



DEMENS

- Fakta om demens
- Hjernens funktioner
- Gode råd til samtale og kommunikation





Hvad er demens

- En svækkelse af de kognitive funktioner
- Ændring i adfærd og personlighed
- Ændringer som giver tydelige problemer i hverdagen
- Ændringer som ikke skyldes forbigående uklarhed pga. anden sygdom

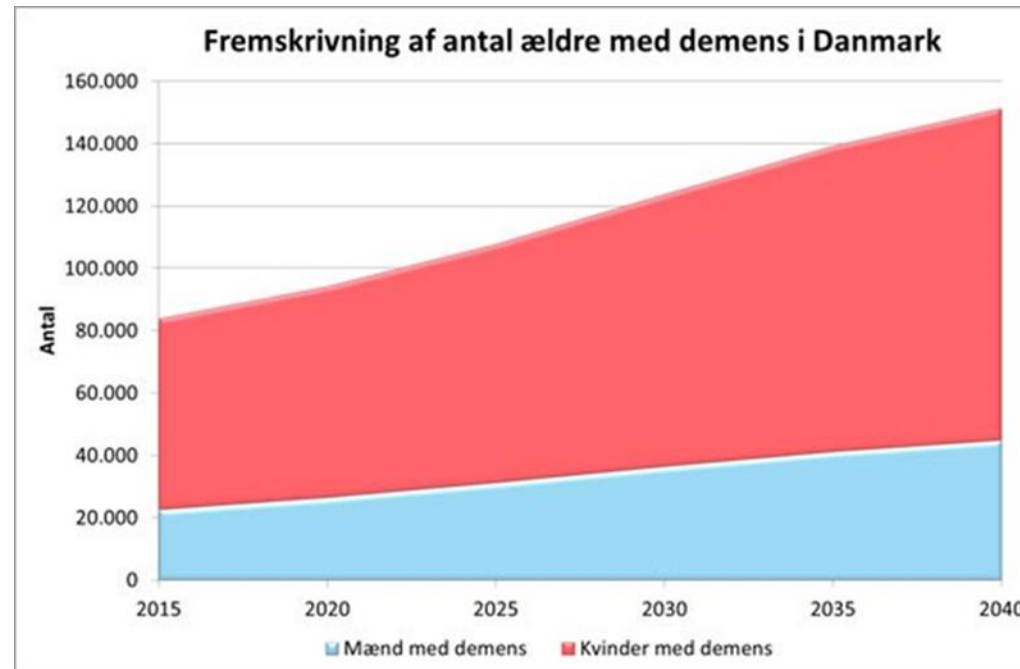


Fakta om demens

- Antal mennesker med demens i 2018 – ca. 88.000
 - Antal mennesker med demens i 2020 – ca. 94.265
 - Mennesker med demens under 65 år – ca. 3000
 - 15.000 nye tilfælde af demens konstateres hvert år.
-
- Demens er en dødelig sygdom og den fjerde hyppigste dødsårsag i Danmark.

