

Accertamento e diagnosi

Vi preoccupate perché la memoria di vostra madre comincia a giocare brutti scherzi? O vostro marito dimentica fatti accaduti di recente? Vi siete accorti che un vostro familiare smarrisce gli oggetti o non è più in grado di seguire una conversazione? Vi domandate se non sarebbe il caso di parlarne con questa persona e di consigliarle di rivolgersi a un medico? Come fare? Come vengono accertati e diagnosticati i disturbi? In questo foglio informativo trovate le risposte alle vostre domande.

/ Aspetti teorici

I campanelli d'allarme

L'Alzheimer è una malattia che colpisce il cervello. Si manifesta con una compromissione permanente delle funzioni cognitive e si ripercuote sulla vita quotidiana e professionale della persona che ne è colpita. I cambiamenti elencati di seguito possono esserne i primi segnali.

- › **Difficoltà di memoria:** la persona fa fatica a memorizzare nomi, date o nuove informazioni. Pone più volte la stessa domanda e/o non ricorda più la risposta. Telefona a qualcuno e ha dimenticato di averlo già fatto il giorno prima o la mattina stessa. Dimentica avvenimenti recenti e significativi (per es. il matrimonio del nipote).
- › **Disorientamento spazio-temporale:** la persona perde la capacità di riconoscere luoghi familiari (il percorso casa-ufficio, il quartiere in cui abita ecc.). Confonde i giorni della settimana e dimentica gli appuntamenti. Cerca continuamente gli oggetti di uso quotidiano chiedendo se sono stati spostati.
- › **Deficit del linguaggio:** la persona stenta a trovare le parole o una parola precisa, ne utilizza una al posto di un'altra ecc. Fa fatica a seguire una conversazione.

- › **Deficit delle funzioni cosiddette esecutive:** la persona ha difficoltà nel pianificare e svolgere attività di routine, come gestire il proprio denaro o fare acquisti. Non riesce più a utilizzare correttamente la chiave per aprire la cassetta della posta o elettrodomestici come il forno. Fa fatica a imparare a utilizzare nuovi oggetti, come un telecomando.
- › **Cambiamenti della personalità e/o dell'umore:** la persona trascura il proprio aspetto, appare apatica o ansiosa, prende decisioni insolite, si innervosisce facilmente o si chiude in sé stessa.

Riconoscere i disturbi: quali vantaggi

Se uno dei segnali della malattia persiste (v. sopra), è consigliabile sottoporsi a una valutazione cognitiva dal medico di famiglia. L'identificazione precoce dei disturbi ha numerosi vantaggi, tra cui:

- › accertare se le facoltà cognitive sono effettivamente alterate, agire sui fattori di rischio modificabili;
- › valutare lo stato di salute per escludere altre cause o malattie che possano giustificare i disturbi cognitivi: effetti collaterali dei farmaci, disturbi del metabolismo tiroideo, depressione, apnea notturna ecc.;

- › affrontare argomenti tra cui il testamento biologico e operare scelte per il proprio futuro;
- › chiedere informazioni al proprio medico sul decorso della malattia per poterne parlare in famiglia e usufruire degli aiuti e delle cure disponibili.

Le tappe principali dell'accertamento e del processo diagnostico

Il medico di famiglia

Di solito il primo accertamento avviene tramite il medico di famiglia con lo scopo di indagare i sintomi indicativi della malattia e comprende le fasi indicate qui di seguito.

- › Un colloquio dettagliato con il paziente per raccogliere la storia medica e familiare e conoscere i disturbi e i sintomi attuali. Con il consenso della persona, è consigliabile svolgere questo colloquio in presenza di un familiare.
- › Un esame clinico approfondito e un test di laboratorio (analisi del sangue).
- › Un test di valutazione della memoria e delle facoltà cognitive. Questi test sono indicativi e non consentono di formulare una diagnosi, ma aiutano il medico a compiere le sue scelte cliniche e terapeutiche.

In base agli elementi acquisiti nel corso del colloquio e ai risultati degli esami e dei test, il medico può tranquillizzare i familiari e prescrivere al paziente un follow-up da effettuare dopo qualche tempo oppure una terapia iniziale o, ancora, indirizzarlo verso uno specialista.

