



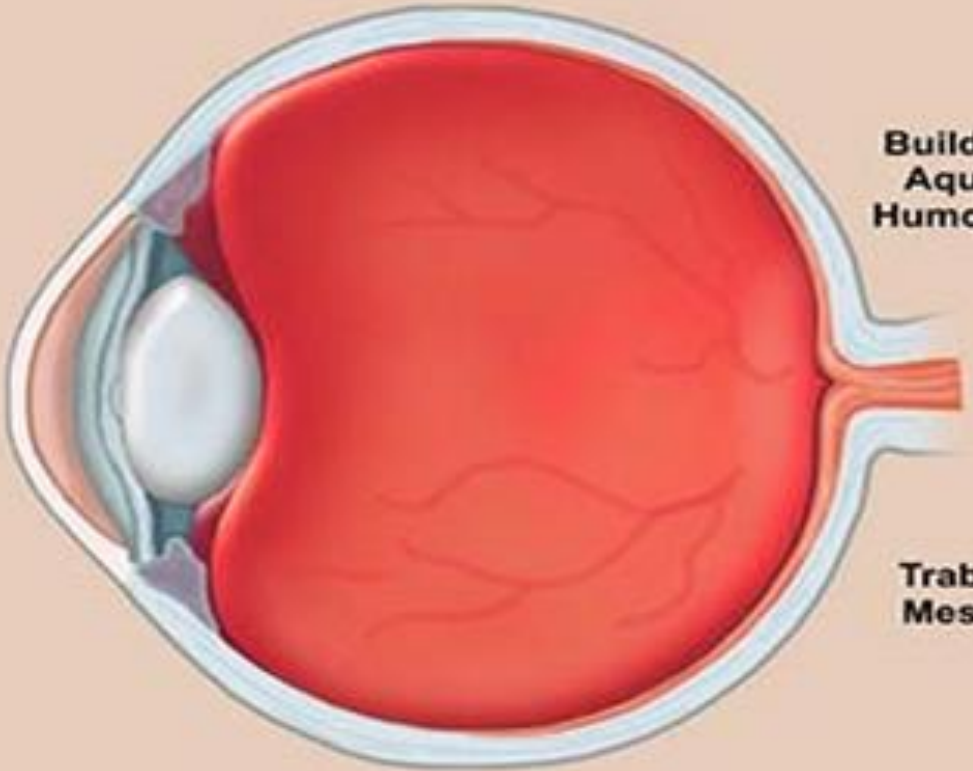
Advanced Malnourished Macular



Γλαύκωμα

- Άλλο πρόβλημα υγείας που σχετίζεται με το πέρασμα του χρόνου και επηρεάζει την όραση είναι το γλαύκωμα.
- Τα περισσότερα είδη αφορούν αύξηση της πίεσης του υγρού στο εσωτερικό του οφθαλμού, που μπορεί σταδιακά να βλάψει το οπτικό νεύρο.
- Αρχικά δεν υπάρχουν συμπτώματα αλλά κάποιος μπορεί σταδιακά να χάσει την περιφερική του όραση και τελικά μπορεί να επηρεαστεί και η άμεση όραση.
- Επειδή το γλαύκωμα μπορεί να οδηγήσει σε τύφλωση αν παραμείνει χωρίς θεραπεία, ο οφθαλμίατρος θα εξετάσει την ύπαρξη γλαυκώματος ως μέρος της επίσκεψης.