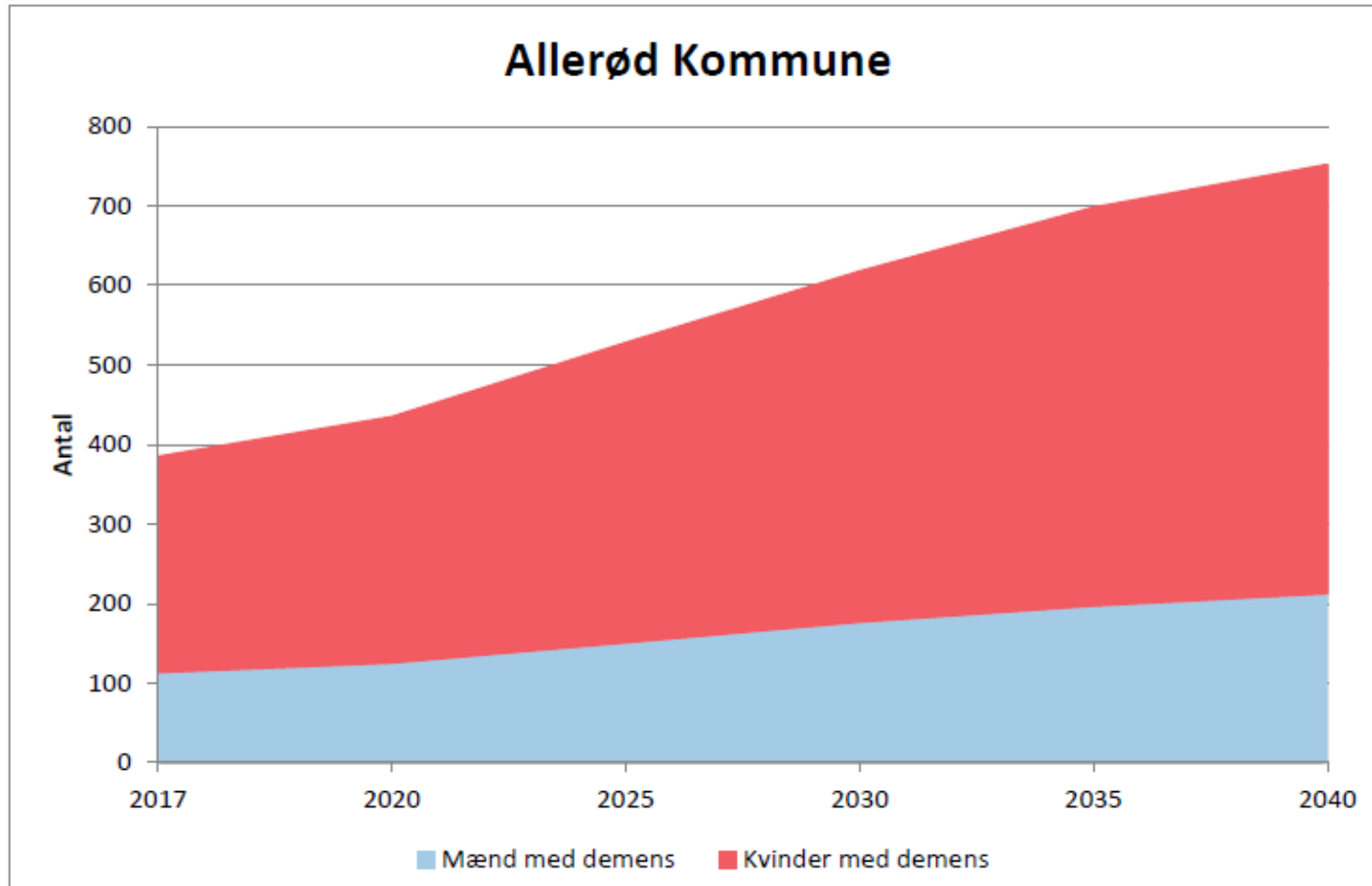


Perspektiver for fremtiden





Tal i Allerød





De 10 demenstegn

1. Glemsomhed
2. Besvær ved velkendte opgaver
3. Problemer med sproget
4. Tid og sted
5. Nedsat dømmekraft
6. Abstrakt tænkning
7. Lægger ting de forkerte steder
8. Ændring i humør og adfærd



