

# Gerontológia a geriatría

## I.

### Gerontológia – veda o procese starnutia a starobe:

1. Teoretická gerontológia (teórie starnutia – teória voľných radikálov, imunologická teória, genetická teória a iné..)
2. Sociálna gerontológia (sociálna teória, vzťah spoločnosti k starým ľuďom a naopak)
3. Klinická gerontológia – geriatría (špecializovaná liečebno-preventívna starostlivosť o občanov nad 65 rokov veku).

### Od starnutia po starobu

- Starnúci a starý človek je charakteristický vekovými kvantitatívnymi a kvalitatívnymi zmenami organizmu v zmysle úbytku morfológických štruktúr a funkcií na všetkých úrovniach organizmu. Ide o proces starnutia s premenou elasticity a plasticity systémov ľudského tela v rigidnosť a degeneráciu.
- Štrukturálne subcelulárne, celulárne a orgánové riadiace a morfológické zmeny prinášajú krehkosť a zraniteľnosť starého organizmu.
- Spolu s dynamikou psychologických zmien organizmus starnúceho človeka v starobe človek sa stáva osobitným, jeho adaptačné schopnosti nedostatočné a jeho reakcia na stresor je často neadekvátne.
- Pribúdajú vnútorné a vonkajšie faktory ovplyvňujúce proces starnutia s vývojom predčasného alebo patologického starnutia.
- Dochádza k strate sebestačnosti, predčasnej závislosti na inej osobe, nedostatočnom uspokojovaní potrieb a potrebe pomoci.

### Proces starnutia

je multifaktorálny dej a sumarizovaný výsledok epigenetických (genetických) a nadobudnutých faktorov, vrátane životného štýlu, spôsobu stravovania, fyzickej aktivity a prekonaných ochorení vplývajúcich na daný proces. Typickými problémami starnutia sú:

- pokles vitality
- strata partnera
- nezáujem potomkov
- úbytok financií
- pribúdanie zdravotných problémov (osteoporóza, degeneratívne choroby: diabetes, artrózy, Alzheimerova choroba)
- pokles telesnej teploty
- problém vlastníctva, resp. udržiavania majetku
- problém času
- uvedomenie si vlastnej pomínutelnosti

### **Starnutie rozlišujeme**

- **Vnútorne** (vyvolávajúce faktory sa dajú do určitej miery ovplyvňovať) a
- **Vonkajšie** (vplyvy vonkajšieho prostredia a správania sa vyžadujú potrebu zmeny vlastného okolia - cvičenie, odpočinok a pod.).
- **Normálne** – fyziologický proces starnutia
- **Patologické** – normálne starnutie, ovplyvňované vnútornými a vonkajšími faktormi starnutia

### **Staroba – kategória času i etapa ľudskej ontogenézy**

- Anatomické zmeny (zmena kostry, cievne, svalové zmeny a pod.)
- Morfológické zmeny (úbytok štruktúr – obličky, mozog, pečeň a pod.)
- Poruchy regulácie na všetkých úrovniach organizmu
- Funkčné poruchy – chaos synchronizácie
- Personálna zmena – osobitná reakcia na vekové zmeny
- Behaviorálne poruchy – často neadekvátne správanie sa
- Psychické poruchy v dôsledku vnútorných (demencia) a vonkajších faktorov (depresia).
- Sociálny stav – osamelosť, chudoba, odkázanosť
- Asynchrónna zmena na všetkých úrovniach živej hmoty

### **Normálne vekové zmeny a zdravé starnutie**

- Biologické teórie starnutia – zachovávanie zdravia
- Dimenzie duchovné, sociálne, funkčné
- Príprava na starobu od detstva po etapách
- Ľudský vývoj: teórie biologické, sociálne a filozofické
- Fyzikálne zmeny a funkčný efekt

### **Pacient vyššieho veku**

- je starší človek a unikátna osobnosť, ktorá má svoju „históriu“, práva a povinnosti pred inými, svoj vlastný názor, motívy a hodnoty, vedie svoj život, plynulosť ktorého je dočasne prerušená situáciou so zdravím a sociálnym javom.
- je individuum, ktorý je náchylný na infekcie, choroby a traumy, ale mu stále zostáva vlastný potenciál, veľká vôľa sebahodnotenia, vie šetriť daný potenciál, aby odolal, prežil, prispôbil sa a našiel spôsoby kompenzácie stratených schopností byť silným a cieľavedomým.
- Starší človek reálne/nereálne hodnotí a adekvátne/neadekvátne zhodnocuje svoj stav.

