



Muistisairaudet

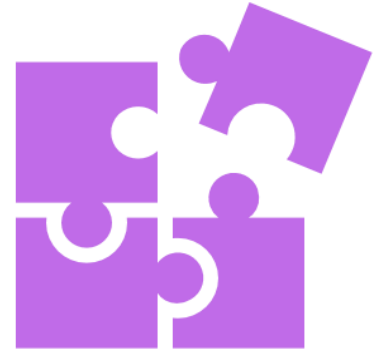
Riina Lindström

Tänään teet samalla muistiinpanoja luennolla.

- Muistiinpanot palautetaan Pedanetiin niille tarkoitettuun kansioon tunnin päätteeksi.
- 1. Avaa word tai ota paperi, jolle kirjoitat.
- 2. Tarvitset nettiä tiedon etsintään.
- 3. Dioille ilmestyy kysymyksiä, joihin vastaamiseen saat aikaa tunnilla. Numeroi vastauksesi.
- 4. Kirjaa ylös käyttämäsi lähteet.
- 5. Voit käyttää:
 - Käypä Hoito: <https://www.kaypahoito.fi/hoi50044#s17>
 - Muistiliitto: <https://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/muistihairiot-ja-sairaudet>
 - THL: <https://thl.fi/fi/web/kansantaudit/muistisairaudet>

1. Mitä tarkoittaa muistisairaus?

Mikä on muistisairaus?



= sairautta, joka heikentää

- muistia
- tiedonkäsittelyä
- muita ajatustoimintoja (kognitiota).
- Ko.toimintojen heikentymisestä käytetään dementia.

2. Selvitä, mitä tarkoittaa ADL- ja IADL-toiminnot.

3. Mitkä ovat 4 yleisintä etenevää muistisairautta?

- **Dementia ei kuitenkaan ole erillinen sairaus, vaan taustalla olevasta muistisairaudesta johtuva tila, jossa muisti ja tiedonkäsittely ovat heikentyneet niin paljon, että haittaa ADL-toiminnoista selviytymistä.**

Muistisairaudet oireet ovat moninaisia

4. Millaisia oireita muistisairauksissa esiintyy? Mainitse ainakin 6 oiretta.



- Sairauden yksilölliseen etenemiseen ja oireistoon vaikuttaa mm.:
- sairastuneen peruspersoonallisuus
- sairastuneen eletty elämä kaikkine kokemuksineen, tunteineen ja totuttuine tapoineen
- muistisairauden diagnoosi (kukin vaikuttaa eri kohdissa ja eri tavoin aivoihin)
- muistisairauden vaikeusaste
- kipu, matala verenpaine, väsymys tai muu epämukavuus
- toisen ihmisen (kielteinen) suhtautuminen sairastuneeseen
- haasteet sairauteen sopeutumisessa
- turvallisuuden tunne, ärsykkeiden määrä ja ympäristön rauhallisuus/levottomuus sekä
- hoidon ja kuntoutuksen vastaaminen yksilöllisiin tarpeisiin.
- Kun puhutaan ns. käytösoireista, tarkoitetaan mm. seuraavaa:
- Masennus
- Apatia
- Levottomuus
- Ahdistuneisuus
- Vaeltelu
- Harhaisuus
- Persoonallisuuden muuttuminen
- Uni- ja valverytmin häiriöt

Muistisairaudet

- Etenevät muistisairaudet rappeuttavat aivoja ja heikentävät laajalaisesti toimintakykyä.
- Muistisairaudet ovat yleisempiä iäkkäillä ihmisillä.
- Edetessään etenevät muistisairaudet johtavat dementiaoireyhtymään.
- **YLEISIMMÄT ETENEVÄT MUISTISAIRAUDET OVAT:**
 - Alzheimerin tauti (n. 60–70 %)
 - verisuoniperäinen muistisairaus (n. 15–20 %)
 - kahden edellä mainitun yhdistelmä (ns. sekamuoto)
 - Lewyn kappale -tauti
 - otsa-ohimolohkorappeumasta johtuva muistisairaus
 - (Parkinsonin tautiin ja MS-tautiin voi liittyä tiedonkäsittelyn vaikeuksia, kuten muistin heikkenemistä.)



Milloin on kyse muistisairaudesta?



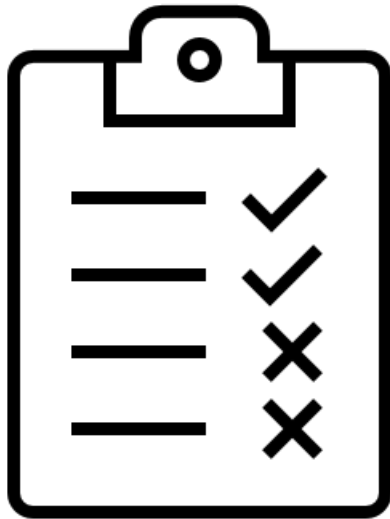
- Muistiin ja ajattelutoimintoihin liittyvät lievät heikentymiset ovat ikääntyneillä normaaleita.
- Jos ongelmat ovat tavanomaista suurempia (ei selviä päivittäisistä toiminnoista), voi kyse olla etenevästä muistisairaudesta.
- Merkittävä osa muistisairauksista jää edelleen diagnosoimatta.

