

## Bilaga 2. Om tillstånd och åtgärder

### *Tillstånd*

#### Alzheimers sjukdom

Svarar för ungefär två tredjedelar av alla fall av demenssjukdom. Sjukdomen hör till de så kallade degenerativa demenssjukdomarna, vilka leder till att nervceller i hjärnan successivt förtvinar och dör. Vid Alzheimers sjukdom sker detta framför allt i hjärnans tinning och hjässlober. Tidiga symtom är oftast försämrat närminne, koncentrationsproblem, svårigheter att orientera sig och språkstörningar som sedan övergår i ett demensstillstånd där symtomen är mer uttalade och personen inte längre klarar av dagliga livets funktioner. Det finns ärftliga former av Alzheimers sjukdom men i de flesta fall vet man inte varför en person drabbas.

#### Alzheimers sjukdom med cerebrovaskulär skada

Alzheimers sjukdom kan förekomma samtidigt med kärlsjukdom i hjärnan. Båda tillstånden bedöms bidra till kognitiva symtom. Denna blandform av demens är särskilt vanlig hos äldre personer.

#### Demenssjukdom

Sjukdomar som framför allt drabbar högre hjärnfunktioner såsom kognitionen och personligheten. Dessa sjukdomar utvecklas oftast långsamt och är långvariga. En rad olika tillstånd kan leda till intellektuell svikt, den vanligaste är Alzheimers sjukdom. Symtomen beror på var i hjärnan sjukdomsskadorna sitter.

#### Frontotemporal demens

En degenerativ demenssjukdom som drabbar hjärnas främre del. Förändringar av personligheten, bristande omdöme eller nedsatt språklig förmåga är tidiga tecken, medan exempelvis minnet ofta fungerar bra i början av sjukdomen.

#### Kognitiv svikt

Nedsättning av intellektuella funktioner från en tidigare högre nivå. Avser exempelvis minne, orienteringsförmåga, språk, exekutiv förmåga, igenkänning, praktisk förmåga samt räkneförmåga.

## Lewybodydemens

Ett tillstånd som har likheter både med Alzheimers sjukdom och med Parkinsons sjukdom. Vid denna demenssjukdom är uppmärksamheten nedsatt tidigt i förloppet, istället för att minnesstörningen är det andra symtom som dominerar sjukdomsbilden. Parkinsonliknande symtom som nedsatt mimik, långsamt och stelt rörelsemönster är också vanliga, liksom synhallucinationer och falltendens. Personer med Lewybodydemens har en kraftigt ökad risk för biverkningar av läkemedel mot psykos (antipsykosmedel).

## Lindrig kognitiv störning (MCI)

*Mild cognitive impairment*, MCI, är benämningen på en nedsättning i kognitiva funktioner som bedöms vara större än väntat vid en persons ålder, men inte så markant att den nämnvärt stör personens dagliga liv. Ibland är tillståndet reversibelt. Orsaken är heterogen och flera sjukdomar leder till MCI. En vanlig orsak är mycket tidig Alzheimers sjukdom.

Tillstånd inom socialtjänsten

Omständigheter som medför behov av insatser från socialtjänsten och som utgör underlag för beslut eller val av lämpliga insatser. Tillståndens karaktär varierar betydligt och kan både avse olika typer av psykosociala problem, inklusive en svår livssituation och olika typer av fysiska och psykiska funktionsnedsättningar.

## Vaskulär demens

Den näst vanligaste demenssjukdomen som beror på att områden i hjärnan som har betydelse för intellektuella funktioner, blivit skadade på grund av bristande blodtillförsel. Vanliga orsaker är stroke, förträngningar i små blodkärl och långvarigt högt blodtryck. Hur sjukdomen påverkar en person beror på vilka delar av hjärnan som skadas. Skador i pannloberna ger personlighetsförändringar, skador i hjässloberna försämrar förmågan att analysera, tolka och förstå. Om tinningloberna skadas försämras ofta minnet. Cirkulationsstörningar i djupa delar av hjärnan, under hjärnbarken och i den så kallade vita substansen runt hjärnans vätskefyllda hålrum, ger i första hand försämrat kognitivt tempo samt reducerad reaktionsförmåga, initiativförmåga och psykisk energi.