## II.

**Geriatría - samostatný lekársky odbor. Špecializovaná medicína vyššieho veku, cieľom ktorej je zachovanie sebestačnosti a nezávislosti chorého seniora čo najdlhšie v domácom prostredí sebestačným.**

- Zdravie, choroba a neuh v starobe
- Všeobecná charakteristika chorôb v starobe (multimorbidita, polymorbidita, oligosymptomatológia, mikrosymptomatológia, reťazovanie , cyklovanie a vytlačanie, atypický priebeh)
- Priebeh ochorenia u seniora (typický, atypický, skrytý, pseudoskrytý)
- Dôsledky ochorenia u seniora (Impairment - zhoršenie, pokles, porucha, Disabilities - dysfunkcia, nespôsobilosť, Handicap (hendikep) – znevýhodnenie)
- Problémy, súvisiace so starobou (poruchy výživy, dehydratácia, poruchy termoregulácie, bolesť, senzorické poruchy, poruchy spánku, depresie, delírium, poruchy pamäti, demencie)

### **Závažné poruchy v starobe - problémy, súvisiace so starobou**

- poruchy výživy - malnutrie,
- dehydratácia,
- poruchy termoregulácie,
- bolesť,
- senzorické poruchy,
- poruchy spánku,
- depresie,
- delírium,
- poruchy pamäti,
- demencie
- inaktivita, imobilita, dekubity
- závraty, instabilita, pády
- synkopy,
- poruchy vyprázdňovania,
- fraktúry,
- pneumónie,
- inkontinencie,
- krvácanie z GITu,

### **Najčastejšie poruchy orgánov a systémov v starobe sa prejavujú v:**

- Kardiovaskulárnom systéme poruchy vodivého systému srdca a ischemia koronárnych ciev, aneurizmy aorty, chlopňová nedostatočnosť, artériová hypertenzia, srdcové zlyhanie
- Poruchami centrálného nervového systému v zmysle náchylnosti na traumatické subdurálne hematómy, akútne mozgové ischemické a hemoragické príhody, mikroinfarkty, degeneratívne zmeny – Parkinsonova a Alzheimerova choroba, atrofia mozgovej kôry, demencie
- Chorobami dýchacieho ústrojenstva – obštrukčná choroba pľúc, náchylnosť na infekcie dýchacích ciest, zápaly pľúc
- Ochoreniami zažívacieho ústrojenstva – ezofagálne hernie, cholecystopatia, pankreatopatia, vredová choroba žalúdka, poruchy motility čriev, divertikulóza, karcinómy
- Diabetom mellitus II. typu početnými komplikáciami
- Ochoreniami močového mechúra a obličiek pyelonefritída, cystitída, prostatitída a hyperplázia prostaty u mužov
- Ochorením štítnej žľazy – hypotyreózy, autoimunitná choroba
- Chorobami pohybového ústrojenstva – generalizovaná osteoartróza, osobitne gonartróza, koxartróza, osteoporóza, fraktúry
- Chorobami senzorických orgánov – nedoslýchavosť, katarakty glaukóm
- Psychiatrickými chorobami – depresie, senilné psychózy
- Kožnými zmenami v starobe - prekancerózy
- Onkologickými chorobami v starobe

### **Farmakoterapia a liečba v geriatrickej**

- Dodržiavanie zásad farmakodynamiky a farmakokinetiky s prihliadnutím na vekové zmeny orgánov a systémov starého organizmu
- Liekový compliance
- Polypragmázia
- Pseudozávislosť
- Minimum s maximálnym efektom
- Rehabilitácia a fyzioterapia

### **Prevenencia**

- Preventívne zameranie geriatrickej starostlivosti je ochranou pred komplikáciami, vznikajúcimi počas života človeka
- Starší pacient od začiatku ochorenia je ohrozený poruchami somatického a psychického charakteru. Dochádza k rozvinutiu geriatrických komplikácií, napr. kaskáde ochorení, dekubitom a pod.
- Cieľom prevencie v geriatrickej je včasné a účelové predchádzanie pomocou aj fyzioterapeutických a rehabilitačných metód.

### **Etika v geriatrickej**

- etické normy
- eutanázia
- sociálna práca.