

DEMENTIA



Ce este demența?

- Demența a devenit mai frecventă în decursul ultimilor ani datorită mai multor cauze, printre care se enumeră și creșterea speranței de viață, aceasta afectând o parte tot mai mare a celor ce trec pragul de vârstă de peste 65 de ani. Demența afectează independența și controlul cognitiv până la descotorosirea de propriul sine, iar încetinirea, chiar și tratarea ei devenind o necesitate.



Aspen Senior Care



World Health Organization

- *"Dementia is a syndrome in which there is deterioration in memory, thinking, behaviour and the ability to perform everyday activities".*
- *"Dementia is one of the major causes of disability and dependency among older people worldwide".*

MENTINEREA STATUSULUI FUNCTIONAL AL PACIENTULUI CU DEMENTIA



Global, aproape 10% dintre oameni dezvoltă această boală la un moment dat în viața lor.

Având în vedere creșterea speranței de viață înregistrată în ultima decadă, demența devine din ce în ce mai comună în rândul populației, iar aceasta este una dintre principalele cauze de dizabilitate în cazul oamenilor în vârstă.

De asemenea, este de menționat impactul negativ pe care îl are asupra aparținătorilor persoanelor în cauză, dar și izolarea și stigmatizarea pacienților de către societate.



MONTREAL COGNITIVE ASSESSMENT (MOCA)

Versiunea în Limba Română Versiunea 7.1

NUME:

Educație:

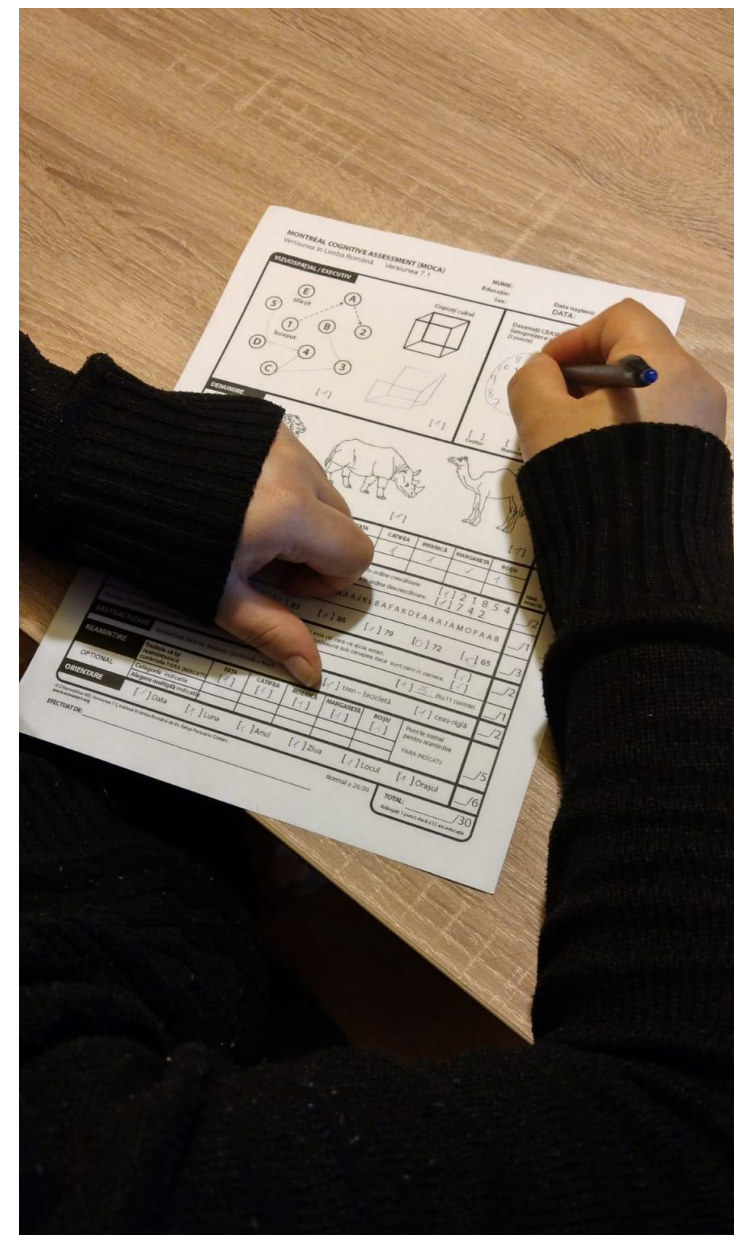
Sex:

