



Bamble
kommune

Demens og kognitiv svikt

Langesund Rotaryklubb

12.04.2023

Olaf Moen, demenskoordinator



Normal aldring

- Normalt å glemme litt mer enn før!
- Eksekutive funksjoner (planlegging, organisering, igangsetting, initiativ o.l.) er normalt nedadgående etter fylte 70
- Oppmerksomheten går ned, særlig er det vanskeligere med delt oppmerksomhet
- Lære og prosessere nye ting blir gradvis forverret
- Problemløsning blir verre

- I større og mindre grad
- Mulig å påvirke positivt!

Mild kognitiv svikt

- Tilstand med reduserte kognitive evner utover vanlig aldring, men som ikke er demens.
- Kognitiv svikt er tap av høyere hjernefunksjoner, som svekkelse i hukommelse, ordproduksjon, planlegging og organisering. Ved mild kognitiv svikt kan folk oppleve problemer med hukommelsen, men de tilfredsstillter ikke kriteriene for en demensdiagnose.
- MKS innebærer svikt i kognitiv funksjon, men ikke større enn at personen er selvstendig når det gjelder aktiviteter i dagliglivet

Mild kognitiv svikt

- Det anslås at 10–20 prosent i alderen 65 år eller eldre har MKS, og de fleste bor hjemme
- Uklar sammenheng mellom MKS og demens
- Fysisk aktivitetsnivå er en av de viktigste modifiserbare risikofaktorene for MKS og demens

Demens

”Demens er et ervervet hjerneorganisk syndrom hos en voksen eller eldre person. Syndromet kjennetegnes ved svekket kognitiv kapasitet med redusert evne til hukommelse, oppmerksomhet, læring, tekning og kommunikasjon. Den kognitive svikten fører til nedsatt evne til å klare dagliglivets aktiviteter. Endret atferd er vanlig. Tilstanden er kronisk, kan ikke kureres og forverrer seg over tid.» Engedal, K. og Haugen, DEMENS - sykdommer, diagnostikk og behandling 2018

Risikofaktorer

- Demens kan ramme alle, og det er komplekse årsaker til at noe får, mens andre ikke får, demens. Forskningen som ligger til grunn for å kartlegge risikofaktorer gjelder på gruppenivå, og ikke for hver enkelt individ.
- Den viktigste selvstendige risikofaktoren for demens er høy alder. Jo høyere alder, desto større er risikoen for å utvikle demens.

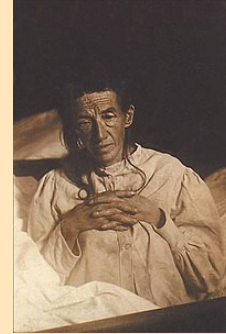
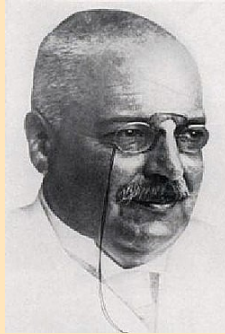
Risikofaktorer på befolkningsnivå

- utdanning
- hørselssvekkelse
- alvorlige hodeskader
- høyt blodtrykk
- høyt alkoholinntak
- fedme
- røyking
- depresjon
- sosial isolasjon/ensomhet
- fysisk inaktivitet
- forurenset luft
- diabetes

Kilde: Lancetkommisjonen, 2020

[https://www.thelancet.com/article/S0140-6736\(20\)30367-6/fulltext](https://www.thelancet.com/article/S0140-6736(20)30367-6/fulltext)

Demens ved Alzheimers sykdom



- Alzheimer er den vanligste årsaken til demens
- Sykdommen fører til skader og tap av hjerneceller, som svekker cellenes evne til å sende signaler
- Alzheimer er en følge av sykdomsprosesser og skadelige endringer i hjernen. Biokjemiske forandringer, proteinavleiringer, eller celleforandringer fører til at nerveceller dør.

