

Nie każde zapominanie jest demencją

ARKUSZ INFORMACYJNY ZE SZWEDZKIEGO CENTRUM DEMENCJI

All glömska är inte demens • faktablad på polska

Kiedy funkcje mózgu ulegają pogorszeniu

Niemal wszystko, co robimy, zależy od funkcji związanych z naszym myśleniem. Różne *funkcje poznawcze* są aktywne, gdy przeszukujemy naszą pamięć, uczymy się nowych rzeczy lub szukamy przedmiotów w sklepie. Funkcje te mają kluczowe znaczenie dla naszej zdolności do prowadzenia samodzielnego życia.

Zaburzenia poznawcze odnoszą się do jednej lub więcej funkcji poznawczych, działających zauważalnie gorzej niż wcześniej. Może to objawiać się na przykład zapominaniem lub trudnościami ze znalezieniem drogi lub planowaniem i wykonywaniem czynności, które na co dzień są proste.

Ważne jest, aby zbadać zaburzenia poznawcze w celu zapewnienia odpowiedniego leczenia. Jednakże służba zdrowia nie zawsze potrafi znaleźć dokładne uzasadnienie dla objawów, zwłaszcza w przypadkach łagodnych.

Zaburzenia poznawcze zwykle dzieli się na trzy podgrupy: nagła dezorientacja, łagodne zaburzenia poznawcze i choroba poznawcza (demencja).

Nagła dezorientacja często ustępuje

Gdy objawy poznawcze rozwijają się w krótkim czasie, jest to często przypadek nagłej dezorientacji. Stosowane terminy medyczne to ostry zespół mózgowy lub majaczenie. U osób starszych jest to często związane z fizycznym i psychicznym wysiłkiem po operacji lub z powodu bólu. Nagła dezorientacja może być również spowodowana zaparciami, infekcją i skutkami ubocznymi leków.

Nagła dezorientacja może być leczona, a objawy zwykle ustępują, pod warunkiem, że dolegliwość zostanie zbadana, a przyczyna wyeliminowana.

MCI odnosi się do łagodnych objawów

Wiele osób szuka pomocy medycznej, ponieważ obawiają się, że nie funkcjonują tak dobrze, jak wcześniej. Objawy mogą być niejasne i łagodne, ale osoba może nadal wyraźnie odczuwać większe trudności z koncentracją i zapamiętywaniem rzeczy lub potrzebować więcej czasu na wykonanie różnych czynności.

Są to typowe oznaki *łagodnych zaburzeń poznawczych* lub MCI (*Mild cognitive impairment*), który jest często używanym akronimem pochodzącym od angielskiej nazwy.

W przypadku MCI zaburzenia poznawcze można wykryć w neuropsychologicznych testach. Objawy mogą wpływać na życie społeczne lub pracę, ale ich wpływ nie jest tak duży, jak w przypadku demencji.



Wiele możliwych przyczyn

MCI może mieć wiele przyczyn. Nieleczona depresja, udar i skutki uboczne leków to tylko kilka przykładów. MCI może czasami być wczesną oznaką zaburzeń poznawczych, takich jak choroba Alzheimera lub otępienie naczyniowe. W takich przypadkach objawy z czasem nasilają się i stają się coraz liczniejsze. Jednakże starzenie się wiąże się z pewnym pogorszeniem funkcji poznawczych, którego przyczyną nie jest demencja. Stopień, w jakim to występuje, może się różnić u różnych osób.

Lęk, zmęczenie i depresja są powszechne w MCI i mogą nasilać objawy poznawcze. Duże obciążenie pracą i stres mogą powodować, że osoby w wieku produkcyjnym doświadczają problemów poznawczych, nawet jeśli nie można ich wykryć w testach neuropsychologicznych.

Konieczna jest dalsza obserwacja

Leczenie MCI wymaga zidentyfikowania jego przyczyny. Nie zawsze jest to możliwe. Niemniej jednak ważne jest, aby pracownicy służby zdrowia regularnie monitorowali pacjentów z MCI, niezależnie od tego, czy zaburzenia poznawcze można wykryć w testach, czy są one tylko subiektywnie odczuwane.

© Svenskt Demenscentrum

Więcej informacji i arkusze informacyjne w języku polskim są dostępne na stronie internetowej Svenskt Demenscentrum: www.demenscentrum.se/pl



Svenskt Demenscentrum

Svenskt Demenscentrum, Sveavägen 155, 113 46 Stockholm, (08) 690 5800, 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