

هر نوعی از فراموشی، به معنای زوال عقل نیست

برگه اطلاعات از مرکز زوال عقل سوئد

All glömska är inte demens • faktablad på persiska



تمرکز برایش دشوارتر شده، چیزها را سخت‌تر به خاطر می‌سپارد و یا انجام فعالیت‌های مختلف برایش زمان‌برتر شده است.

این‌ها نشانه‌های معمول نقص شناختی خفیف یا MCI (اختلال شناختی خفیف) هستند که اغلب از مخفف انگلیسی آن استفاده می‌شود. در MCI، افت عملکرد شناختی

از طریق آزمون‌های عصب‌روان‌شناختی قابل بررسی و مشاهده است. علائم ممکن است بر زندگی اجتماعی یا کار حرفه‌ای فرد تأثیر بگذارد، اما نه میزانی که در مورد بیماری زوال عقل اتفاق می‌افتد.

دلایل احتمالی مختلف و متعدد

MCI می‌تواند دلایل زیادی داشته باشد. افسردگی درمان‌نشده، سکتة مغزی و عوارض جانبی داروها، تنها چند نمونه از دلایل احتمالی هستند. در برخی موارد، این وضعیت می‌تواند بیانگر علائم زودرس یک بیماری شناختی باشد، مانند بیماری آلزایمر و یا زوال عقل عروقی. در این شرایط، علائم به مرور زمان هم از نظر تعداد و هم از نظر شدت، افزایش می‌یابند. با وجود این، فرآیند پیری ممکن است موجب کاهش عملکردهای شناختی شود، بدون اینکه این موضوع لزوماً به بیماری زوال عقل مرتبط باشد. میزان کاهش عملکردهای شناختی، می‌تواند از فردی به فرد دیگر متفاوت باشد.

در افراد مبتلا به MCI، تجربه‌ی نگرانی، خستگی و افسردگی شایع است و می‌تواند علائم شناختی را تشدید کند. برخی افراد که هنوز در سن فعالیت شغلی هستند، به دلیل فشار کاری بالا و استرس ممکن است احساس کنند که دچار اختلال شناختی شده‌اند، بدون اینکه وجود اختلال در این افراد، از طریق انجام آزمون‌های عصب‌روان‌شناختی قابل اثبات باشد.

پیگیری منظم بسیار مهم است

درمان MCI زمانی امکان‌پذیر است که علت زمینه‌ای مشخص باشد، اما این علت همیشه شناخته‌شده نیست. با این حال، پیگیری منظم توسط سیستم درمانی اهمیت بسیاری دارد، حتی اگر کاهش عملکرد شناختی با انجام آزمون‌های عصب‌روان‌شناختی مشاهده نشود و تنها توسط خود فرد احساس شده و به سیستم درمانی گزارش شود.

© Svenskt Demenscentrum

وقتی عملکردهای مغز دچار اختلال می‌شوند

تقریباً هر فعالیتی که انجام می‌دهیم، وابسته به عملکردهایی است که با تفکر ما ارتباط دارند. وقتی سعی می‌کنیم مسئله‌ای را به یاد بیاوریم، مطلب تازه‌ای یاد بگیریم و یا در فروشگاه به دنبال کالایی بگردیم، عملکردهای شناختی گوناگون مغز فعال می‌گردند. این عملکردها برای توانایی‌های ما برای تجربه‌ی یک زندگی مستقل اهمیت زیادی دارند.

در صورتی که یک یا چند عملکرد شناختی به‌طور قابل‌توجهی نسبت به گذشته ضعیف‌تر عمل کنند، از اصطلاح «اختلال شناختی» استفاده می‌شود. این اختلال ممکن است با نشانه‌هایی مانند فراموشی، اختلال در جهت‌یابی یا مشکل در برنامه‌ریزی و انجام فعالیت‌هایی که معمولاً ساده هستند، تظاهر پیدا کند.

بررسی اختلال شناختی مهم است تا بتوان آن را به بهترین شکل درمان کرد. اما همیشه ممکن نیست که بررسی‌های پزشکی بتوانند دلیل مشخصی برای علائم پیدا کنند، مخصوصاً وقتی علائم خفیف باشند.

اختلال شناختی معمولاً به سه زیرگروه تقسیم می‌شود: سردرگمی حاد، اختلال خفیف شناختی و بیماری شناختی (بیماری زوال عقل).

سردرگمی حاد اغلب موقتی است و معمولاً برطرف می‌شود

وقتی علائم شناختی خیلی سریع و در مدت کوتاهی پیشرفت می‌کنند، معمولاً به سردرگمی حاد مربوط می‌شود، که در اصطلاح پزشکی به آن کنفوزیون گفته می‌شود. در افراد مسن، این حالت اغلب به دلیل فشار جسمی و روانی پس از انجام یک عمل جراحی و یا به دلیل درد است. سردرگمی حاد می‌تواند به دلیل یبوست، عفونت‌ها یا عوارض جانبی داروها هم ایجاد شود. سردرگمی حاد قابل درمان است و علائم معمولاً برطرف می‌شوند، به شرطی که علت بررسی شود و مشکل اصلی برطرف گردد.

