

DEMANS, DELİRYUM, DEPRESYON

Giriş

Demans, halk arasında “bunama” olarak bilinir. Depresyon günlük yaşamda sıkça duyulan daha tanıdık bir kelime olup kısaca; “yaşamdan zevk alamama” durumudur. Deliryum ise muhtemelen daha az bilinen, isminin çağrıştırdığı gibi bir çeşit “delilik” hali olarak da tarif edilebilen ama aslında; ”dikkat , bilinç ve davranış bozukluğu”na karşılık gelen bir terimdir.

Demans, deliryum ve depresyonun ayrı ayrı tanımlanabilmesi gereklidir ama bu her zaman kolay olmayabilir. Çünkü kimi zaman her üç durum aynı anda birlikte olabilir, birbirlerini izleyebilir ya da birbirlerini taklit edebilirler. Demans, deliryum ve depresyonun görüldüğü ortak yaş grubu, ileri yaşlardır.

Elbette bu durumların ayırımı için Nöroloji ve Psikiyatri pratiğinin sıklıkla kullandığı ipuçları vardır. Örneğin zaman kavramı bu durumlar için önemlidir. Demans, “yıllar” içinde gelişen ve süregiden bir durum iken, depresyon aylar, yıllar boyu sürebilir. Deliryum ise “aniden” beliren, “dalgalanmalarla” giden ve günler/haftalar sürebilen bir durumdur.

Demans

Hafıza ve diğer zihinsel fonksiyonlarda ilerleyici bozulma ile ortaya çıkan, entellektüel kapasitenin kaybı durumudur.

Demansın; beyin ya da beyin dışı olmak üzere, tedavi edilebilen ya da edilemeyen birçok nedeni vardır. Tedavi edilemeyen demanslar, tedavi edilebilenlerden daha fazladır.

“Demans”, bir çeşit “şemsiye” tanımıdır ve çok çeşitli nedenlere bağlı demansları kapsar. Alzheimer hastalığı bu kapsamdaki demans çeşitlerinden yalnızca biridir ama en sık görülen tipidir. Her “demans” denildiğinde “Alzheimer hastalığı” şeklinde anlaşılıyor olması muhtemelen bu yüzdendir. Alzheimer hastalığı 65 yaş üzerindeki insanlarda %10, 85 yaş üzerinde ise %50 oranında görülür.

Diğer demans nedenleri;

- **Beyin damar hastalıkları,**
- **İlerleyici beyin hastalıkları,**
- **Genetik nedenler,**
- **Travma,**
- **Tümör, enfeksiyon**
- **Beyin dışı hastalıklar (Şeker hastalığı, vitamin b12 eksikliği, guatr hastalıkları, vb)**

Alzheimer Hastalığı

En erken şikayet, yakın bellek kusurlarıdır, giderek günlük yaşam aktivitelerinde etkilenmeler, davranış değişiklikleri eklenir. Becerilerde kayıp, konuşma bozukluğu, hayaller görme, yolunu kaybetme, yeni bilgileri öğrenme güçlüğü, karar verme yetisinde kayıp, sosyal ilişkilerde bozulma ve izolasyon olur.

Demansa neden olabilecek başka hastalıkların olmadığının ispatlanması halinde, Alzheimer hastalığı tanısı konulur. Bu nedenle demans tanısı konulmadan önce; öykü, nörolojik muayene, laboratuvar bulguları, görüntüleme çalışmaları ve bazı nöropsikolojik

testlere gerek duyulur. Nadir de olsa , bazı durumlarda hastanın belli bir süre takip edilmesi gerekebilir.

Depresyon

Depresyon; üzüntülü hissetme, çevre ile iletişimin azaldığı, yaşamdan zevk alamama durumudur. Her ne kadar bu şikayetler sıklıkla yaşanabilir olsa da,sebat etmesi durumunda depresyon tanısı alır.

Biyolojik nedenler, beyin kimyası, hormonlar, genetik nedenler, yaşamdaki olaylar ya da çeşitli beyin hastalıkları depresyona neden olabilir.

Demans / Depresyon İlişkisi

- **Depresyon ile demans birbiri ile karıştırılabilir,**
- **Bazen demans bulguları henüz belirginleşmeden, demansın ilk bulgusu depresyon olabilir,**
- **Bazen demanslı hastada ek olarak depresyon ortaya çıkar,**
- **Ya da farklı nedenleri olan demans ve depresyon aynı anda ortaya çıkabilir.**

Deliryum

Deliryum, genellikle tedavi edilebilen geçici bir beyin fonksiyon (işlev) bozukluğudur. Nöropsikiyatrik anormalliklerle ortaya çıkar ve yaşlılarda sık görülür. Nedene yönelik ve sakinleştirici tedavi ile deliryum ortadan kaldırılabilir ya da bazı durumlarda kendiliğinden düzelebilir. Temel kural olarak deliryum dönemindeki hastanın kendisi ya da çevresine zarar vermesini

önlemek gerekir. Deliryum, bir demans hastasında da ortaya çıkabilir.

Deliryumda neler olur?

- **Bilinç bulanıklığı**
- **Dikkati toplama ve devam ettirme bozukluğu**
- **Bulunduğu yeri, zamanı ve kişileri bilememe durumu**
- **Hayaller görme**
- **Bilinç düzeyinde dalgalanma**
- **Konuşma bozukluğu**
- **Ellerde titreme**
- **İstemsiz hareketler**
- **Hareket etme kusuru**

Beyin ve beden sağlığı birlikte gider

Genel olarak sistemik hastalıklar direkt ya da dolaylı olarak beyin işlevlerini etkilerler. En sık görülen ve tedavi edilebilir zihinsel etkilenmeler yapabilen üç hastalık; vitamin B12 eksikliği, Tiroid (guatr) hastalığı ve şeker hastalığıdır. Bu bozukluklar kolaylıkla tespit edilebilir ve çözümlenebilirler.

Olabildiğince aktif ve sosyal paylaşımlarla dolu bir yaşam, beyin sağlığı için önemlidir. Arkadaş toplantıları, yorucu olmayan düzenli spor, yürüyüşler, gazete-dergi-kitap okuma ve okuduklarını anlatma, bilgisayar kullanımı, bulmaca çözme, günlük yaşamda her şekilde üretkenlik zihin sağlığının vazgeçilmez unsurlarıdır.

Sağlıklı yıllar dileğiyle....

Doç. Dr. U. Ergün