Data nașterii:

DATA:

VIZUOSPATIAL / EXECUTIV		PUNCTE	
	<p>Copiați cubul</p>	<p>Desenați CEASUL (unsprezece și zece)</p> <p>[3 puncte]</p>	<p>___/5</p>
<p>DENUMIRE</p>		<p>___/3</p>	
<p>MEMORIE</p> <p>Citiți lista cuvintelor, pacientul trebuie să le repete. Faceți 2 încercări, chiar dacă prima încercare este reușită. Testați reamintirea după 5 minute.</p>		<p>FARA PUNCTE</p>	
<p>ATENȚIE</p> <p>Citiți lista cifrelor (1 cifră/secundă)</p>		<p>___/2</p>	
<p>Citiți lista literelor. Subiectul trebuie să ridice mâna la fiecare literă A. Fără puncte dacă sunt ≥ 2 erori.</p>		<p>___/1</p>	
<p>Scăderi seriate de 7 începând de la 100. 4 sau 5 scăderi corecte: 3 puncte; 2 sau 3 corecte: 2 puncte; 1 corect: 1 punct; 0 corecte: 0 puncte.</p>		<p>___/3</p>	
<p>LIMBAJ</p> <p>Repetati:</p>		<p>___/2</p>	
<p>Fluență / Numiți numărul maxim de cuvinte în 1 minut care încep cu litera F.</p>		<p>___/1</p>	
<p>ABSTRACTIZARE</p> <p>Similaritate între ex. banană – portocală = fruct</p>		<p>___/2</p>	
<p>REAMINTIRE</p> <p>Trebuie să își reamintească cuvintele FARA INDICAȚIE</p>		<p>___/5</p>	
<p>OPTIONAL</p> <p>Categorie indicație</p>		<p>___/5</p>	
<p>ORIENTARE</p> <p>[] Data [] Luna [] Anul [] Ziua [] Locul [] Orașul</p>		<p>___/6</p>	
<p>TOTAL:</p>		<p>___/30</p>	

Scala MoCA:



CONSIMȚĂMÂNT CU VAS PACIENT

Subsemnata/ul.....,

CNP: _____

Domiciliat/ă în str....., nr. ..., bl. ..., sc. ..., et., ap.,
sector....., localitatea....., județul....., telefon.....,
având diagnosticul
sunt de acord să urmez tratamentul cu

VAS: --- |
0 100

Medicul specialist care a recomandat tratamentul:

.....

Unitatea sanitară unde se desfășoară monitorizarea tratamentului

.....

Nume/Prenume (completați cu majuscule):

Semnătura pacientului:

Data:

Scala VAS:

Exerciții și fizioterapie din timpul tratamentului:



Imagini din timpul tratamentului de recuperare, obținute cu acordul pacienților.

ELECTROTERAPIE

~~Ultrasunet~~

-CIF

-TENS

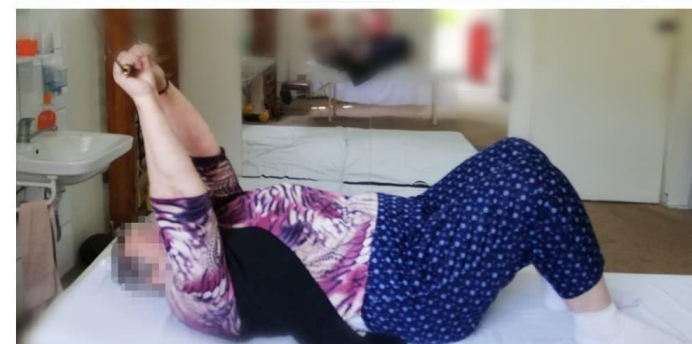
-Curent Diadinamic

← **MASAJ**





Imagini din timpul tratamentului de recuperare, obținute cu acordul pacienților.





“This program contains the Otago exercise program where muscle strength and balance re-training is included to prevent falls by the elderly¹³). The training started with a warm-up exercise followed by head, neck, and ankle movements, as well as motions to improve balance. Ankle cuffs were used in walking exercises for muscle strength by increasing the weight from 1–6 kg every two weeks depending on patient condition. The exercise times were as follows: five minutes for warm-up, 20 minutes for main exercise, five minutes for cool-down exercise, resulting in 30 minutes in total. Warm-up exercises consisted of stretching and light movements of the head, waist, and ankles. The main exercises consisted of a knee strengthening exercise, a side hip strengthening exercise, knee bends-hold support, calf raises-hold support, toe raises-hold support, calf raises-no support, knee bends-no support, heel-toe standing-no support, rising from chair with one hand support, rising from chair without hand support, and walking with ankle cuff (weight from 0–6 kg). Cool-down exercises consisted of a breathing exercise (from deep to shallow breathing), wrist and ankle turning, and knee massaging. The physical activity program was conducted by physiotherapists.”

