

डिमेंशिया (मनोभ्रंश रोग) क्या है?

यह सहायता पत्रक डिमेंशिया का, इस जानकारी का कि कौन इससे ग्रस्त होता है तथा साथ ही डिमेंशिया के कुछ सबसे सामान्य प्रकारों का वर्णन करता है। यह डिमेंशिया के कुछ प्रारम्भिक लक्षणों व साथ ही इस रोग का शीघ्र निदान किए जाने की महत्ता का वर्णन करता है।

डिमेंशिया मस्तिष्क को प्रभावित करने वाले विकारों द्वारा उत्पन्न किए जाने वाले लक्षणों के समूह का वर्णन करता है। यह एक विशिष्ट रोग नहीं है।

डिमेंशिया सोच-विचार करने, आचरण और रोज़मर्रा के कार्यों को करने की क्षमता को प्रभावित करता है। मस्तिष्क का कार्य पर्याप्त रूप से इस हद तक प्रभावित हो जाता है कि यह व्यक्ति के सामान्य सामाजिक या कार्यकारी जीवन में हस्तक्षेप करता है। डिमेंशिया की विशिष्टता कम हुई संज्ञानात्मक योग्यता के परिणामस्वरूप रोज़मर्रा की गतिविधियों को करने की अक्षमता का होना है।

दो या इससे अधिक संज्ञानात्मक प्रकार्यों के महत्वपूर्ण रूप से क्षीण होने की स्थिति में डॉक्टर डिमेंशिया का रोग-निदान करते हैं। प्रभावित संज्ञानात्मक प्रकार्यों में स्मरण-शक्ति, भाषाई योग्यताएँ, सूचना को समझने की शक्ति, स्थानिक योग्यताएँ, सोच-विचार करने एवं ध्यान देने की शक्ति शामिल है। डिमेंशिया से ग्रस्त लोगों को समस्याओं का समाधान करने और अपनी भावनाओं को नियंत्रित रखने में कठिनाई हो सकती है। ऐसा हो सकता है कि वे व्यक्तित्व में बदलावों का भी अनुभव करें। डिमेंशिया से ग्रस्त व्यक्ति के सही लक्षण मस्तिष्क के उस भाग पर निर्भर करते हैं जो डिमेंशिया उत्पन्न करने वाले रोग से क्षतिग्रस्त हुआ होता है।

डिमेंशिया के बहुत से प्रकारों में, मस्तिष्क में मौजूद कुछ तंत्रिका कोशिकाएँ कार्य करना बंद कर देती हैं, अन्य कोशिकाओं के साथ सम्बन्ध खो देती हैं और इनकी मृत्यु हो जाती है। डिमेंशिया आम-तौर पर प्रगतिशील होता है। इसका अर्थ यह है कि रोग धीरे-धीरे मस्तिष्क के माध्यम से फैलता है और व्यक्ति में इसके लक्षण समय के साथ-साथ और बिगड़ते जाते हैं।

डिमेंशिया (मनोभ्रंश रोग) से कौन ग्रस्त होता है?

कोई भी व्यक्ति डिमेंशिया से ग्रस्त हो सकता है, परन्तु उम्र के साथ-साथ इसका खतरा बढ़ता जाता है। डिमेंशिया से ग्रस्त ज्यादातर लोग वृद्ध होते हैं, परन्तु यह याद रखना महत्वपूर्ण है कि अधिकांश वृद्ध लोग डिमेंशिया से ग्रस्त नहीं होते हैं। यह उम्रवृद्धि का एक सामान्य भाग है, परन्तु यह मस्तिष्क रोग के परिणामस्वरूप उत्पन्न होता है। 65 वर्ष से कम आयु के लोग कभी कभार ही डिमेंशिया से ग्रस्त होते हैं और इसे 'यंगर ऑनसेट डिमेंशिया (युवाओं में डिमेंशिया का होना)' कहा जाता है।

वंशागत डिमेंशिया के ऐसे कुछ बहुत ही दुर्लभ प्रकार होते हैं, जिनमें किसी विशिष्ट जीन में उत्परिवर्तन रोग के पैदा होने का कारण होता है। हालाँकि डिमेंशिया के अधिकांश मामलों में, ये जीन शामिल नहीं होते हैं, परन्तु डिमेंशिया की पारिवारिक पृष्ठभूमि वाले लोगों में इसका

खतरा अधिक होता है। और अधिक जानकारी के लिए *डिमेंशिया के बारे में: आनुवांशिकी डिमेंशिया (About Dementia: Genetics of dementia)* सहायता पत्रक देखें।

