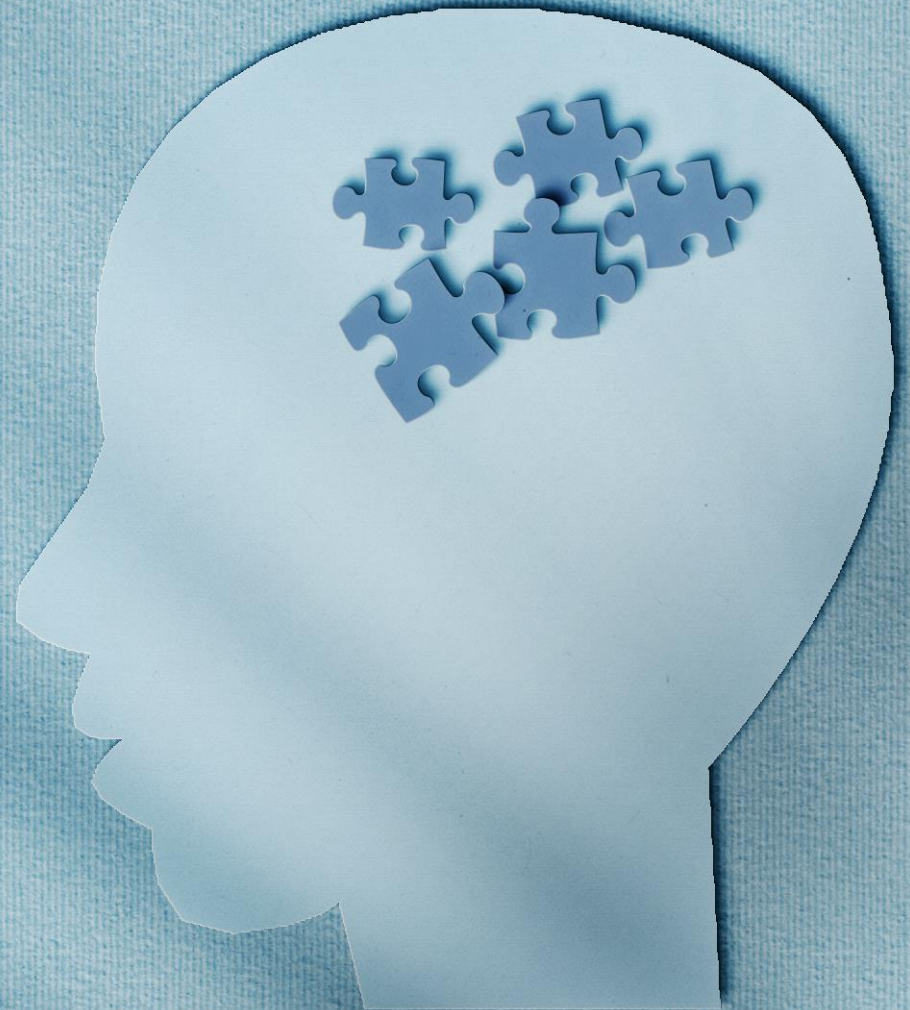


# Kognitiva sjukdomar

- Madeleine Perman
- Demenssjuksköterska
- Munkedals Kommun
- [Madeleine.perman@munkedal.se](mailto:Madeleine.perman@munkedal.se)
- Tfn. 0524-18415



# Vad är kognitiv sjukdom?

- Demenssjukdom benämns allt oftare som kognitiv sjukdom
- Ökande folksjukdom, ca 25 000 insjuknar varje år
- I Sverige finns ca 150 000 personer med kognitiv sjukdom
- Inte bara äldre drabbas, ca 10 000 personer är yngre än 65 år
- Det tillhör inte vanligt åldrande
- Skador uppstår i hjärnan till följd av olika sjukdomsprocesser
- Nervceller skadas i hjärnan och symtom som uppstår beror på var i hjärnan skadorna sitter. Skadorna leder till kroppsliga försämringar.
- Det finns inget botemedel men symtomlindrande läkemedel till vissa av sjukdomarna.

# Tre huvudgrupper:

- **Primärdegenerativa kognitiva sjukdomar:**

Som ex. Alzheimers sjukdom, Frontotemporal sjukdom och Lewykroppsdemens. Sjukliga processer leder till att hjärnceller dör onormalt snabbt. Symtomlindrande läkemedel finns.

Symtom kommer smygande

- **Vaskulära kognitiva sjukdomar:**

Även kallad blodkärlsdemens. Blödning eller blodpropp hindrar syretillförseln till hjärnan och skador uppstår.