CHESTIONARE



Chestionarul EQ-5D-L

Va rugam sa indicati care afirmatie descrie starea sanatatii dumneavoastra astazi bifind o casuta din fiecare grup de mai jos:

MOBILITATEA

Nu am probleme in a ma deplasa ☐

Am probleme usoare in a ma deplasa ☐

Am probleme moderate in a ma deplasa ☐

Am probleme severe in a ma deplasa ☐

Nu ma pot deplasa ☐

AUTOINGRIJIREA

Nu am nici o problema cu spalatul sau imbracatul ☐

Am probleme usoare la spalat si imbracat ☐

Am probleme moderate la spalat si imbracat ☐

Am probleme severe la spalat si imbracat ☐

Nu ma pot imbraca sa spala ☐

ACTIVITATI OBISNUITE

Nu am probleme in indeplinirea activitatilor obisnuite ☐

Am probleme usoara in indeplinirea activitatilor obisnuite ☐

Am probleme moderate in indeplinirea activitatilor obisnuite ☐

Am probleme severe in indeplinirea activitatilor obisnuite ☐

Sunt incapabil in indeplinirea activitatilor obisnuite ☐

DUREREA/ STAREA DE DISCONFORT

Nu am durere/ stare de disconfort ☐

Am durere/ stare de disconfort usoara ☐

Am durere/ stare de disconfort moderata ☐

Am durere/ stare de disconfort severa ☐

Am durere/ stare de disconfort extrem de puternica ☐

NELINISTEA/ DEPRIMAREA

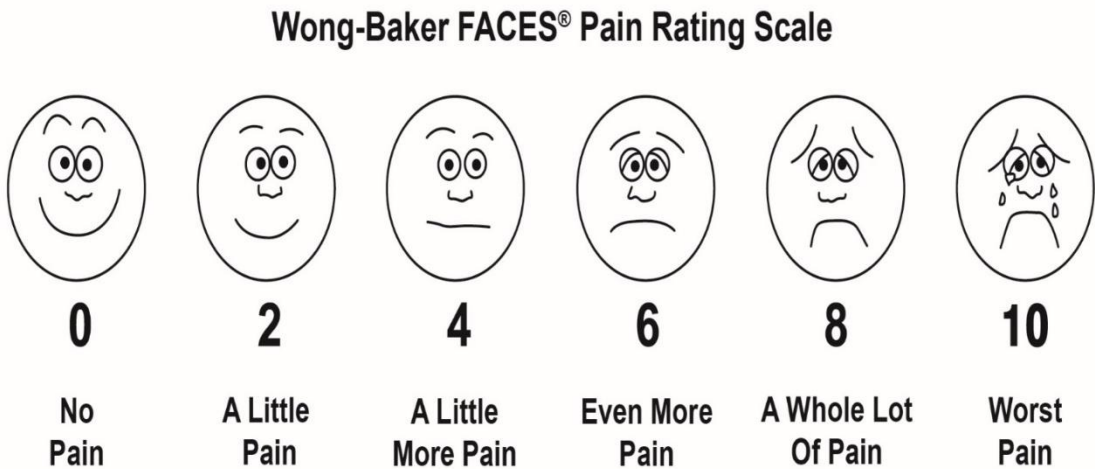
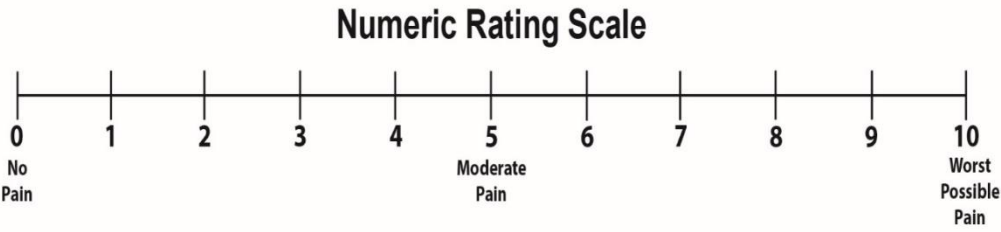
Nu sunt nelinistit sau deprimat ☐

Sunt usor nelinistit sau deprimat ☐

Sunt moderat de nelinistit sau deprimat ☐

Sunt sever de nelinistit sau deprimat ☐

Sunt extrem de nelinistit sau deprimat ☐



©1983 Wong-Baker FACES® Foundation. www.WongBakerFACES.org
Wording modified for adult use. Used with permission.

