

Penting kesan awal demensia

Pengesanan awal demensia membolehkan individu berisiko mendapatkan perkhidmatan sokongan dan bantuan lebih awal



DR LIYANA NAJWA

Oleh SITI NOOR AZIRA MOHD FAUDZI

DEMENSIA adalah sejenis penyakit yang merosotkan fungsi otak disebabkan oleh kerosakan otak secara berperingkat. Penurunan fungsi kognitif ini merangkumi ingatan, pemikiran dan kebolehan membuat keputusan yang mengganggu kehidupan harian.

Ia bukan penyakit spesifik, tetapi lebih kepada sindrom yang disebabkan oleh pelbagai penyakit atau keadaan yang merosakkan otak.

Di Malaysia, penyakit demensia dan alzheimer kini menjadi masalah perubatan yang dikhuatiri dalam kalangan penduduk yang semakin berumur. Kira-kira 8.5 peratus daripada dewasa lanjut usia di Malaysia dianggarkan mengalami demensia, iaitu meliputi lebih daripada 260,000 individu.

Apa yang lebih membimbangkan adalah, angka tersebut dijangka meningkat dengan ketara. Menurut data daripada Yayasan Penyakit Alzheimer Malaysia (ADFM), bilangan penghidap demensia dijangka melonjak sebanyak 312 peratus menjelang tahun 2050, merangkumi lebih daripada 630,000 individu.

Keadaan ini amat membimbangkan kerana bukan sahaja menjejaskan pesakit, tetapi melibatkan ahli keluarga, penjaga dan orang tersayang.

Individu yang berisiko tinggi mendapat demensia terdiri daripada:

1. Lebih tinggi dalam kalangan wanita.
2. Mereka yang mengalami masalah tekanan darah yang tidak terkawal, penyakit kencing manis, jantung dan paras lemak dalam darah yang tinggi
3. Pesakit yang mengalami penyakit Parkinson.
4. Mereka yang terencat akal atau tahap pembelajaran yang rendah.

Malah, terdapat juga faktor genetik atau keturunan yang menjadi penyebab berlakunya penyakit berkenaan.

Jika demensia tidak dikesan awal, beberapa akibat mungkin terjadi, seperti:

- Peningkatan dalam penyakit fizikal atau penyakit mental
- Kadar kematian meningkat.
- Membawa kepada kemasukan dalam institusi penjagaan dengan lebih awal.
- Menimbulkan tekanan kepada penjaga dan menimbulkan penyakit fizikal dan mental dalam kalangan penjaga.
- Boleh menyebabkan berlakunya penderaan ke atas pesakit.

Oleh itu, penting pengesanan awal seperti yang disarankan oleh **Ketua Jabatan Neurologi Fakulti Perubatan Universiti Putra Malaysia, Profesor Madya Dr Liyana Najwa Inche Mat** bagi membolehkan individu berisiko mendapatkan khidmat sokongan dan bantuan lebih awal, melakukan perubahan gaya hidup yang lebih sihat serta menguruskan penjagaan diri sendiri dengan lebih cekap.

Pendekatan proaktif itu juga boleh mengurangkan kos penjagaan kesihatan, meningkatkan kualiti kehidupan dan menguruskan kemaraan demensia dengan lebih baik.

Seiring dengan itu, *Kit Ujian Risiko Dementia Satu Langkah* diperkenalkan baru-baru ini. Ia dikatakan membantu memberi sinar harapan dan berpotensi mengubah kaedah diagnosis demensia, membolehkan

pengesanan awal serta intervensi.

Kit ujian yang mendapat kelulusan daripada Pihak Berkuasa Peranti Perubatan (MDA) Malaysia akan tersedia di hospital dan klinik di Malaysia. Ia berfungsi untuk mengesan pecahan *Protein Prekursor Amiloid (APP)* dalam air kencing.

APP adalah sejenis protein yang ditemui dalam badan yang memainkan peranan penting dalam perkembangan demensia, termasuk penyakit alzheimer.

Penguraian APP menghasilkan serpihan seperti *amyloid-beta protein* yang mungkin terkumpul dalam otak dan membentuk plak iaitu satu penanda penting bagi alzheimer.

Ia juga dilihat akan memberi isyarat awal mengenai masalah kognitif yang mungkin dialami, seterusnya membolehkan campur tangan perubatan dilaksanakan sewajarnya.

"Sebelum adanya kit ini, risiko demensia dinilai menerusi pemeriksaan klinikal, ujian kognitif dan kaedah pengimejan Resonans Magnetik (MRI) atau imbasan CT (Computed Tomography).

"Kaedah semasa termasuk ujian darah dan pemeriksaan air tulang belakang (lumbar puncture) untuk analisa sampel cecair cerebrospinal yang menelan belanja besar dan bersifat invasif.

"Tambahan lagi, kaedah ini tidak praktikal untuk pemeriksaan saringan besar-besaran. Malah, kini tiada ujian makmal atau klinikal di mana-mana tempat di dunia yang boleh digunakan untuk saringan awal demensia dan alzheimer," ujar beliau.

Tambah beliau, kajian sebelum ini mendapati bahawa, ramai orang dewasa yang berumur kelihatan seperti mempunyai fungsi memori dan kognitif yang normal, tetapi sebenarnya mengalami tanda-tanda awal demensia.

Memetik **penulisan Hello Doktor yang disemak oleh Dr Ahmad Wazir Aiman**, penghidap demensia boleh menjadi sangat tertekan jika mereka berasa bosan.

Oleh itu, jika ada ahli keluarga anda yang disahkan menghidapi demensia, libatkan mereka dengan pelbagai aktiviti yang boleh merangsang otak mereka.

Antara aktiviti tersebut adalah seperti berikut:

- Lakukan senaman dan aktiviti fizikal.
- Mengingatkan berkenaan kehidupan mereka.
- Melibatkan diri melakukan sesuatu yang lebih praktikal seperti memasak.
- Bermain bersama haiwan peliharaan, salah satu aktiviti yang boleh merangsang otak.
- Melibatkan mereka dengan alam semula jadi. 

