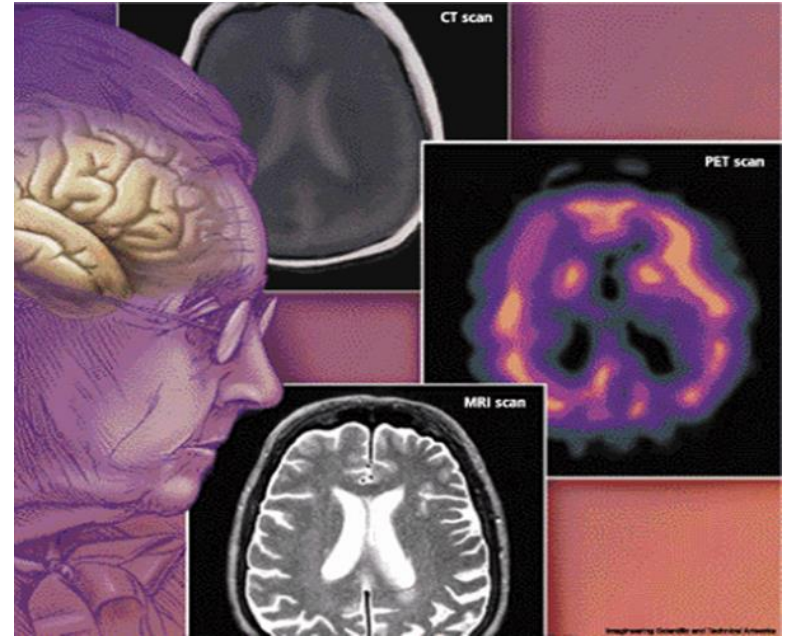


# Om demens – 2024



**Bjørn Lichtwarck,**

Overlege/Forsker, Forskningscenter for Aldersrelatert Funksjonssvikt og Sykdom (AFS), Alderspsykiatrisk avdeling - Sykehuset Innlandet

# Åpenhet om demens kan lindre - ved å:

- Unngå skam
- Dele bekymringer
- Gi trygghet
- Lettere å delta sosialt
- Få nødvendig hjelp
- Tilrettelegge samfunnet

# 5 spørsmål om demens

1. Hva er demens ?
2. Hvor vanlig er demens ?
- 3. Hvilke symptomer sees ved demens ?**
4. Hva skjer i hjernen ?
- 5. Finnes det behandling for demens ?**

# Hva er demens?

- Demens: **en samlebetegnelse** på mange kroniske hjernesykdommer.
- med reduksjon i hukommelse og i andre tankefunksjoner i så stor grad at det nedsetter evnen til å klare seg i dagliglivet
- Vanligste demenssykdom: Alzheimers sykdom

# Hvor vanlig er demens?

- 101 000 personer med demenssykdom i Norge i dag (2020)
- **Totalt over 70år: 14,6%**
  - Menn over 70 år: 13%
  - Kvinner over 70 år: 16%
- 70-74 år: 5,6 %
- 80-84 år: 18%
- over 90 år: 48 %

# Hvilke symptomer?

1. Reduksjon i tankefunksjoner: deriblant hukommelse
2. Reduksjon i evne til å gjøre daglige oppgaver
3. Psykiske symptomer og endring i oppførsel (atferd)
4. Bevegelsesvansker - gangvansker

# Tankefunksjoner (kognitive)

- **Reduksjon i:**
  - hukommelse (gjenkjenning bevarer lengre enn gjenkalling)
  - språk
  - dømmekraft
  - orientering
  - regning
  - evne til å lære noe nytt reduseres
  - evne til å gjøre sammensatte oppgaver

# Psykiske symptomer

- vrangforestillinger
- hallusinasjoner
- depresjoner
- angst



# Atferdssymptomer

- passivitet - initiativløshet
- døgnrytmeforstyrrelser: "natt blir til dag"
- **Sjeldnere:**
- vandring – klarer ikke å finne i ro
- ukritisk oppførsel
- sinne – utagering

# De vanligste demenssykdommene

- Demens av Alzheimers type (dat): 50-70%
- Vaskulær demens (vat): 20-25 %
- Demens med Lewy-Legemer (dlb): 10-20 %
- Frontotemporal demens (ftd): 5-10 %
- Demens ved Parkinsons sykdom (pd): 2-5%

