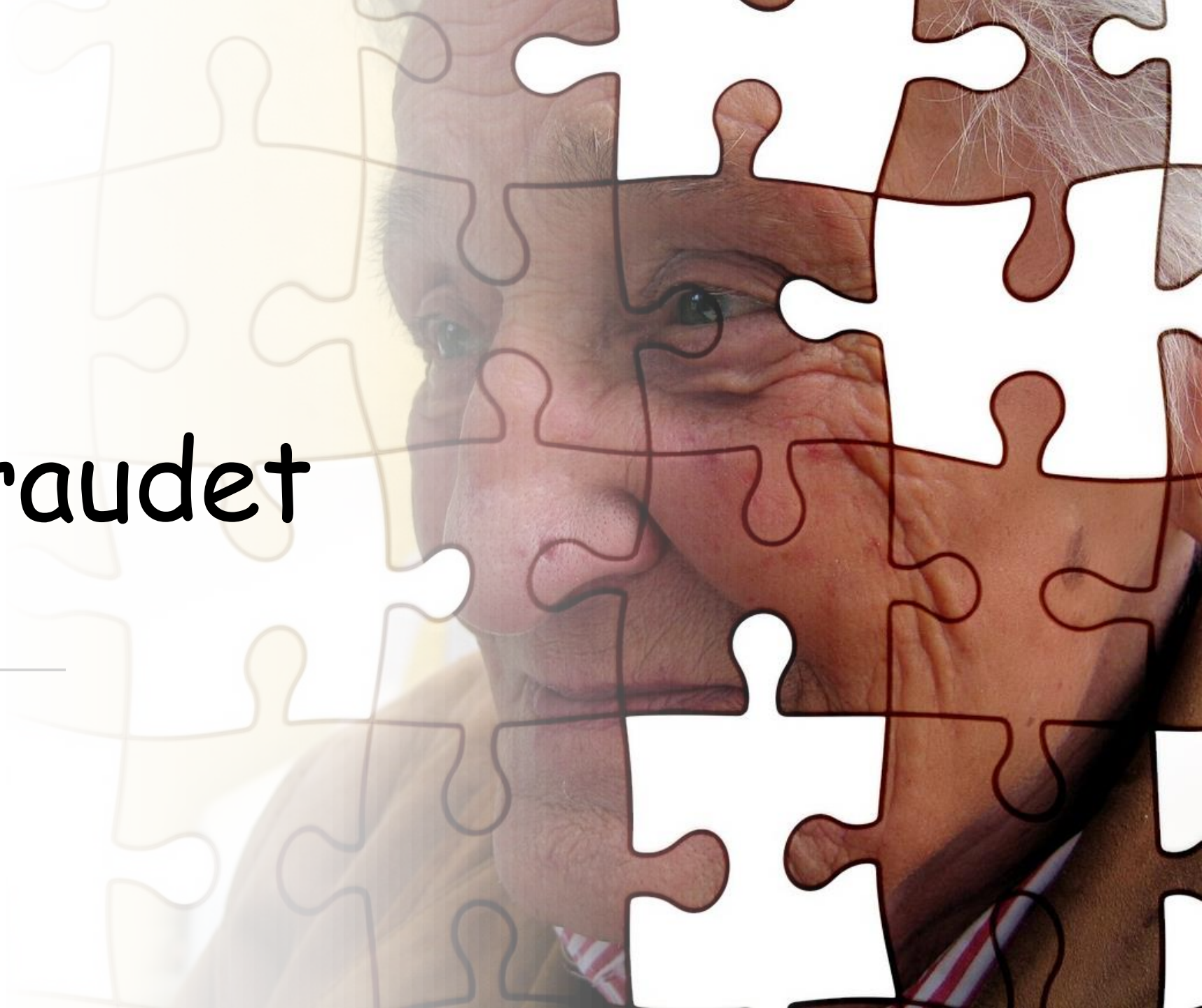




Muistisairaudet

Tuija Erämies





— Muistisairaus

- Heikentää sekä muistia että muita tiedonkäsittelyn alueita, kuten kielellisiä toimintoja, näönvaraista hahmottamista ja toiminnanohjausta
- Etenevät muistisairaudet johtavat useimmiten muistin ja tiedonkäsittelyn dementia-asteiseen heikentymiseen
- *Dementia*
 - Tarkoittaa useamman kuin yhden kognitiivisen toiminnon heikentymistä aikaisempaan suoritustasoon nähden siinä määrin, että se heikentää itsenäistä selviytymistä jokapäiväisissä toimissa, työssä tai sosiaalisissa suhteissa.
 - Dementia on oireyhtymä, ei erillinen sairaus

