Program działań wobec chorób otępiennych

Data aktualizacji
2026-06-10

Choroby otępienne mogą być spowodowane schorzeniami układu nerwowego. Stan chorobowy zwykle nie jest wywołany z jednego powodu, a z wielu (np. środowiskowych, genetycznych, biologicznych, psychicznych). Otępienie może być spowodowane chorobami neurologicznymi o podłożu naczyniowym, infekcyjnym, niedoborowym czy neurotoksycznym.

Drugą co do częstości występowania grupą przyczyn wywołujących otępienia są choroby naczyń mózgowych – odpowiadają za 10-15% wszystkich zachorowań. Pozostałe kilka procent przyczyn stanowi kilkadziesiąt innych schorzeń, zarówno o podłożu neurozwyrodnieniowym czyli genetycznym, jak i potencjalnie odwracalnych – neuroinfekcyjnych i toksycznych, takich jak na przykład zatrucia alkoholowe, zaburzenia metaboliczne czy infekcje wirusowe i bakteryjne.

Do czynników zwieszających ryzyko występowania chorób otępiennych zalicza się:

- palenie papierosów
- długotrwałe nadużywanie alkoholu
- nadciśnienie
- cukrzycę
- otyłość
- brak ruchu
- starszy wiek
- depresję
- utratę słuchu, wzroku
- izolację społeczną.

> **Według szacunków europejskiej organizacji „Alzheimer Europe” obecnie w naszym kraju żyje około pół miliona osób z tymi schorzeniami. Za najczęstszą przyczynę otępienia uznaje się choroby neurodegeneracyjne mózgu.**

Według danych „Alzheimer Europe” wśród chorób otępiennych:

- choroba Alzheimera odpowiada za 50-70% przypadków
- otępienie czołowo-skroniowe— za 20-25%,
- otępienie z ciałami Lewy'ego— za 10-30%.

Czym jest otępienie

Otępienie jest zespołem objawów, spowodowanym chorobą mózgu, zwykle o charakterze przewlekłym lub postępującym. Charakteryzuje się licznymi zaburzeniami takich funkcji poznawczych, jak:

- pamięć
- myślenie
- orientacja w terenie
- koncentracja
- rozumienie przekazywanych informacji
- liczenie
- zdolność do uczenia się i wykonywania czynności dnia codziennego
- mowa
- ocena sytuacji.

Wskazanym zaburzeniom funkcji poznawczych często towarzyszy, a niekiedy je poprzedza pogorszenie kontroli:

- emocji
- zachowań społecznych
- motywacji do działania.

Otępienie ma bardzo często destrukcyjny wpływ na zdolność do wykonywania podstawowych aktywności życiowych chorego, takich jak ubieranie się, dbanie o higienę, jedzenie. Zespół ten rozpoznawany jest przede wszystkim u osób w podeszłym wieku, jednak objawy chorób otępiennych mogą pojawić się także u znacznie młodszych osób.

Otępienia podzielić można na te o późnym początku, czyli zaczynające się po 65. roku życia oraz otępienia o wczesnym początku, które swój początek mają przed 65. rokiem życia.

Niektórych rodzajów otępienia nie da się wyleczyć, ale można:

- spowalniać rozwój choroby
- łagodzić objawy
- poprawiać jakość życia chorego.

Pierwszy program

Dostrzegając szczególną sytuację oraz potrzeby osób z chorobami otępiennymi, Ministerstwo Zdrowia opracowało Krajowy Program Działań wobec Chorób Otępiennych, na latach 2025 – 2030.

Program ma być podstawą do prowadzenia skoordynowanych, wielokierunkowych działań na rzecz osób chorych i ich bliskich. Ma poprawić diagnozowanie, leczenie i wsparcie osób z otępieniem i ich opiekunów.

Obejmuje on m.in.:

- zwiększanie świadomości społecznej w zakresie higieny mózgu i czynników ryzyka
- prowadzenie działań profilaktycznych, zmniejszanie ryzyka zachorowania- wcześniejsze wykrywanie chorób otępiennych
- poprawę dostępu do sprawnej diagnostyki i leczenia
- zapewnienie wsparcia i opieki po postawieniu diagnozy, np. poprzez odpowiednią edukację, pilotaż form opieki dziennej
- wsparcie dla opiekunów, np.:
    - dostęp do informacji o chorobach i ich przebiegu, możliwościach organizacji opieki i

zabezpieczenia kwestii prawnych na kolejnych jej etapach

- łatwy dostęp do informacji o dostępnych rozwiązaniach, usługach, świadczeniach, które mogą ułatwić sprawowanie opieki, jak usługi i świadczenia z obszaru opieki (opieka długoterminowa, domowe zabiegi rehabilitacyjne, dostęp do sprzętu ortopedycznego, i pomocniczego, system dofinansowań takiego sprzętu oraz warunki jego uzyskania),
- dostęp do świadczeń opiekuńczych w warunkach domowych lub środowiskowych
- pomoc psychologiczną.

W ramach programu mają zostać opracowane rozwiązania sprzyjające zwiększeniu dostępu do opieki wytchnieniowej dla opiekunów osób z chorobami otępiennym.

Choroby otępienne mają zróżnicowane przyczyny. I choć nie dotyczą one wyłącznie osób starszych, ryzyko ich wystąpienia znacząco zwiększa się wraz z wiekiem. Wpływają w istotny sposób nie tylko na życie osób chorych, lecz także na sytuację ich rodzin i opiekunów.

Pomoc medyczna

Zgłoś się po pomoc w ramach opieki medycznej finansowanej przez NFZ do:

- lekarza POZ,
- psychiatry.

Nie potrzebujesz skierowania.

Przeczytaj więcej w **raporcie NFZ o zdrowiu. Choroba Alzheimera i choroby pokrewne**

Podstawa prawna

- Uchwała nr 173 Rady Ministrów z dnia 11 grudnia 2025 r. w sprawie "Krajowego Programu Działań wobec Chorób Otępiennych, polityki publicznej do roku 2030" (**M.P. 2025 poz. 1276**)

Przeczytaj także

Centralna e-rejestracja dla osób 50+

Nie używasz internetu do załatwiania spraw urzędowych? Ty także skorzystasz z centralnej e-rejestracji. Dowiedz się, jak ona działa i jak będziesz zapisywać się na badania i wizyty

Choroby otępienne – nowa infolinia

Powstała infolinia „Helpline” dla osób i rodzin oraz opiekunów chorych na chorobę Alzheimera lub inne zaburzenia otępienne

Mózg lubi zdrową dietę

Zastanawiasz się, jak usprawnić pracę mózgu? Pomoże Ci w tym odpowiednia dieta. Poprawi koncentrację i zdolność zapamiętywania, a także ochroni Twój mózg przed procesami starzenia i demencji