

Функциональные обязанности специалистов в целях реализации профилактики когнитивных нарушений у пожилых людей:

1. Выявление, устранение или коррекция факторов риска развития КР (курения, гиподинамии, артериальной гипертензии, сахарного диабета, ожирения, дислипидемии, дефицита витамина В12 и фолиевой кислоты, гипер- или гипотиреоза, черепно-мозговой травмы и т.д.).
2. Диагностика когнитивных нарушений (с использованием теста Мини-Ког, MMSE) у пациентов старше 60 лет.
3. Мониторинг когнитивного статуса при лёгких формах КН (МОСА –тест, гериатрическая шкала депрессии).
4. Выявление пациентов, нуждающихся в специализированной помощи, и их направление в зависимости от степени тяжести КН:
 - Легкие когнитивные нарушения – после осмотра участковым терапевтом и врачом-гериатром направляется в КНП (кабинет нарушений памяти) ПМСП.
 - С умеренными и тяжелыми когнитивными нарушениями больные направляются в ПНД и СОКПБ.
 - Гериатрический центр проводит когнитивные тренинги в кабинете когнитивных нарушений и в кабинете нарушений памяти.
5. Проведение профилактических мероприятий по предупреждению и снижению распространённости КР, сохранению качества жизни пациентов пожилого и старческого возраста (см. рек., М., 2019).

Перечень рекомендаций для проведения когнитивных тренингов :

- **чтение и пересказ книг**, чтение неверно написанных слов (галз, окко, слонце, клоодец, севриз).
- **списывание, письмо под диктовку простых слов** (например, дом, окно, стул), сложных слов (портной, строчить, кораблекрушение), письмо фраз.
- **заучивание стихов**,
- **разгадывание кроссвордов и сканвордов**,
- **заучивание серии слов с последующим припоминанием через 2 мин.** (например, дом, лес, стол, кот, ночь, игла, пирог, звон, мост, крест), заучивание фраз, цифр;
- **упражнения, направленные на тренировку зрительной и ассоциативной памяти**; на переключаемость и концентрацию внимания (поиск различий в картинках, поиск определенных букв, слов в общей массе),
- **элементарный счет, выполнение простых счетных операций, математических расчетов в уме**; повторение таблицы умножения (устно), письменное выполнение счетных операций (67+94=...), выполнение серийного счета в уме.

Важным при этом является **регулярность** проведения занятий и **принцип «от простого к сложному»**.



Когнитивные расстройства. Этиология.

I. Нейродегенеративные заболевания

1. Болезнь Альцгеймера.
2. Деменция с тельцами Леви.
3. Фронтально-темпоральная дегенерация (ФТД)
4. Кортико-базальная дегенерация.
5. Болезнь Паркинсона.
6. Прогрессирующий надъядерный паралич
7. Хорея Гентингтона
8. Другие дегенеративные заболевания головного мозга.

II. Сосудистые заболевания головного мозга.

1. Инфаркт мозга "стратегической" локализации.
2. Мультиинфарктное состояние
3. Хроническая церебральная ишемия.
4. Последствия геморрагического поражения головного мозга.
5. Сочетанное сосудистое поражение головного мозга.

III. Смешанные (сосудисто-дегенеративные) когнитивные нарушения

IV. Дисметаболические энцефалопатии.

1. Гипоксическая
2. Печёночная
3. Почечная
4. Гипогликемическая
5. Дистиреоидная (гипотиреоз, тиреотоксикоз).
6. Дефицитарные состояния (дефицит В1, В12, фолиевой кислоты, белков).
7. Промышленные и бытовые интоксикации
8. Ятрогенные когнитивные нарушения (при применении холинолитиков, барбитуратов, бензодиазепинов, нейролептиков, солей лития и др.)

V. Нейроинфекции и демиелинизирующие заболевания

1. ВИЧ-ассоциированная энцефалопатия
2. Губчатый энцефалит (болезнь Крейцфельда-Якоба)
3. Прогрессирующие панэнцефалиты
4. Последствия острых и подострых менингоэнцефалитов.
5. Прогрессирующий паралич.
6. Рассеянный склероз
7. Прогрессирующая дизимунная мультифокальная лейкоэнцефалопатия

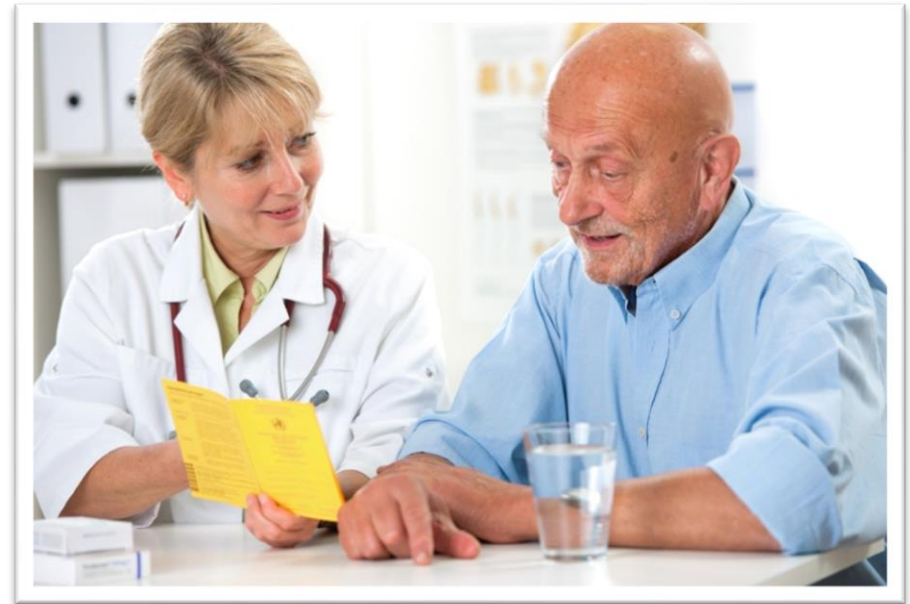
VI. Черепно-мозговая травма

VII. Опухоль головного мозга

VIII. Ликвородинамические нарушения

Нормотензивная (арезорбтивная) гидроцефалия

IX. Другие



Профилактика когнитивных нарушений у пожилых людей.

Рекомендации для специалистов