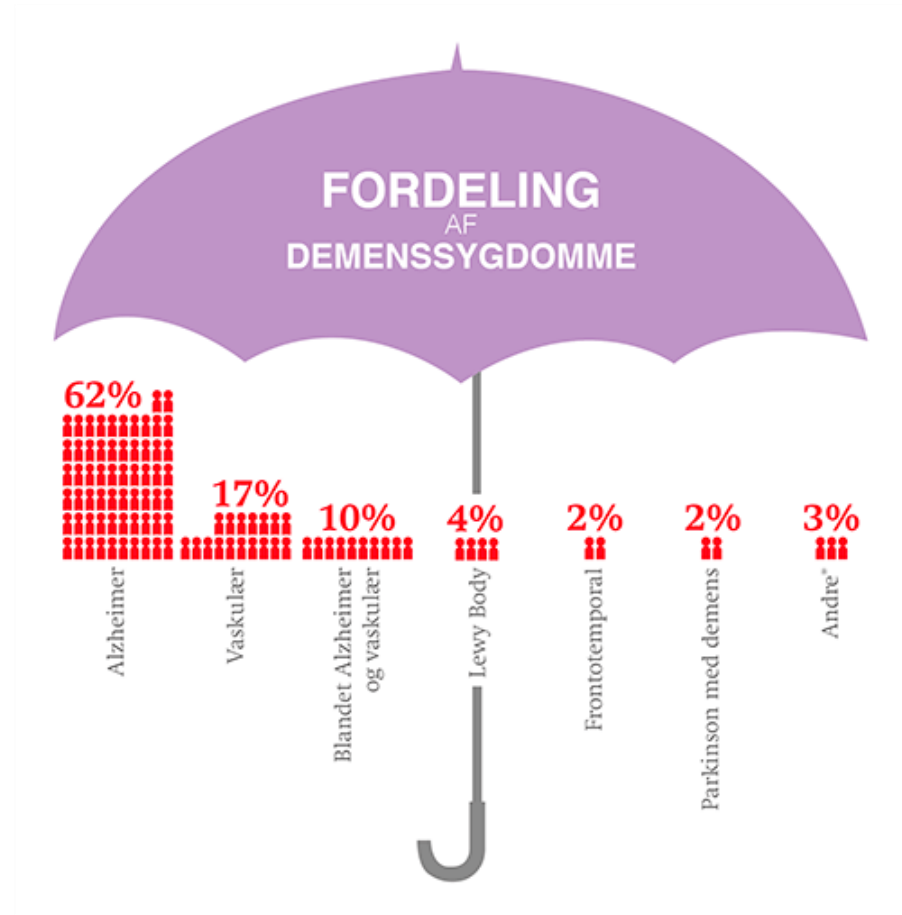
Allerød
Kommune

9. Ændringer i personligheden

10. Initiativ

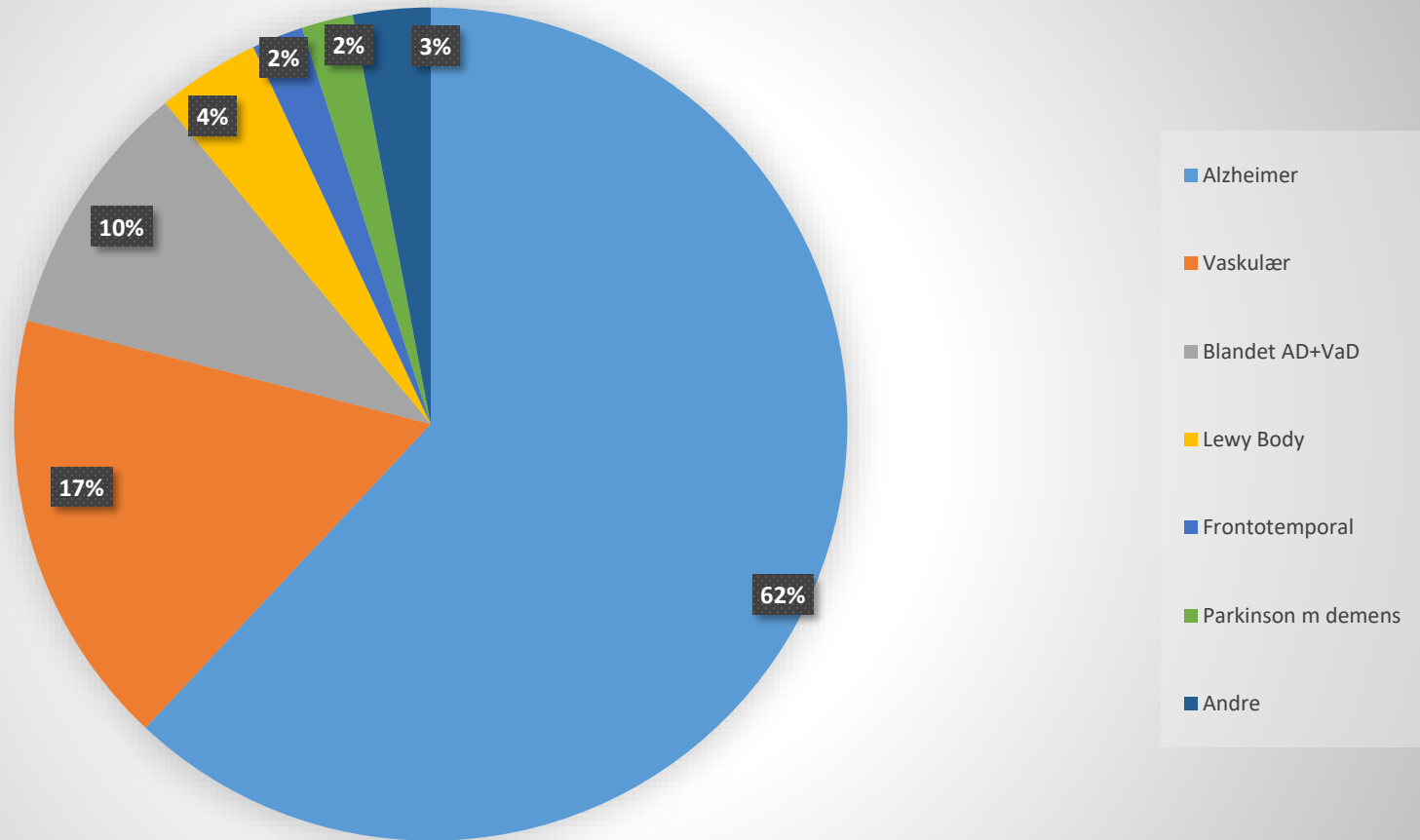


Demenssygdomme





Demenssygdomme



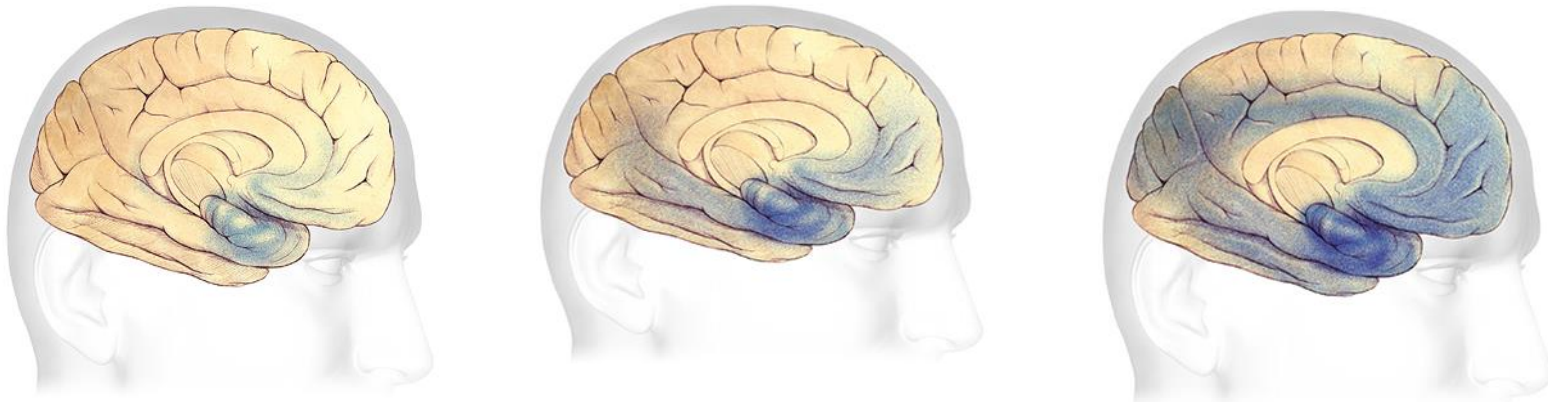


Alzheimers sygdom

- Hukommelsen svækkes
- Overblik og orientering svækkes
- Sproget påvirkes
- Manglende indsigt i egen situation
- Koncentrationen svækkes
- Initiativløshed, depressive symptomer
- Problemer med komplekse opgaver
- Synsopfattelses svigter