ऐसा प्रतीत होता है कि स्वास्थ्य एवं जीवन-शैली के कुछ कारक भी किसी व्यक्ति के डिमेंशिया से ग्रस्त होने के खतरे में भूमिका निभाते हैं। उच्च रक्तचाप सहित अनुपचारित वैस्क्यूलर (नाड़ी संबंधी) खतरा कारकों से ग्रस्त लोगों में, तथा साथ ही शारीरिक व मानसिक तौर पर कम सक्रिय लोगों में इसका खतरा अधिक होता है। डिमेंशिया खतरा कारकों के बारे में अप-टू-डेट (नवीनतम) व विस्तृत जानकारी yourbrainmatters.org.au पर उपलब्ध है।

डिमेंशिया (मनोभ्रंश रोग) किन कारणों से होता है?

ऐसे बहुत से रोग हैं जिनके परिणामस्वरूप डिमेंशिया होता है। अधिकांश मामलों में, लोगों में इन रोगों के विकसित होने का कारण अज्ञात है। डिमेंशिया के सबसे सामान्य प्रकारों में से कुछ प्रकार निम्नलिखित हैं :

अलज़ाइमर रोग

डिमेंशिया का सबसे सामान्य प्रकार अलज़ाइमर रोग है, डिमेंशिया के दो-तिहाई मामले इस प्रकार के होते हैं। यह संज्ञानात्मक क्षमताओं को नियमित रूप से कम करता है, जिसकी शुरुआत स्मरण-शक्ति के खोने से होती है।

अलज़ाइमर रोग का विवरण मस्तिष्क की दो विकृतियों द्वारा किया जाता है – एमीलायड प्लैक्स और न्यूरोफ़िब्रिलरी टैंगल्स। प्लैक्स बीटा एमीलायड कहे जाने वाले प्रोटीन के असामान्य गुच्छे होते हैं। टैंगल्स टाउ कहे जाने वाले प्रोटीन से बने मुड़े हुए तंतुओं का बंडल होता है। प्लैक्स व टैंगल्स तंत्रिका कोशिकाओं के बीच संचार बंद करते हैं और इन्हें खत्म कर देते हैं। और अधिक जानकारी के लिए *डिमेंशिया के बारे में: अलज़ाइमर रोग (About Dementia: Alzheimer's disease)* सहायता पत्रक देखें।

वैस्क्यूलर (नाड़ी संबंधी) डिमेंशिया

वैस्क्यूलर डिमेंशिया मस्तिष्क में रक्त वाहिकाओं की क्षति के कारण पैदा होने वाला संज्ञानात्मक विकार है। यह एक ही स्ट्रोक (दौरा), या समय-समय पर आने वाले कई छोटे-छोटे स्ट्रोकों (दौरो) से पैदा हो सकता है। इन छोटे-छोटे स्ट्रोकों को अस्थायी स्थानिक-अरक्तता दौरे (ट्रांसिएंट इस्कीमिक अटैक्स - TIAs) भी कहा जाता है।

वैस्क्यूलर डिमेंशिया का रोग-निदान उस परिस्थिति में किया जाता है जब मस्तिष्क में रक्त वाहिका रोग के होने का प्रमाण हो और साथ ही किसी ऐसे क्षीण संज्ञानात्मक प्रकार्य का प्रमाण हो जो दैनिक जीवन में

बाधा डालता हो। वैस्क्यूलर डिमेंशिया के लक्षण स्ट्रोक (दौरे) के तुरंत बाद शुरू हो सकते हैं, या फिर रक्त वाहिका रोग के और बिगड़ने के साथ-साथ शुरू हो सकते हैं। मस्तिष्क की क्षति के स्थान व आकार पर निर्भर करते हुए लक्षण भिन्न-भिन्न हो सकते हैं। ऐसा हो सकता है कि यह केवल एक या कुछ विशिष्ट संज्ञानात्मक प्रकार्यों को प्रभावित करे। वैस्क्यूलर डिमेंशिया अलज़ाइमर रोग के समान प्रतीत हो सकता है, और अलज़ाइमर रोग व वैस्क्यूलर डिमेंशिया का मेल काफी हद तक सामान्य है। और अधिक जानकारी के लिए *डिमेंशिया के बारे में: वैस्क्यूलर डिमेंशिया (About Dementia: Vascular dementia)* सहायता पत्रक देखें।