Demens ved Alzheimers sykdom

- Sykdommen utvikler seg vanligvis langsomt over mange år og redusert hukommelse er første symptom hos de fleste pasientene.
- Andre symptomer kan være manglende evne til å føre en samtale eller problemer med å utføre praktiske oppgaver, som å lage mat, betale regninger, holde orden på egne medisiner eller å finne frem på nye steder. Mange blir passive, urolige og irritable, andre kan bli engstelige.
- I startfasen kan utviklingen av sykdommen være så langsom at det kan være vanskelig å oppdage den.

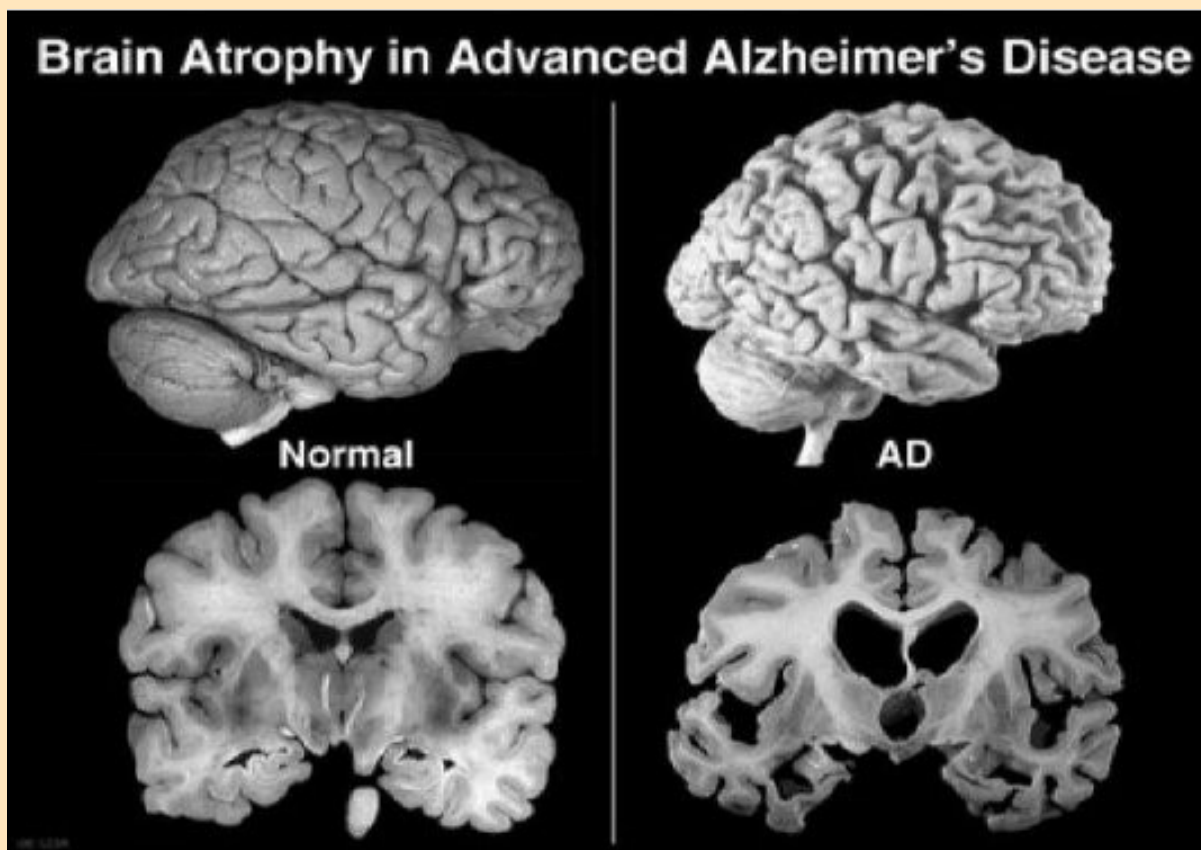
Demens ved Alzheimers sykdom

To ting skjer:

1. Avleiringer av flekker (senilt plakk) utenfor nervecellene. Mest proteinet beta-amyloid i klumper.
2. Avleiring av nevrofibrillære floker bestående av et protein som kalles «tau» inne i nervecellene. Cellene skades og dør.