- Iän myötä muistisairaudet lisääntyvät

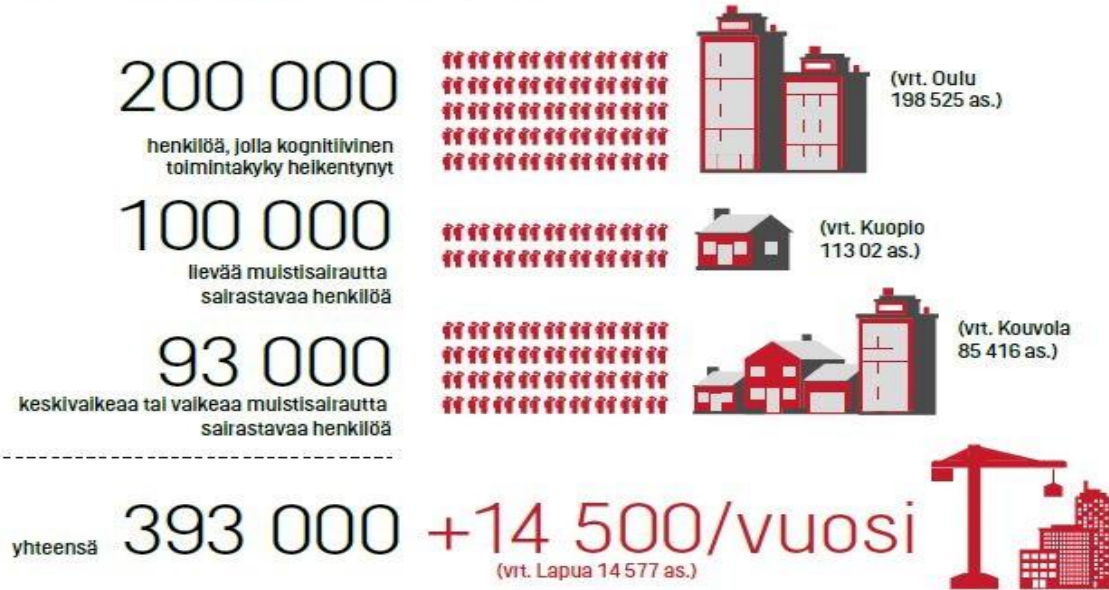
- Vuosittain 14 500 uutta sairastunutta
- Kaikkiaan sairastuneita on Suomessa jo arvioilta 193 000
 - 100 000 lievää muistisairautta ja 93 000 keskivaikeaa tai vaikeaa muistisairautta sairastavaa
- Arvioiden mukaan joka kolmas yli 65-vuotias ilmoittaa kärsivänsä muistioireista
- Työikäisillä on etenevä muistisairaus noin 7 000:lla
- Suomessa muistisairauksien hoidon välittömien kustannusten on arvioitu olevan lähes miljardi euroa, ja omaishoidon kustannuksen huomioiden jopa yli kaksi miljardia euroa



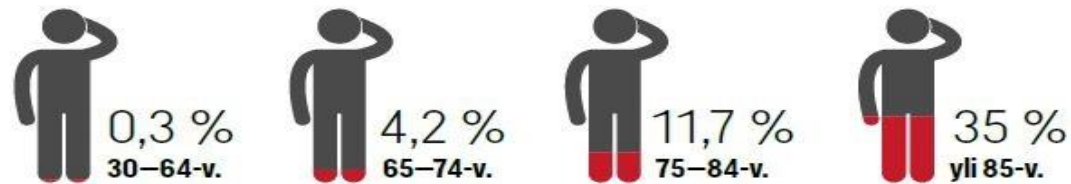
MUISTISAIRAUDET SUOMESSA

Lähteet:
Käypä hoito, muistisairaudet 2017
STM / kansallinen muistiohjelma 2012
Tilastokeskus 2016
THL / Vanhuspalvelulain kysely 2014

Muistisairaiden määrä



Muistisairaiden osuus ikäluokittain



Muisti-sairauksien riskimittari

Muuttuja (riskitekijä)

Pisteet

Ikä (v)	< 47	0
	47–53	3
	> 53	4
Koulutusaika (v)	≥ 10	0
	7–9	2
	0–6	3
Sukupuoli	Nainen	0
	Mies	1
Systolinen eli yläverenpaine (mmHg)	≤ 140	0
	≥ 140	2
Painoindeksi (kg/m ²)	≤ 30	0
	≥ 30	2
Kokonaiskolesteroliarvo (mmol/l)	≤ 6.5	0
	≥ 6.5	2
Liikunta	Aktiivinen	0
	Ei-aktiivinen	1