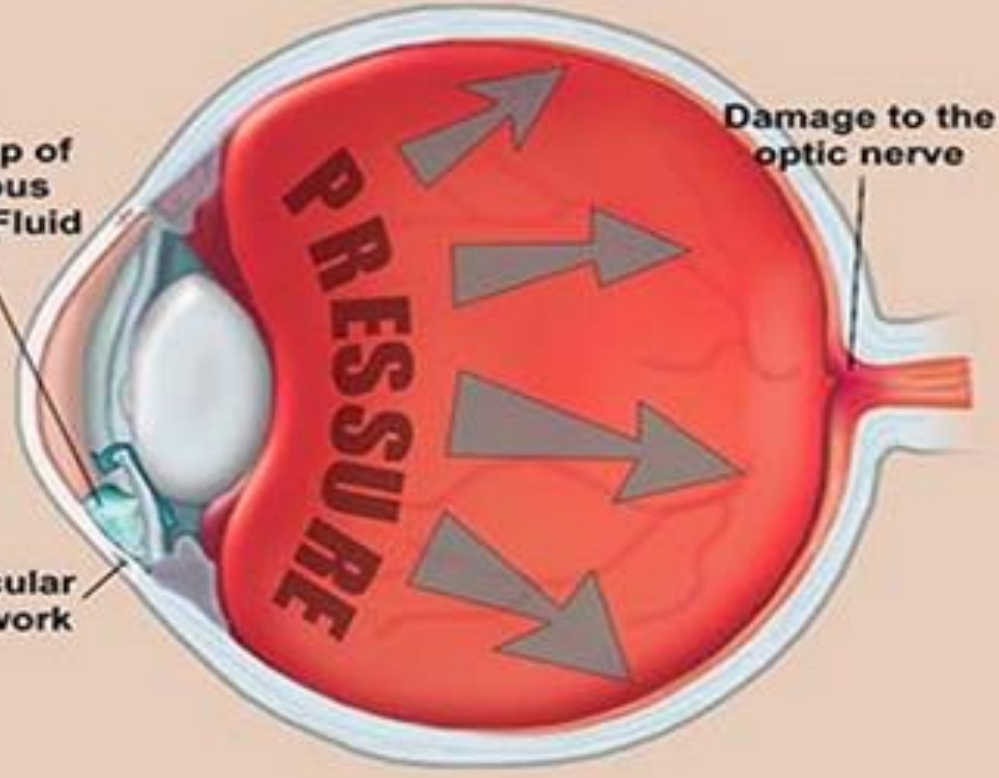
Normal Eye



Eye with Glaucoma

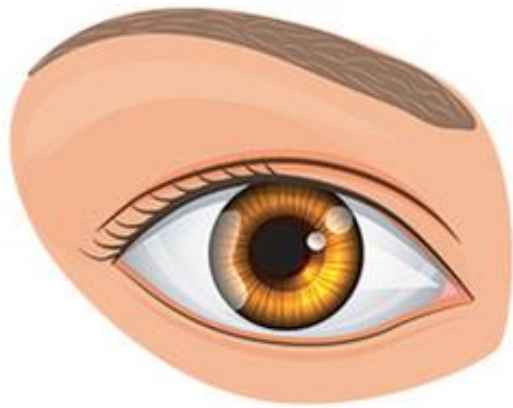
Build Up of Aqueous Humor Fluid

Trabecular Meshwork

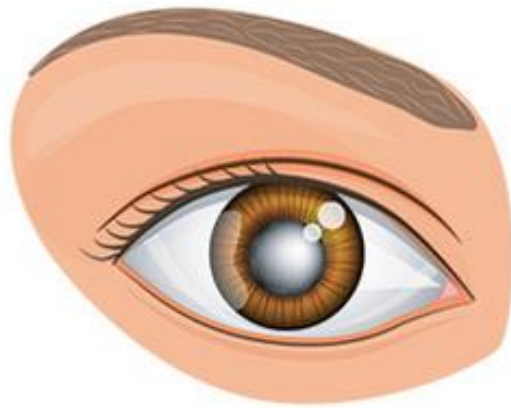


Damage to the optic nerve

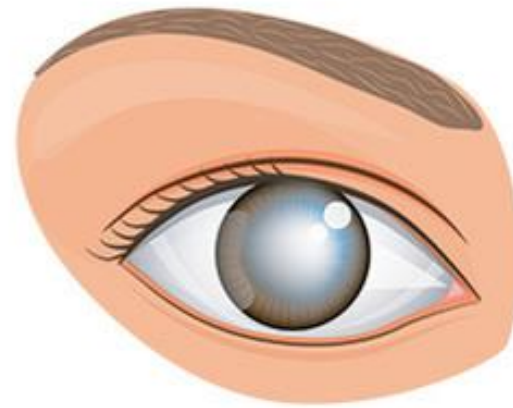
GLAUCOMA CATARACT



healthy eyes



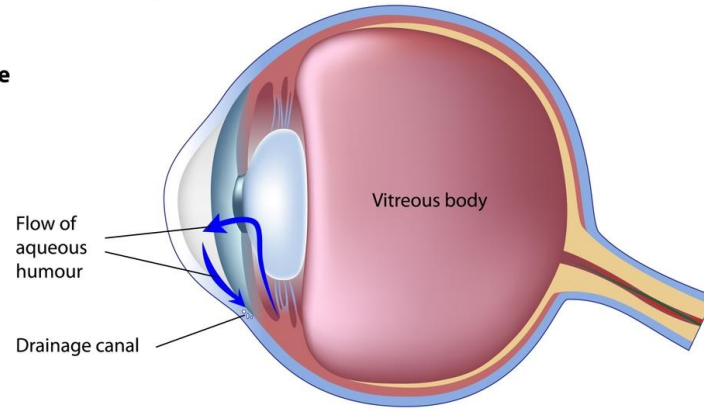
