

DEMENTIAN DIAGNOSOINTI

FINNISH | ENGLISH

Tämä tietolehtinen sisältää tietoa demensian ensioireista ja miten se diagnosoidaan. Sairauden varhainen ja oikea diagnoosi on erityisen tärkeää.

Mitkä ovat demensian ensioireet?

Koska demensiaa aiheuttavat sairaudet kehittyvät vähitellen, sen varhaiset merkit voivat olla hyvin salakavalia ja jäädä usein huomaamatta. Varhaisten oireiden laatu riippuu myös demensiatyypistä ja vaihtelee suuresti henkilöiden välillä.

Yleisiä demensian varhaisia oireita:

- Muistihäiriöt, erityisesti viimeaikaisten tapahtumien muistamisessa
- Lisääntyvä sekavuus
- Alentunut keskittymiskyky
- Personallisuuden tai käytöksen muutokset
- Apatia ja syrjäänvetäytyneisyys tai masennus
- Päivittäisistä toiminnoista selviytyminen heikkenee

Joskus ihmiset eivät ymmärrä, että nämä oireet ovat merkki siitä, että jotakin on vialla. He saattavat luulla, että oireiden mukainen käytös kuuluu normaaliin vanhenemiseen. Oireet voivat myös kehittyä hitaasti ja jäädä huomaamatta pitkään. Joskus ihmiset voivat olla haluttomia toimimaan, vaikka he tietävät, että jotakin on vialla.

Näiden aivomuutosten olennainen luonne voi merkitä oireita kokevalle henkilölle sitä, ettei hän kykene tiedostamaan tapahtuvia muutoksia.

Varoitusmerkit

Alla on lista demensian yleisistä oireista. Käy lista läpi, ja rastita havaittavissa olevat oireet. Mikäli rasteja on useampi, on syytä varata aika lääkärille perusteellisia tutkimuksia varten.

Päivittäistä toimintaa haittaavat muistikatkokset

On täysin normaalia, että ajoittain unohtaa sovitut tapaamiset ja muistaa ne myöhemmin. Demensiaa sairastava unohtaa asioita useammin tai ei muista niitä ollenkaan.

Tuttujen toimintojen vaikeutuminen

Ajoittain kuka tahansa meistä voi olla muissa ajatuksissa ja unohtaa tarjoilla osan ateriansa. Demensiaa sairastavalla voi olla ongelmia jokaisessa ruonvalmistuksen vaiheessa.

Ajan- ja paikantajun hämärtyminen

Demensiaa sairastavalle tutun paikan löytäminen saattaa olla vaikeaa, tai he eivät tunnu tietävän missä ovat tai he kuvittelevat olevansa takaisin menneen elämänsä jossain hetkessä.

Ongelmat kielellisissä kyvyissä

Oikean sanan löytäminen voi olla joskus vaikeaa jokaiselle mutta demensiaa sairastava henkilö saattaa unohtaa yksinkertaiset sanat tai korvata ne sopimattomilla sanoilla, minkä vuoksi heitä on vaikea ymmärtää. Myös heillä voi olla vaikeuksia ymmärtää muita.

Abstraktin ajattelun vaikeutuminen

Raha-asioiden hoitaminen voi olla ongelmallista kenelle tahansa mutta demensiaa sairastavalle voi olla vaikeaa ymmärtää, mitä numerot merkitsevät, saati sitten tietää, miten niiden kanssa tulisi toimia.

Heikko tai alentunut harkintakyky

Monet toiminnot vaativat hyvää harkintakykyä. Kun demensia on heikentänyt harkintakykyä, henkilöllä voi olla vaikeuksia tehdä asianmukaisia päätöksiä, esimerkiksi, mitä pukea päälle kylmällä ilmalla.

Vaikeuksia tilan hahmottamiskyvyssä

Demensiaa sairastavan voi olla vaikea autoa ajaessaan arvioida etäisyyttä tai suuntaa.

Tavaroiden laittaminen väärään paikkaan

Jokainen meistä joutuu joskus etsimään lompakkoaan tai avaimiaan hiukan kauemmin. Demensiaa sairastava taas saattaa laittaa tavaroita täysin sopimattomiin paikkoihin.