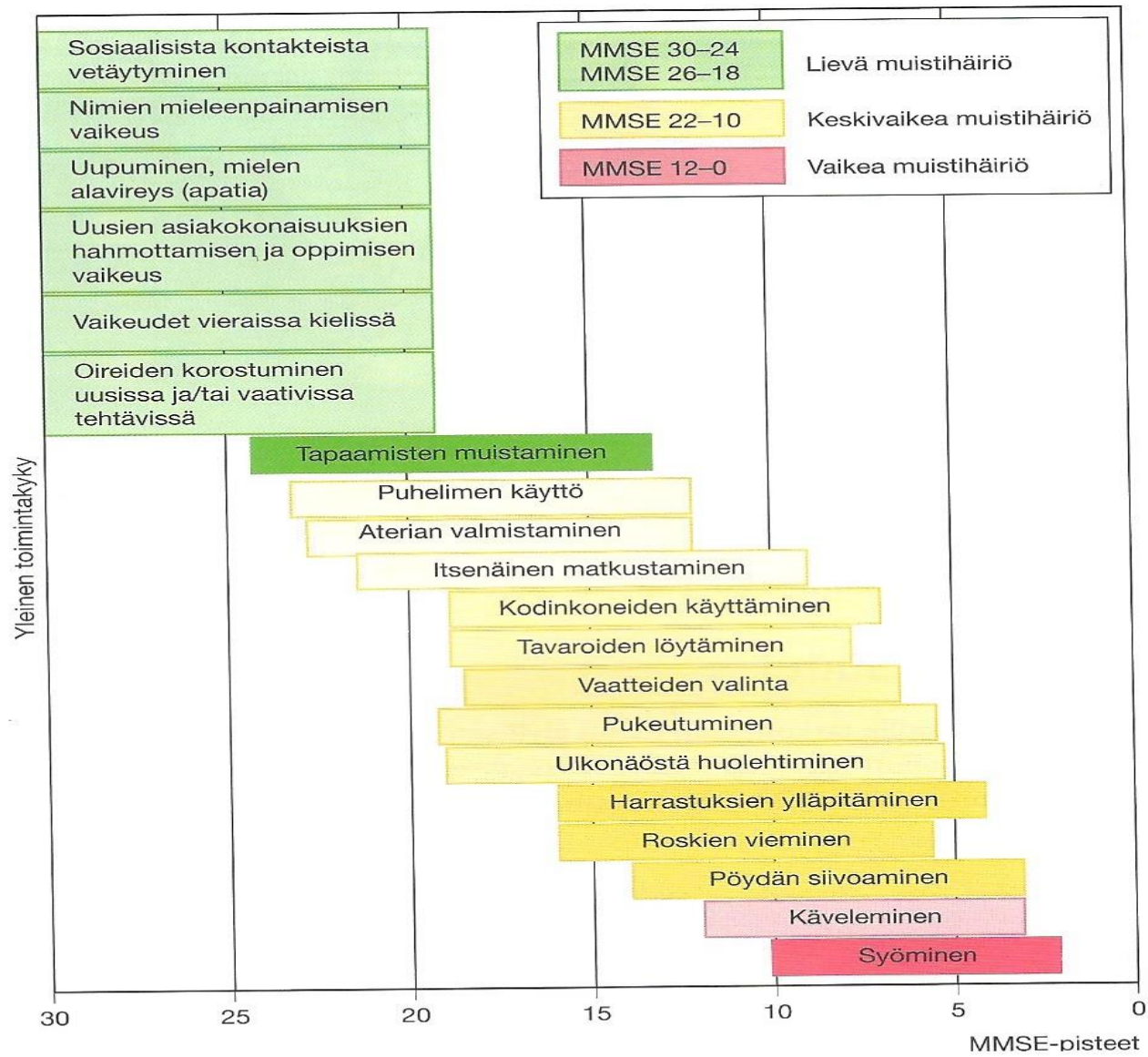
Laske pisteet yhteen. Mikä on riskisi sairastua muistisairauteen seuraavan 20 vuoden aikana?

Yhteispisteet	Muistisairauden riski (%)
0–5	1.0
6–7	1.9
8–9	4.2
10–11	7.4
12–15	16.4



Etenevät muistisairaudet

- **Alzheimerin tauti**
 - Noin 60-70% muistisairauksista
- **Vaskulaarinen muistisairaus**
 - Aivoverenkiertohäiriöistä johtuva
 - Noin 15-20%
- **Lewyn kappale -tauti**
- **Frontotemporaalinen muistisairaus**
 - Otsa-ohimolohkorappeumasta johtuva
- **Parkinsonin tauti**
 - Voidaan laskea eteneviin muistisairauksiin sen aiheuttamien tiedonkäsittelyvaikeuksien vuoksi



Lähde: Jaatinen T.K.M. & Raudasoja J. 2017. Suomalaisien sairaudet. Sanoma Pro Oy.

MMSE-pisteiden suhde yleiseen toimintakykyyn sekä vaikeusaste: mitä vähemmän pisteitä potilas saa, sitä vaikeampia muistioireita ja toimintakykyyn häiriöitä hänellä esiintyy

