

Klīniskais algoritms

Vaskulāras demences pacientu vadīšana, ārstēšana un aprūpe

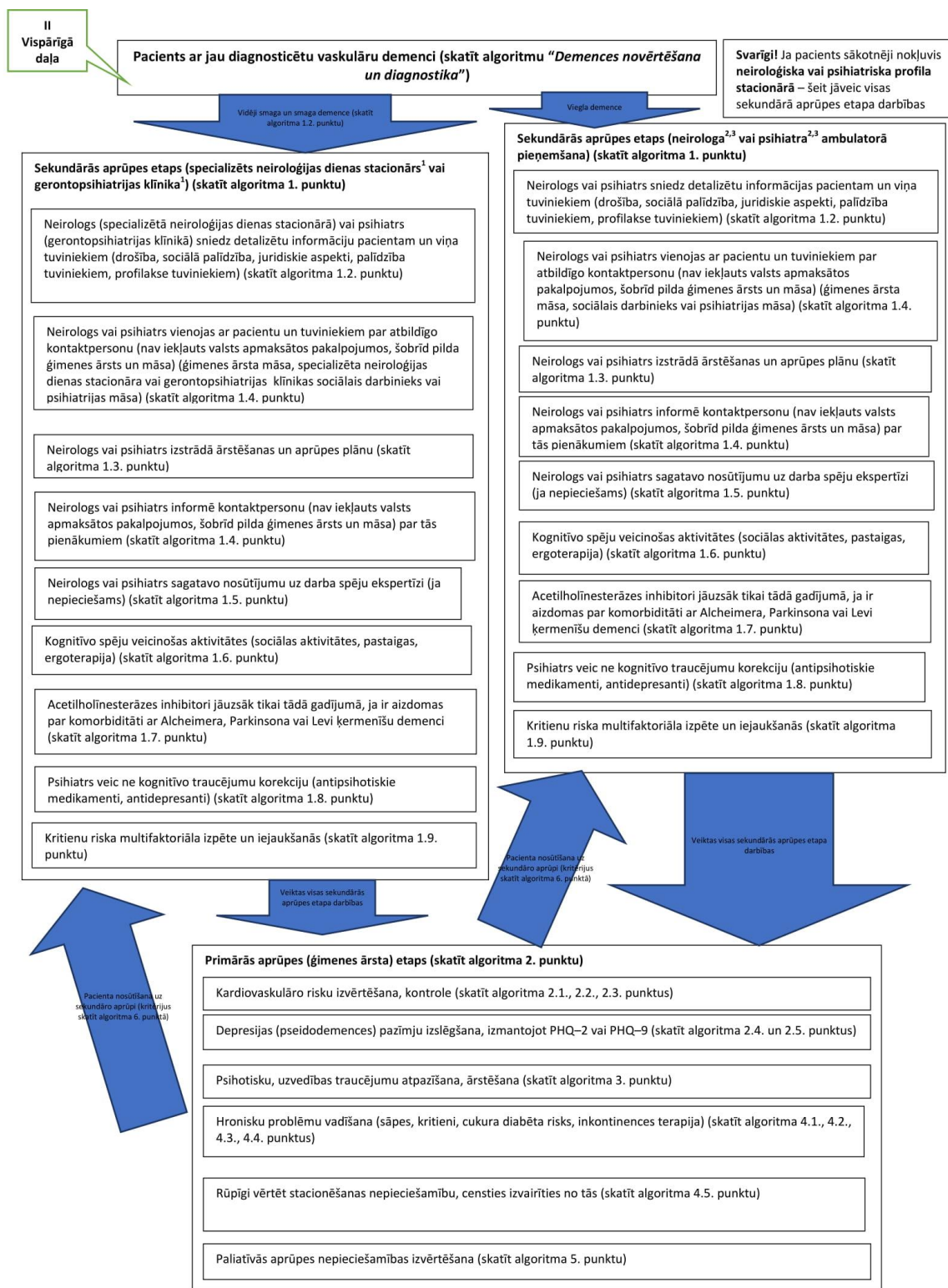
Autors psihiatrs prof.Māris Taube

Darba grupa psihiatra Elmāra Tērauda un prof.Māra Taubes vadībā: psihiatrs Ņikita Bezborodovs; psihiatrs Aigars Kišuro; ģimenes ārste Līga Kozlovska; neirologs Ainārs Stepens; ģimenes ārsts Edgars Tirāns; klīniskā psiholoģe prof.Ieva Bite; psihiatrs prof.Elmārs Rancāns

Saturs

I. Algoritma shēma.....	2
II. Vispārējā daļa.....	3
Ievads	3
Algoritma mērķi.....	4
Mērķgrupas	4
Pamatprioritātes ieviešot algoritmu	4
III. Rekomendācijas ^{1, 2,}	5
1.Sekundārās aprūpes līmenis.....	5
2.Vaskulāras demences pacientu vadīšana primārās aprūpes etaps.....	10
3.Uzvedības traucējumu/psihiatrisku simptomu atpazīšana	10
4.Hronisku problēmu vadīšana pacientiem ar vaskulāru demenci.....	10
5.Rīcība paliatīvās aprūpes nepieciešamības gadījumos	11
6. Kritēriji pacienta virzīšanai uz sekundāro aprūpi	11