Mielialan, persoonallisuuden tai käytöksen muutokset

Me kaikki olemme joskus huonolla tuulella tai allapäin. Demensiaa sairastavan mieliala sen sijaan saattaa vaihdella nopeasti, ilman mitään havaittavissa olevaa syytä. He saattavat muuttua sekaviksi, epäluuloisiksi tai sulkeutuneeksi. Jotkut voivat tulla estottomaksi tai seurallisemmaksi.

Aloitekyvyn katoaminen

On normaalia kyllästyä joihinkin asioihin ajan myötä. Demensia saattaa aiheuttaa sen sijaan sen, että henkilö menettää kiinnostuksen aktiviteetteihin, joista hän ennen nautti.

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

Ehkä kyseessä ei ole dementia

Muista, että monilla sairauksilla on dementiaa muistuttavia oireita, joten pelkkien oireiden perusteella ei voida päätellä, että joku sairastaa dementiaa. Aivohalvaus, masennus, alkoholismi, tietyt tulehdukset, hormonaaliset häiriöt, ravinnepuutostilat ja aivokasvaimet voivat kaikki aiheuttaa dementiaa muistuttavia oireita. Monet näistä sairauksista ovat hoidettavissa.

Oikea diagnosointi on tärkeää

On ratkaisevan tärkeää, että lääketieteellistä apua haetaan varhaisessa vaiheessa. Dementian voi diagnosoida vain lääketieteen ammattilainen. Täydellisen lääketieteellisen tutkimuksen avulla voidaan todeta hoidettavissa oleva sairaus ja taata sen oikea hoito tai se saattaa varmistaa, että kyseessä on dementia.

Tutkimukseen voi sisältyä seuraavaa:

- Terveydentilaa ja terveystaustaa koskevat tiedot - lääkäri selvittää haastatteleamalla aiemmat ja nykyiset terveysongelmat, lähisukulaisten terveystiedot, mitä lääkkeitä henkilö käyttää ja huolta aiheuttavat muutokset muistissa, ajattelussa ja käytöksessä. Lääkäri voi myös haluta keskustella läheisen perheenjäsenen kanssa, joka voi auttaa kaiken tarvittavan tiedon saannissa.
- Lääkärintarkastus - se voi sisältää aisti- ja liiketoimintoja sekä sydämen ja keuhkojen toimintaa koskevia testejä, jotta voidaan sulkea pois muut sairaudet.
- Laboratoriokokeet - tähän kuuluvat erilaiset veri- ja virtsakokeet, jotta voidaan löytää mahdolliset sairaudet, jotka jossain tapauksissa voivat olla oireiden syynä. Jossain tapauksissa voidaan myös ottaa selkäydinnesteenäyte tutkimuksia varten.
- Neuropsykologinen tai kognitiivinen testaaminen - monia testejä käytetään arvioitaessa ajattelukykyä, johon luetaan mukaan muisti, kielelliset kyvyt, keskittymiskyky ja ongelmanratkaisukyky. Näiden avulla voidaan tunnistaa erityiset ongelma-alueet, joka puolestaan auttaa tunnistamaan dementian perussyyn tai muodon.
- Aivojen kuvantaminen - tietyillä kuvantamismenetelmillä voidaan tutkia aivojen rakennetta ja tämän avulla voidaan sulkea pois aivokasvaimet tai aivoveritulpat oireiden aiheuttajina ja selvittää aivokudoksen vaurioitumiskohdat, joka auttaa tunnistamaan erityyppiset dementiat. Muilla kuvauksilla voidaan katsoa, kuinka aktiivisia tietyt aivojen osat ovat ja ne voivat myös auttaa tunnistamaan dementian muodon.

- Psykiatrinen tutkimus - tehdään hoidettavissa olevien sairauksien, kuten masennuksen, tunnistamiseksi ja dementian yhteydessä ilmenevien oireiden, kuten ahdistuneisuuden tai vainoharhaisuuden hoitamiseksi.