Alzheimerin tauti

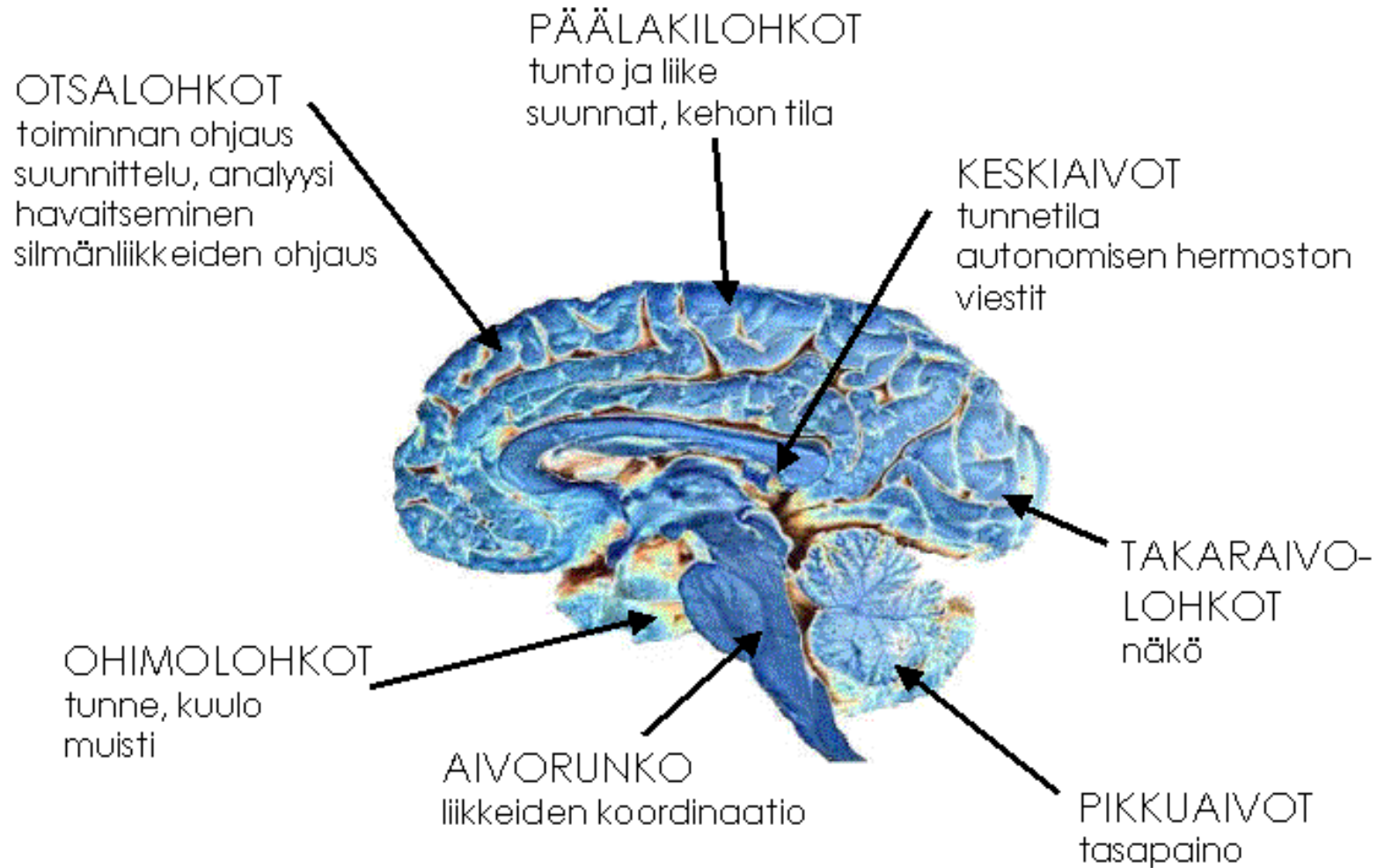
- Hitaasti etenevä aivojen rappeutumissairaus
- Taudin kesto on keskimäärin 10 - 15 vuotta, mutta se voi vaihdella parista vuodesta yli 20 vuoteen
- Alzheimerin taudin perimmäistä syytä ei tiedetä
 - Aivoissa tapahtuu tiettyjä mikroskooppisia muutoksia (niihin kertyy mm. amyloidia), jotka vaurioittavat hermoratoja ja aivosoluja heikentäen muistia ja tiedonkäsittelyä
 - Vaurio alkaa aivojen ohimolohkojen sisäosista leviten vuosien mittaan laajemmin aivokuorelle
 - Muistitoimintojen kannalta tärkeä, hermoimpulssien kulkuun tarvittava välittäjäaine, asetyylikoliini vähenee merkittävästi



- Riskitekijöitä ovat mm.
 - Korkea ikä
 - Alle 60-vuotiaana alkavista tapauksista 5-10 prosenttia periytyviä
 - Kolesteroliaineenvaihduntaan liittyvä perinnöllinen apoe4:n geeni, joka on noin kolmasosalla suomalaisista altistaa taudille
 - Matala koulutustaso (alle 6 vuotta)
 - Verenpaine tauti, korkea kolesteroli, sokeriaineenvaihdunnan häiriö ja aivoverenkiertohäiriöt
- Myös estrogeenin erittymisen vähenemisen merkitystä tutkitaan
- Tauti on harvinainen ennen 65. Ikävuotta, mutta sen esiintyvyys lisääntyy iän myötä
 - Yli 85-vuotiailla sitä esiintyy jo 15-20 prosentilla