लुई बाडी रोग

लुई बाडी रोग का विवरण मस्तिष्क में लुई बाडिज़ की उपस्थिति द्वारा किया जाता है। लुई बाडिज़ तंत्रिका कोशिकाओं के भीतर विकसित होने वाले अल्फा-सिन्यूक्लिन प्रोटीन के असामान्य गुच्छे होते हैं। ये विकृतियाँ मस्तिष्क के विशिष्ट क्षेत्रों में विकसित होती हैं, जिसके परिणामस्वरूप गति, सोच व आचरण में बदलाव होते हैं। लुई बाडी रोग से ग्रस्त लोग ध्यान देने व सोच-विचार करने की क्षमताओं में विशाल बदलावों का अनुभव कर सकते हैं। ये लोग करीब-करीब सामान्य आचरण करते हुए अल्पावधि में ही गंभीर रूप से व्याकुल प्रतीत हो सकते हैं। दृष्टि संबंधी भ्रम भी एक सामान्य लक्षण है।

लुई बाडी रोग के साथ तीन अतिव्यापी विकार शामिल किए जा सकते हैं:

- लुई बाडिज़ वाला डिमेंशिया
- पार्किंसंस रोग
- पार्किंसंस रोग डिमेंशिया

गति संबंधी लक्षणों के पहली बार प्रतीत होने पर, अक्सर पार्किंसंस रोग का रोग-निदान किया जाता है। पार्किंसंस रोग के बढ़ने के साथ-साथ ही अधिकांश लोगों में डिमेंशिया विकसित होता है। संज्ञानात्मक लक्षणों के पहली बार प्रतीत होने पर, इसका रोग-निदान लुई बाडिज़ वाले डिमेंशिया के रूप में किया जाता है।

लुई बाडी रोग कभी-कभार अलज़ाइमर रोग और/या वैस्क्यूलर डिमेंशिया के साथ घटित होता है। और अधिक जानकारी के लिए, लुई बाडी रोग (*Lewy body disease*) वाले सहायता पत्रक देखें।

फ्रंटोटेम्पोरल डिमेंशिया

फ्रंटोटेम्पोरल डिमेंशिया में मस्तिष्क के सामने के और/या कनपटी वाली परलिकाओं में क्रमिक क्षति का होना शामिल होता है। लक्षणों की शुरुआत अक्सर लोगों के पचास व साठ वर्ष के बीच या साठ व सत्तर वर्ष के बीच की आयु के होने पर होती है। फ्रंटोटेम्पोरल डिमेंशिया की दो मुख्य प्रस्तुतियाँ होती हैं – फ्रंटल (आचरण संबंधी लक्षणों तथा व्यक्तित्व में बदलाव सहित) और टेम्पोरल (भाषाई विकारों सहित)। परन्तु, ये दोनों अक्सर एक ही समय पर होते हैं।

क्योंकि मस्तिष्क के सामने की परलिकाएँ सोच-विचार करने व सामाजिक आचरण की शक्ति को नियंत्रित करती हैं, इसलिए फ्रंटोटेम्पोरल डिमेंशिया से ग्रस्त लोगों को अक्सर सामाजिक तौर पर उचित आचरण को बनाए रखने संबंधी कठिनाईयाँ होती हैं। वे अशिष्ट हो सकते हैं, सामान्य जिम्मेदारियों की अवहेलना कर सकते हैं, बाध्यकारी हो सकते हैं या एक ही चीज़ को बार-बार दोहरा सकते हैं, ऐसा हो सकता है कि वे अवरोध करने में कमी दर्शाएँ या वे बिना विचारे व्यवहार करें।

फ्रंटोटेम्पोरल डिमेंशिया के टेम्पोरल या भाषाई प्रकार के दो मुख्य रूप होते हैं। सिमेंटिक डिमेंशिया में शब्दों के अर्थ को धीरे-धीरे भूलना, शब्दों को खोजने व लोगों के नाम को याद रखने संबंधी समस्याएँ, और भाषा को समझने में कठिनाईयाँ शामिल हैं। प्रगतिशील गैर-धाराप्रवाह वाचाघात कम सामान्य है और यह बिना रूकावट बोलने की क्षमता को प्रभावित करता है।

फ्रंटोटेम्पोरल डिमेंशिया को कभी-कभार फ्रंटोटेम्पोरल लोबार डिजेनरेशन (विकार) या पिक्स रोग कहा जाता है। और अधिक जानकारी के लिए, *डिमेंशिया के बारे में: फ्रंटोटेम्पोरल डिमेंशिया (About Dementia: Frontotemporal dementia)* सहायता पत्रक देखें, या फ्रंटियर रिसर्च ग्रुप की वेबसाइट neura.edu.au देखें।

क्या यह डिमेंशिया है?