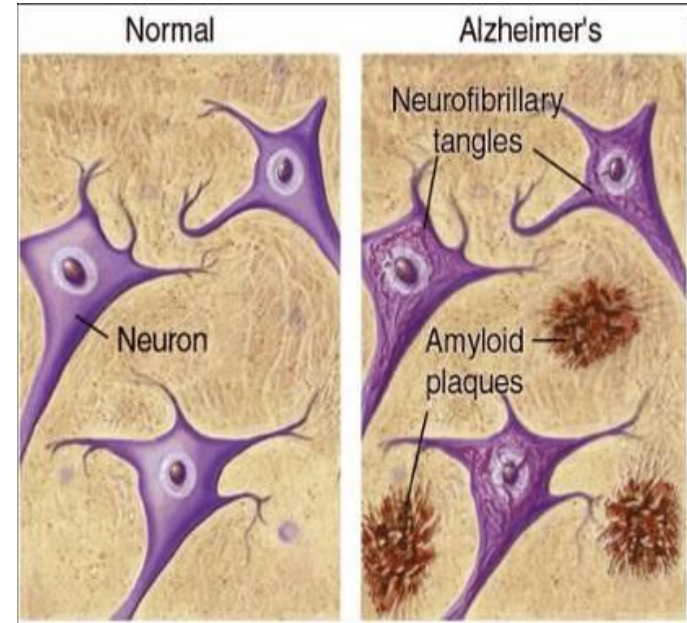
# Hva skjer i hjernen ved demens ?

# Hva skjer i hjernen ved demens?

130 milliarder hjerneceller

Hver celle: 60-70 000 utløpere

Utløperne tar imot impulser  
fra andre cellers utløpere



# Hva skjer i hjernen ved demens ?

- Hjerneceller mister utløpere, skrumper
- Kontakten mellom hjernecellene blir dårligere
- Proteiner klumper seg rundt cellene

# Er demens arvelig ?

- De fleste tilfeller skyldes en kombinasjon av arv og miljø
- Kun en meget liten andel har direkte arvegang

# Forebygge – utsette demens? Gjøre noe med:

- Fysisk inaktivitet
- Sosial isolasjon
- Høyt blodtrykk
- Røyking
- Hørselstap
- Synssvekkelse
- Depresjon
- Diabetes
- Overvekt
- Utdanning/skolegang
- Alkoholbruk
- Hodeskader
- Forurensing
- Høyt LDL-kolesterol

# Behandling ved demens

- Pårørendestøtte og støtte til personer med demens:
  - opplæring både personer med demens og pårørende
- Opplæring og veiledning av personalet
- Miljøtiltak: **personsentrert omsorg**



# Medisiner mot demens

- **Demens - medisinene:**
  - ARICEPT
  - EXELON
  - REMINYL
  
  - EBIXA

# Medisiner mot demens

- Kan gi bedring eller utsette forverring av:
  - tankefunksjoner
  - oppmerksomhet/våkenhet
  - evne til å klare seg i dagliglivet
- Nytte hos ca. 25-40%
- kan bedre **symptomer** en tid (utsette symptomer)

# Medisiner ved demens

- Bivirkninger demensmedisinene
  - Kvalme, oppkast, vekttap
  - Besvimelse grunnet hjerterytmeforstyrrelse
  - Forverring psykiske symptomer: depresjon
  - Forvirring

# Siste nytt fra forskning om behandling

**Første medikamenter som kan bremse utviklingen av Alzheimers sykdom:**

**Aducanemab, Lecanemab og Donanemab** : Redusere mengden proteinklumper – bremser tapet av kognitive symptomer noe

Lecanemab og donanemab - Godkjent I USA

C. H. van Dyck og kolleger, New England Journal of Medicine 2022

# Siste nytt fra forskning om behandling

- **TID er en ny modell for utredning, refleksjon og god personsentrert omsorg**
- God effekt mot uro – og muligens også ved depresjon, og bedre livskvalitet
- Bedre enn dempende medikamenter
- Enkel å ta i bruk



Bjørn Lichtwarck, Anette Væringstad, Kari-Anne Hoel

► **Tverrfaglig Intervensjonsmodell ved utfordrende atferd ved Demens og andre psykiske tilstander**

Manual, 3. utgave



Ungitt av Forskningscenter for  
Aldersrelatert Funktionssvikt og Sykdom (AFS)  
Sykehuset Innlandet



HELSE + SINTEF

Lichtwarck, B. og kolleger 2019 American Journal of Geriatric Psychiatry

# oppsummering

- Demens fellesbetegnelse på flere hjernesykdommer
- Behandling nytter: miljøbehandling: lær god kommunikasjon – samarbeid pårørende.
- Medisiner behandling kan redusere/utsette symptomer i en tid hos ca. 15-30 %

Et godt råd til slutt:

**Skap gode øyeblikk -  
i hverdagen!**

den gode stemning og følelsen sitter  
lenge igjen i både kropp og i sinn,

selv om en ikke husker hvorfor