I. Algoritma shēma



¹Nav pieejams pakalpojums

²Pagaidu risinājums arī vidēji smagu un smagu demencu ārstēšanai

³Papildus valsts apmaksātu speciālistu piesaiste obligāta

II. Vispārējā daļa

Ievads

Demence ir sindroms, kas radies smadzeņu slimības rezultātā un raksturojas ar kognitīvo funkciju (atmiņa, orientācija, valoda, vizuāli telpiskā sajūta, cēloņsakarību izpratne, spriešanas spējas, komunikācijas spējas, rēķināšana) traucējumiem, personības un uzvedības izmaiņām, kas samazina personas spējas veikt ikdienas aktivitātes (iepirkšanās, mazgāšanās, ģērbšanās, ēdiena gatavošana)^{1, 2}.

Saskaņā ar Pasaules Veselības organizācijas Starptautiskās statistiskās slimību un veselības problēmu klasifikācijas 10. redakciju³, Vaskulāra demence ir iekļauta F0 sadaļā Organiski psihiski traucējumi, ieskaitot simptomātiskus:

F01 Vaskulāra demence

Vaskulārā demence ir otra biežāk sastopamā demence aiz Alzheimer demences. Vaskulāra demence var kombinēties ar citiem demenču veidiem, tad tā tiek uzskatīta par jauktu demenci. Ja nav atklāts neviens cits demences veids un identificējama tikai vaskulāra demence, tad tās izplatība 5-10% no visām demencēm.

Kopumā 2015. gadā pasaulē 46,8 miljoni cilvēku cieta no demences, tiek prognozēts, ka 2030. gadā šādu cilvēku būs 74,7 miljoni, bet 2050. gadā – 131,5 miljoni⁴. Cilvēki pasaulē un arī Latvijā dzīvo ilgāk, ko nodrošina dzīves kvalitātes uzlabošanās, ārstniecības iespēju uzlabošanās. Demences attīstība ir saistīta ar vecumu, jo ilgāk cilvēki dzīvo – jo lielāka varbūtība tai izpausties. Tādēļ demences izplatība tik strauji pieaug, radot nepieciešamību savlaicīgi un kvalitatīvi ārstēt, nodrošināt rehabilitācijas un aprūpes iespējas.

Latvijā 2016. gada beigās bija 1 950 116 iedzīvotāji⁵, taču Latvijas veselības statistikas informācija⁶ liecina, ka 2016. gadā Latvijā reģistrēti tikai 5357 demences pacienti. No tiem 2244 pacientiem diagnosticēta Vaskulāra demence. Latvijā vaskulārā demence ir visbiežāk sastopamā demence, būtiski apsteidzot Alzheimer demenci (tikai 284 pacienti atrodas uzskaitē). Šie dati ir pretrunā citu valstu datiem, kur biežāk sastopama Alzheimer demence, liekot domāt, ka Alzheimer demence netiek pietiekami diagnosticēta Latvijā, kā arī vērsot uzmanību uz vaskulāru problēmu nozīmīgumu Latvijas apstākļos.

Vaskulāras demences pacientu vadīšana, ārstēšana, aprūpes organizēšana rada grūtības, klīniskā aina nav viennozīmīga, mainās pacienta stāvoklis, radot mērīgu iesaisti, liedzot izvēlēties pareizu ārstēšanas taktiku. Nereti nepieciešama ilgstoša sadarbība ar speciālistiem. Tāpat ļoti būtiska ir tuvinieku iesaiste, svarīgi ir anamnēzes jautājumi, kardiovaskulārie riski, svarīgi ir arī drošības jautājumi, pacienta neatkarības aspekti (vai spēj dzīvot viens vai nepieciešama institucionāla aprūpe).

Vaskulāras demences pacientu vadīšana, ārstēšana un aprūpe ir svarīga, jo šī ir bieži sastopama demence, Latvijā ir plaši izplatīta, ņemot vērā Latvijā sarežģīto situāciju kardiovaskulārās veselības jomā, augsto mirstību no sirds un asinsvadu slimībām,

nepietiekami izmantotiem profilakses pasākumiem, lai cilvēks atpazītu šos riskus. Ir pieejama zinātniski pierādīta ārstniecība, kas var uzlabot pacienta stāvokli, kavēt institucionālu aprūpi, samazināt pacientu invalidizāciju, kavēt viņu nokļūšanu aprūpējamā statusā, pazeminot pacienta dzīves kvalitāti. Vaskulāras demences pacientu vadīšana, ārstēšana un aprūpe būtu jāorganizē sistemātiski, lai pacienti nemērķtiecīgi un lieki neizmantotu veselības aprūpes pakalpojumus, netiktu ārstēti ar veselības stāvoklim nevajadzīgām vai liekām ārstniecības metodēm, kas nerisina pacienta problēmas, bet rada liekus tēriņus.