ऐसी बहुत सी समस्याएँ होती हैं जो डिमेंशिया के समान लक्षणों को पैदा करती हैं। इनका अक्सर उपचार किया जा सकता है। इनमें विटामिन व हार्मोन के कुछ अभाव, अवसाद, दवाईयों के प्रभाव, संक्रमण तथा ब्रेन ट्यूमर शामिल हैं।

यह अत्यावश्यक है कि लक्षणों के सबसे पहले प्रतीत होने पर प्रारम्भिक अवस्था में चिकित्सीय रोग-निदान किया जाए ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि उपचार-योग्य समस्या से ग्रस्त व्यक्ति का रोग-निदान और सही इलाज किया जाता है। यदि लक्षण डिमेंशिया के कारण उत्पन्न होते हैं, तो प्रारम्भिक रोग-निदान का अर्थ सहायता, सूचना व दवा के उपलब्ध होने पर इस तक प्रारम्भिक पहुँच का प्राप्त होना होगा।

डिमेंशिया के प्रारम्भिक लक्षण कौन से हैं?

डिमेंशिया के प्रारम्भिक लक्षण बहुत जटिल व अस्पष्ट हो सकते हैं और ऐसा हो सकता है कि ये तुरंत स्पष्ट न हों। कुछ साधारण लक्षणों में निम्न शामिल हो सकते हैं:

- स्मरण-शक्ति का धीरे-धीरे व अक्सर खो जाना
- व्याकुलता
- व्यक्तित्व में बदलाव
- उदासीनता एवं प्रत्याहार (विद्वाल)
- दैनिक कार्यों को करने की क्षमता में कमी

सहायता के लिए क्या किया जा सकता है?

वर्तमान में डिमेंशिया के अधिकांश प्रकारों का कोई उपचार नहीं है। परन्तु, कुछ ऐसी दवाईयों का पता लगाया गया है जो इसके कुछ लक्षणों को कम करती हैं। डिमेंशिया से ग्रस्त लोगों के लिए समर्थन अत्यावश्यक है और परिवारों, मित्रों व देखभाल प्रदाताओं की मदद समस्या का प्रबंध करने में सकारात्मक अंतर डाल सकती है।

अधिक जानकारी

Alzheimer's Australia (अलज़ाइमर्ज़ ऑस्ट्रेलिया) सहायता, सूचना, शिक्षा एवं सलाह प्रदान करता है। राष्ट्रीय डिमेंशिया हेल्पलाइन को **1800 100 500** पर संपर्क करें, या हमारी वेबसाइट fightdementia.org.au देखें।



भाषा संबंधी सहायता के लिए अनुवाद एवं दुभाषिया सेवा (Translating and Interpreting Service) को **131 450** पर फोन करें।

WHAT IS DEMENTIA?

This Help Sheet describes dementia, who gets it and some of its most common forms. It describes some early signs of dementia and emphasises the importance of a timely medical diagnosis.

Dementia describes a collection of symptoms that are caused by disorders affecting the brain. It is not one specific disease.

Dementia affects thinking, behaviour and the ability to perform everyday tasks. Brain function is affected enough to interfere with the person's normal social or working life. The hallmark of dementia is the inability to carry out everyday activities as a consequence of diminished cognitive ability.

Doctors diagnose dementia if two or more cognitive functions are significantly impaired. The cognitive functions affected can include memory, language skills, understanding information, spatial skills, judgement and attention. People with dementia may have difficulty solving problems and controlling their emotions. They may also experience personality changes. The exact symptoms experienced by a person with dementia depend on the areas of the brain that are damaged by the disease causing the dementia.

With many types of dementia, some of the nerve cells in the brain stop functioning, lose connections with other cells, and die. Dementia is usually progressive. This means that the disease gradually spreads through the brain and the person's symptoms get worse over time.

Who gets dementia?

Dementia can happen to anybody, but the risk increases with age. Most people with dementia are older, but it is important to remember that most older people do not get dementia. It is not a normal part of ageing, but is caused by brain disease. Rarely, people under the age of 65 years develop dementia and this is called 'younger onset dementia'.

There are a few very rare forms of inherited dementia, where a specific gene mutation is known to cause the disease. In most cases of dementia however, these genes are not involved, but people with a family history of dementia do have an increased risk. For more information see the Help Sheet on *About Dementia: Genetics of dementia*.

Certain health and lifestyle factors also appear to play a role in a person's risk of dementia. People with untreated vascular risk factors including high blood pressure have an increased risk, as do those who are less physically and mentally active. Up to date and detailed information about dementia risk factors is available at yourbrainmatters.org.au.

What causes dementia?