glaucoma



cataract

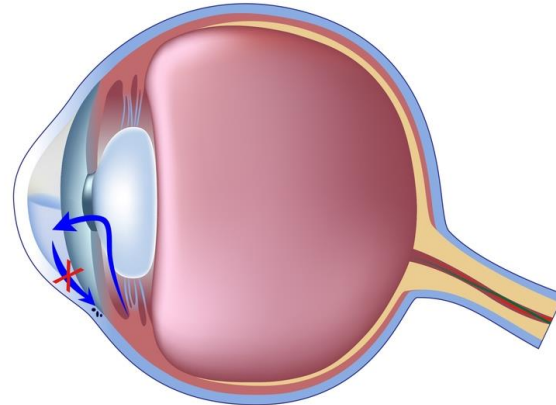
Development of Glaucoma

Healthy eye

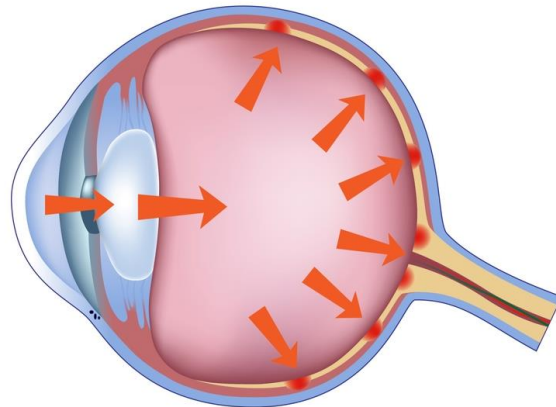


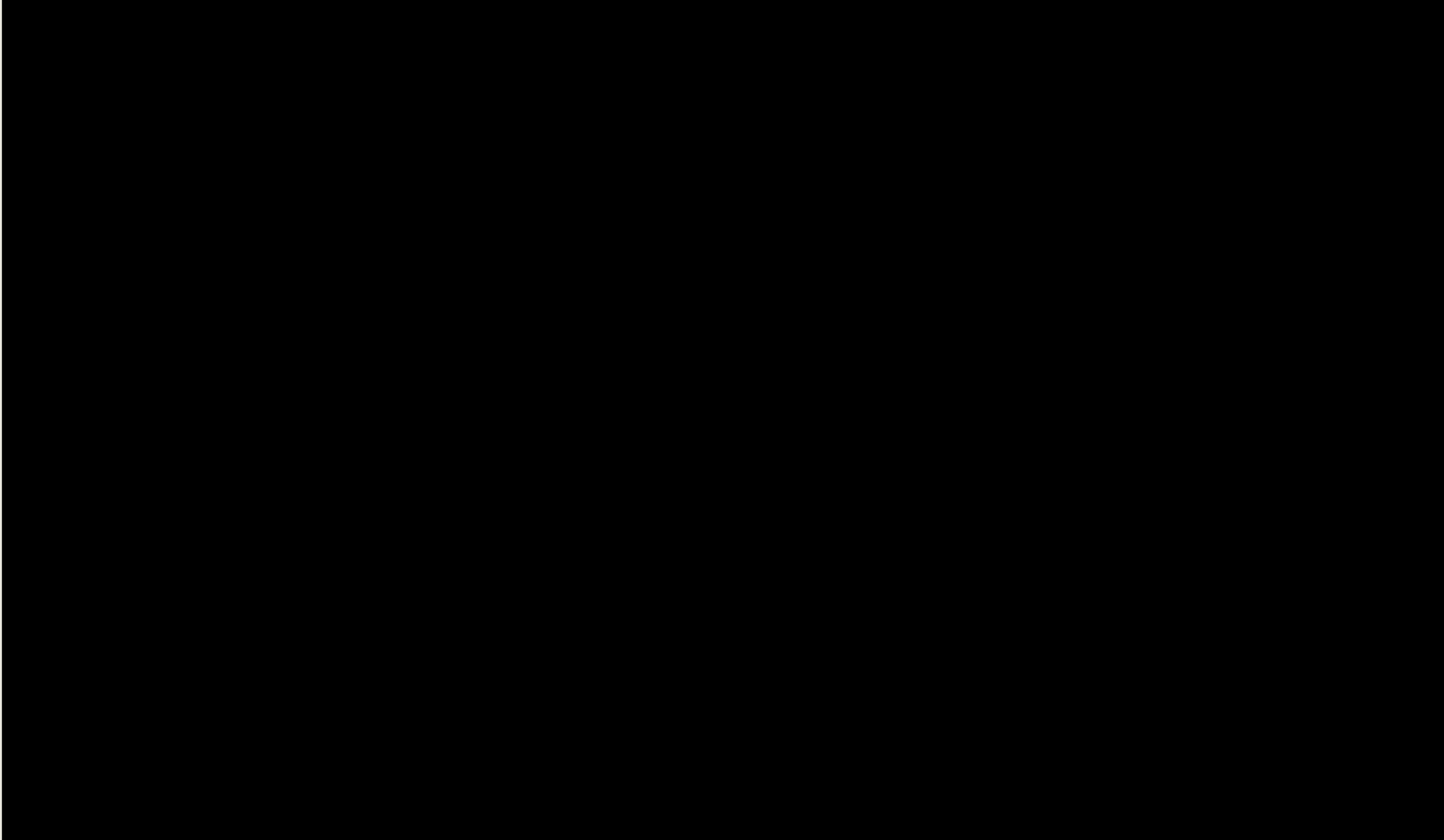
Glaucoma

1. Drainage canal blocked;
build-up of fluid



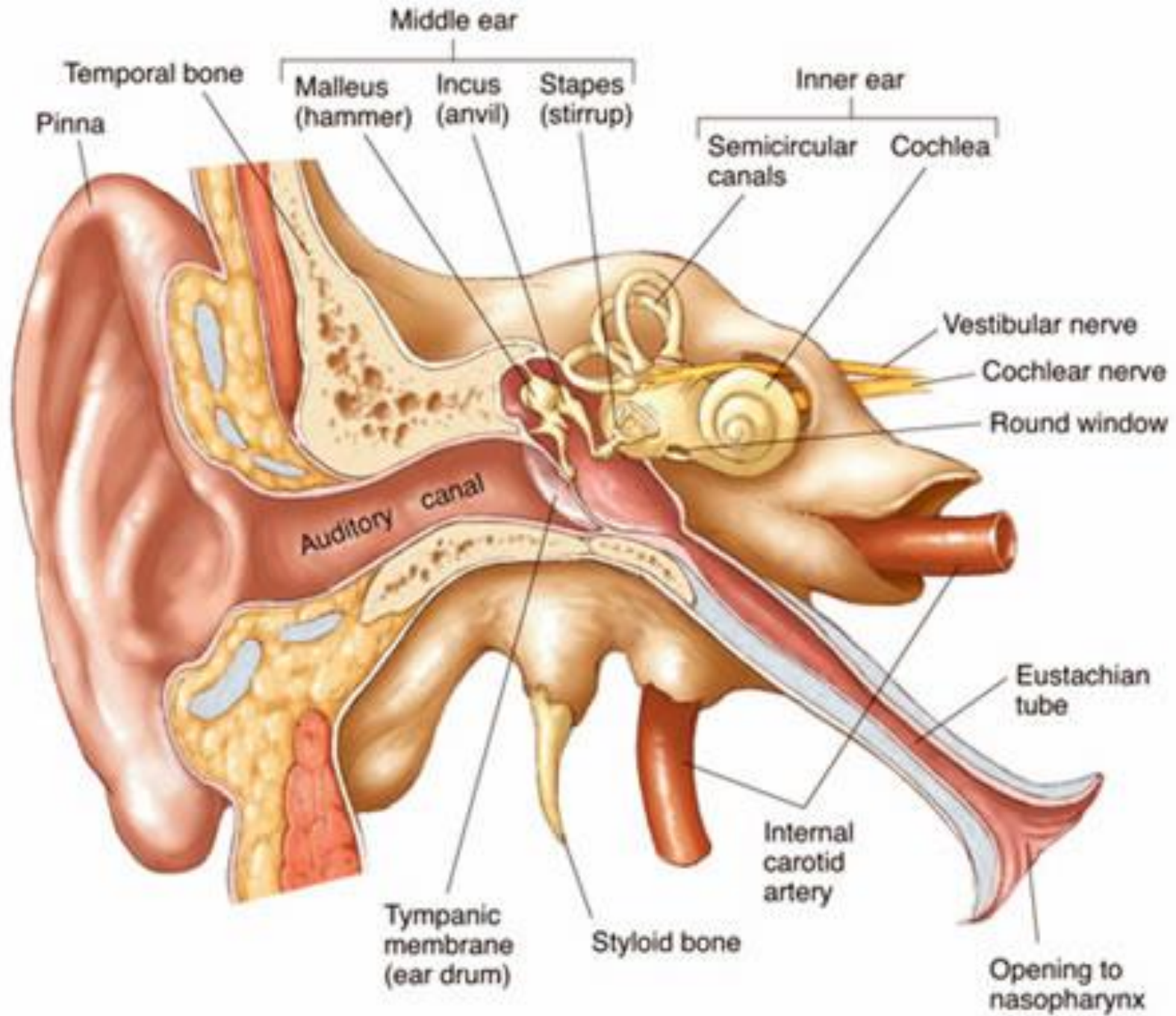
2. Increased pressure
damages blood vessels
and optic nerve





Απώλεια ακοής

- Η απώλεια ακοής στην ηλικία των 65 ετών και άνω είναι σημαντικό θέμα στην υγεία των ηλικιωμένων.
- Οι ήχοι υψηλής συχνότητας συνήθως είναι οι πρώτοι που χάνονται.
- Μην αφήσετε την απώλεια ακοής να κλέψει την ικανότητα κοινωνικοποίησης-εξεταστείτε για την ακοή σας και αν θέλετε βοήθεια χρησιμοποιήστε βοήθημα για την ακοή.



