

Alzheimerin tauti

Lääkärikirja Duodecim

10.8.2021

Neurologian erikoislääkäri Kati Juva



- Yleistä
- Alzheimerin taudin syyt
- Alzheimerin taudin oireet
- Alzheimerin taudin hoito
- Alzheimerin taudin ehkäisy
- Käytännöllisiä neuvoja Alzheimerin taudin ja muiden muistisairauksien ehkäisemiseksi
- Kirjallisuutta

Keskeistä

- Alzheimerin tauti on aivoja rappeuttava etenevä muistisairaus, jonka perimmäistä syytä ei tiedetä.
- Alzheimerin taudin ensimmäinen ja merkittävin oire on muistin heikentyminen. Erityisesti lähimuisti ja uuden oppiminen vaikeutuvat. Sairauden edetessä oirekuva laajenee.
- Alzheimerin taudin oireita voidaan lievittää ja taudin etenemistä hidastaa lääkkeillä.
- Terveysttä edistävillä elintavoilla, kuten säännöllisellä liikunnalla, tupakoimattomuudella, välttämällä ylipainoa, käyttämällä aivoja aktiivisesti ja hoitamalla perussairaudet hyvin, voidaan vähentää Alzheimerin taudin vaaraa.

Yleistä

Alzheimerin tauti on aivoja rappeuttava etenevä muistisairaus. Sen yleisyys kasvaa voimakkaasti iän myötä. Alle 65-vuotiailla tauti on harvinainen, mutta yli 85-vuotiailla sitä esiintyy jo 15–20 prosentilla. Alzheimerin tauti on yleisin dementiaa (laaja-alaista henkisten kykyjen heikentymistä) aiheuttava sairaus. Kaikista dementiasta kärsivistä noin 70–80 prosentilla on Alzheimerin tauti, osalla yhdessä muiden aivosairauksien (esimerkiksi aivoverenkiertohäiriöiden) kanssa.

Alzheimerin taudin syyt

Alzheimerin taudin perimmäistä syytä ei tiedetä. Aivoissa tapahtuu tiettyjä mikroskooppisia muutoksia (niihin kertyy mm. amyloidia ja poikkeavaa tau-proteiinia), jotka vaurioittavat hermoratoja ja aivosoluja heikentäen muistia ja tiedonkäsittelyä. Vaurio alkaa yleensä aivojen ohimolohkojen sisäosista leviten vuosien mittaan laajemmin aivokuorelle.

Suurimmassa osassa tapauksia Alzheimerin tauti ei ole perinnöllinen. Vaikka Alzheimerin taudin varsinaista syytä ei tiedetä, tunnetaan erilaisia riskitekijöitä, jotka lisäävät todennäköisyyttä sairastua. Naisilla sairaus näyttäisi olevan jonkin verran yleisempää kuin miehillä, samoin niillä, joiden suvussa on muita tätä sairautta sairastavia. Monet elämäntapoihin liittyvät tekijät lisäävät vaaraa sairastua Alzheimerin tautiin (ks. kohta Ehkäisy).

Joitakin hyvin harvinaisia Alzheimerin tautia aiheuttavia geenimutaatioita tunnetaan, mutta näiden osuus kaikista sairaustapauksista on selvästi alle prosentin luokkaa.

Näiden lisäksi on olemassa eräitä perimään (geeneihin) liittyviä riskitekijöitä, jotka lisäävät todennäköisyyttä sairastua Alzheimerin tautiin mutta eivät varsinaisesti aiheuta sitä.

Alzheimerin taudin oireet

Alzheimerin taudin ensimmäinen ja merkittävin oire on muistin heikentyminen. Erityisesti lähimuisti ja uuden oppiminen vaikeutuvat, sairastuneen on vaikea painaa mieleen vastikään tapahtuneita ja puhuttuja asioita tai oppia esimerkiksi uuden kodinkoneen käyttöä. Vanhat taidot säilyvät selvästi pitempään. Sairauden edetessä heikentyvät myös kielelliset toiminnot (ilmaantuu sanojen hakemista ja puheen ymmärtämisen vaikeutta) sekä näönvarainen hahmottaminen (ihmisten tai esineiden tunnistaminen tai ympäristössä liikkuminen vaikeutuvat). Oirekuvaan kuuluu myös toiminnanohjauksen heikentyminen, mikä ilmenee organisointikyvyn heikentymisenä sekä toiminnan suunnittelun, aloittamisen ja toteuttamisen vaikeutena.

