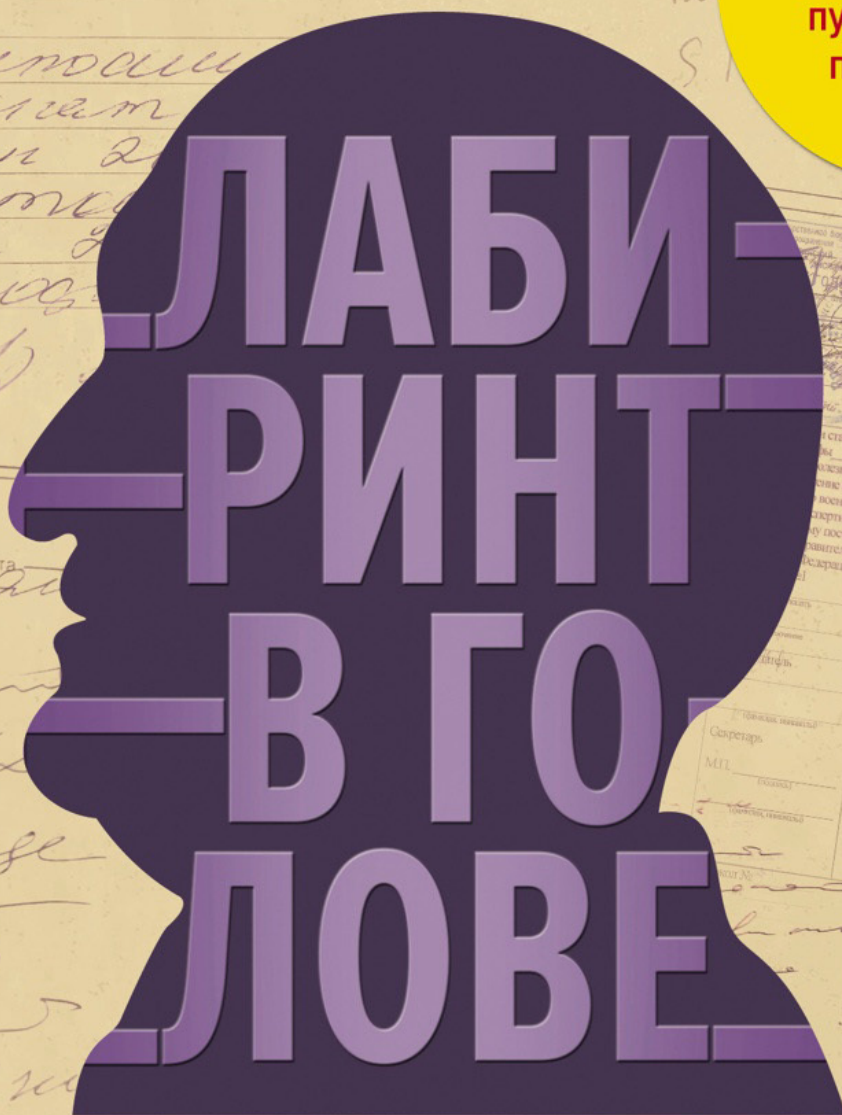


Майкл Хорнбергер

профессор прикладных
исследований деменции

Честный,
понятный
и научно точный
путеводитель
по болезни



наука и история

БОЛЕЗНИ

Альцгеймера

ПОЧЕМУ МЫ ЗАБЫВАЕМ ПРОШЛОЕ,
ТЕРЯЕМСЯ В НАСТОЯЩЕМ
И КАК ЭТОМУ ПРОТИВОСТОЯТЬ

Научный интерес

Майкл Хорнбергер

**Лабиринт в голове: наука и
история болезни Альцгеймера.
Почему мы забываем прошлое,
теряемся в настоящем и
как этому противостоять**

«Азбука»

2025

УДК 616.89-008.454(091)
ББК 56.147.3

Хорнбергер М.

Лабиринт в голове: наука и история болезни Альцгеймера.
Почему мы забываем прошлое, теряемся в настоящем и как этому
противостоять / М. Хорнбергер — «Азбука», 2025 — (Научный
интерес)

ISBN 978-5-389-34430-3

Почему мы теряем себя, даже когда тело еще здесь? Эта книга дает современный взгляд на болезнь Альцгеймера: от истории открытия до новейших методов лечения. Невролог и нейробиолог Майкл Хорнбергер разбирает главные вопросы: почему память отказывает именно сейчас, работают ли новые лекарства и можно ли обмануть свою генетику. Отдельное внимание уделено факторам риска, которые мы действительно можем изменить: ожирению, гипертонии, качеству сна и физической активности. В отличие от сухих справочников, эта книга читается как увлекательное расследование. Автор не упрощает, но и не пугает наукой: он шаг за шагом объясняет, как и почему люди с Альцгеймером теряются в знакомых местах и какие редкие формы болезни имитируют проблемы со зрением или речью. Эта книга для всех, кто хочет понимать, а не просто бояться.