Symtom kommer plötsligt

- **Sekundära kognitiva sjukdomar:**

Det finns även sjukdomstillstånd som kan ge kognitiva symtom; alkoholmissbruk, hjärntumör, B-12 brist och flera andra sjukdomar

# Vanligaste kognitiva sjukdomar

- Alzheimers sjukdom är den vanligaste
- Vaskulär kognitiv sjukdom som också kallas blodkärlsdemens
- Lewykroppsdemens
- Frontallobsdemens
- Att ha flera diagnoser, så kallad blanddemens är vanligt





# Kognitiva funktioner

- Hur vi tar emot, hanterar och för vidare information
- Försämras i takt med att sjukdomen fortskrider



# Kognitiva huvudgrupper

- **1. Uppmärksamhet:**

Kan vara svårt att följa tråden i ett samtal, svårt att komma ihåg telefonnummer eller adresser. Svårigheter med huvudräkning. Kan ta tid att ge ett svar.

- **2. Planera och utföra:**

Svårt att förstå instruktioner, hantera apparater och kontokort. Initiativlöshet.

- **3. Minne:**

Svårt att passa tider, glömmer det som nyss sagts, upprepar saker i samtal, svårt att hitta ord. Svårt att veta vilken dag, månad eller år det är.

# Kognitiva huvudgrupper, fortsättning

- **4. Språk, tala och förstå:**
  - Svårt att skriva, svårt att förstå vad som sägs, svårt att hitta ord, använder omskrivningar, fraser eller upprepar de andra säger.
- **5. Rumsuppfattning:**
  - Svårt att hitta i sin omgivning, svårt att orientera sin kropp ex. personen sätter sig utanför stolen, håller dricka utanför glaset.
- **6. Den sociala förmågan:**
  - Personlighet och omdöme kan förändras. Svårt att förstå sociala signaler. Nedstämdhet, aggressivitet, sorgsenhet. Det kan medföra svårigheter i sociala sammanhang vilket kan leda till att personen undviker dessa.

# I slutet av sjukdomen

- Symtomen förstärks
- Fysiska förmågor och funktioner kan upphöra exempelvis tal-/gångförmågan
- I slutet av sjukdomen är många helt beroende av vård och omsorg.

+

•

○

## Beteendemässiga psykiska symtom vid demenssjukdom (BPSD)

- Bpsd drabbar ca 90% av alla personer med kognitiv sjukdom någon gång under sjukdomsförloppet.
- Exempel: oro, sömnstörningar, aggressivitet, motorisk oro eller nedstämdhet.
- Kan vara svåra att hantera – både för den som är sjuk och för anhöriga.

# Bemötande

- Hjärnan fungerar långsammare, hjärntrötthet
- Lugnt och bekräftande bemötande
- Kroppsspråk viktigt; ögonkontakt, närhet, beröring
- Tydlig och enkel kommunikation
- Undvik konflikt, avled!
- Fokusera på det positiva, stärk personens självkänsla
- Gör personen delaktig!
- Även om kognitionen är nedsatt så är känslor bevarade



## När är det dags att söka vård?

- Nedsättning inom flera kognitiva områden mer än 6 månader
- Symtomen har funnits mer än 6 månader
- Nedsättningen påverkar vardagligt liv



# Vilken hjälp finns att få?

- Kontakta vårdcentralen. Utredning viktigt för att utesluta botbart tillstånd, samt för snabb behandling!
- Hjälp hemma? Kontakta kommunens biståndshandläggare: avlastning för anhöriga, hemtjänst, dagverksamhet, socialt stöd hemma, anpassning av boendemiljö, växelvård, korttidsplats, särskilt boende
- Anhöriga behöver hjälp!!
- Kommunens demenssjuksköterska ger stöd och råd enskilt samt i grupp. Samverkar med kommun och region.
- Kommunens hemsida, demenslotsen digitalt anhörigstöd, [demenscentrum.se](https://demenscentrum.se)

# FINGER- modellen

- Forskning visar att 40% av kognitiva sjukdomar kan kopplas till livsstilsfaktorer
- Kost, fysisk aktivitet, mental träning, social samvaro samt ha koll på hjärt/kärlvärden.
- Förbättrad kognition!
- Viktigt att förebygga!
- Det som är bra för hjärtat är också bra för hjärnan!!
- Finger abc – webutbildning på [demenscentrum.se](https://demenscentrum.se)



# Tack för mig!

## Källor:

- [Demenscentrum |](#)
- [BPSD – Svenskt register för beteendemässiga och psykiska symptom vid demens](#)
- [Minnesmottagningen.se | Så funkar hjärnan](#)
- [FINGER-modellen - FBHI](#)
- [Varje dag räknas: Nationell](#)