Mistä aloittaa

Diagnosointi on parasta aloittaa ottamalla yhteys lääkäriin, joka voi tutkittuaan oireet ja määrättyään tarvittavat testit tehdä alustavan diagnoosin ja joka ihannetapauksessa antaa potilaalle lähetteen erikoislääkärille, kuten esimerkiksi neurologille, geriatrialle tai psykiatrilille.

Joillekin lääkärillä käynti on vastenmielinen ajatus. Joskus ihmiset eivät tiedosta, että heillä on jotain vialla, koska dementiaan liittyvät aivomuutokset vaikeuttavat tapahtuvien muutosten havaitsemista tai tiedostamista. Joissakin tapauksissa käsityskyky on vielä tallella, mutta omien epäilysten varmistuminen pelottaa. Yksi parhaista tavoista tämän ongelman ratkaisemiseksi on löytää muu syy lääkärissä käynnille. Mahdollisiksi syiksi sopivat esimerkiksi verenpaineen tarkistus tai pitkäaikaisen sairauden tai lääkityksen tarkistaminen. Toinen tapa on ehdottaa, että olisi aika meidän kummankin mennä terveystarkastukseen. Rauhallinen asennoituminen voi tässä tilanteessa auttaa voittamaan henkilön huolet ja pelot.

Mikäli potilas yhä kieltäytyy käymästä lääkärissä:

- Pyydä neuvoa henkilön lääkäriltä.
- Ota yhteys hoitotarpeenarvointitiimiin Aged Care Assessment Team, (ACAT) lisätietoja saatavilla My Aged Care-verkkosivuilla tai palvelunumerosta **1800 200 422**.
- Soita kansalliseen dementianeuvontaan **1800 100 500**.

Jos sinusta tuntuu, ettei lääkärisi ota huoliasi vakavasti, harkitse toiselle lääkärille menemistä.

Jos haluat yksityiskohtaisempaa tietoa dementian varhaisista oireista ja hakeutumisesta lääkäriin avun saamiseksi, tulosta kirjanen *"Huolissasi muististasi"* Alzheimer's Australia verkkosivuilta tai tilaa se soittamalla kansalliseen dementianeuvontaan.

LISÄTIETOJA

Alzheimer's Australia tarjoaa tukea, tietoa, koulutusta ja neuvontaa. Soita koko maan kattavaan dementianeuvontaan, puhelinnumerossa **1800 100 500** tai käy verkkosivuillemme osoitteessa fightdementia.org.au



Jos tarvitset tulkin apua, soita käännös- ja tulkkipalveluun (Translating and Interpreting Service), puhelinnumerossa **131 450**

DIAGNOSING DEMENTIA

This Help Sheet provides information about the early signs of dementia, the techniques used to diagnose dementia and the importance of an early and correct diagnosis.

What are the early signs of dementia?

Because the diseases that cause dementia develop gradually, the early signs may be very subtle and not immediately obvious. Early symptoms also depend on the type of dementia and vary a great deal from person to person.

Common early symptoms include:

- Memory problems, particularly remembering recent events
- Increasing confusion
- Reduced concentration
- Personality or behaviour changes
- Apathy and withdrawal or depression
- Loss of ability to do everyday tasks

Sometimes people fail to recognise that these symptoms indicate that something is wrong. They may mistakenly assume that such behaviour is a normal part of ageing, or symptoms may develop so gradually they go unnoticed for a long time. Sometimes people may be reluctant to act even when they know something is wrong.

For the person experiencing the symptoms, the very nature of these changes within the brain may mean that the person is unable to recognise that there are changes.

Warning signs

This is a checklist of common symptoms of dementia. Go through the list and tick any symptoms that are present. If there are several ticks, consult a doctor for a complete assessment.

Memory loss that affects day-to-day function

It's normal to occasionally forget appointments and remember them later. A person with dementia may forget things more often or not remember them at all.

Difficulty performing familiar tasks

People can get distracted and they may forget to serve part of a meal. A person with dementia may have trouble with all the steps involved in preparing a meal.

Disorientation to time and place

A person with dementia may have difficulty finding their way to a familiar place, or feel confused about where they are, or think they are back in some past time of their life.

Problems with language

Everyone has trouble finding the right word sometimes, but a person with dementia may forget simple words or substitute inappropriate words, making them difficult to understand. They might also have trouble understanding others.

