



Muistisairaudet

Riina Lindström

Tänään teet samalla muistiinpanoja luennolla.

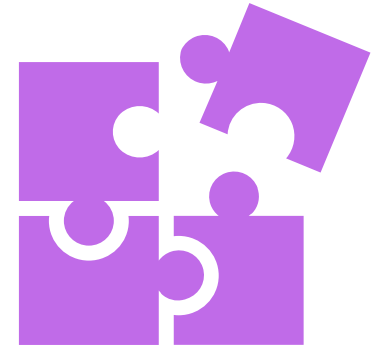
1. Avaa word tai ota paperi, jolle kirjoitat.
2. Tarvitset nettiä tiedon etsintään.
3. Dioille ilmestyy kysymyksiä, joihin vastaamiseen saat aikaa tunnilla. Numeroi vastauksesi.

4. Kirjaa ylös käyttämäsi lähteet.

1. Mitä tarkoittaa muistisairaus?

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>



Mikä on muistisairaus?

= sairautta, joka heikentää

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

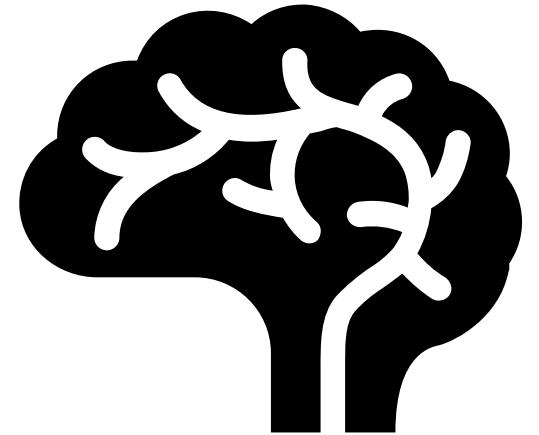
2. Selvitä, mitä tarkoittaa ADL- ja IADL-toiminnot.

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

- 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.

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.

Muistisairaudet oireet ovat moninaisia

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

- Lähimuistin heikkous
- Vaikeus oppia uusia asioita
- Työmuisti heikkenee, eikä onnistu pitää mielessä montaa asiaa kerralla (kuuluu normaaliin vanhenemiseen, että muistuttelulla unohdettu asia palaa mieleen, mutta muistisairaus ei muista edes avustettuna)
- Samojen tarinoiden ja kysymysten toistaminen
- Toiminnan ohjaus heikkenee
- Organisoitokyky heikkenee
- Masennus
- Käytöshäiriöt ->



KÄYTÖSOIREET:

- Estottomuus
- Impulssikontrollin häiriöt
- Apatia
- Levottomuus
- Ahdistuneisuus
- Vaeltelu
- Harhaisuus
- Persoonallisuuden muuttuminen
- Uni- ja valverytmin häiriöt



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)?

MMSE

MINI-MENTAL STATE EXAMINATION

POTILAS: _____ SYNTYMÄAIKA: _____

TUTKIJA: _____ PVM: _____

Seuraavassa esitän Teille erilaisia pieniä muistiin ja älyllisiin toimintoihin liittyviä kysymyksiä ja tehtäviä:

	Väärin	Oikein		Väärin	Oikein
1. Mikä vuosi nyt on?	0	1	13. Mitkä olivat ne kolme sanaa, jotka pyysin Teitä painamaan mieleenne? (Sanojen järjestyksellä ei ole merkitystä.)		
2. Mikä vuodenaika nyt on? (talvi = joulukuu, tammi, helmikuu kevät = maaliskuu, huhtikuu, toukokuu kesä = kesäkuu, heinäkuu, elokuu syksy = syyskuu, lokakuu, marraskuu; aina ± 1 vko)	0	1	PAITA RUUSU 0 1 RUSKEA tai PALLO 0 1 VILKAS AVAIN 0 1		
3. Monesko päivä tänään on? (± 1 pv)	0	1	14. Nyt kysyn Teiltä kahden esineen nimeä.		
4. Mikä viikonpäivä tänään on?	0	1	a) Mikä tämä on? – näytetään rannekelloa 0 1 b) Mikä tämä on? – näytetään lyijykynää 0 1		

CERAD

TEHTÄVÄ	Pistemäärä / enimmäispisteet	Pisteraja	Ei poikkeava / Poikkeava
1. Kielellinen sujuvuus		<16	E P
2. Nimeämistehtävä	/15	<12	E P
3. Mini-Mental State Examination	/30	<25	E P
4. Sanalistan oppiminen	1. ____ 2. ____ 3. ____		E P
Summa	/30	<17	
5. Kopiointitehtävä	/2 /3 /2 /4 II /11	-	-
6. Sanalistan viivästetty palautus (raakapisteet)	/10	<5	E P
7. Sanalistan viivästetty palautus (säilymisprosentti ¹⁾)	/100	<75	E P
8. Sanalistan tunnistaminen (raakapisteet)	K ____/10 E ____/10 Yhteensä: ____/20	-	-
9. Sanalistan tunnistaminen (tunnistamisprosentti ²⁾)	/100	<90	E P
10. Kokonaismuisti (tehtävät 6 +8)	/30	<23	E P
11. Kuvioden viivästetty mieleen palautus (säilymisprosentti ³⁾)	____/2 ____/3 ____/2 ____/4 II ____/11 : ____/100	<60	E P
12. Kellotaulun piirtäminen	____/6	<5	E P

¹⁾ raakapisteet suhteutettuna tehtävän 4 kolmannen kierroksen tulokseen ja muutettuna prosenteiksi²⁾ raakapisteet tehtävässä 8 muutettuna prosenteiksi³⁾ raakapisteet suhteutettuna tehtävän 5 raakapisteisiin ja muutettuna prosenteiksi

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
- Kommunikoi 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. Aivoverenkiertosaudon aiheuttama muistisairaus
- C. Lewyn kappale -tauti
- D. Otsa-ohimolohkorappeumat