УДК 616.89-008.454(091)
ББК 56.147.3

ISBN 978-5-389-34430-3

© Хорнбергер М., 2025
© Азбука, 2025

Содержание

Пролог	6
Конец ознакомительного фрагмента.	10

Майкл Хорнбергер

Лабиринт в голове: наука и история болезни Альцгеймера

Michael Hornberger

TANGLED UP: THE HISTORY AND SCIENCE OF ALZHEIMER'S DISEASE

© Michael Hornberger 2025

This edition published by arrangement with Louisa Pritchard Associates and The Van Lear Agency LLC”

© Цыкунов О., перевод на русский язык, 2026

© Издание на русском языке. ООО «Издательство АЗБУКА», 2026

КоЛибри®

Пролог

Данная книга не про деменцию. Эта книга про болезнь Альцгеймера (БА).

В чем разница, спросите вы?

Разница заключается в том, что слово «деменция» представляет собой собирательный термин для всех типов деменции, а болезнь Альцгеймера является наиболее распространенной ее формой.

Почему нам нужна книга именно о болезни Альцгеймера, а не о деменции в целом?

На данный момент доступно множество превосходных книг о деменции. Однако, насколько мне известно, нет ни одной, посвященной научным основам непосредственно болезни Альцгеймера.

Почему это так важно?

Если мы хотим понять научные основы деменции, необходимо рассмотреть каждую форму деменции по отдельности, поскольку механизмы развития болезни существенно различаются в зависимости от типа деменции. Нужно понять сам процесс развития той или иной формы деменции, какие изменения при этом происходят в мозге и каким образом данный процесс вызывает те симптомы, которые мы наблюдаем при данной форме деменции. По сути, каковы научные основы каждого типа деменции?

О чем эта книга?

Данная книга посвящена научным основам (и истории) болезни Альцгеймера. В частности, мы подробно рассмотрим, каким образом изменения в мозге, которые происходят при данной болезни, вызывают симптомы заболевания и как новые и предстоящие методы лечения будут бороться с подобными рода изменениями. Мы также рассмотрим факторы риска болезни Альцгеймера и способы потенциально их снизить. Но для начала мы отправимся в прошлое, чтобы выяснить, как Алоис Альцгеймер и Оскар Фишер «открыли» данное заболевание.

Кому предназначается эта книга?

Она предназначена абсолютно всем, кто интересуется изучением этой болезни. Чтобы понять эту книгу, не требуется никаких предварительных знаний в области науки, поскольку я приложил значительные усилия, чтобы объяснить научные концепции, лежащие в основе каждого важного аспекта. Следовательно, если вы – заинтересованный обыватель, человек, страдающий деменцией, оплачиваемый или неоплачиваемый опекун, член семьи, защитник прав людей с деменцией, медицинский работник или даже врач, эта книга для вас. Однако, несмотря на то что данная книга охватывает основные научные аспекты болезни Альцгеймера, мы не будем углубляться в элементы ухода при деменции. В настоящий момент доступно несколько выдающихся книг, посвященных данной науке. Эти книги написаны как неформальными, так и профессиональными опекунами. Но если вы хотите узнать, каким образом подобные изменения в мозге вызывают болезнь и ее проявления и как мы можем их потенциально предотвратить, тогда эта книга для вас.

Почему эта книга актуальна именно сейчас?

Я увлекаюсь распространением научных знаний на протяжении почти двух десятилетий. Причина моего интереса заключалась в том, что я заметил, как мало научной информации предоставляется людям, чтобы получить подробные, но понятные научные сведения о болезни Альцгеймера. Вместо этого я находил либо общие научные данные, подобные тем, которые предоставляют веб-сайты (к примеру, «данная болезнь вызывает изменения в мозге, влияющие на нашу память»); либо научные публикации, до краев наполненные жаргоном и аббревиатурами. Вследствие этого невозможно понять, о чем говорится в этих статьях, не будучи специалистом в этой области.