Problems with abstract thinking

Managing finances can be difficult for anyone, but a person with dementia may have trouble knowing what the numbers mean or what to do with them.

Poor or decreased judgement

Many activities require good judgement. When this ability is affected by dementia, the person may have difficulty making appropriate decisions, such as what to wear in cold weather.

Problems with spatial skills

A person with dementia may have difficulty judging distance or direction when driving a car.

Problems misplacing things

Anyone can temporarily misplace a wallet or keys. A person with dementia may often put things in inappropriate places.

Changes in mood, personality or behaviour

Everyone becomes sad or moody from time to time. Someone with dementia can exhibit rapid mood swings for no apparent reason. They can become confused, suspicious or withdrawn. Some can become disinhibited or more outgoing.

A loss of initiative

It's normal to tire of some activities. However, dementia may cause a person to lose interest in previously enjoyed activities.

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

It may not be dementia

Remember that many conditions have symptoms similar to dementia, so do not assume that someone has dementia just because some of the above symptoms are present. Strokes, depression, alcoholism, infections, hormone disorders, nutritional deficiencies and brain tumours can all cause dementia-like symptoms. Many of these conditions can be treated.

A correct diagnosis is important

Consulting a doctor at an early stage is critical. Only a medical practitioner can diagnose dementia. A complete medical assessment may identify a treatable condition and ensure that it is treated correctly, or it might confirm the presence of dementia.

An assessment may include the following:

- Medical history – the doctor will ask about past and current medical problems, family medical history, any medications being taken, and the problems with memory, thinking or behaviour that are causing concern. The doctor may also wish to speak to a close family member who can help provide all the necessary information.
- Physical examination – this may include tests of the senses and movement function, as well as heart and lung function, to help rule out other conditions.
- Laboratory tests – will include a variety of blood and urine tests to identify any possible illness which could be responsible for the symptoms. In some cases, a small sample of spinal fluid may be collected for testing.
- Neuropsychological or cognitive testing – a variety of tests are used to assess thinking abilities including memory, language, attention and problem solving. This can help identify specific problem areas, which in turn helps identify the underlying cause or the type of dementia.
- Brain imaging – there are certain scans that look at the structure of the brain and are used to rule out brain tumours or blood clots in the brain as the reason for symptoms, and to detect patterns of brain tissue loss that can differentiate between different types of dementia. Other scans look at how active certain parts of the brain are and can also help discriminate the type of dementia.
- Psychiatric assessment – to identify treatable disorders such as depression, and to manage any psychiatric symptoms such as anxiety or delusions which may occur alongside dementia

Where to begin

The best place to start is with the person's doctor. After considering the symptoms and ordering screening tests, the doctor may offer a preliminary diagnosis and will, ideally, refer the person to a medical specialist such as a neurologist, geriatrician or psychiatrist.

Some people may be resistant to the idea of visiting a doctor. Sometimes people do not realise that there is anything wrong with them because the brain changes that occur with dementia interfere with the ability to recognise or appreciate the changes occurring. Others, who do have insight into their condition, may be afraid of having their fears confirmed. One of the best ways to overcome this problem is to find another reason to visit the doctor. Perhaps suggest a blood pressure check or a review of a long-term condition or medication. Another way is to suggest that it is time for both of you to have a physical check-up. A calm attitude at this time can help overcome the person's worries and fears.

If the person still will not visit the doctor:

- Talk to the person's doctor for advice
- Contact your local Aged Care Assessment Team (ACAT) via My Aged Care on **1800 200 422** for information
- Call the National Dementia Helpline on **1800 100 500**

If you feel your doctor is not taking your concerns seriously, consider seeking a second opinion.

For more detailed information about the early signs of dementia and seeking help from a doctor, download the *Worried About Your Memory?* booklet from the Alzheimer's Australia website or call the National Dementia Helpline to order a copy.

FURTHER INFORMATION

Alzheimer's Australia offers support, information, education and counselling. Contact the National Dementia Helpline on **1800 100 500**, or visit our website at fightdementia.org.au



Interpreter

For language assistance phone the Translating and Interpreting Service on **131 450**