Visita specialistica

Se ritiene che i risultati degli esami effettuati siano atipici o incerti o se sospetta la malattia di Alzheimer o una patologia affine, il medico di famiglia indirizzerà il paziente verso uno specialista o una clinica della memoria (centro per la diagnosi dei disturbi cerebrali), dove saranno svolti accertamenti approfonditi che possono portare alla formulazione della diagnosi.

Gli elementi della diagnosi

Il processo diagnostico comprende esami standard e neurologici, un colloquio con i familiari e diversi esami complementari a seconda delle condizioni del paziente.

Il bilancio neuropsicologico

Questo bilancio consente di valutare le capacità cognitive, di individuare un eventuale declino anomalo e di evidenziare le funzioni colpite e le capacità preservate. Ha un ruolo essenziale nelle indagini diagnostiche. I test riguardano le seguenti funzioni cognitive: attenzione, memoria, linguaggio, comprensione e uso della parola, orientamento spaziale, capacità motorie, comportamento e umore.

La diagnostica per immagini

I procedimenti diagnostici per immagini sono tecniche che permettono di rappresentare la struttura o il funzionamento del cervello. Gli specialisti possono prescrivere una risonanza magnetica (RM), una tomografia computerizzata (TC) o una tomografia a emissione di positroni (PET). L'obiettivo è basare la diagnosi di demenza sulle strutture cerebrali alterate.

L'analisi del liquido cerebrospinale (CSF)

Il liquido cerebrospinale è prelevato mediante una puntura lombare. La sua analisi consente di identificare le anomalie proteiche caratteristiche della malattia di Alzheimer e di escludere alcuni processi infiammatori, autoimmuni o infettivi (per es. la malattia di Creutzfeldt-Jakob). La ricerca dei biomarcatori nel CSF è presa in considerazione nei pazienti giovani o, a seconda delle osservazioni del medico o del desiderio del paziente, in soggetti anziani per migliorare l'attendibilità della diagnosi.

La genetica

In casi molto rari, la demenza è «ereditaria», ossia è una forma familiare. In tal caso il neurologo può suggerire test genetici mirati per esaminare alcuni geni specifici. Questo tipo di indagine generica richiede il consenso scritto della persona e deve essere seguita da uno specialista.

La diagnosi

La raccolta di tutti i risultati degli esami, dell'analisi clinica, dell'anamnesi e dei colloqui svolti con i familiari consente di formulare una diagnosi differenziata con la quale i professionisti potranno determinare lo stadio della malattia e definire gli interventi terapeutici e il sostegno appropriati.

La comunicazione della diagnosi

Spetta al medico curante o a uno specialista comunicare la diagnosi al malato. Con il suo consenso, è opportuno che al colloquio siano presenti uno o più familiari, perché spesso il paziente non riesce ad assimilare tutte le informazioni fornite. L'annuncio rappresenta un momento

di grande vulnerabilità per la persona colpita e per i suoi cari. Non esitate a chiedere materiale informativo sulla malattia e le offerte di aiuto disponibili che potrete approfondire in seguito.

/ Comunicazione

Incoraggiare un proprio familiare a consultare un medico per accertare i disturbi è un passo raccomandabile ma anche delicato, perché può provocare emozioni o atteggiamenti ambivalenti. Il familiare può reagire in modi diversi alla richiesta di consultare un medico.

La persona si rifiuta di andare dal medico

Quando viene affrontata la questione, la persona interessata può banalizzare i fatti, arrabbiarsi o cambiare argomento. Occorre rispettare che, per il momento, non abbia voglia di parlarne e si rifiuti di andare dal medico. Può temere il risultato, il giudizio altrui ecc. In questo caso, spiegatele che avete compreso i suoi timori, ma siete preoccupati per la sua salute. È meglio affrontare l'argomento in un altro momento, quando la persona interessata si mostra più disponibile. Incoraggiatela a sottoporsi a un check-up dal suo medico di fiducia.

La persona non sente di essere malata

Capita spesso che una persona affetta da disturbi neurocognitivi non si accorga delle proprie dimenticanze e difficoltà oppure che le giustifichi adducendo motivi esterni alla sua situazione, per esempio incolpando terzi o ritenendole passeggero. Parlatele delle vostre preoccupazioni e delle vostre sensazioni piuttosto che tentare di farle prendere coscienza delle sue difficoltà o di metterla di fronte alla realtà. Se il familiare si rifiuta categoricamente di parlarne, potete condividere i vostri timori con il suo medico curante. Per consentirgli di valutare la situazione, sottoponetegli alcuni esempi di situazioni concrete e indicategli da quando avete notato un cambiamento.