## *Åtgärder*

### Anamnes

Sjukhistoria som inhämtas genom att läkare eller annan vårdpersonal sammanställer information om patienten som är av vikt för diagnostik och vård.

### Blåsträning

Innebär övning i att försöka hålla sig när man känner trängningar och består av undervisning, schemalagda toalettbesök för att förlänga tiden mellan urinering och stöd från personalen. Blåsträning pågår i minst tolv veckor och utvärderas genom mätning och registrering av urinmängder.

### Bäckenbottenträning

Syftar till att förbättra styrkan och uthålligheten i blåsmuskulaturen och träna upp funktionen neuromuskulärt genom knipövningar. Ett träningsprogram inkluderar identifiering av bäckenbottenmuskulaturen, styrketräning med maximala kontraktioner och uthållighetsträning med submaximala kontraktioner och pågår intensivt under 4–6 månader. Behandlingsresultatet är beroende av att utbildad personal ger upprepade instruktioner och stöd samt följer upp träningen.

### Datortomografi (DT)

Datorstödd framställning av skiktbilder.

### Fysisk aktivitet

All kroppslig rörelse som produceras av skelettmuskler och resulterar i energiförbrukning.

### Fysisk träning

Del av fysisk aktivitet som är planerad, strukturerad och återkommande med syfte att förbättra eller bibehålla en viss fysisk funktion.

### Klocktest

Kognitivt test där personen ombeds rita en urtavla (klocka), och sätta ut visarna så att de pekar på tio över elva. Syftet är att skatta kognitiv funktion, framför allt så kallad visuo-spatial funktion.

## Lumbalpunktion för analys av biomarkörer

Provtagning av ryggmärgsvätska med hjälp av en kanyl som, efter lokalbedövning, förs in genom ryggmärgshinnorna i nedre delen av ländryggen, långt nedanför ryggmärgens slut. Biomarkörer som återfinns i ryggmärgsvätskan och som omsätts felaktigt vid bland annat Alzheimers sjukdom är främst totalt tau-protein (T-tau), hyperfosforylerat tau-protein (P-tau) samt  $\beta$ -amyloid<sub>(1-42)</sub> (A $\beta$ 42).

## Magmassage vid förstoppning

En form av mjuk massage med tvärgående strykningar och medsols cirkelrörelser som följer tjocktarmens riktning. Massagen utförs av en person med god kunskap i massage eller beröring. Magen är ett intimt område och det finns risk för kränkning om inte mottagaren är trygg med massören.

## Magnetkamera (MR)

Metod för att framställa skiktbilder av kroppen med hjälp av magnetfält och radiovågor.

## Massage och aromaterapi

Eteriska oljor används ibland enbart som en stimulering av luktsinnet, men vanligen i kombination med massage. Stimulering av både lukt och känsel förväntas ge personen avslappning, välbefinnande, förbättrad sömn och minska eventuell smärta, och även minska beteendeförändringar. Taktil massage innebär att massagen oftast koncentreras till fingrar, händer, armar, skuldror, nacke, rygg och fötter. Massagen utförs i en lugn och rogivande atmosfär oftast i kombination med samtal. Tiden för en massage-session varierar från cirka sex minuter till 20–30 minuter. Vid aromaterapi är massage under cirka 30 minuter vanligt.

## Mini Mental Test (MMT)

*Mini Mental Test* är ett kognitivt test som också kallas MMS eller MMSE (*Mini Mental State Examination*) som syftar till att skatta en persons kognitiva funktion. Testet består av frågor och uppgifter som undersöker bland annat minne, koncentrationsförmåga och tids- och rumsorientering.

## Multifaktoriell intervention

En multifaktoriell intervention innehåller flera olika typer av åtgärder som sätts in samtidigt. Kombinationer av åtgärder varierar och kan till exempel vara utbildning av personal, riskbedömning, vårdplanering, individuellt anpassad tillsyn, medicinsk undersökning, fysisk träning, förändringar i den fysiska miljön, bruk av hjälpmedel, systematisk falluppföljning, genomgång av läkemedel samt användning av höftskyddsbyxor. En multifaktoriell intervention bygger på en samverkan mellan olika personalkategorier.

## Realitetsorientering

Vårdaren försöker realitetsorientera personen med demenssjukdom i det dagliga livet. Syftet är att hjälpa personer med mild till måttlig demenssjukdom som har svårigheter att orientera sig till person, tid och rum. Metoden kan genomföras som en särskild teknik individuellt eller i grupp.