- Apati og irritabilitet tager til
- Påklædning og personlig hygiejne er mangelfuld
- Vrangforestillinger og hallucinationer





Vaskulær demens

- Hyppigst blodpropper i de små blodkar i hjernen
- Snigende debut
- Jævn forværring
- Ofte gangbesvær
- Nedsat tempo og overblik



Lewy Body Demens

- Snigende debut, gradvis progression
- Detaljerede synshallucinationer
- Natlig uro og livagtige drømme
- Langsomt tempo, nedsat mimik, lav stemme
- Svært ved at rejse sig, gangen er småtrippende og manglende medsving af armene



Frontotemporal demens

- Personlighedsændringer
 - Manglende overblik
 - Rastløshed
 - Går fra opgave til opgave
 - Apati
 - Manglende hæmninger
 - "pinlig"
 - Følelseskold
 - Uinteresseret
 - Sprogforstyrrelser



Hjernens funktioner

Sensorisk hjernebark: Tolker sanseoplevelser fra kroppen

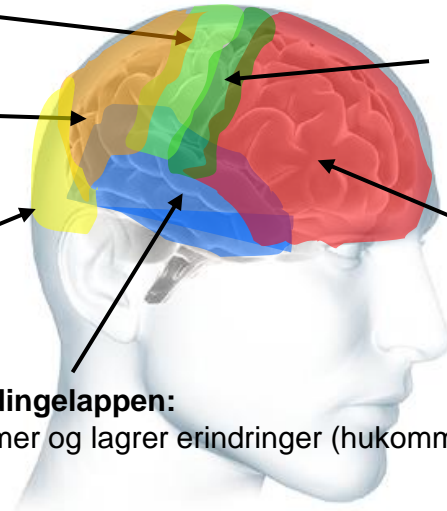
Isdelappen:
Skaber rumlig opfattelse
og bearbejder synsindtryk

Nakkelappen:
Tolker synsindtryk

Tindingelappen:
Former og lagrer erindringer (hukommelse)

Motorisk hjernebark:
Styrer frivillige bevægelser

Pandelappen:
Skaber tanker, løser problemer
og laver planer. "Personligheden"





Kognitive funktioner

- Huske
- Genkende og forstå sanseindtryk og have rumlig orientering
- Udføre tillærte handlinger og praktiske færdigheder
- Forstå og udtrykke sig ved tale
- Tænke og problemløse
- Fastholde koncentration og opmærksomhed



Hukommelse

- Korttidshukommelsen – arbejdshukommelsen
- Langtidshukommelse
- Eksplicit hukommelse
- Implicit hukommelse



Sprog

- Svært ved at finde ordene – særligt navneord
- Fattigt og unuanceret sprog
- Bruger forkerte ord, kalder ting noget forkert
- Har svært ved at udtale ordene rigtigt



Abstrakt tænkning

- Svært ved at forestille sig eller forholde sig til ting som ikke er her og nu
- Svært ved at forstå og benytte ord i deres overførte betydning