Algoritms “Vaskulāras demences pacientu vadīšana, ārstēšana un aprūpe” ietver pacientu no 18 gadu vecuma (biežāk virs 60 gadu vecuma) vadīšanu, ārstēšanu un aprūpi kvalitatīvai, sistemātiskai, koordinētai un efektīvai palīdzības sniegšanai

Algoritma mērķi

1. Uzlabot vaskulāras demences pacientu vadīšanu, ārstēšanu un aprūpi primārās un sekundārās veselības aprūpes līmenī
2. Sekmēt mērķtiecīgāku, koordinētāku pacienta ar vaskulāru demenci virzību veselības aprūpes sistēmā, kā arī efektīvu sadarbību ar sociāliem dienestiem, mazinot invalidizāciju, attālinot aprūpes nepieciešamību
3. Racionāli izmantot ārstniecības, aprūpes iespējas, mērķtiecīgi izmantojot uz pierādījumiem balstītas metodes
4. Mazināt nelietderīgu veselības aprūpes resursu izmantošanu, optimizēt pacienta vadīšanas, ārstēšanas un aprūpes plānu.

Mērķgrupas

1. Ģimenes ārsti
2. Psihiatri
3. Neurologi
4. Citi ārsti speciālisti
5. Sociālo dienestu speciālisti
6. Pacienti un viņu tuvinieki, atbalsta personas

Pamatprioritātes ieviešot algoritmu

Pamatā algoritma prioritāte ir organizēt pacienta ar vaskulāru demenci mērķtiecīgu virzību veselības aprūpes sistēmā, nodrošinot efektīvu sadarbību ar ģimenes ārstu, sekmēt sociālo pakalpojumu racionālu izmantošanu, lai mazinātu nelietderīgu un pacientam apgrūtinošu pakalpojumu sniegšanu.

III. Rekomendācijas ^{1, 2, 7}

1. Sekundārās aprūpes līmenis

1.1. Sekundārās aprūpes līmenis (specializēts neiroloģijas dienas stacionārs vai gerontopsihiatriska klīnika (*šobrīd nav izveidotas un nav iekļautas valsts apmaksas sistēmā minētās ārstniecības iestādes*)) (neirologs, psihiatrs, gerontologs (pēc nepieciešamības pieejams), klīniskais psihologs (pēc nepieciešamības pieejams), sociālais darbinieks, ergoterapeits, psihiatrijas māsa, mākslu terapeiti (pēc nepieciešamības pieejami), fizioterapeits (pēc nepieciešamības pieejams), internists vai kardiologs (pēc nepieciešamības pieejams), psihiatra vai neirologa ambulatorā vizīte vieglas demences gadījumā) (*iekļauts valsts apmaksāto pakalpojumu klāstā*).

Kritēriji nosūtīšanai uz sekundāro aprūpi (specializēts neiroloģijas dienas stacionārs vai gerontopsihiatriska klīnika) (jāizpildās visiem 3 nosacījumiem):

- Izslēgta citu, atgriezenisku demences cēloņu esamība,
- Saglabājas/konstatētas demences pazīmes,
- Pacientam konstatēta vidēji smaga demence (pacients nevar bez citu atbalsta, vajadzīga palīdzība iepērkoties, rīkojoties ar naudu) vai smaga demence (pacients nespēj saprātīgi rīkoties).

Svarīgi! Šobrīd nav izveidoti un valsts finansēti specializēti neiroloģiski dienas stacionāri un gerontopsihiatriskas klīnikas, tādēļ, kā pagaidu risinājums, arī vidēji smagu un smagu demenču pacienti tiek sūtīti pie neirologa vai psihiatra uz ambulatoro pieņemšanu. Psihiatram vai neirologam jābūt iespējai laicīgi saņemt nepieciešamo speciālistu konsultācijas un atbalstu (internists vai kardiologs, ergoterapeits, mākslu terapeiti, fizioterapeits, psihiatrijas māsa, sociālais darbinieks, gerontologs)

Svarīgi! Ja pacients sākotnēji ar demenci saistītiem simptomiem nokļuvis neiroloģiska vai psihiatriska profila stacionārā nodaļā vai dienas stacionārā (*iekļauts valsts apmaksāto pakalpojumu klāstā*), visas 1. punktā aprakstītās darbības jāveic šeit.

1.2. Informācijas sniegšana pacientam un viņa tuviniekiem (neirologs/psihiatrs)

1.2.1. Neirologs specializētā neiroloģijas dienas stacionārā (*šobrīd nav izveidota un nav iekļauta valsts apmaksas sistēmā minētā ārstniecības iestāde*), psihiatrs gerontopsihiatrijas klīnikā (*šobrīd nav izveidota un nav iekļauta valsts apmaksas sistēmā minētā ārstniecības iestāde*), psihiatra vai neirologa ambulatorā vizītē vieglas demences gadījumā) (*iekļauts valsts apmaksāto pakalpojumu klāstā*) sniedz šādu detalizētu informāciju pacientam un viņa tuviniekiem:

- 1.2.1.1. Diagnoze, slimības norise, prognoze, ārstēšanas iespējas
- 1.2.1.2. Drošības jautājumi (medikamentu lietošana, droša vide, apmaldīšanās riska mazināšana, uzraudzība – regulāra vai nē)
- 1.2.1.3. Sociālās palīdzības iespējas (kur var saņemt, kādi galvenie pakalpojumu veidi, iedrošināt tos izmantot)
- 1.2.1.4. Juridiskie, rīcībspējas un neatliekamas palīdzības un/vai palīdzības sniegšanas pret pacienta gribu jautājumu izskaidrošana (mantojums, testaments, agresivitāte, nespēja par sevi parūpēties, dzīvību apdraudošas situācijas)

1.2.1.5.Palīdzības iespējas pašiem tuviniekiem, atbildības sloga sadalīšana radnieku, aprūpes personāla starpā

1.2.1.6.Profilakses pasākumi pašiem tuviniekiem, ņemot vērā ģenētisko slimības risku (skatīt klīnisko algoritmu “Demences riska mazināšana dzīves laikā”)

Pacientam un/vai tuviniekiem sniedzamā informācija:

- Pacientam ir iespējams palīdzēt, demences nav parasta novecošana
- Palīdzēt var gan bez medikamentu, gan ar medikamentu palīdzību
- Pacients nav izmanjies vai kļuvis slikts cilvēks, viņa uzvedību, diemžēl, nosaka saslimšana
- Pacientam var būt pazemināts garastāvoklis, uztraukums, dusmas, pat agresivitāte – tās ir slimības izpausmes
- Slimība var noritēt ar straujām svārstībām – brīžiem pacients var būt labākā stāvoklī, brīžiem satraukts, apjucis, to nosaka asinsvadu darbība.
- Īpaši jāuzmanās vakaros – var būt kritienu risks, miega traucējumi
- Jācenšas pēc iespējas ņemt vērā, uzklaut pacienta vēlmes, domas.
- Iedrošināt pacientu, pozitīvi motivēt, nestrīdēties ar pacientu, nedusmoties uz viņu
- Sekot līdzi – vai pacientam nav aizcietējumi, caureja, patvaļīga urinācija. Vajadzības gadījumā, izmantot palīgierīces (autiņbiksītes), vārdiski atgādināt pacientam par nepieciešamību iet uz tualeti.
- Tuviniekiem runāt ar pacientu lēnāk, nesteidzināt, skatīties uz pacientu, precizēt – vai pacients sapratis, piemēram, lūgt atkārtot teikto.
- Nesteidzināt pacientu ģērbjoties, ļaut izvēlēties drēbes, ieplānot vairāk laiku.
- Veicināt, lai pacients ir fiziski aktīvs – pastaigājas, iet laikā, tiekas ar citiem cilvēkiem
- Tuviniekiem jāreķinās, ka pacients var nenovērtēt savas spējas, var apmaldīties, var kļūdīties, lietojot zāles. Jāņem vērā, ka pacients, iespējams, jau lieto zāles citu veselības problēmu (piemēram, paaugstināts asinsspiediens) risināšanai.
- Nepieciešams jau šobrīd nodrošināt uzraudzību (apmeklēt kāds katru dienu) pacientam, salikt zāles speciālos trauciņos, pārbaudīt – vai pacients pareizi lieto.
- Jāizvērtē situācija mājās – vai nevar kaut kur pakrist, vai nav kādas mēbeles, kur var aizķerties, pakļāji, kur paklupt, vairoties no kritienu riska. Jābūt pietiekami labam apgaismojumam mājās, pēc iespējas vienkāršākai sadzīves elektroierīču lietošanai.
- Jāizvērtē tālruņa lietošanas spējas – lai pacients var vienkārši piezvanīt (ieprogrammēts tuvinieka tālrunis ātro zvanu piekļuvē)
- Sarežģītu darbību veikšanai (piemēram, lielāki naudas maksājumi) nepieciešama palīdzība.
- Iespējams, būs nepieciešama sociālo dienestu palīdzība, nevajag kautrēties izmantot jebkuru palīdzību. Jau sākt noskaidrot iespējas – dienas centri, sociālās aprūpes iestādes
- Tuviniekiem vajadzētu savā starpā izrunāt – kā varēs organizēt palīdzību, nevajag vienam uzņemties visu atbildību, bet to sadalīt tuvinieku starpā.
- Tuviniekiem izvērtēt juridiskos jautājumus (testamenti, finanšu saistības u.c.), jo jāreķinās, ka slimība var progresēt, nav zināms – cik ātri tas notiks.