Scala VAS

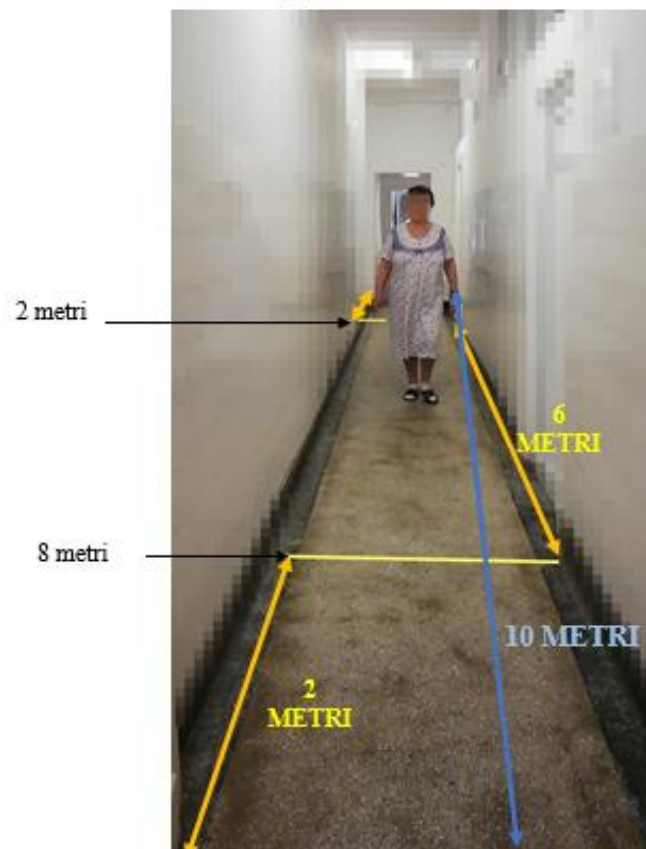
TESTUL DE MERS DE 10 METRI

INFORMAȚII: plimbări generale, fără asistență, 10 metri și timpul este măsurat pentru intervalul de 6 metri pentru a permite accelerarea și decelerarea. Începe după ce vârful degetelor a trecut de linia marcatului de 2 metri și se termină când se trece de marcatul de 8 metri. Dacă asistența fizică este necesară pentru a merge, acest test nu ar trebui efectuat. Poate fi evaluată viteza de mers preferată și cea mai mare.

METODĂ: măsurați și marcați o pasarelă de 10 metri cu adăugarea unei note la 2 metri și la 8 metri.

Se va cronometra viteza de mers atât cea preferențială cât și cea mai mare.

M0	M2	M8	M10
Start	Start	End	End
Walk	Timing	Timing	Walk



TESTUL DE RIDICARE ÎN 30 DE SECUNDE

SCOP: Testarea rezistenței piciorului și a duranței

ECHIPAMENT: Un scaun cu spatar drept fără brațe și un cronometru

INSTRUCȚIUNI:

- Stați pe mijlocul scaunului, plasați mâinile în diagonală pe umeri, încrucișate la nivelul încheieturilor, țineți picioarele lipite de podea, stați cu spatele drept și mâinile încrucișate la piept, la comanda „start” vă ridicați complet în picioare și apoi vă așezați din nou, repetați asta cât puteți timp de 30 de secunde

-La cuvântul start veți începe cronometrarea, dacă pacientul trebuie să își folosească mâinile opriți testul și înregistrați cu 0

-Numărați de câte ori ajunge în poziția verticală.

INTERPRETARE:

Vârstă	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-90
Bărbați	<14	<12	<12	<11	<10	<8
Femei	<12	<11	<10	<10	<9	<8

Un scor sub media prezentată în tabel indică un risc crescut pentru căderi!



Scala Tinetti, Teste pentru mers

NUME _____

Pacientul în ortostatism, supravegheat de examinator. Din aceasta poziție i se solicita sa mearga înainte apoi sa se întoarca în ritm mai rapid, dar sigur. Poate folosi mijloace ajutatoare de mers pentru siguranța.