L'appuntamento dal medico

Ritenete che una visita medica sia indispensabile e siete preoccupati della situazione? Come dirlo al vostro familiare? Se è già previsto un appuntamento o un controllo di routine, cogliete l'occasione per affrontare l'argomento. Se il familiare non si sottopone a visite periodiche dal medico, incoraggiatelo a prendere un appuntamento per un altro motivo [controllo annuale di routine, verifica della terapia, visita medica legata alla patente ecc.]. Se lamenta un problema fisico (do-

lori, cattiva digestione ecc.), prendetelo come pretesto per esortarlo a farsi visitare. Offritegli il vostro sostegno, coinvolgetelo e accompagnatelo, se gli fa piacere.

/ Considerazioni di ordine etico

Quale diagnosi

Può capitare che, nonostante i disturbi evidenti, l'età del paziente o la sua situazione personale, il medico di famiglia ritenga che non siano necessari ulteriori esami. Tuttavia, per operare le scelte per il futuro, esprimere la propria volontà, redigere il testamento biologico e avere le cure adeguate, un'indagine diagnostica è consigliabile quando la persona accusa disturbi cognitivi o i suoi familiari ne segnalano l'esistenza. Se desiderate che il vostro familiare si sottoponga a ulteriori esami, ma il suo medico curante si rifiuta di eseguirli, chiedetegli che vi indichi uno specialista della memoria o prendete voi l'appuntamento. In questo caso assicuratevi che lo specialista chieda una prescrizione del medico di famiglia affinché le spese vadano a carico dell'assicurazione malattie.

Esami complementari

Se il medico curante riscontra segnali di una possibile demenza, il familiare può rifiutarsi di sottoporsi a esami complementari: la sua scelta va rispettata. Infatti, a seconda dell'età, dello stato di salute e di altri fattori, un accertamento dal medico di famiglia può essere sufficiente per permettere al paziente di operare le sue scelte per il futuro e rassicurare i familiari in merito all'interpretazione dei segnali. Parlate del futuro ed esprimetegli le vostre preoccupazioni per la sua salute e per le responsabilità e le decisioni che ricadranno su di voi. Evitate di fare promesse che non potrete mantenere e cercate aiuto.

/ Sgravio

Il vostro ruolo di familiari curanti è essenziale. Siete le persone di riferimento del malato e il vostro impegno consente non solo di tenerlo a casa il più a lungo possibile, ma anche di migliorare notevolmente la sua qualità di vita. Talvolta potete ritrovarvi soli di fronte a determinate scelte e agli sconvolgimenti della vita quotidiana in seguito alla diagnosi di demenza. Il servizio di consulenza telefonica di Alzheimer Svizzera e le sezioni cantonali possono assistervi in tutte le fasi che attraverserete. Alcuni centri della memoria propongono un colloquio dedicato ai familiari curanti, che consente loro di condividere le preoccupazioni, porre domande e ricevere aiuto.

Consulenza tecnica

Dr med. Olivier Rouaud, neurologo,
Centre Leenaards de la mémoire, CHUV, Losanna

Dr med. Rebecca Dreher, geriatra,
Centre Mémoire de la Côte, Rolle

Questo foglio informativo è disponibile
anche in tedesco e francese.

**La vostra donazione per una migliore
qualità di vita anche in caso di demenza.**

IBAN CH33 0900 0000 1000 6940 8

Alzheimer Svizzera • Gurtengasse 3 • 3011 Berna
Segreteria: 058 058 80 20 • info@alz.ch • alz.ch



IB 163 I 03



Bisogno di ascolto e di consigli?

Per una consulenza personale ad hoc potete contattarci al numero
058 058 80 00 da lunedì a venerdì dalle **8 alle 12** e dalle **13.30 alle 17**
oppure all'indirizzo info@alz.ch.

Le 21 sezioni cantonali di Alzheimer Svizzera rimangono
a disposizione anche nella vostra regione. Informatevi su alz.ch.

Colofone

Edizione e redazione:
© Alzheimer Svizzera 2022