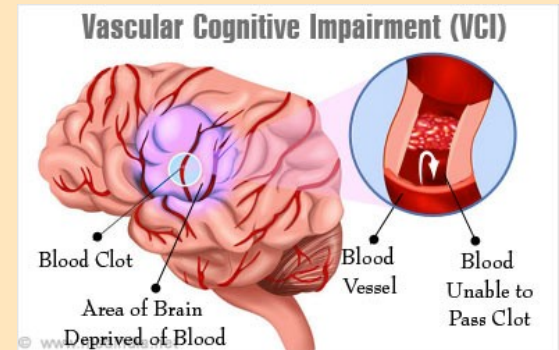


Demens ved Alzheimers sykdom



Vaskulær demens

- Vaskulær demens skyldes skader på grunn av endring i blodsirkulasjonen i hjernen
- Hjerneblødning/hjerneslag (blodpropp) er den vanligste årsaken. Selv ett enkelt hjerneslag kan føre til demens hvis det har skjedd i spesielle områder i hjernen og tilstanden kan forverres etter nye hjerneslag.
- En annen årsak kan være sykdom i de små, dypereliggende blodkar i hjernen
- Sviktende blodtilførsel til hjernen, for eksempel ved hjertestans kan også være en årsak



Vaskulær demens

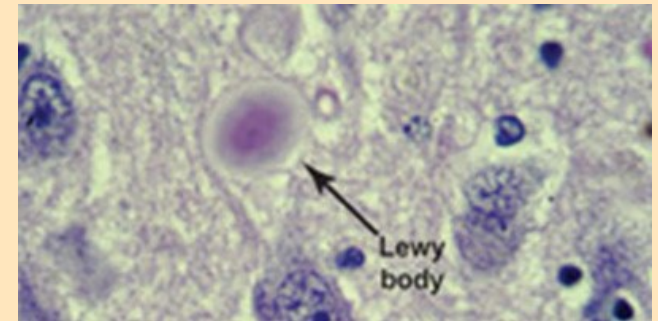
- Vaskulær demens kan oppstå i alle deler av hjernen. Derfor varierer symptomene etter hvilke områder som er påvirket
- Ofte er det problemer med hukommelse, konsentrasjon, språk og det å finne frem. Symptomene kan oppstå gradvis eller brått.
- Vaskulær demens medfører ofte at personen blir mer passiv, treg og initiativløs
- Mange kan ha Alzheimers sykdom og vaskulær demens samtidig

Vaskulær demens

- Man anslår at omkring 15-20 prosent av alle som har demens, har vaskulær demens.
- Typiske endringer ved vaskulær demens kan være
 - senket tempo i fysisk aktivitet
 - hukommelsesproblemer
 - sviktende forståelse og handlingssvikt
 - initiativløshet
 - tristhet og depresjon

Demens med Lewy-legemer

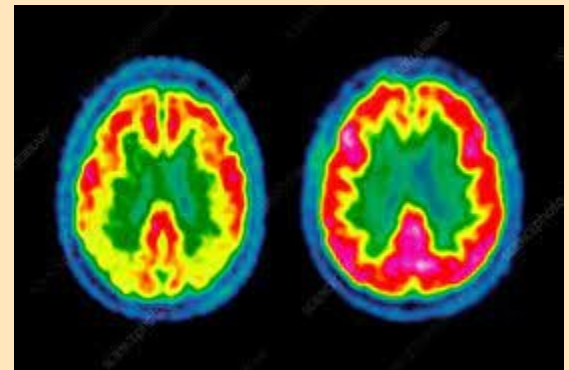
- Demens med Lewy-legemer har både kognitive, psykiatriske og motoriske symptomer. Typisk er synshallusinasjoner og vrangforestillinger, stivhet i armer og ben og tretthet i bevegelsene.
- Varierende endringer i bevissthetsnivå kan forekomme daglig/ukentlig, og svingninger i blodtrykk er også vanlig.