Я считаю, что нужно найти золотую середину между этими двумя крайностями. Это позволит широкому кругу читателей получить более полное представление о научной базе болезни Альцгеймера. Безусловно, я не первый, кому это пришло в голову. Большинство благотворительных фондов и организаций помощи больным с деменцией уже предоставляют подобную доступную для широкой аудитории научную информацию о данной болезни. Однако мне не удалось отыскать книгу, которая бы содержала абсолютно все сведения по этой теме. Поэтому я решил написать свою книгу, основанную на самых актуальных на момент ее написания научных данных. «На момент написания» – важное уточнение, поскольку наука не стоит на месте и некоторые данные вскоре могут утратить свою актуальность.

Также хотел бы отметить, что эта книга не для тех, кто хочет получить общее представление о том, что такое деменция. В этом случае я порекомендовал бы обратиться к благотворительным отечественным веб-сайтам, которые специализируются на вопросах деменции, или к Alzheimer's Disease International (ADI). Данная книга предназначена для людей, желающих получить детальное представление о научных основах болезни Альцгеймера. Если вы продолжите ее читать, у вас сформируется полное представление о механизмах развития болезни Альцгеймера в мозге и о том, каким именно образом данное заболевание вызывает характерные проявления. Вам также предстоит ознакомиться с методами лечения данного заболевания. И наконец, вы узнаете о способах потенциально предотвратить его. Вам также станет понятно и название этой книги.

В сущности, вы поймете основные аспекты заболевания, вследствие чего вы сможете разобраться в любых научных открытиях, с которыми вам, возможно, предстоит столкнуться в будущем.

Я разбил книгу на пять частей, чтобы вы ознакомились с научными основами болезни Альцгеймера: 1. Алоис и Августа (и немножко Оскар); 2. Память и ориентация в пространстве; 3. Амилоид и тау-белок; 4. Генетика и образ жизни; 5. Более редкие формы болезни Альцгеймера: какие бывают и как распознать?

Рассмотрим кратко каждый раздел, чтобы вы получили представление о том, что вас ждет.

1. Алоис и Августа (и немножко Оскар). Это первый раздел книги, посвященный истории болезни Альцгеймера. Здесь мы узнаем о том, как болезнь была «открыта». Мы узнаем про доктора Алоиса Альцгеймера, когда он впервые встречает госпожу Августу Дётер – «первого» человека, которому был поставлен диагноз болезни Альцгеймера. Важно отметить, что Алоис Альцгеймер также обнаруживает, каким образом специфические изменения белков в мозге госпожи Дётер вызвали у нее симптомы болезни. Каждый из нас слышал о болезни Альцгеймера, но мало кто знает, кто такой Алоис Альцгеймер. Мне кажется, было бы вполне уместно начать книгу о болезни Альцгеймера со знакомства с Алоисом Альцгеймером. Еще одним человеком, с которым нам предстоит познакомиться, будет доктор Оскар Фишер, который в то же самое время обнаружил изменения белков, свойственные болезни Альцгеймера. К сожалению, Фишер был забыт историей, несмотря на его значительный вклад, и пришло время исправить это упущение.

2. Память и ориентация в пространстве. Во втором разделе книги я вам расскажу, как устроена наша память и, в частности, эпизодическая память. Причина, по которой целый раздел посвящен исключительно памяти, кроется в следующем: несмотря на то что заболевание сопровождается и другими изменениями когнитивной сферы, проявления, связанные с нарушением эпизодической памяти, являются ключевой особенностью болезни Альцгеймера. Далее в книге мы рассмотрим другие признаки когнитивных нарушений, встречающиеся при менее распространенных формах заболевания. Чтобы понять типичные проявления нарушений памяти при болезни Альцгеймера, такие как забывание событий или «жизнь прошлым», нужно изучить, как на самом деле устроена наша память. Тогда станет ясно, почему

при болезни Альцгеймера стираются только определенные воспоминания и почему одни нарушения памяти нас настораживают, а другие – нет. Заключительный раздел книги будет посвящен еще одному распространенному, но недооцененному раннему симптому болезни Альцгеймера – нарушению ориентации в пространстве. Этот симптом представляет собой еще одну ключевую особенность болезни Альцгеймера, объясняющую, почему люди с данным заболеванием больше подвержены риску дезориентироваться или даже заблудиться. Мы снова рассмотрим, как устроена пространственная ориентация в мозге и как данное заболевание влияет на эти процессы.