Aivoalueet ja liikkuminen



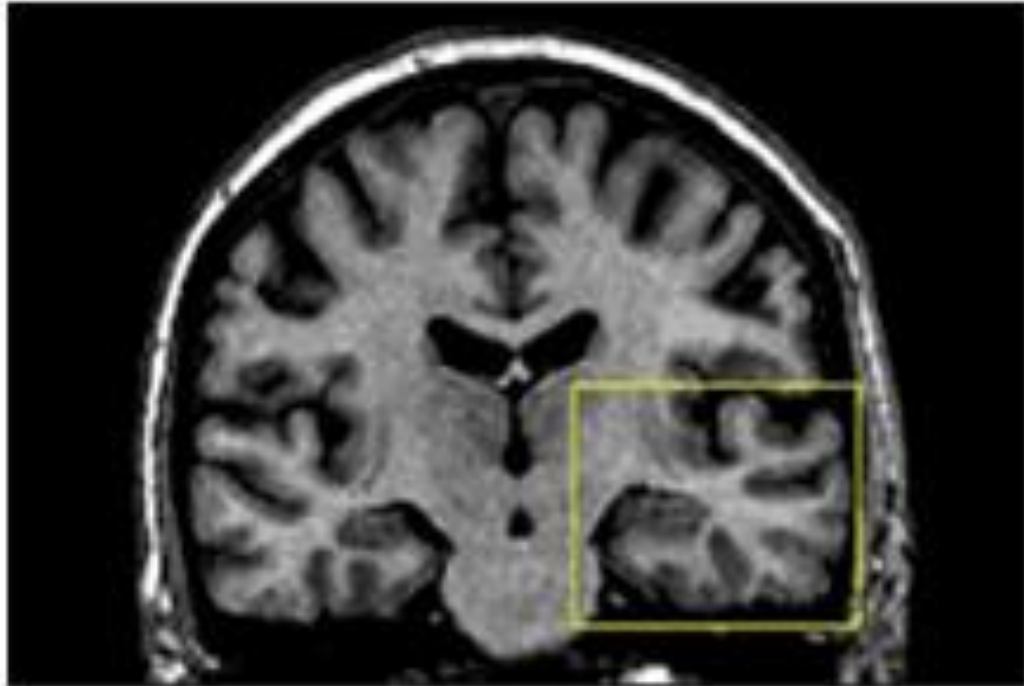
Alzheimerin taudin oireet



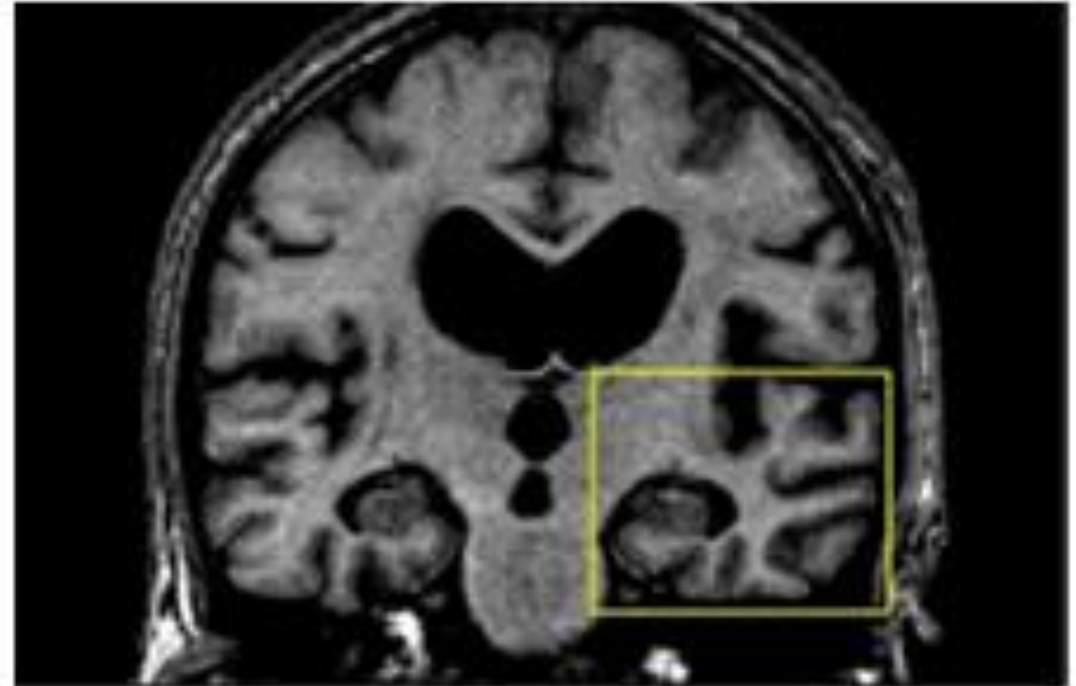
- Oireet ovat eteneviä
- Ensimmäinen oire on useimmiten muistin heikentyminen;
 - Vanhat asiat pysyvät muistissa pitkään ja uuden oppimiseen liittyy häiriöitä, tavarat "hukkuvat", kaupassa käynti onnistuu vain tarkan ostoslistan avulla
- Toinen varhainen oire on toimintatapojen muuttuminen
 - Muistisairas ihminen voi esimerkiksi menettää entisen aktiivisuutensa
 - Usein muistisairas tiedostaa heikentyneen muistinsa tai toimintakykynsä - vetäytyy tämän vuoksi vähänkin monimutkaisimmista toiminnoista

- Alzheimerin tautiin liittyy monia erityisoireita
 - Sairaudentunnettomuus, jolloin ihminen saattaa kieltää kaikki oireensa
 - Kätevyuden heikkeneminen (apraksia) pahenee taudin edetessä
 - Kyvyttömyys havaita ja tunnistaa esineitä (agnosia) ilmenee taipumuksena eksyä aluksi vieraisissa, myöhemmin tutuissakin paikoissa
 - Erittäin hankala oire on vaikeus tunnistaa kasvoja, myös lähiomaisen ja omien kasvojen tunnistaminen vaikeutuu
 - Fyysiset oireet, laihtuminen, jäykistyminen ja kävelykyvyn häviäminen, ovat myös yleisiä pitkälle edenneessä alzheimerin taudissa