Demens med Lewy-legemer

Diagnosen stilles på bakgrunn av typiske symptomer som

- svingende kognitiv funksjon, med endring i oppmerksomhet og årvåkenhet
- periodevise synshallusinasjoner, man ser ting som ikke eksisterer
- vrangforestillinger, som f.eks. mistenksomhet og spesielle ideer om hvordan virkeligheten henger sammen
- stivhet i armer og ben
- treghet i bevegelsene
- endret søvnmønster
- lavt blodtrykk og falltendens



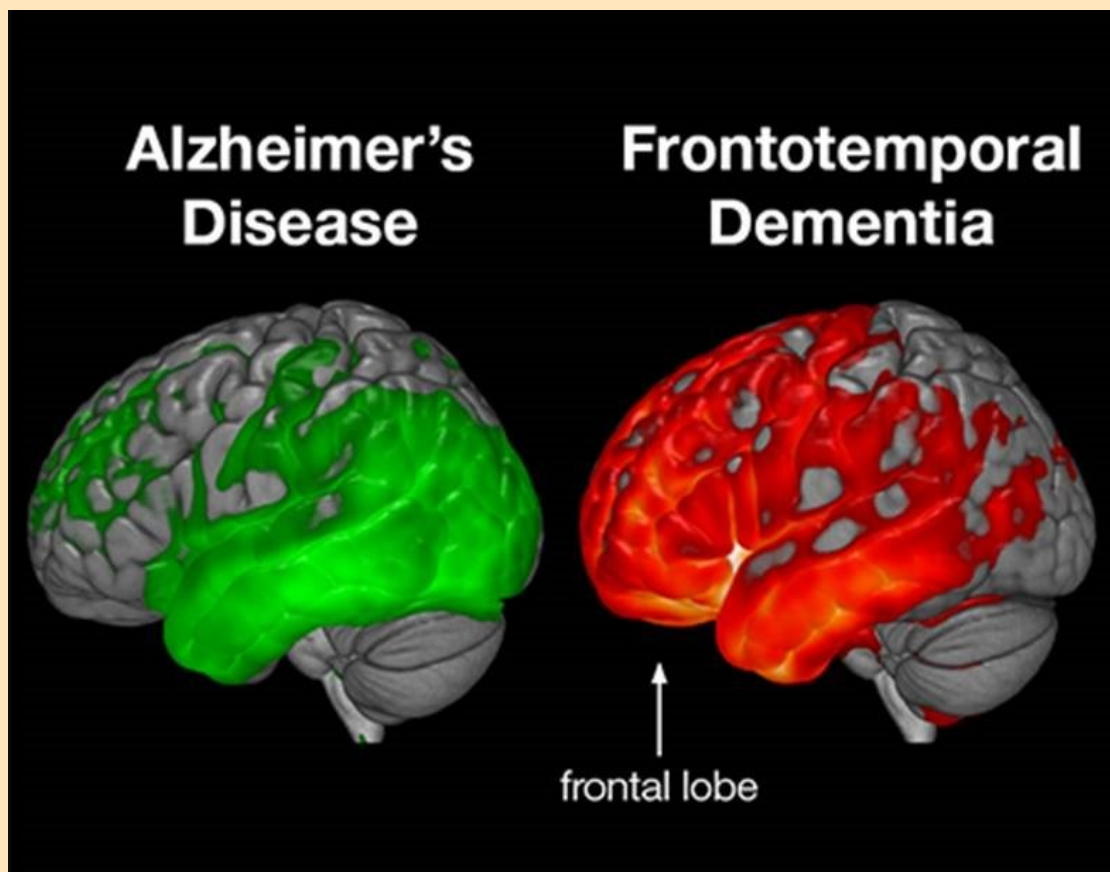
Frontotemporale symptomer/ frontallappdemens