3. Амилоид и тау-белок. В третьем разделе мы готовы глубоко погрузиться в изучение биологических основ данного заболевания, так называемой патофизиологии. Уже само название раздела говорит нам о том, что данные два белка играют главную роль в развитии болезни Альцгеймера. Следует признать, что данный раздел представляет большую и сложную часть книги. Поэтому я бы рекомендовал читать главы шаг за шагом, чтобы усвоить всю представленную информацию, учитывая ее большой объем. Прежде чем погрузиться в изучение неправильного функционирования амилоида при болезни Альцгеймера, мы проанализируем его и функции, которые он обычно выполняет. Затем мы проделаем ту же работу с тау-белком, также изучив процессы, происходящие с ним при болезни. После этого мы вкратце рассмотрим способы измерения уровня амилоида и тау-белка в мозге, а также возможные методы диагностики болезни Альцгеймера в будущем. В заключительных главах мы разберем различные подходы к лечению заболевания, направленные на амилоид и тау-белок, которые в настоящее время проходят клинические испытания. Затем проанализируем причины, по которым большинство методов лечения болезни Альцгеймера на данный момент не доказали свою эффективность, хотя в последнее время появилась надежда на изменение ситуации.

4. В четвертом разделе книги мы затронем еще одну сложную и обширную тему – генетику, а также факторы образа жизни, определяющие риск развития болезни Альцгеймера. Начнем мы с генетики. Люди, чьи родственники страдали данным заболеванием, панически боятся его унаследовать. Передались ли мне по наследству гены, которые могут привести к развитию болезни Альцгеймера в будущем? Краткий и обнадеживающий ответ заключается в том, что одних только генов недостаточно, чтобы привести к развитию болезни Альцгеймера. Однако мы узнаем, как наши гены могут влиять на риск развития болезни. Все же генетика представляет собой огромную вселенную в области науки. Чтобы вы понимали связь между генетикой и развитием болезни Альцгеймера, я добавил еще одну главу (глава 30 – «10:1: Как генетика влияет на наш риск столкнуться с болезнью Альцгеймера?»), в которой мы подробно изучим основы генетики. Вторая половина данного раздела посвящена влиянию нашего образа жизни, а также окружающей среды на риск возникновения болезни Альцгеймера. Затем выясним, как минимизировать некоторые из факторов риска, связанных с нашим образом жизни, и тем самым снизить риск заболевания в будущем.

5. К пятому разделу книги вы, надеюсь, уже будете в достаточной мере осведомлены в области науки, которая изучает наиболее распространенную форму болезни Альцгеймера, вызывающую типичные проблемы с памятью и ориентацией в пространстве. Однако существуют и более редкие формы болезни Альцгеймера, сопровождающиеся множеством различных симптомов: от нарушений зрения и речи до двигательных расстройств. К сожалению, подобные формы болезни Альцгеймера менее известны и плохо изучены, поэтому в последнем разделе книги мы подробно рассмотрим каждую из таких редких форм, за исключением распространенной формы болезни Альцгеймера, которую обсудим в разделе генетики. Тем не менее понимание сути подобных более редких форм данного заболевания немаловажно для понимания того, как по-разному может проявляться болезнь, а также для осознания того, что память и ориентация в пространстве – далеко не единственные сферы, которые страдают при болезни Альцгеймера. Если вам никогда не приходилось слышать ни об одной из подоб-

ного рода редких форм болезни Альцгеймера, надеюсь, из данного раздела книги вы узнаете об их существовании. А также вы узнаете о том, как данные формы заболевания могут проявляться.

Разделы книги можно изучать в произвольном порядке. Однако для получения более целостного представления о научных основах болезни Альцгеймера я рекомендую читать все разделы в порядке их изложения в книге. В частности, прежде чем переходить к подробному изучению наиболее сложных разделов книги, в которых рассматривается тема белков и генетики, стоит понять, как Алоис Альцгеймер «открыл» это заболевание и как возникают симптомы нарушения памяти.

В заключение хотел бы предложить широкому кругу читателей оставить отзывы по любому аспекту книги. Я стремился сделать описание научных основ патофизиологических процессов, лежащих в основе развития болезни Альцгеймера, доступным широкой аудитории. Тем не менее всегда есть к чему стремиться. Также надеюсь, что мои коллеги-профессионалы простят мне упрощение материала по некоторым патофизиологическим процессам. В действительности, безусловно, наука гораздо сложнее. Однако я избегал излишнего упрощения материала, а скорее старался передать суть научных основ болезни. Но не факт, что мне удалось этого достичь, и мне бы очень хотелось услышать ваши предложения о том, как лучше или доступнее донести до читателя информацию о некоторых патофизиологических процессах.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.