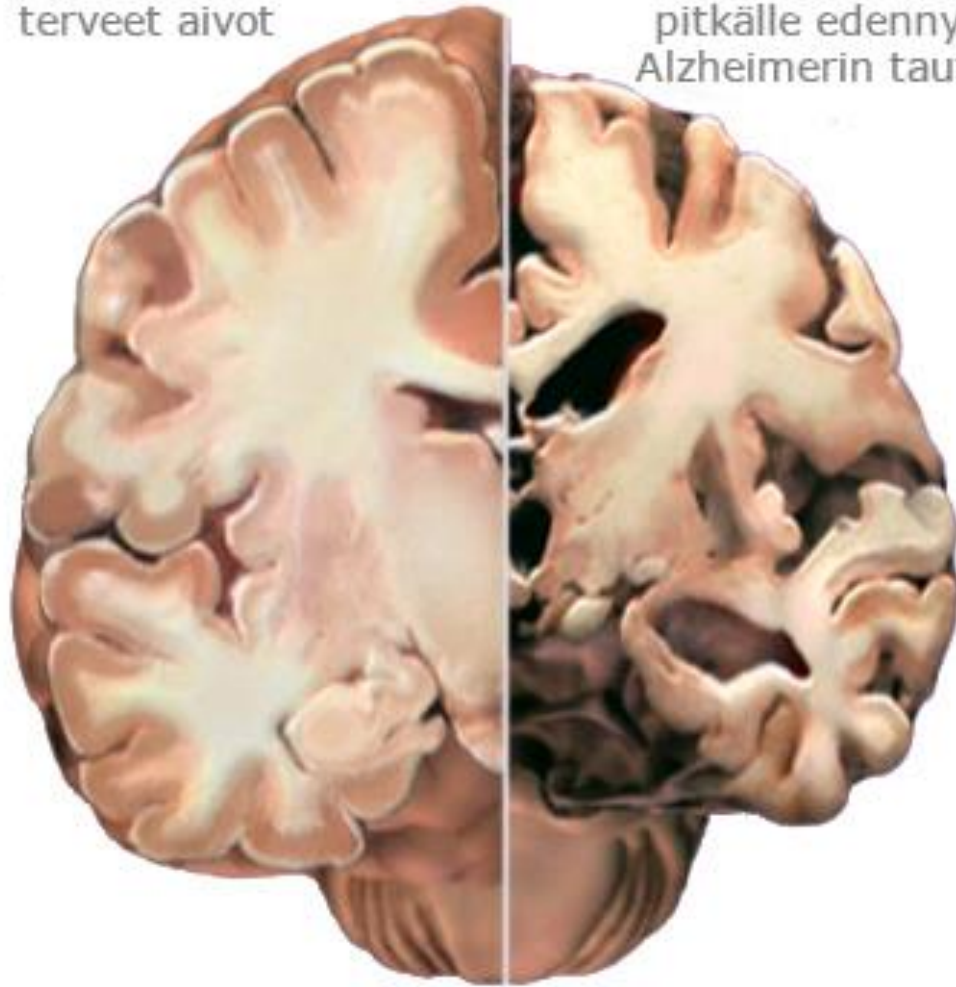
Normaalit aivot magneettikuvassa



Selvä aivojen hippokampuksen
surkastuminen Alzheimerin taudissa

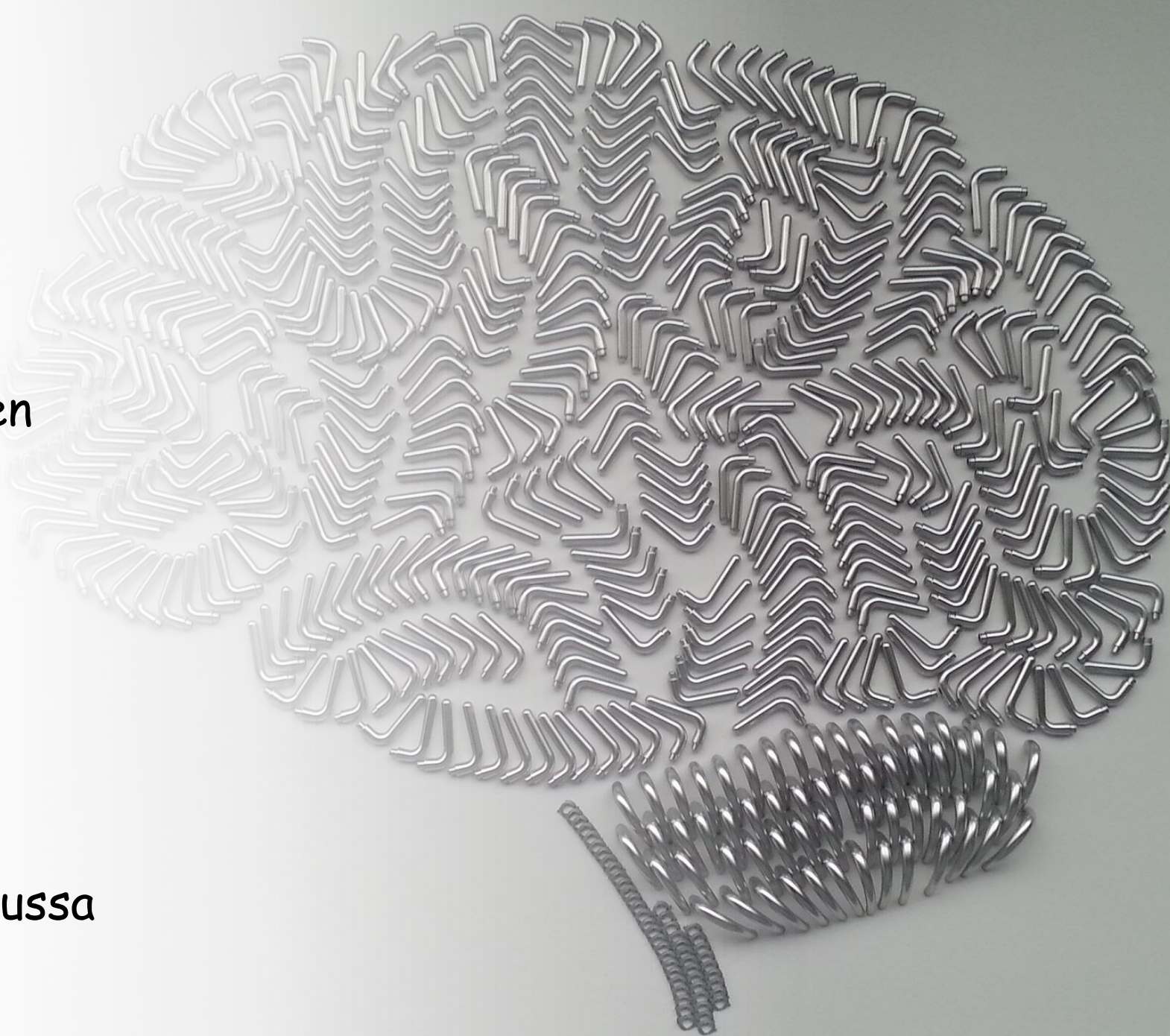
terveet aivot

pitkälle edennyt
Alzheimerin tauti



Vaskulaarinen muistisairaus

- Johtuu useimmiten aivojen pienten, syvällä sijaitsevien valtimoiden ja valkean aineen vaurioista
 - Suurten aivoinfarktien aiheuttama dementoituminen on harvinaisempaa
- Riskitekijöitä ovat mm. Verenpaine tauti, sydämen rytmihäiriöt, erityisesti eteisvärinä, diabetes ja suvussa esiintyneet samanlaiset tapaukset





- Oireet:
 - Alkavat useimmiten äkillisesti
 - Kävelyhäiriö
 - Todetaan usein jo taudin alkuvaiheessa, tyypillisiä ovat lyhyet töpöttävät askeleet
 - Toispuolihalvaus
 - Näkökenttäpuutos
 - Kielelliset puhehäiriöt
 - Tahdonalaisten liikkeiden häiriöt
 - Havaintotoimintojen häiriöt
 - Puhehäiriöt ja nielemisvaikeudet ovat yleisiä
 - Niihin liittyy usein pakkoitkua tai -naurua

- Joskus todetaan Parkinsonin taudin oireita;
 - Liikkeiden hitautta
 - Jähmeyttä
 - Vapinaa
- Persoonallisuuspiirteet säilyvät suhteellisen hyvin, ja ihminen on pitkään tietoinen sairaudestaan
- Usein vaskulaarista dementiaa sairastava ihminen kärsii masennuksesta
- Vaskulaarisessa dementiassa tila pahenee asteittain ja pahenemisvaiheen jälkeen sairastunut henkilö toipuu usein jonkin verran
- Muisti on säilynyt yleensä paremmin kuin Alzheimerin taudissa