- Tuviniekiem pašiem jā rūpējas par savu veselību, jāizmanto pieejamais atbalsts, jā rūpējas par savu veselību (mērena fiziska aktivitāte, Vidusjūras diēta, asinsspiediena, holesterīna kontrole u.c.), ņemot vērā ģenētiska slimības riska varbūtību

SVARĪGI! Informācijas apjoms atkarīgs no pacienta funkcionēšanas līmeņa. Piemēram, ja nav tualetes apmeklējumu problēmas, informācija par šo jautājumu sniedzama tikai tuviniekiem, kā brīdinājums par nākotnē iespējamām problēmām

Svarīgi! Noteikt un neirologam vai psihiatram vienoties ar pacientu un tuviniekiem par vienu atbildīgo kontaktpersonu (*šobrīd nav iekļauta valsts apmaksas sistēmā, šobrīd šīs funkcijas, savas kapacitātes ietvaros, pilda ģimenes ārsta māsa un ģimenes ārsts, primāri orientējoties uz pacienta virzību veselības aprūpes sistēmas iestādēs*) (ģimenes ārsta māsa labākā gadījumā, specializēta neiroloģijas dienas stacionāra vai gerontopsihiatrijas klīnikas sociālais darbinieks vai psihiatrijas māsa), kas turpmāk koordinēs pacienta ārstēšanas un sociālās aprūpes pakalpojumu saņemšanu. Konkrētās kontaktpersonas izvēlē jāņem vērā šādi kritēriji: demences smagums (viegla – ģimenes ārsta māsa, vidēji smaga, smaga - specializēta neiroloģijas dienas stacionāra vai gerontopsihiatrijas klīnikas sociālais darbinieks vai psihiatrijas māsa), līdzšinējā sadarbība ar ģimenes ārstu (ja ilgstoša sekmīga sadarbība ar ģimenes ārstu – ģimenes ārsta māsa kā kontaktpersona), prognozējamā ārstēšanas un aprūpes intensitāte (ja intensīva ārstēšana paredzēta, pavadošas slimības, komplikēta norise - specializēta neiroloģijas dienas stacionāra vai gerontopsihiatrijas klīnikas sociālais darbinieks vai psihiatrijas māsa kā kontaktpersona).

1.3. Izstrādāt ārstēšanas un aprūpes plānu (ģimenes ārsta un speciālistu apmeklējumu laiki, ārstēšanas rezultātu izvērtēšana, pacienta neatkarības līmenis, nepieciešamā palīdzība, aprūpētāju, ģimenes locekļu iesaiste, sociālo pakalpojumu izmantošanas plāns, apjoms, dokumentu sagatavošana (ja attiecināms) darba spēju ekspertīzei, medikamentu lietošanas uzraudzība) (izstrādā neirologs/psihiatrs).

1.4. Informēt atbildīgās kontaktpersonu (*šobrīd šīs funkcijas, savas kapacitātes ietvaros, pilda ģimenes ārsta māsa un ģimenes ārsts, primāri orientējoties uz pacienta virzību veselības aprūpes sistēmas iestādēs*) par tās pienākumiem (informē neirologs/psihiatrs):

- 1.4.1. Pirmā tiešā tikšanās un pacienta vajadzību novērtēšana
- 1.4.2. Iepazīšanās ar izstrādāto ārstēšanas un aprūpes plānu (vēlams, ka kontaktpersona bijusi iesaistīta plāna izstrādē)
- 1.4.3. Sadarbība ar pacienta ģimenes locekļiem, kopīga lēmumu pieņemšana
- 1.4.4. Informācija par dažādiem pieejamiem pakalpojumiem (īslaicīga sociālā palīdzīga, ilgstoša sociālā aprūpe, dienas centri demenču pacientiem, sociālā darbinieka vizīte mājās, pakalpojums “siltas pusdienas mājās”, valsts atbalsts, kur vērsties sociālajā dienestā, kāda veida dokumentācija nepieciešama.
- 1.4.5. Regulāra (reizi 6 mēnešos) ārstēšanas un aprūpes plāna pārskatīšana (sadarbībā ar neirologu un/vai psihiatru un ģimenes ārstu).

Svarīgi! Kontaktpersona (*šobrīd šīs funkcijas, savas kapacitātes ietvaros, pilda ģimenes ārsta māsa un ģimenes ārsts, primāri orientējoties uz pacienta virzību veselības aprūpes sistēmas iestādēs*) (vislabāk ģimenes ārsta māsa vai specializēta neiroloģijas dienas

stacionāra vai gerontopsihiatrijas klīnikas sociālais darbinieks vai psihiatrijas māsa) nodrošina visas informācijas aprites koordinēšanu, visa informācija pieejama pie ģimenes ārsta; tā pacientam pieejama, ja viņš arī atrodas dažādās aprūpes formās vai maina tās (piemēram, mājās, ilgstošā sociālās aprūpes iestādē, stacionārā).

1.5.Svarīgi! Ja pacients tiek izmeklēts un uzstādīta vaskulāras demences diagnoze specializētā neiroloģijas dienas stacionārā (*šobrīd nav izveidota un nav iekļauta valsts apmaksas sistēmā minētā ārstniecības iestāde*), vai neiroloģijas profila stacionārā nodaļā (*iekļauts valsts apmaksāto pakalpojumu klāstā*), tad neirologs nosūta pacientu darba spēju izvērtēšanai (ja pacientam ir invaliditātes pazīmes (mēreni vai izteikti traucējumi, kas radušies smadzeņu bojājuma vai disfunkcijas dēļ) un viņš vēlas saņemt invaliditāti⁸)

Ja pacients tiek izmeklēts un uzstādīta vaskulāras demences diagnoze gerontopsihiatrijas klīnikā (*šobrīd nav izveidota un nav iekļauta valsts apmaksas sistēmā minētā ārstniecības iestāde*), psihiatriska profila dienas stacionārā vai psihiatriska profila stacionārā nodaļā (*iekļauts valsts apmaksāto pakalpojumu klāstā*), tad psihiatrs nosūta pacientu darba spēju izvērtēšanai (ja pacientam ir invaliditātes pazīmes (mēreni vai izteikti traucējumi, kas radušies smadzeņu bojājuma vai disfunkcijas dēļ) un viņš vēlas saņemt invaliditāti⁸).