## Regelbunden medicinsk och social uppföljning

Syftar till att bedöma sjukdomen och dess konsekvenser och personens behov av medicinska och sociala insatser. I uppföljningen ingår en systematisk skattning av kognition, mental förmåga, ADL-förmåga och samt en intervju med närstående om deras uppfattning om den demenssjuke personens funktioner. Bedömning av funktionsförmågan kan bygga på olika typer av information, oavsett om bedömningen görs med ett instrument eller inte. Bedömningen grundar sig på en undersökning av personens förmåga att utföra de aktiviteter som personen vill och behöver kunna utföra. Inverkan från personens såväl fysiska som sociala miljö beaktas också. Personer med demenssjukdom intervjuas eller observeras i aktivitet och närstående kan intervjuas om personens intressen, vanor och eventuella förändringar i dessa. Personer med demenssjukdom i tidigt stadium kan i många fall rapportera att de har vissa problem och beskriva vad de upplever vara viktigt och relevant, men har betydligt svårare att ange grad av problem eller reflektera över vilka eventuella konsekvenser problemen kan ha. Närstående eller vårdare kan ofta ge värdefull information, men både forskning och klinisk erfarenhet har visat att informationen ibland kan vara påverkad av hur de själva upplever sin situation eller av ett behov att skydda den demenssjukes integritet. En kontakt tas också med socialtjänsten som kan bedöma om personen har behov av dess insatser. Om personen redan har insatser från socialtjänsten kan en förnyad biståndsbedömning behöva göras.

## Reminiscence

Att tänka på eller reflektera över livserfarenheter, dela minnen med andra och tala om det förflutna. Reminiscence syftar till att stärka identiteten, integriteten, kontinuiteten och kan användas vid gruppträffar eller individuellt. Reminiscence anses kunna vara användbart i alla stadier av demenssjukdomen. Single photon emission computed tomography (SPECT)

Nuklearmedicinsk teknik baserad på registrering av gammafotoner, en form av emissionsdatortomografi. Med en gammakamera kopplad till en dator tar man bilder som visar fördelningen av en isotop (ett radioaktivt ämne), som tillförts genom injektion eller inhalation, i den undersökta kroppsdel. Datorn beräknar i tre dimensioner isotopens fördelning, vilket gör det möjligt att avbilda det undersökta området som tunna skivor.

## Snoezelen

Betyder att *snusa* eller *slumra*, och sker vanligtvis i ett särskilt inrett rum för stimulering av syn, hörsel, beröring, smak och lukt. Detta utförs med hjälp av exempelvis ljus- och ljudeffekter, mjuka ytor, lugnande musik och välluktande oljor. Snoezelen kan ske individuellt eller i grupp och utförs på schemalagda tider eller integrerat i det dagliga livet. Tanken är att skapa en miljö där den demenssjuke kan använda sina sensoriska förmågor för att uppleva välbefinnande. Stimuleringen sker i en miljö som inte ställer så stora krav på uppmärksamhet och intellektuell förmåga. Snoezelen syftar främst till att minska icke önskvärt beteende och främja önskvärt beteende, gagna välbefinnande, öka interaktion och kommunikation med andra samt gynna relationer och minska konflikter.

## Uppmärksamhetsträning

Uppmärksamhetsträning innebär att personen tränas till att be om hjälp till toaletten, varefter personalen snabbt ger hjälpen. Träningen innebär att personalen kontaktar personen en gång per timme eller varannan timme och frågar om hjälp behövs, om personen är våt eller torr. Svaret kontrolleras genom att känna på underbyxorna. Om personens uppgifter stämmer ger personalen positiv återkoppling genom beröm. Om personens uppgifter inte stämmer ger personalen negativ återkoppling genom att visa missnöje och besvikelse.

## Validation

Ett sätt att bemöta och genom verbal och icke-verbal kommunikation bekräfta känslor som uttrycks av personer med demenssjukdom. Syftet är att öka självkänslan, minska stress, förbättra kommunikationsförmågan och öka välbefinnandet hos personen med demenssjukdom.

## Vaneträning

Toalettassistans som innebär att toalettbesöken görs vid vissa förutbestämda klockslag, som är anpassade efter personens blåsfunktion.