

# Kaikki unohtelu ei ole dementiaa

SVENSKT DEMENSCENTRUM -DEMENTIAKESKUKSEN TIEDOTE

All glömska är inte demens • faktablad på finska

## Kun aivotoiminnot heikkenevät

Lähes kaikki mitä teemme on riippuvainen ajatteluun liittyvistä toiminnoista. Kun muistelemme, opimme uusia asioita tai etsimme tavaroita kaupasta, eri *kognitiiviset toiminnot* ovat aktiivisia. Niillä on suuri merkitys mahdollisuksiimme elää itsenäistä elämää.

Kun yksi tai useampi kognitiivisista toiminnoista toimii merkittävästi huonommin kuin ennen, puhutaan *kognitiivisesta heikentymisestä*. Se voi ilmetä esimerkiksi unohteluna, ongelmina löytää oikeaan paikkaan tai suunnitella ja suorittaa normaalisti helppoja tehtäviä.

On tärkeää tutkia kognitiivista heikentymistä, jotta sitä voidaan hoitaa parhaalla tavalla. Mutta terveydenhoidossa ei aina löydetä yksiselitteistä selitystä oireille, varsinkin jos ne ovat lieviä.

Kognitiivinen heikentyminen jaetaan yleensä kolmeen alaryhmään: Äkillinen sekavuus, lievä kognitiivisen toiminnan heikentyminen ja kognitiivinen sairaus.

## Äkillinen sekavuus häviää usein

Kun kognitiiviset oireet kehittyvät nopeasti, lyhyen ajan sisällä, kyse on usein äkillisestä sekavuudesta eli konfuusiosta, kuten sitä ammattikielellä kutsutaan. Vanhemmilla ihmisillä se johtuu usein leikkauksen jälkeisestä tai kivun aiheuttamasta fyysisestä ja psyykkisestä rasituksesta. Äkillinen sekavuus voi johtua myös ummetuksesta infektiosta ja lääkkeiden sivuvaikutuksista.

Äkillistä sekavuutta voidaan hoitaa ja oireet häviävät yleensä, edellyttäen, että sairaus tutkitaan ja että taustalla oleva syy löydetään.

## Lyhennettä MCI käytetään lievistä oireista

Monet hakeutuvat terveydenhuoltoon huolestuttuaan siitä, että he eivät oikein pysty toimimaan kuten ennen. Oireet voivat olla epämääräisiä ja heikkoja, mutta henkilöt huomaavat kuitenkin selvästi, että heidän on vaikeampi keskittyä ja muistaa asioita tai että eri asioiden tekeminen kestää kauemmin.

Nämä ovat tyypillisiä merkkejä lievistä kognitiivisesta heikentymisestä eli MCI:stä (*Mild cognitive impairment*), joka on yleisesti käytetty englanninkielinen lyhenne. MCI:ssä kognitiiviset häiriöt voidaan todeta neuropsykologisilla testeillä. Oireet voivat vaikuttaa ihmisen sosiaaliseen elämään tai työhön, mutta ei siinä määrin kuin dementia.



## Monia mahdollisia syitä

MCI:llä voi olla monia syitä. Hoitamaton masennus, aivohalvaus ja lääkkeiden sivuvaikutukset ovat vain muutama esimerkki. Joissakin tapauksissa voi olla kysymys kognitiivisen sairauden, kuten Alzheimerin taudin tai vaskulaarisen demencian, varhaisista merkeistä. Silloin oireet vahvistuvat ja lisääntyvät myöhemmin. Mutta ikääntymiseen kuuluu kuitenkin se, että kognitiiviset toiminnot voivat heikentyä jonkin verran ilman, että sen tarvitsee johtua dementiasta. Missä määrin sitä tapahtuu, vaihtelee henkilöstä toiseen.

Levottomuus, väsymys ja alakuloisuus ovat yleisiä MCI:ssä ja voivat vahvistaa kognitiivisia oireita. Korkea työkuormitus ja stressi aiheuttavat sen, että työikäiset henkilöt voivat kokea kognitiivisia ongelmia ilman että niitä todetaan neuropsykologisissa testeissä.

## Seuranta on kaiken A ja O

MCI:n hoito edellyttää, että taustalla oleva syy on tiedossa, mikä aina ei ole tilanne. On kuitenkin tärkeää, että sairastunutta seurataan säännöllisesti terveydenhuollossa, riippumatta siitä, havaitaanko kognitiivinen heikentyminen testitulanteissa vai onko se vain itse koettua.

28 tammikuuta 2019 • Svenskt Demenscentrum©

Lisää eri kielisiä tiedotteita voi tulostaa  
Svenskt Demenscentrum:in verkkosivustolta:  
[www.demenscentrum.se/Faktablad](http://www.demenscentrum.se/Faktablad)



Svenskt Demenscentrum

Svenskt Demenscentrum, Sveavägen 155, 113 46 Stockholm, 08-690 58 00, [info@demenscentrum.se](mailto:info@demenscentrum.se)

[www.demenscentrum.se](http://www.demenscentrum.se)