1.6.Intervences, lai veicinātu pacienta kognitīvās funkcijas, neatkarību un labklājību (ergoterapeits, mākslas terapeits, fizioterapeits, psihologs)

1.6.1. Kognitīvo un sociālo spēju stimulācijas aktivitātes, vēlams grupā (jēgpilnas pastaigas, muzeju apmeklējumi) vieglas un vidēji smagas demences gadījumos

1.6.2. Kognitīva rehabilitācija (*valsts finansēta ergoterapija, pieejama psihiatriska profila dienas stacionāros, stacionāros, dienas centros*) vieglas un vidēji smagas demences gadījumos.

1.7.Farmakoloģiska vaskulāras demences ārstēšana (neirologs vai psihiatrs) (*šobrīd nepieciešamie medikamenti nav iekļauti valsts kompensējamo zāļu sarakstā*).

1.7.1. Acetilholīnesterāzes inhibitori (piemēram, donepizils, galantamīns, rivastigmīns, ipidakrīns) vai memantīns lietojami tikai tādā gadījumā, ja ir aizdomas par komorbiditāti ar Alcheimera, Parkinsona vai Levi ķermenīšu demenci.

1.7.2. Jāuzsāk terapija ar lētāko acetilholīnesterāzes inhibitoru, bet var izvēlēties alternatīvu acetilholīnesterāzes inhibitoru, ņemot vērā blakusparādības, blakus saslimšanas, zāļu mijiedarbību, devas.

Svarīgi! Nenožīmēt Ginseng (žņņšņa sakne), E vitamīnu, herbālus produktus, kognitīvus treniņus, interpersonālu terapiju, ne invazīvas smadzeņu stimulācijas metodes.

1.8.Citu (ne kognitīvo) traucējumu korekcija vaskulāras demences pacientiem (psihiatrs).

1.8.1. Pirms terapijas uzsākšanas, izvērtēt vai ažitācijas, agresijas, distresa, psihotisku simptomu cēlonis nav sāpes, delīrijs, nepietiekama aprūpe

1.8.2. Antipsihotisko medikamentu lietošanu uzsākt, ja (jāpiepildās vismaz vienam nosacījumam):

1.8.2.1.Pastāv bīstamība, ka tiks nodarīts kaitējums pašam pacientam vai citiem

- 1.8.2.2. Pacientam ir ažitācija, halucinācijas vai murgi, kas rada pacientam distresu
- 1.8.3. Pirms antipsihotisko medikamentu uzsākšanas, izrunāt ar tuviniekiem ieguvumus un riskus
- 1.8.4. Lietot vismazāko iespējamo antipsihotisko medikamentu devu pēc iespējas īsāku laiku, pārskatīt terapiju ik 6 mēnešus (pārskata psihiatrs)
- 1.8.5. Pārtraukt antipsihotiskos medikamentus, ja nav efekta, izdiskutējot ar tuviniekiem
- 1.8.6. Nelietot valproātus ažitācijas vai agresijas ārstēšanai
- 1.8.7. Nozīmēt regulāri antidepresantus tikai tad, ja ir informācija par pirms tam bijušām psihiskās veselības problēmām (depresiju). Ja nepieciešams nozīmēt antidepresantus, sākotnēji izvēlēties selektīvos sarotonīna atpakaļsaistīšanās inhibitorus (SSAI)
- 1.8.8. Nenožīmēt melatonīnu miega problēmu risināšanai pacientam ar vaskulāru demenci
- 1.9. Kritienu riska multifaktoriāla izpēte un iejaukšanās
 - 1.9.1. Kritienu vēstures izpēte, precizēšana (psihiatrs vai neirologs)
 - 1.9.2. Gaitas, balansa, mobilitātes, muskuļu spēka novērtēšana un treniņi (fizioterapeits)
 - 1.9.3. Osteoporozes riska novērtēšana (internists)
 - 1.9.4. Novērtēt personas funkcionālās spējas, bailes no kritieniem (ergoterapeits)
 - 1.9.5. Redzes kvalitātes izvērtēšana un speciālistu iesaiste, ja nepieciešams (acu ārsts)
 - 1.9.6. Kognitīvo spēju izvērtēšana, neiroloģiska izvērtēšana (psihiatrs, neirologs)
 - 1.9.7. Urīna nesaturēšanas nopietnības izvērtēšana (internists)
 - 1.9.8. Bīstamo mājas situāciju izvērtēšana, uzlabojumu veikšana (pirms pacienta atgriešanās mājās no stacionāra, dienas stacionāra (*iekļauts valsts apmaksāto pakalpojumu klāstā*), specializēta neiroloģijas dienas stacionāra vai gerontopsihiatrijas klīnikas (*šobrīd nav izveidotas un nav iekļautas valsts apmaksas sistēmā minētās ārstniecības iestādes*), ieteikumu sniegšana (ergoterapeits kopā ar ģimeni)
 - 1.9.9. Kardiovaskulārās sistēmas izmeklēšana, medikamentu pārskatīšana korekcija (internists vai kardiologs)
 - 1.9.10. Psihotropo medikamentu lietošanas izvērtēšana (atcelšana, mazināšana, maiņa) (psihiatrs)