ΕΠΙΠΕΔΑ ΗΧΟΥ

Κέντρο Υποστήριξης Ακοής

ΓΕΩΔΩΡΟΥ
ΑΚΟΥΣΤΙΚΑ ΒΑΡΗΘΕΣ



Νόσος Alzheimer

- Η νόσος Alzheimer διαβρώνει την ικανότητα να θυμηθεί και να σκεφτεί κάποιος καθαρά και τελικά οδηγεί ορισμένους στο να είναι αβοήθητοι όσον αφορά την εκτέλεση καθημερινών βασικών λειτουργιών.
- Είναι εκφυλιστική νόσος του εγκεφάλου μη αναστρέψιμη.
- Αρχικά θα εμφανιστούν κενά μνήμης. Ωστόσο αν θεωρείτε ότι ξεχνάτε μην υποθέσετε αμέσως τα χειρότερα καθώς η φυσιολογική γήρανση επηρεάζει επίσης τη μνήμη. Αν ανησυχείτε εξεταστείτε από γιατρό.

Η Νόσος Alzheimer έχει τρία βασικά στάδια:

Πρώιμο στάδιο

Συνήθως ένα άτομο στην πρώιμη φάση ανάπτυξης της νόσου Alzheimer:

- Έχει σταδιακά αυξανόμενη σύγχυση σχετικά με το πού βρίσκεται, ενώ παρουσιάζει επίσης την τάση να χάνεται εύκολα.
- Χάνει την ικανότητα να ξεκινάει δραστηριότητες με δική του πρωτοβουλία και χωρίς καθοδήγηση.
- Αποφεύγει να αντιμετωπίσει νέες, μη οικείες καταστάσεις, όπως να κάνει ένα ταξίδι.
- Παρουσιάζει καθυστερημένες αντιδράσεις και μειωμένη ικανότητα εκμάθησης.
- Αρχίζει να μιλά με πολύ αργότερο ρυθμό σε σχέση με το παρελθόν.
- Δυσκολεύεται να διαχειριστεί τα οικονομικά του και να τακτοποιήσει τους λογαριασμούς του.
- Παρουσιάζει «φτωχή» κριτική ικανότητα και λαμβάνει λανθασμένες αποφάσεις.
- Μπορεί να είναι κυκλοθυμικό και να έχει ενδείξεις κατάθλιψης, ενόχλησης και νευρικότητας.
- Αυτά τα συμπτώματα είναι συνήθως πιο έντονα όταν το άτομο βρίσκεται σε ένα καινούριο μέρος ή καλείται να αντιμετωπίσει ένα ασυνήθιστο ή πρωτόγνωρο γι' αυτό περιστατικό.

Τα παραπάνω συμπτώματα είναι συνήθως πιο έντονα όταν το άτομο βρίσκεται σε ένα καινούριο μέρος ή καλείται να αντιμετωπίσει ένα ασυνήθιστο ή πρωτόγνωρο γι' αυτό περιστατικό.