Diagnostiikka 1/2

- Muistisairauksien taudinmääritys ja hoidon arviointi edellyttävät erityisosaamista ja kokemusta.
- Tutkimukset ja hoidon seuranta keskitetään asiaan erityisesti perehtyneisiin hoitopaikkoihin (esim. alueellinen muistipoliklinikka)
- Jos todetaan viitteitä etenevästä muistisairaudesta eikä diagnoosia vielä voida tehdä, potilasta tulee seurata säännöllisesti 6–12 kuukauden välein.

5. Mitä ovat MMSE ja CERAD? Mihin niitä käytetään? Millaisia asioita niissä kysytään (kerro muutamia esimerkkejä)?

Diagnostiikka 2/2



- Haastattelut, omaisten haastattelut
- Testit (esim. MMSE, CERAD, mieliala, toimintakyky-testit)
- Aivokuvantaminen
- Labrat
- Pääosin DG perustuu kliiniseen kuvaan

Muistisairauksien lääkehoito

- Tällä hetkellä eteneviin muistisairauksiin ei ole parantavaa hoitoa.
- Oireita lievittäviä lääkkeitä:
 - asetyylikoniiniesteraasientsyymien estäjät donepetsiili, galantamiini ja rivastigmiini
 - glutamaatin NMDA-reseptorin estäjä memantiini.

6. Kuinka nopeasti lääkevaste ilmenee? Miten seuraat lääkehoidon vaikuttavuutta muistisairaalla?

7. Mitkä ovat AKE:n estäjien tavallisimpia haittavaikutuksia? Entä memantiinin?

Lääkkeettömän hoitokeinot



Esim. ravitsemuksella, liikunnalla ja älyllisellä ja sosiaalisella aktiivisuudella vaikuttaa olevan monia positiivisia vaikutuksia myös henkilöille, joilla on jo muistisairaus.



Lääkkeettömät keinot ovat ensisijaisia useimpien käytösoireiden hoidossa. Tutkimusten mukaan ainakin musiikkiterapia, ryhmätoiminta ja omaisiin tai hoitohenkilökuntaan kohdistuvat, kommunikaatiota ja potilaskeskeistä hoitoa edistävät interventiot ovat tehokkaita muistisairauksiin liittyvien käytösoireiden hoidossa

Muistisairauksen ehkäiseminen

- Aivojen käyttäminen koko iän (esim opiskelu)
- Pään suojaaminen vammoilta
- Monipuolinen ruokavalio, reippaasti kasvikunnan tuotteita
- Liikunta
- Sydän- ja verisuonisairauksien ehkäisy ja hoito
- Toimivat sosiaaliset suhteet
- Runsaan alkoholin käytön välttäminen

8. Valitse yksi näistä muistisairauksia ennaltaehkäisevistä tekijöistä ja selvitä, millaista tietoa sen ehkäisevästä vaikutuksesta löytyy.

Afasia, tunnistamisen häiriö, apraksia ja toiminnanohjauksen vaikeudet



- Kielellinen häiriö eli afasia aiheuttaa puheen tuottamisen ja ymmärtämisen vaikeuksia. Ei löydä oikeita sanoja tai ei saa sanottua, mitä tarkoittaa.



- Tunnistamisen häiriössä ei pysty esimerkiksi tunnistamaan tuttuja kasvoja tai esineitä.



- Apraksiassa eli liikesarjojen suorittamisen vaikeudessa haasteita suoriutua motorisista toiminnoista, vaikka kädet ja jalat periaatteessa toimivat normaalisti. Esim ei onnistu puketumaan/ riisuutumaan.



- Toiminnanohjauksen vaikeudet ilmenevät vaikeutena suunnitella toimintaa ja jäsentää kokonaisuuksia. Esim asiat jäävät kesken, toiminta epäloogista, monivaiheiset toiminnot eivät onnistu.

Muistisairaan kohtaaminen hoitotyössä

- Ymmärrä muistisairaan yksilöllisyys ja ymmärrä käytöstä
- Hanki tietoja muistisairaan elämänhistoriasta (mistä kotoisin, onko ollut lemmikkejä, oliko teillä lapsuuden kodissa hevosia tms.) -> muistele menneitä aikoja
- Kommunikoil luontevasti ja kohtaa aikuisena ihmisenä
- Hyväksy muistisairaan maailma ja kokemukset
- Ole kannustava, älä nosta esiin kyvyttömyyttä/ epäonnistumisia
- Tue ja anna positiivista palautetta
- Toimi selkeästi
- Anna tilaa



Aggressiivisen muistisairaahan kohtaaminen



- Usein muistisairaahan omanarvontunne heikkenee, turhautuminen voi purkautua esim aggressiivisuutena
- Muistisairas välttelee tilanteita, joissa pelkää epäonnistuvansa, ja puolustautuminen voi ilmetä aggressiivisuutena (esim. Kieltäytyy lähtemästä ulos)

9. Miten voit tukea muistisairaahan turvallisuuden tunnetta hoitajana?

Tehtävä

10. Kirjoita itsellesi lyhyet tiivistelmät seuraavista sairauksista:

- A. Alzheimerin tauti
- B. Aivoverenkiertosairauden aiheuttama muistisairaus
- C. Lewyn kappale -tauti
- D. Otsa-ohimolohkorappeumat