

# Her unutkanlık demans değildir

İSVEÇ DEMANS MERKEZİ BİLGİ NOTU

All glömska är inte demens • faktablad på turkiska

## Beyin fonksiyonları bozulduğunda

Yaptığımız neredeyse her şey düşünmemizle ilişkili işlevlere bağlıdır. Hafızamızı kullanırken, yeni bilgiler öğrenirken ya da bir mağazada bir ürün ararken çeşitli *zihinsel işlevlerimiz* aktiftir. Bu işlevler bağımsız bir yaşam sürebilmemiz için hayati önem taşır.

*Bilişsel bozulma*, zihinsel işlevlerden birinin ya da birkaçının eskisine göre fark edilir biçimde bozulması anlamına gelir. Bu durum unutkanlık, yön bulmada zorluk ya da normalde basit olan işleri planlama ve gerçekleştirmede güçlük şeklinde kendini gösterebilir.

En uygun tedaviyi verebilmek için bilişsel bozukluğun araştırılması önemlidir. Ancak özellikle hafif vakalarda sağlık hizmetleri semptomlar için her zaman net bir açıklama bulamayabilir.

Bilişsel bozukluk genellikle üç alt gruba ayrılır: ani bilinç bulanıklığı, hafif bilişsel bozukluk (MCI) ve bilişsel hastalık (demans).

## Ani bilinç bulanıklığı genellikle azalır

Bilişsel semptomlar kısa bir süre içinde geliştiğinde bu genellikle ani bilinç bulanıklığı vakasıdır. Kullanılan tıbbi terimler akut konfüzyon durumu veya *deliryum*dur. Yaşlı insanlarda bu durum genellikle ameliyat sonrası fiziksel ve zihinsel yorgunlukla ya da ağrı ile ilişkilidir. Ani bilinç bulanıklığına kabızlık, enfeksiyon ve ilaçların yan etkileri de neden olabilir.

Ani bilinç bulanıklığı tedavi edilebilir ve durum araştırılıp altta yatan neden düzeltildiğinde belirtiler genellikle kaybolur.

## MCI hafif semptomları ifade eder

Birçok kişi tıbbi yardım arar çünkü eskisi kadar iyi işlev göremediklerinden endişe duyar. Semptomlar belirsiz ve hafif olabilir ancak kişi yine de konsantre olmakta ve bir şeyleri ezberlemekte daha fazla zorluk yaşayabilir veya çeşitli aktiviteleri gerçekleştirmek daha uzun sürebilir.

Bunlar *hafif bilişsel bozukluk* veya sıklıkla kullanılan kısaltma olan MCI'nın tipik belirtileridir.

MCI vakalarında bilişsel bozukluk nöropsikoloji testlerde tespit edilebilir. Belirtiler kişinin sosyal hayatını veya işini etkileyebilir ancak bu etki demanstaki kadar şiddetli değildir.



## Olası nedenler

MCI'nın birçok nedeni olabilir. Tedavi edilmemiş depresyon, inme ve ilaçların yan etkileri bunlardan sadece birkaçıdır. MCI bazen Alzheimer hastalığı veya vasküler demans gibi bilişsel bir bozukluğun erken belirtisi olabilir. Bu gibi durumlarda belirtiler zamanla daha belirgin ve daha fazla hale gelir. Bununla birlikte yaşlanma, demans olmaksızın bilişsel işlevlerde bazı bozulmalara neden olur. Bunun gerçekleşme derecesi kişiden kişiye değişir.

Anksiyete, yorgunluk ve depresyon MCI'da yaygındır ve bilişsel semptomları daha yoğun hale getirebilir. Yüksek iş yükü ve stres, çalışma çağındaki kişilerin bilişsel sorunlar yaşamasına neden olabilir ve bunlar nöropsikolojik testlerde tespit edilemeyebilir.

## Düzenli takip şarttır

MCI tedavisi altta yatan nedenin belirlenmesini gerektirir. Bu her zaman mümkün değildir. Bununla birlikte bilişsel bozukluğun testlerde saptanabiliyor olması ya da sadece kişinin kendisi tarafından fark ediliyor olmasından bağımsız olarak, sağlık hizmeti sağlayıcılarının MCI hastalarını düzenli olarak takip etmesi önemlidir.

© Svenskt Demenscentrum

Daha fazla bilgi ve Türkçe bilgi formları Svenskt Demenscentrum'un web sitesinde mevcuttur:  
[www.demenscentrum.se/tr](http://www.demenscentrum.se/tr)



Svenskt Demenscentrum

Svenskt Demenscentrum, Sveavägen 155, 113 46 Stockholm, (08) 690 5800, [info@demenscentrum.se](mailto:info@demenscentrum.se)

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