Μεσαίο στάδιο

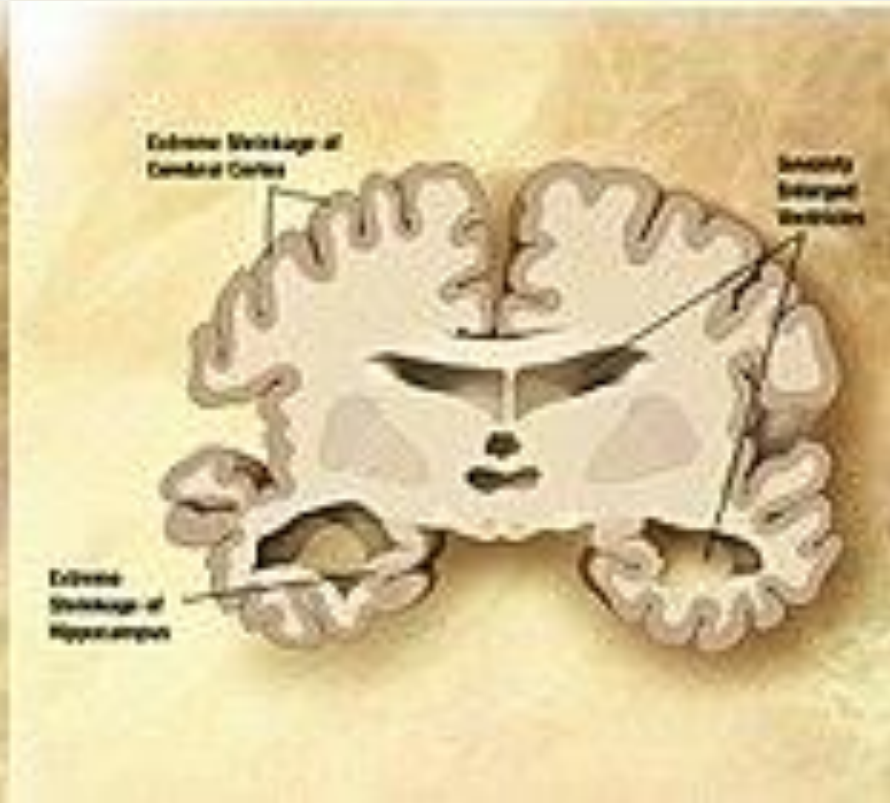
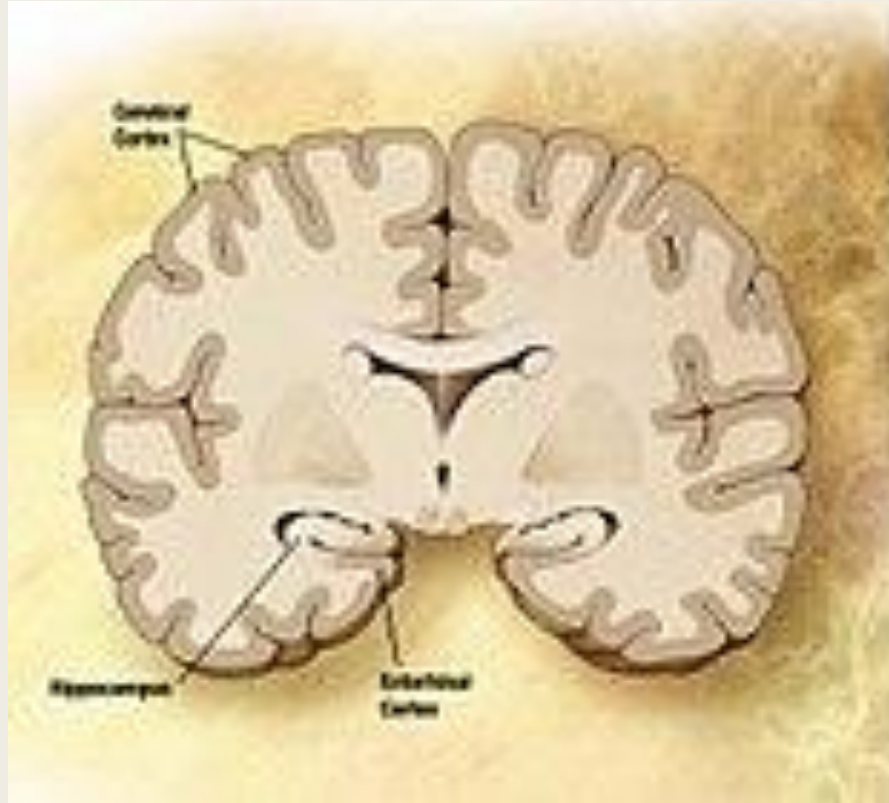
Κατά το μεσαίο στάδιο της νόσου ο πάσχων:

- Δυσκολεύεται να αναγνωρίσει στενούς φίλους, ακόμη και μέλη της οικογένειάς του.
- Είναι ανήσυχος και περιπλανιέται.
- Έχει πρόβλημα σε απλές δραστηριότητες όπως την ανάγνωση, τη γραφή και την αριθμητική.
- Αντιμετωπίζει πρόβλημα με την οργάνωση των σκέψεών του σε λογική σειρά.
- Δυσκολεύεται να ντυθεί.
- Νευριάζει εύκολα, ενώ μπορεί να γίνει εχθρικό και μη διαθέσιμο για συνεργασία.
- Πιστεύει παράλογα πράγματα (παρακρούσεις), είναι καχύποπτο προς τους άλλους και ευερέθιστο.
- Χρειάζεται συνεχή επίβλεψη.
- Χάνει την αίσθηση του χρόνου.

Τελικό στάδιο

Στα τελικά στάδια της Νόσου Alzheimer ο ασθενής παρουσιάζει τα εξής συμπτώματα:

- Δεν μπορεί πλέον να κάνει μόνο του μπάνιο, να φάει, να ντυθεί ή να πάει τουαλέτα.
- Ενδέχεται να καθηλωθεί στο κρεβάτι ή σε αναπηρικό καροτσάκι.
- Χάνει την ικανότητα μάσησης της τροφής.
- Χάνει εύκολα την ισορροπία του και μπορεί να πέφτει συχνά.
- Παρουσιάζει ιδιαίτερα μεγάλη σύγχυση κατά τις βραδινές ώρες και έχει αϋπνίες.
- Δεν μπορεί να επικοινωνήσει λεκτικά.
- Έχει ακράτεια ούρων