2.Vaskulāras demences pacientu vadīšana primārās aprūpes etapā

2. Vaskulāras demences pacientu vadīšana primārās aprūpes etapā (veic ģimenes ārsts)
 - Pacients nonāk šajā etapā pēc 1. punktā ietverto darbību veikšanas.
 - 2.1.Kardiovaskulāro slimību riska faktoru (paaugstināts asinsspiediens, holesterīna līmenis paaugstināts, diabēts, smēķēšana, aptaukošanās, sirds slimības risks (sāpes krūtīs, infarkts), iepriekš bijis insults, tranzitoras išēmiskas lēkmes) (veic ģimenes ārsts).
 - 2.2.Nosūtīt pie speciālista, ja konstatēti iepriekš uzskaitītie kardiovaskulārie riski (ģimenes ārsts nosūta pie kardiologa).
 - 2.3.Ieteikt pārtraukt smēķēšanu, ārstēt hipertensiju, diabētu, ieteikt svara samazināšanas diētu (iesaka ģimenes ārsts).
 - 2.4.Novērtēt vai pacientam nav pazemināts garastāvoklis, depresijas pazīmes

2.5.Svarīgi! Depresijas diagnostikai izmantojams PHQ – 2 vai PHQ – 9 depresijas novērtēšanas tests. PHQ – 2 un PHQ – 9 pieejami latviešu un krievu valodās, pieejami ģimenes ārstu praksēs.

Pseidodemences un demences atšķirības⁹

Pseidodemence	Demence
Ātri meklē palīdzību	Novēloti, simptomi ilgi
Ātrāka simptomu attīstība	Lēnāk attīstās
Anamnēzē informācija par depresiju	Nav informācijas par psihiskiem traucējumiem
Pacients sūdzas par koncentrēšanās grūtībām	Pacients nesūdzas
Garastāvoklis stabili pazemināts	Mainīgs noskaņojums, var būt pacilāts
Tipiskas pacienta atbildes: “es nezinu”, “tas ir tik grūti”	Pacients atbild, komunicē, bet kļūdaini atbild
Sākotnēji pazemināts garastāvoklis	Sākotnēji atmiņas grūtības

3.Uzvedības traucējumu/psihiatrisku simptomu atpazīšana

3. Atpazīt uzvedības traucējumus/psihiatriskus simptomus (ģimenes ārsts) (uztraukums, traucējumi vairāk naktī, ažitācija, agresija, halucinācijas, murgi, trauksme, nekontrolējami emociju izvirdumi); tos konstatējot var uzsākt ārstēšanu vai konsultēties ar/nosūtīt uz specializētu neiroloģijas dienas stacionāru vai gerontopsihiatrijas klīniku (sekundārās aprūpes līmenis) (*šobrīd nav izveidotas un nav iekļautas valsts apmaksas sistēmā minētās ārstniecības iestādes*) vai kā pagaidu risinājums līdz klīniku izveidei - pie psihiatra uz ambulatoro pieņemšanu (*iekļauts valsts apmaksāto pakalpojumu klāstā*).

4.Hronisku problēmu vadīšana pacientiem ar vaskulāru demenci

4. Hronisku problēmu vadīšana pacientiem ar vaskulāru demenci (veic ģimenes ārsts).
 - 4.1.Novērtēt, vai pacients nejūt sāpes (izmainās uzvedība, kas liecina par sāpēm), pretsāpju terapija, izvērtējot iespējamās blaknes
 - 4.2.Kritienu riska novērtējums¹⁰ (aktīvi jautāt par krišanas epizodēm, jautāt tuviniekiem, novērtēt objektīvi pacienta gaitu, stabilitāti, kardiovaskulāro slimību risku, psihotropo medikamentu lietošanu, izglītēt pacientus, tuviniekus par krišanas risku,

tā novēršanu). Ja gada laikā atkārtoti kritieni – nosūtīt pacientu uz specializētu neiroloģijas dienas stacionāru, gerontopsihiatrisku klīniku (*šobrīd nav izveidotas un nav iekļautas valsts apmaksas sistēmā minētās ārstniecības iestādes*), pie neirologa vai psihiatra (*iekļauts valsts apmaksāto pakalpojumu klāstā*) kritienu riska multifaktoriālai izpētei (sekundārās aprūpes līmenis) un pasākumu veikšanai kritienu profilaksei.