	Descriere		Valoar e	Scor	Data	Scor	Data	Scor	Data
INITIEREA MERSULUI (Imediat dupa comanda mergi)	cu ezitare sau are mai multe încercari pana pornește mersul		0						
	fara ezitare, direct		1						
LUNGIMEA SI INALTIMEA PASULUI	Pentru Picioru l DREPT	nu depășește piciorul stang de sprijin	0						
		depășește piciorul stang de sprijin	1						
		nu se desprinde complet de pe sol	0						
		se desprinde complet de pe sol	1						
	Pentru Picioru l STANG	nu depășește piciorul drept de sprijin	0						
		depășește piciorul drept de sprijin	1						
		nu se desprinde complet de pe sol	0						
		se desprinde complet de pe sol	1						
SIMETRIA PASILOR	nu exista egalitatea lungimii pașilor (drept și stang)		0						
	exista egalitatea lungimii pașilor (drept și stang)		1						
CONTINUITATEA PASILOR	pași discontinui, cu oprire în mers		0						
	pașii se deruleaza în mod continuu		1						
DEVIEREA TRASEULUI IN MERS (patrarea directiei de mers)	deviere marcata		0						
	deviere minima/moderata sau menținerea traseului cu un mijloc ajutator de mers		1						
	mers drept fara mijloace ajutatoare		2						
MISCARILE TRUNCHIULUI SI ALE MEMBRELOR	rotirea (oscilație) accentuata sau folosirea mijloacelor ajutatoare de mers		0						
	fara rotire (oscilație), cu flectarea genunchilor sau coloanei lombare, cu mișcarea exagerata a membrelor superioare		1						
	fara rotirea trunchiului, flexie genunchi, balans membre superioare, fara mijloace ajutatoare		2						
"TIPUL" SCHEMEI DE MERS	calcaie departate		0						
	calcaiele apropiate se ating în timpul mersului		1						
SCOR PENTRU MERS									

Scala Tinetti, Teste pentru echilibru

NUME _____

Pacientul este așezat pe un scaun sigur si fara spatar. Din aceasta poziție se inițiază testele

	Descriere	Valoare	Scor	Data	Scor	Data	Scor	Data
ECHILIBRUL IN ASEZAT	intins, sprijinit de scaun	0						
	mentine pozitia fara sprijin	1						
RIDICAREA DIN ASEZAT	imposibil fara sprijin	0						
	posibil cu ajutorul mainilor	1						
	posibil fara ajutor	2						
INCERCAREA DE A SE RIDICA	imposibil fara ajutor	0						
	posibil dupa mai multe incercari	1						
	se ridica dintr-o incercare	2						
MENTINEREA ECHILIBRULUI IN ORTOSTATISM (primele 5 secunde de la ridicare)	imposibilitate (clatinare, ezitare, miscarea picioarelor, rotirea trunchiului)	0						
	posibil dar cu suport extern	1						
	posibil fara suport extern	2						
ECHILIBRUL IN ORTOSTATISM	imposibil	0						
	posibil cu baza larga de sustinere și cu folosirea mijloacelor ajutatoare	1						
	posibil cu baza ingusta si fara ajutor	2						
IMBRANCIREA STERNALĂ (pacientul sta cu picioarele cat mai apropiate, examinatorul îi da un branci ușor de la nivelul sternului, cu palma, repetand de 3 ori)	incepe sa cada	0						
	se clatina, întinde mainile, încearca sa apuce cu mainile pentru sprijin	1						
	mentine echilibrul	2						
MENȚINEREA ECHILIBRULUI CU OCHII ÎNCHIȘI ÎN ORTOSTATISM	imposibil	0						
	posibil	1						
INTOARCEREA CU 360 DE GRADE	cu pasi discontinui	0						
	cu pasi continui	1						
	cu ezitare	0						
	cu siguranta	1						
AȘEZAREA LA LOC PE SCAUN	în mod nesigur (nu apreciaza bine distanța, cade pe scaun)	0						
	folosește brațele (mișcare brusca)	1						
	în siguranta, cu miscari lente	2						
SCOR PENTRU ECHILIBRU								

Vă mulțumesc pentru atenție!



“Nici un om nu pășește de două ori în același râu, pentru că râul nu mai este același și nici el nu mai este același om.”

- Heraclitus-