Υγιής εγκέφαλος

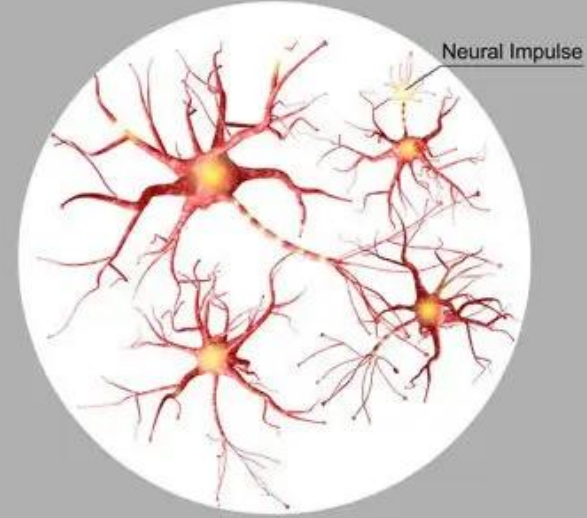
Εγκέφαλος με προχωρημένη νόσο Alzheimer



Healthy Brain



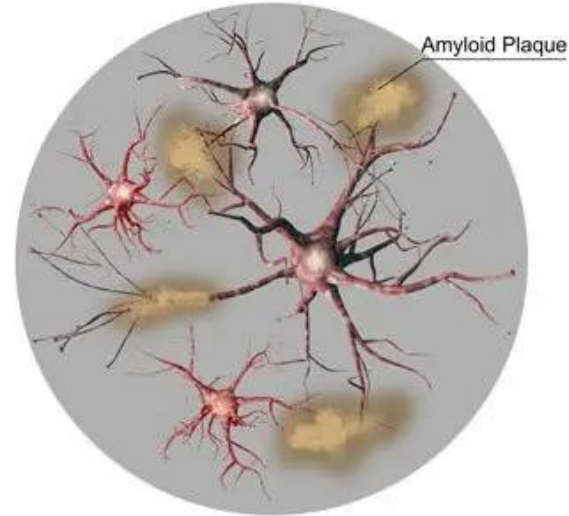
Healthy Neurons

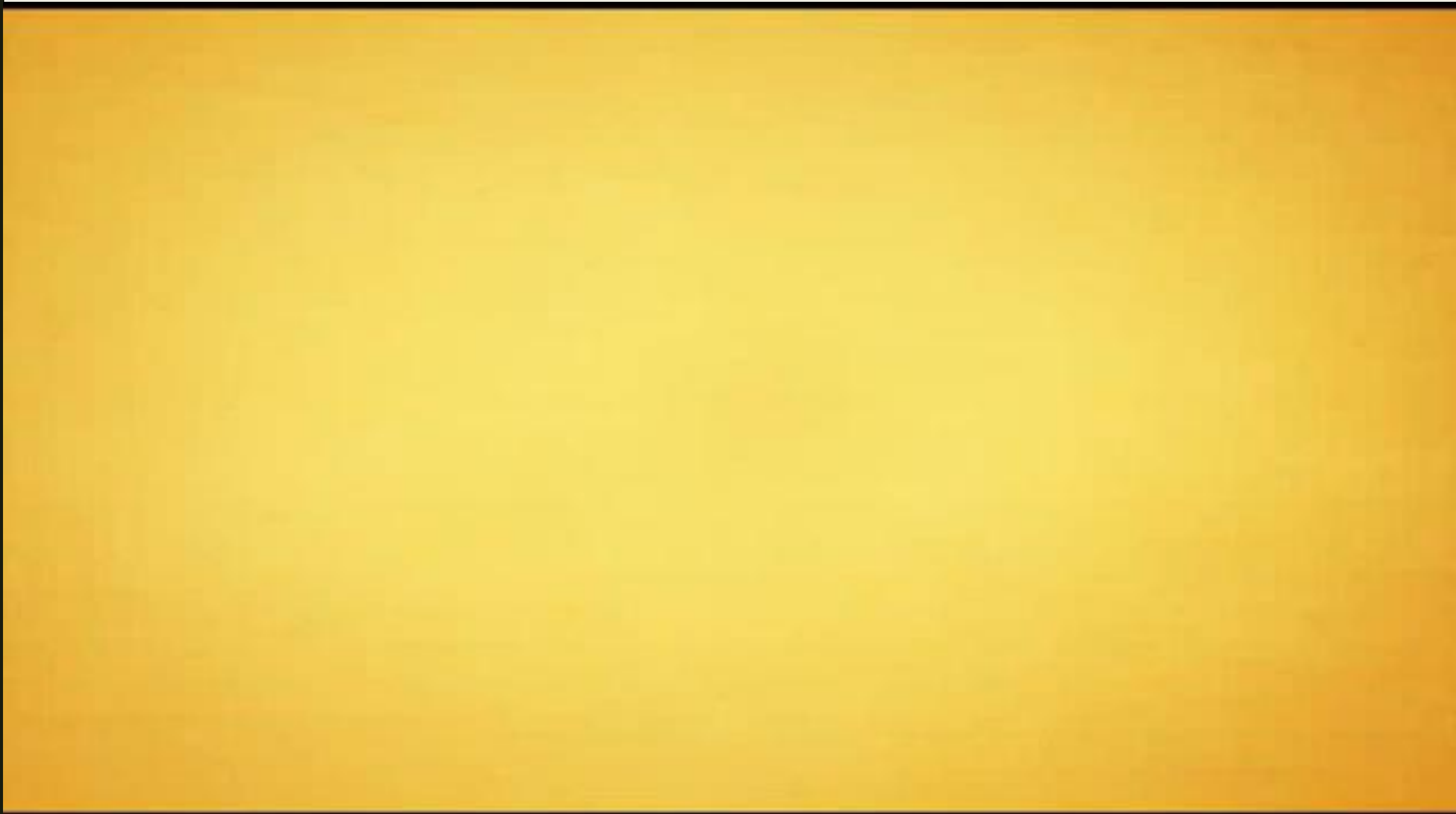


Alzheimer's Disease



Diseased Neurons





Νοητική εξασθένηση

- Η ελαφριά νοητική εξασθένηση είναι ο ιατρικός όρος για την απώλεια μνήμης που συνδέεται με την ηλικία και που δεν έχει γίνει Alzheimer, αλλά είναι πιο σοβαρή από αυτή που συνήθως εμφανίζεται με την ηλικία.

Η δια βίου πιθανότητα να έχετε κάποιο είδους νοητικής εξασθένησης είναι 68% αν είστε 65 ετών και άνω. Άνθρωποι με ελαφριά νοητική εξασθένηση μπορούν να συζητούν και να λύνουν προβλήματα αλλά συχνά ξεχνούν και μπορεί να μπερδευτούν σε πολύπλοκες εργασίες, όπως στην πληρωμή των λογαριασμών.

- Αν πιστεύετε ότι κάποιος κοντινός σας άνθρωπος μπορεί να έχει συμπτώματα νοητικής εξασθένησης ζητήστε από τον γιατρό σας να σας αξιολογήσει.

Ακράτεια

- Η ακράτεια ούρων είναι ακόμα ένα πρόβλημα που αφορά πολλούς ηλικιωμένους. Γυναίκες άνω των 50 ετών είναι πιο πιθανό να εμφανίσουν την πάθηση, επειδή οι μυς της πυέλου χάνουν την ισχύ τους και ελέγχουν σε μικρότερο βαθμό την κύστη.