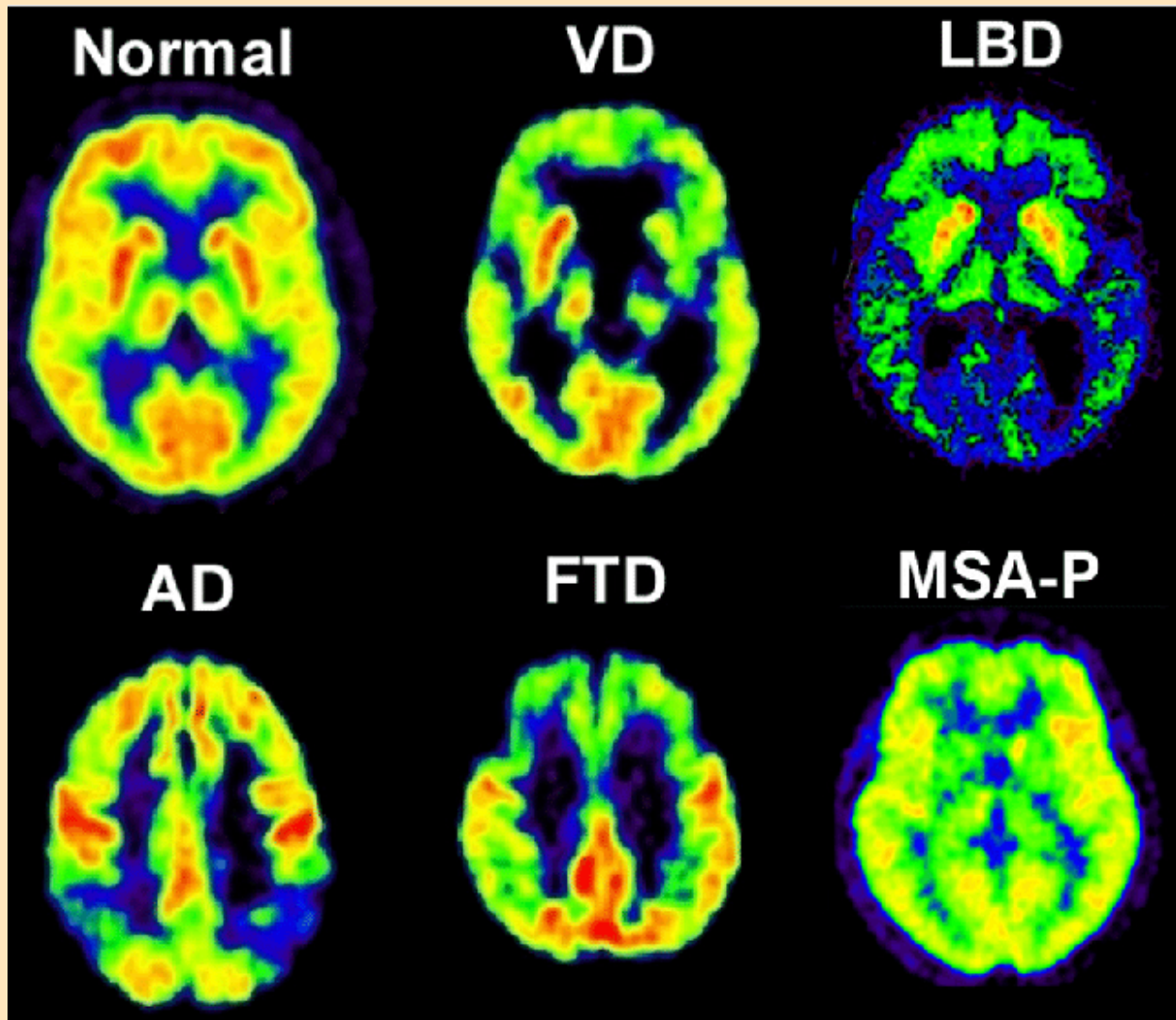
- Frontallappdemens karakteriseres av endringer i personlighet, atferd og språk, spesielt tidlig i forløpet.
- Frontallappdemens rammer særlig pannelappene fremst i hjernen, og fører til en gradvis endring i personlighet og væremåte.
- Dette gir ofte følelsmessig avflating, med likegyldighet og manglende evne til innlevelse i andres situasjon og følelser.
- Sykdommen medfører ofte manglende innsikt i egen situasjon. Det er vanlig med fornektelse, og en oppfatning av at andre er årsak til problemene.