Overblik og koncentration

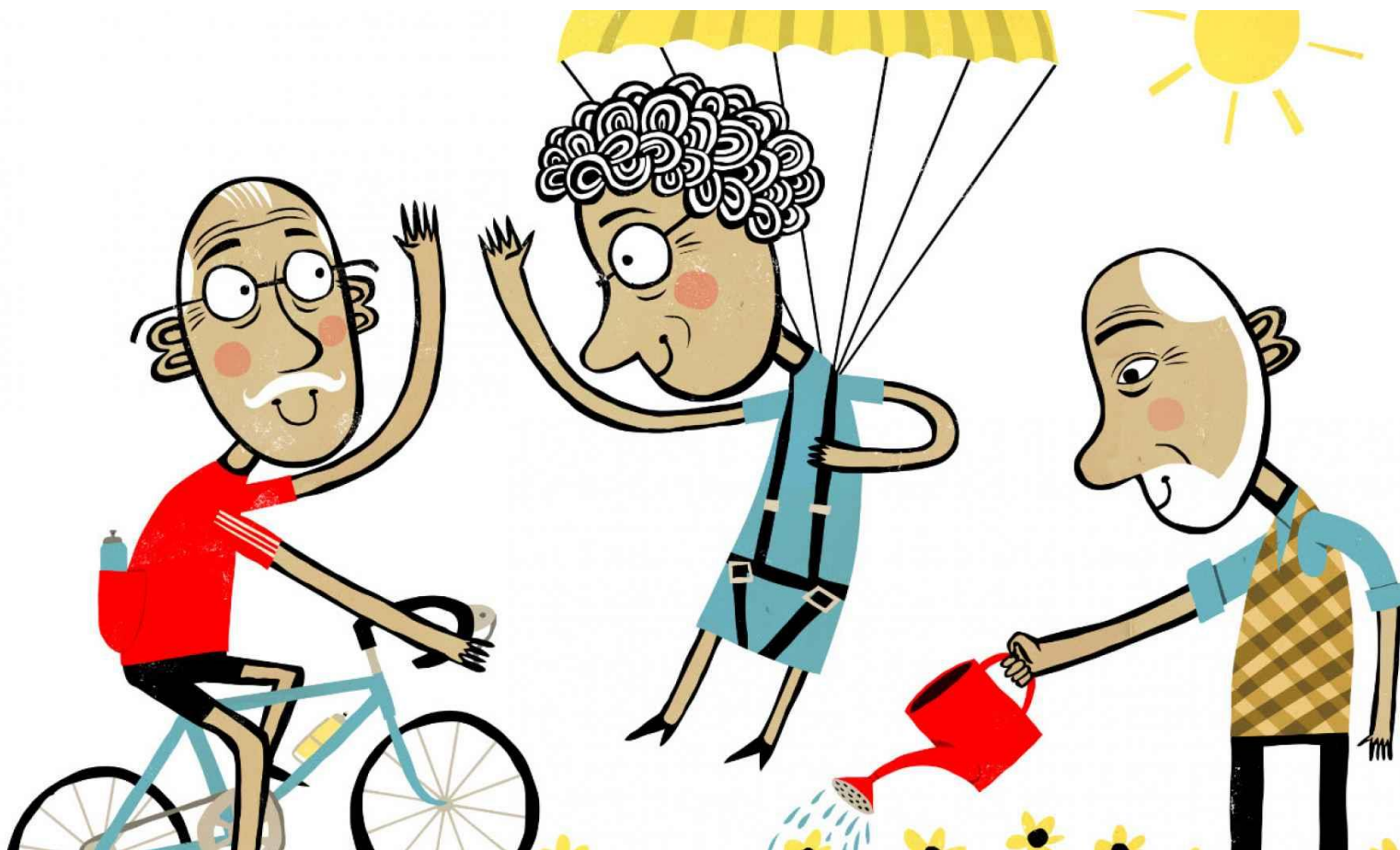
- Svært ved at holde overblik
- Problemer med at udføre flere opgaver samtidig
- Mentalt tempo er nedsat
- Svært ved at se bort fra irrelevante stimuli



