

## 21.9. = Mezinárodní den Alzheimerovy choroby

---



### O Mezinárodním dni Alzheimerovy choroby

K **Mezinárodnímu dni Alzheimerovy choroby** se Česká republika připojila v roce **1998**. Jeho cílem je zvyšovat povědomí veřejnosti o této nemoci, která je jednou **znejtčastějších příčin demence**.

I v České republice probíhají různé akce **pod záštitou tohoto dne**. V Praze se například bude letos konat akce **„Pochodem proti Alzheimeru“** a i na dalších místech se bude věnovat Mezinárodnímu dni Alzheimerovy choroby pozornost. Probíhají mimo jiné **workshopy a přednášky o této chorobě**, ale také jsou prezentovány **procedury a terapie**.

### Stručně o Alzheimerově chorobě

Alzheimerova choroba je **neurodegenerativním onemocněním**. Při této nemoci dochází k **nevratným změnám na mozku** a způsobuje **potíže v oblasti kognitivních funkcí**, tedy myšlení, úsudku a paměti.

Alzheimerova choroba je **nevléčitelnou nemocí**, ale při jejím včasném odhalení je možné zmírnit její průběh a **prodloužit a zkvalitnit pacientovi život**.

Alzheimerova choroba postihuje především **starší občany nad 65 let**, ovšem objevuje se i u mladších lidí.

Příznaky této nemoci jsou plíživé. Pacient **začne zapomínat, ztrácí místní i časovou orientaci**. Má potíže se soustředěním a celkově působí zmateně. U nemoci se projeví **poruchy hybnosti** a z dalších příznaků si

ještě uvedme **změny chování** a osobnosti celkově, **poruchy řeči, případně i halucinace a bludy**.

## Prevence Alzheimerovy choroby

Příčiny Alzheimerovy choroby **nejsou zcela objasněné**, a proto je **obtížné zaměřit na prevenci**. Lékaři však doporučují **zdravý životní styl a cvičení mozku** (čtení, křížovky a různé procvičování paměti). Důležitý je i **pravidelný pohyb**. Odborníci také zdůrazňují, že je skutečně důležité **nemoc včas odhalit a zahájit léčbu**. I právě na to se snaží upozornit **Mezinárodní den Alzheimerovy choroby**.

## Na 21. 9. připadá i Mezinárodní den míru

**Dne 21. září je významný** jako Mezinárodní den Alzheimerovy choroby, ale zároveň jde také o **Mezinárodní den míru**. První oslava tohoto dne proběhla už v roce **1981**. Má připomenout lidem, že **mír na rozdíl od války je přirozeným stavem národů**. Lidé by si měli uvědomit jeho důležitost pro náš **spokojený život**.