- Άντρες με διογκωμένους προστατικούς αδένες επίσης είναι πιθανό να έχουν ακράτεια. Αν έχετε ακράτεια μιλήστε με τον γιατρό σας για τις επιλογές που έχετε όσον αφορά την αγωγή.

Αρθρίτιδα

- Η πιο κοινή μορφή που επηρεάζει τους ηλικιωμένους είναι η οστεοαρθρίτιδα, που προκύπτει από την εξάντληση των αρθρώσεων, ιδιαίτερα στα δάχτυλα, το ισχίο, τα γόνατα, τους καρπούς και τη σπονδυλική στήλη.
- Υπάρχουν πολλές αγωγές, επομένως μη διστάσετε να αναζητήσετε βοήθεια αν πονάτε στις αρθρώσεις.

Ισορροπία

- Καθώς μεγαλώνουμε, συχνά εμφανίζουμε προβλήματα ισορροπίας.
- Πολλοί έχουν πρόβλημα ιλίγγου.
- Αν και προβλήματα του έσω ωτός συχνά είναι η αιτία, ορισμένα προβλήματα ισορροπίας οφείλονται σε φάρμακα ή σε άλλες παθήσεις.
- Αν αισθάνεστε ότι το δωμάτιο 'γυρίζει' ή ότι κινείστε ενώ είστε ακίνητοι δείτε τον γιατρό σας το γρηγορότερο.

Δυσκοιλιότητα

- Οι ηλικιωμένοι 65 ετών και άνω είναι αυτοί που πιο συχνά παραπονιούνται για το πρόβλημα. Ορίζεται ως λιγότερες από 3 εντερικές κινήσεις την εβδομάδα.
- Προκύπτει όταν το παχύ έντερο απορροφά πολύ νερό από τις τροφές, οδηγώντας σε σκληρά κόπρανα.
- Η έλλειψη ινών στη διατροφή και σωματικής δραστηριότητας, όπως και η αφυδάτωση, είναι πιθανές αιτίες δυσκοιλιότητας. Δείτε γιατρό αν αποτελεί τακτικό θέμα για σας.



ΑΠΟΡΙΕΣ