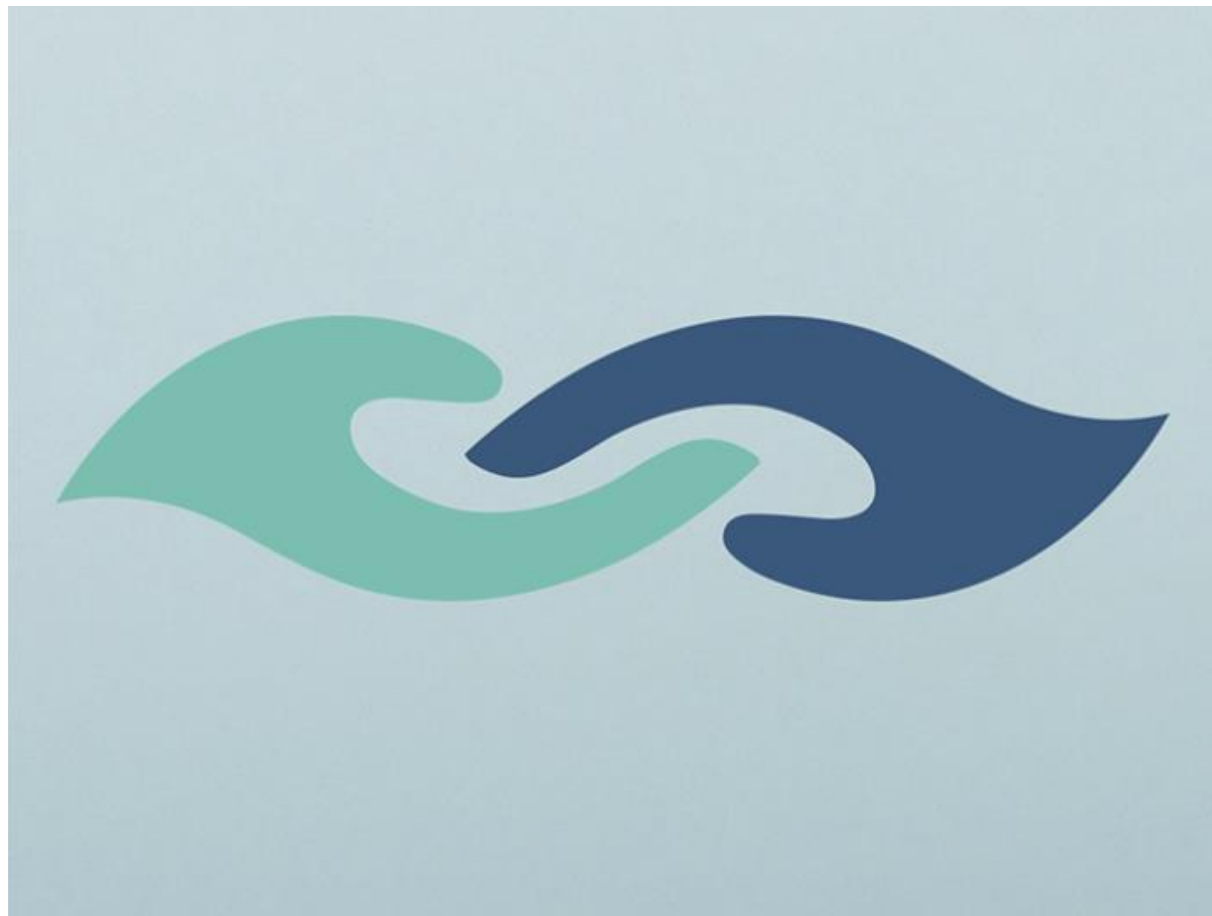


Allerød
Kommune

Livet skal leves – også med demens!



Demensvenligt Allerød





Tre gode råd

- Tag kontakt – smil og vær imødekommende
- Tal tydeligt – stil et spørgsmål af gangen
- Vær tålmodig – sæt tempoet ned og hjælp gerne på vej

Nedsæt risikoen for demens

- Hold hjernen aktiv – lær nyt og hold dig i gang hele livet
- Vær social – dyrk oplevelser og gode grin med familie og venner
- Bevæg dig – motion er godt for hjernen
- Drop tobakken, drik mindre alkohol og spis sundt
- Kontroller blodsukker, kolesteroltal og blodtryk