There are many different diseases that cause dementia. In most cases, why people develop these diseases is unknown. Some of the most common forms of dementia are:

Alzheimer's disease

Alzheimer's disease is the most common form of dementia, accounting for around two-thirds of cases. It causes a gradual decline in cognitive abilities, often beginning with memory loss.

Alzheimer's disease is characterised by two abnormalities in the brain – amyloid plaques and neurofibrillary tangles. The plaques are abnormal clumps of a protein called beta amyloid. The tangles are bundles of twisted filaments made up of a protein called tau. Plaques and tangles stop communication between nerve cells and cause them to die. For more information see the Help Sheet on *About Dementia: Alzheimer's disease*.

Vascular dementia

Vascular dementia is cognitive impairment caused by damage to the blood vessels in the brain. It can be caused by a single stroke, or by several mini-strokes occurring over time. These mini-strokes are also called transient ischaemic attacks (TIAs).

Vascular dementia is diagnosed when there is evidence of blood vessel disease in the brain and impaired cognitive function that interferes with daily living. The symptoms of vascular dementia can begin suddenly after a stroke, or may begin gradually as blood vessel disease worsens. The symptoms vary depending on the location and size of brain damage. It may affect just one or a few specific cognitive

functions. Vascular dementia may appear similar to Alzheimer's disease, and a mixture of Alzheimer's disease and vascular dementia is fairly common. For more information see the Help Sheet on **About Dementia: Vascular dementia**.

Lewy body disease

Lewy body disease is characterised by the presence of Lewy bodies in the brain. Lewy bodies are abnormal clumps of the protein alpha-synuclein that develop inside nerve cells. These abnormalities occur in specific areas of the brain, causing changes in movement, thinking and behaviour. People with Lewy body disease may experience large fluctuations in attention and thinking. They can go from almost normal performance to severe confusion within short periods. Visual hallucinations are also a common symptom.

Three overlapping disorders can be included with Lewy body disease:

- Dementia with Lewy bodies
- Parkinson's disease
- Parkinson's disease dementia

When movement symptoms appear first, Parkinson's disease is often diagnosed. As Parkinson's disease progresses most people develop dementia. When cognitive symptoms appear first, this is diagnosed as dementia with Lewy bodies.

Lewy body disease sometimes co-occurs with Alzheimer's disease and/or vascular dementia. For more information, see the Help Sheets on **Lewy body disease**.

Frontotemporal dementia

Frontotemporal dementia involves progressive damage to the frontal and/or temporal lobes of the brain. Symptoms often begin when people are in their 50s or 60s and sometimes earlier. There are two main presentations of frontotemporal dementia – frontal (involving behavioural symptoms and personality changes) and temporal (involving language impairments). However, the two often overlap.

Because the frontal lobes of the brain control judgement and social behaviour, people with frontotemporal dementia often have problems maintaining socially appropriate behaviour. They may be rude, neglect normal responsibilities, be compulsive or repetitive, be aggressive, show a lack of inhibition or act impulsively.

There are two main forms of the temporal or language variant of frontotemporal dementia. Semantic dementia involves a gradual loss of the meaning of words, problems finding words and

remembering people's names, and difficulties understanding language. Progressive non-fluent aphasia is less common and affects the ability to speak fluently.

Frontotemporal dementia is sometimes called frontotemporal lobar degeneration or Pick's disease. For more information, see the Help Sheet on **About Dementia: Frontotemporal dementia**, or visit the Frontier research group website neura.edu.au

Is it dementia?

There are a number of conditions that produce symptoms similar to dementia. These can often be treated. They include some vitamin and hormone deficiencies, depression, medication effects, infections and brain tumours.

It is essential that a medical diagnosis is obtained at an early stage when symptoms first appear to ensure that a person who has a treatable condition is diagnosed and treated correctly. If the symptoms are caused by dementia, an early diagnosis will mean early access to support, information and medication should it be available.

What are the early signs of dementia?

The early signs of dementia can be very subtle and vague and may not be immediately obvious. Some common symptoms may include:

- Progressive and frequent memory loss
- Confusion
- Personality change
- Apathy and withdrawal
- Loss of ability to perform everyday tasks

What can be done to help?

At present there is no cure for most forms of dementia. However, some medications have been found to reduce some symptoms. Support is vital for people with dementia and the help of families, friends and carers can make a positive difference to managing the condition.

FURTHER INFORMATION

Alzheimer's Australia offers support, information, education and counselling. Contact the National Dementia Helpline on **1800 100 500**, or visit our website at fightdementia.org.au



Interpreter

For language assistance phone the Translating and Interpreting Service on **131 450**