Ensimmäiset oireet ovat lieviä ja muistuttavat normaalia hajamielisyyttä. Sairauden edetessä tulee vaikeuksia monimutkaisissa toiminnoissa, kuten matkustamisessa vieraalle paikkakunnalle tai monimutkaisten raha-asioiden järjestelemisessä. Myöhemmin heikentyvät monet käytännölliset toimet, kuten ostosten teko, ruoanlaitto ja päivittäisten raha-asioiden hoito. Lopulta heikentyvät myös päivittäiset perustoiminnot, kuten pukeminen, peseytyminen ja tarpeilla käyminen, ja aivan loppuvaiheessa myös kävely- ja puhekyky. Sairauden kesto ensimmäisistä oireista kuolemaan kestää yleensä yli 10 vuotta.

Osalla sairastuneista oirekuva eroaa klassisesta, muistivaikeuksiin painottuvasta taudinkuvasta. Yksi epätyypillinen sairausmuoto tunnetaan nimellä posteriorinen kortikaalinen atrofia (aivojen takaosien kuorikerroksen rappeuma), jolle on tyypillistä näönvaraisen hahmottamisen ja nähdyn tunnistamisen vaikeudet, mutta muisti säilyy pidempään kohtalaisen hyvänä. Osalla oirekuva on puolestaan enemmän aivojen etuosiin, otsalohkojen vaurioon viittaava, jolloin impulssikontrollin häiriöt sekä toiminnanohjauksen ja kielelliset häiriöt hallitsevat oirekuvaa.

Suurimmalla osalla sairastuneista on jossain sairauden vaiheessa myös psyykkisiä oireita ja käytösoireita. Masennus ja ahdistuneisuus ovat yleisiä, mutta toisinaan esiintyy myös vaikeaa levottomuutta ja harhaluuloisuuttakin. Vainoharhaisuus (paranoia) saattaa olla jopa taudin ensimmäisiä oireita.

Alzheimerin taudin hoito

Alzheimerin taudin oireita voidaan lievittää lääkkeillä. Nämä lisäävät keskittymiskykyä, kohentavat toimintakykyä ja vähentävät psyykkisiä ja käytösoireita. Ne eivät pysäytä sairauden etenemistä, mutta hidastavat sitä. Ympäri vuorokautiseen hoitoon siirtyminen viivästyy keskimäärin noin vuodella. Lääkkeinä käytetään asetyylkoliininimisen välittäjäaineen hajoamista estäviä valmisteita donepetsiiliä, galantamiinia tai rivastigmiiniä (ns. AKE-lääkkeet) sekä glutamaatti-nimiseen välittäjäaineeseen vaikuttavaa memantiinia. Lisäksi on olemassa runsaasti erilaisia lääkkeettömiä hoitoja ja yhteiskunnan tukipalveluja.

Alzheimerin taudin ehkäisy

Sairastumisen riskiä lisää koulutuksen vähäisyys, ja toisaalta aktiivisuus ja aivojen käyttö näyttäisivät vähentävän tätä vaaraa. Vakavia masennusjaksoja elämänsä aikana sairastaneilla ja vakavista pään vammoista kärsineillä on myös lisääntynyt todennäköisyys sairastua vanhemmiten Alzheimerin tautiin.

Uusimmat tutkimustulokset yhdistävät myös sydän- ja verisuonitaudit ja elämäntavat lisääntyneeseen Alzheimerin taudin riskiin. Keski-ikä [kohonnut verenpaine](#), [diabetes](#) ja

korkea [kolesteroli](#) lisäävät myös Alzheimerin taudin todennäköisyyttä, samoin [ylipaino](#) ja liikunnan puute.

Alzheimerin taudin ennaltaehkäisyn osalta on viitteitä siitä, että tulehduskipulääkkeiden käyttö, vaihdevuosisien jälkeinen hormonihoito ja tietyt kolesterolilääkkeet (statiinit) saattavat vähentää sairastumisriskiä. Alkoholien käytön osalta tutkimustulokset ovat epävarmoja. Ainakin runsas alkoholin käyttö lisää muistisairauksien todennäköisyyttä, samoin pitkäaikainen tupakointi.

Käytännöllisiä neuvoja Alzheimerin taudin ja muiden muistisairauksien ehkäisemiseksi

- Hanki koulutusta, käytä aivojasi, ole aktiivinen.
- Hoida masennus mahdollisimman varhain.
- Suojele aivojasi vammoilta.
- Hoida muut sairautesi (verenpainetauti, diabetes) hyvin.
- Vältä ylipainoa ja kovia rasvoja.
- Liiku säännöllisesti.
- Noudata kohtuutta alkoholinkäytössä.
- Älä tupakoi.

Artikkelin tunnus: dlk00699 (026.032)

© 2023 Kustannus Oy Duodecim