Frontallappdemens – typiske symptomer

- Redusert oppmerksomhet.
- Endringer i atferd, for eksempel økt irritabilitet, sinne eller depresjon, initiativløshet og tilbaketrekning.
- Likegyldighet overfor nær familie, venner og sosiale sammenkomster.
- Planlegging: Svikt i evnen til å løse problemer, redusert evne til å organisere og systematisere tenkningen.
- Endring i språket, talen mangler flyt.
- Bortfall av hemninger, upassende og taktløs oppførsel og språkbruk.
- Likegyldig med egen hygiene og påkledning.
- Endrede spisevaner.
- Endrede røyke- og alkoholvaner.

Frontallappdemens





Demens ved Parkinsons sykdom

- Demens ved Parkinsons sykdom kjennetegnes særlig av at det tar lang tid å tenke, snakke og utføre aktiviteter.
- Parkinsons sykdom rammer rundt én prosent av befolkningen over 65 år.
- Parkinsons sykdom er beslektet med LBD
- Demens ved Parkinson medfører gjerne mindre problemer med å orientere seg i tid og sted, og mindre hukommelsesproblemer for daglige hendelser, enn ved Alzheimers sykdom.

Demens ved Huntingtons sykdom

- Frontal-subkortikal demens
- Mye av samme problematikken som ved frontallappdemens, ulik årsak
- Genetisk, arvelig
- Ung alder
- Ca 400 i Norge

Andre demensformer

Det finnes over hundre ulike sykdommer og tilstander som kan gi demenssymptomer

- Delirium / akutt forvirringstilstand
- stor og langvarig bruk av alkohol eller andre rusmidler
- vitaminmangel
- hjernesvulster
- hodeskader
- hjerneblødning som forårsaker økt trykk
- normaltrykkshydrocefalus/voksenvannhode
- sykdommer og ubalanse relatert til hormoner og stoffskifte
- infeksjoner i hjerne eller hjernehinner
- AIDS
- forgiftningstilstander
- Progressiv supranukleær parese
- Multisystematrofi
- Creutzfeldt-Jakobssykdom

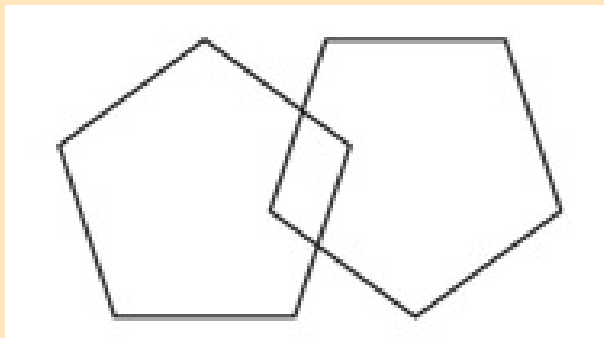
Demensutredning

- Henvendelse fra fastlege, sykehjemslege
- Ved andre henvendelser alltid klarere med fastlegen
- Bruker standardiserte tester i basal demensutredning:

MMSE

Klokketest

Noen ganger supplerende tester



Demensutredning

- Innhenting av komparentopplysninger
- Sender til fastlege
- Henvisning CT/MR/PET-scan
- Alderspsykiatrisk avdeling – utvidet demensutredning
- Diagnose
- Oppfølgingsamtaler



Bamble
kommune

Demens i Bamble



Demens i Bamble

Aldring og helse
Nasjonal kompetansetjeneste

Bamble i år 2020

Innbyggertallet for Bamble i 2020 er **14061**.