4.3. Cukura diabēta kontrole (ģimenes ārsts)

4.4. Inkontinences kontrole, novēršana un ārstēšana (mirabegrons lietojams pacientiem kam antimuskarīna medikamenti ir kontrindicēti vai ir nepieņemamas to blakusparādības)¹¹.

4.5. Ja nepieciešama pacienta stacionēšana kādu veselības problēmu paasinājumu dēļ, izvērtēt vai tas patiešām nepieciešams, vai nav iespējams risinājums ambulatori, ņemt vērā ieguvumus un zaudējumus:

- Iespējamā dezorientācija slimnīcā
- Paredzama ilgāka uzturēšanās slimnīcā
- Iespējamās letalitātes riska pieaugums
- Citu slimību pievienošanās pēc izrakstīšanas no slimnīcas (infekcijas u.c.)
- Delīrija risks
- Negatīvā institucionālā, svešā vidē

5. Rīcība paliatīvās aprūpes nepieciešamības gadījumos

5. Paliatīvās aprūpes nepieciešamības gadījumos (veic ģimenes ārsts):

- Iesaistīt tuviniekus lēmuma pieņemšanā, izvērtējot labāko iespējamo risinājumu pacientam, tuviniekiem, aprūpētājiem
- Izvērtēt nepieciešamo atbalstu pacientiem ēšanā un dzeršanā
- Respektēt personas vēlmes
- Nodrošināt maksimāli iespējamo palīdzību visu diennakti (tuvinieku iesaiste, iespējas nodrošināt kopēju, institucionāla aprūpe)
- Respektēt pacienta vēlmes, censties izvairīties no neplānotas hospitalizācijas, ja pacienta vēlme ir nomirt mājās apstākļos¹².

6. Kritēriji pacienta virzīšanai uz sekundāro aprūpi

Konstatēti uzvedības traucējumi/psihiatriski simptomi - ažitācija, agresija, halucinācijas vai murgi

- Gada laikā atkārtoti kritieni – vismaz 12 kritieni pēdējā gada laikā

¹ Latvijas neirodeģeneratīvo slimību asociācija. Alcheimera slimības, vaskulārās demences, Levi ķermenīšu demences un frontotemporālās demences klīniskās vadlīnijas, <http://www.vmnvd.gov.lv/uploads/files/59df1724400d4.pdf>, 2017

² National Institute for Health and Care Excellence (NICE), Dementia: assessment, management and support for people living with dementia and their carers <https://www.nice.org.uk/guidance/ng97/chapter/About-this-guideline> 2018

³ Pasaules Veselības organizācijas 2015. gada izdevums "International statistical classification of diseases and related health problems – 10th revision, Fifth edition 2016, Volume 1 http://www.spkc.gov.lv/ssk10/rsc/SSK_1_levads.pdf 2016

⁴ Alzheimer's Disease International, World Alzheimer Report 2015. The Global Impact of Dementia, <https://www.alz.co.uk/research/WorldAlzheimerReport2015.pdf> 2015

⁵ Centrālais statistikas birojs <https://www.csb.gov.lv/lv/statistika/statistikas-temas/iedzivotaji/iedzivotaju-skaitis/meklet-tema/2402-iedzivotaju-skaita-izmainas-latvija-2017> (skatīts 2018. gada 19. novembrī)

⁶ Šica K, Pulmanis T, Taube M. Psihiskā veselība Latvijā 2016. gadā, Tematisks ziņojums, Slimību profilakses un kontroles centrs, Rīga, 2017 https://www.spkc.gov.lv/upload/Psihiska_veseliba_faili/tz_pvl_2016_final.pdf (skatīts 2018. gada 19. novembrī)

⁷ World Health Organization. mhGAP Intervention Guide for mental, neurological and substance use disorders in non-specialized health settings. Module Dementia http://www.who.int/mental_health/mhgap/dem_supporting_material.pdf

⁸ Ministru kabineta noteikumu nr 1209 Noteikumi par prognozējamās invaliditātes, invaliditātes un darbaspēju zaudējuma noteikšanas kritērijiem, termiņiem, kartību, <https://www.vestnesis.lv/ta/id/223859-noteikumi-par-prognozejamas-invaliditates-invaliditates-un-darbspeju-zaudejuma-noteikšanas-kriterijiem-terminiem-un-kartibu> (skatīts 2019. gada 7. aprīlī)

⁹ Sadock b.J., Sadock V.A. Ruiz P, Synopsis of Psychiatry, Seventh Edition, , 2015

¹⁰ National Institute for Health and Care Excellence (NICE), Falls in older people: assessing risk and prevention. <https://www.nice.org.uk/guidance/cg161/chapter/1-Recommendations> 2013

¹¹ National Institute for Health and Care Excellence (NICE), Mirabegron for treating symptoms of overactive bladder. <https://www.nice.org.uk/guidance/ta290/chapter/1-Guidance> 2013

¹² National Institute for Health and Care Excellence (NICE), End of life care for adults, Quality standard, <https://www.nice.org.uk/guidance/qs13/chapter/Quality-statement-3-Assessment-care-planning-and-review> 2011