MCI مخفف «اختلال شناختی خفیف» است

بسیاری از افراد به دلیل نگرانی از کاهش توانایی‌هایشان نسبت به گذشته، به مراکز پزشکی مراجعه می‌کنند. علائم ممکن است مبهم و خفیف باشند، اما فرد به‌وضوح احساس می‌کند که

برگه‌های اطلاعاتی بیشتر به زبان فارسی را می‌توان از وبسایت Svenskt Demenscentrum پرینت کرد:

www.demenscentrum.se/fa



Svenskt Demenscentrum

Svenskt Demenscentrum, Sveavägen 155, 113 46 Stockholm, (08) 690 58 00, info@demenscentrum.se

www.demenscentrum.se

All glömska är inte demens

FAKTABLAD FRÅN SVENSKT DEMENSCENTRUM

När hjärnans funktioner sviktar

Nästan allt vi gör är beroende av funktioner kopplade till vårt tänkande. När vi letar i minnet, lär oss nya saker eller söker efter varor i butiken är olika *kognitiva funktioner* aktiva. De har stor betydelse för våra möjligheter att leva ett självständigt liv.

När en eller flera kognitiva funktioner fungerar märkbart sämre än förr talar man om *kognitiv svikt*. Den kan yttra sig som exempelvis glömska, problem med att hitta rätt eller att planera och utföra normalt sett enkla aktiviteter.

Det är viktigt att utreda kognitiv svikt för att kunna behandla den på bästa sätt. Men det är inte alltid vården kan hitta en entydig förklaring till symtomen, det gäller särskilt om de är lindriga.

Kognitiv svikt brukar delas in i tre undergrupper: akut förvirring, lindrig kognitiv funktionsnedsättning och kognitiv sjukdom (demenssjukdom).

Akut förvirring går ofta tillbaka

När kognitiva symtom utvecklas snabbt, under en kort tid, handlar det ofta om akut förvirring eller konfusion som det heter på fackspråk. Hos äldre personer beror det ofta på fysisk och psykisk ansträngning efter en operation eller på grund av smärta. Akut förvirring kan också bero på förstopning, infektioner och läkemedelsbiverkningar.

Akut förvirring kan behandlas och symtomen brukar gå tillbaka, förutsatt att tillståndet utreds och att man kommer till rätta med den bakomliggande orsaken.

MCI förkortning vid lindriga symtom

Många söker sig till vården av oro för att de inte riktigt fungerar som tidigare. Symtomen kan vara diffusa och svaga men personerna upplever ändå tydligt att det har svårare att koncentrera sig och lägga saker på minnet eller att det tar längre tid att utföra olika aktiviteter.

Det här är typiska tecken vid lindrig kognitiv

funktionsnedsättning eller MCI (*Mild cognitive impairment*) som är den ofta använda engelska förkortningen.

Vid MCI kan den kognitiva nedsättningen påvisas i neuropsykologiska tester. Symtomen kan påverka personernas sociala liv eller yrkesarbete men inte i lika hög grad som är fallet vid demens.



Många möjliga orsaker

MCI kan ha många orsaker. Obehandlad depression, stroke och läkemedelsbiverkning är bara några exempel. I vissa fall kan det handla om tidiga tecken på en kognitiv sjukdom, till exempel Alzheimers sjukdom eller vaskulär demens. Då blir symtomen starkare och fler efterhand. Men åldrandet innebär att kognitiva funktioner kan försämrats något utan att det behöver bero på demens. I vilken grad det sker varierar från person till person.

Oro, trötthet och nedstämdhet är vanligt vid MCI och kan förstärka kognitiva symtom. Hög arbetsbelastning och stress gör att personer i yrkesverksam ålder kan uppleva sig ha kognitiva problem utan att det kan påvisas i neuropsykologiska tester.

Uppföljning är A och O

Behandling av MCI förutsätter att den bakomliggande orsaken är känd, något som inte alltid är fallet. Det är ändå viktigt att vården regelbundet följer upp den som är drabbad, oavsett om den kognitiva funktionsnedsättningen går att avläsa i testsituationer eller endast är självupplevd.

2025 • Svenskt Demenscentrum ©

Fler faktablad på olika språk kan skrivas ut från Svenskt Demenscentrums webbplats:
www.demenscentrum.se/Faktablad



Svenskt Demenscentrum

Svenskt Demenscentrum, Sveavägen 155, 113 46 Stockholm, 08 - 690 58 00, info@demenscentrum.se

www.demenscentrum.se