Befolkningen i Bamble er eldre enn gjennomsnittet i Norge, og har derfor også en høyere andel med demens.

Andelen med demens er **1.99 %** i Bamble.

Gjennomsnittet i Norge er **1.88 %** i 2020.

0-1% 1-2% 2-3% 3-4% 4-5% 5-6% >6%

2020
Bamble

Personer med demens

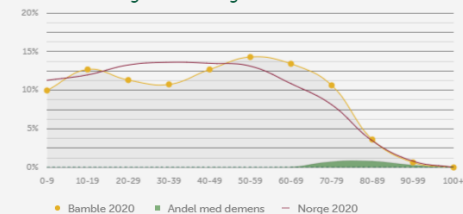
280

1.99% av befolkningen

Personer med demens

Alder	Antall	♂	♀
30-64	6	3	3
65-69	7	3	4
70-74	50	28	22
75-79	57	31	26
80-84	61	26	35
85-89	55	19	36
90+	44	12	32

Aldersfordeling i befolkningen



www.demenskartet.no

Demens i Bamble

- 2020: 280 (1,99% av befolkningen)
- 2025: 352
- 2030: 442
- 2040: 589
- 2050: 669 (4,8%)

Tilbud i Bamble kommune

Dagtilbud:

- Ordinær dagavdeling
- Ettermiddagstilbud
- Ambulant dagaktivitet

Demenskor

Velferdsteknologi

Nyby



Demenskoordinator

Demenskoordinatorens oppgaver er blant annet_

- Gi råd og veiledning til pasienter, pårørende og andre som har spørsmål om demens
- Være en støttespiller og kunne formidle kontakt videre dersom det er behov for andre kommunale helse- og omsorgstjenester
- Hjemmebesøk

forts demenskoordinator

- Utredning og oppfølging etter henvendelse fra lege
- Ha tett samarbeid med fastleger og de andre tjenestene i egen kommune og spesialisthelsetjenesten
- Ha oversikt over tilbudene til personer med demens i kommunen
- Bidra til videre utvikling av gode rutiner, samhandling og tilbud innen demensomsorgen

Demensvennlig samfunn

- Samarbeid med Nasjonalforeningen for folkehelsen om å gjøre Bamble til et mer demensvennlig samfunn.
- Opplæring av servicenæringer om hvordan yte best mulig service til personer med demens
- Et demensvennlig samfunn er et godt samfunn for alle!



Veiviser demens

- Skal gjøre det enklere for helse- og omsorgstjenestene å gi gode tjenester til personer med demens og deres pårørende.
- Gir råd og tips om hvordan tjenester kan organiseres og forslag til aktuelle tiltak i de ulike fasene av demenssykdommen.
- Gir informasjon til personer med demens og deres pårørende.
- Viser hvordan anbefalingene i Nasjonal faglig retningslinje om demens kan følges i ulike faser av demenssykdommen.
- Veiviseren bygger på nasjonale og internasjonale erfaringer og forskning.
- <https://veiviserdemens.aldringoghelse.no>

Demensomsorgens ABC



- Målet med ABC-opplæringen er at ansatte i de kommunale helse- og omsorgstjenestene skal tilegne seg oppdatert fagkunnskap
- Demensomsorgens ABC er samlet i to permer. Permene gir nødvendig og oppdatert kunnskap om demens og miljøbehandling til alle yrkesgrupper som jobber med personer med demens.
- I Demensomsorgens ABC er miljøbehandling integrert gjennomgående i alle temaene. Permene tar for seg både hjemmetjenester og tjenester på institusjon.
- To obligatoriske dagsseminar, samt gruppearbeid mellom seminarene.

Takk for meg!

Ta gjerne kontakt!

Olaf Moen
demenskoordinator

tlf 90476456

epost olaf.moen@bamble.kommune.no