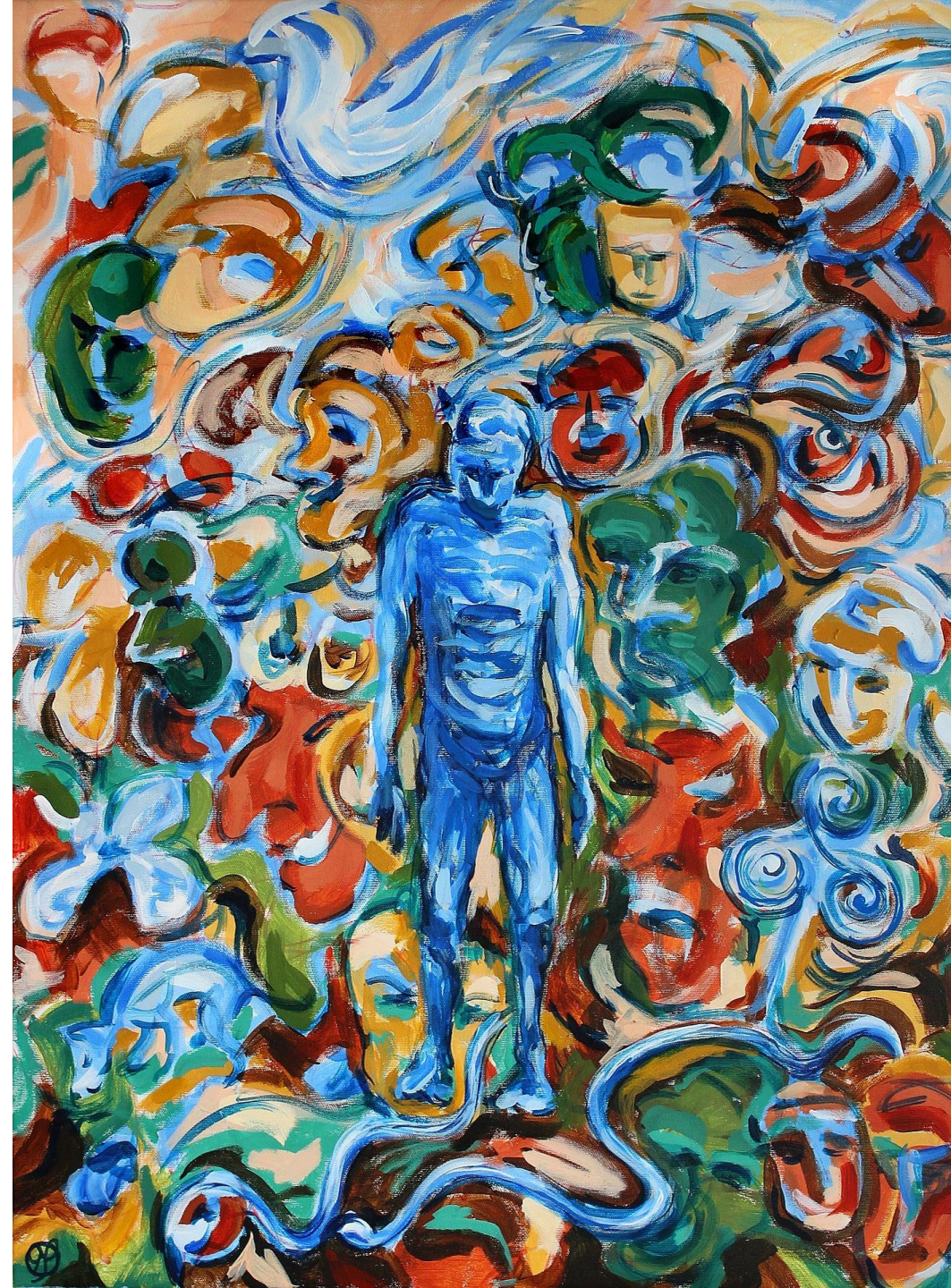




Lewyn kappale -tauti

- Saanut nimensä tässä taudissa havaittavien solunsisäisten muodostumien, Lewyn kappaleiden, mukaan
- Diagnoosi perustuu potilaan kliinisiin oireisiin ja aivojen patologisteen tutkimukseen (hermosolun sisäisten jyvästen, Lewyn kappaleiden esiintyminen aivokuorella ja -rungossa)
- Syy on tuntematon, sairaus on etenevä eikä parantavaa hoitoa ole
- Kliininen kuva on hyvin vaihteleva, mikä vaikeuttaa diagnoosin tekoa

- Lewyn kappale -taudin oireita:
 - Henkilön kokemat hallusinaatiot
 - Yleensä toistuvat yksityiskohtaiset näköharhat
 - Parkinsonin taudin kaltaiset oireet:
 - Jäykkyys, hitaus, kävelyhäiriö tai karkea lepovapina
 - Kognitiivisen tilan vaihtelu päivästä toiseen
 - Etenevä kognitiivinen heikentyminen, joka haittaa normaalia sosiaalista toimintakykyä
 - Huomattavaa jatkuvaa muistin heikentymistä ei välttämättä esiinny taudin alkuvaiheessa, mutta sitä ilmenee taudin edetessä
 - Tarkkaavaisuus ja vireystaso vaihtelevat
 - Selittämättömät kaatumiset, pyörtymiset, ohimenevät tajuttomuuskohtaukset
 - Lukemisen, laskemisen, hahmotuskyvyn ja kätevyyden heikentyminen



Muita muistisairauden aiheuttajia

- **Otsalohkodementia**
 - Alzheimerin taudin tavoin aivojen degeneratiivinen eli rappeutumissairaus
- **Alkoholin aiheuttama dementia**
 - Lisääntyvä ongelma
- **Cadasil**
 - Harvinainen, perinnöllinen sairaus
 - Aiheuttaa valtimoiden seinämien sileiden lihassolujen tuhoutumista ja seinämän paksuuntumista sekä suonien ahtautumista
 - Valtimomuutokset johtavat aivoverenkierron häiriöihin ja siten aiheuttavat kudostuhoa hermosoluissa
- **Creutzfeldt-Jakobin tauti**
 - harvinainen
- **Huntingtonin tauti**
 - Huntingtonin tauti on tavallisin periytyvä aivoja rappeuttava sairaus
 - Sitä aiheuttavaa geenivirhettä kantavia sukuja tunnetaan suomessa n. 50
- **Hakolan tauti**
 - Perinnöllinen ja harvinainen
 - Tavataan noin kahdella ihmisellä miljoonasta

Muistisairauksien hoito

- Tavoitteena kotihoito mahdollisimman pitkään
- Hoitomuodot
 - Perussairauksien lääkehoito
 - "Muistioireiden" lääkehoito
 - Käyttöoireiden lääkkeetön hoito:
 - Hoitoympäristö (turvallinen, rauhallinen, selkeä, hyväksyvä ilmapiiri)
 - Vakiintunut päivärytmi (ruokailu, ulkoilu, nukkuminen)
 - Päiväaikainen toiminta (lukeminen, musiikki, virikkeet, liikunta)
 - Arkiaskareiden harjoittaminen (ruoanlaitto, siivous, pihatyöt)
 - Elämykset ja erilaiset tapahtumat (eläin- ja lapsiystävät)
 - Käyttöoireiden lääkehoito





- Arkipäivän tukitoimet:
 - Turvallinen ympäristö (turvapuhelin, esteetön liikkuminen)
- Avohoidon tukipalvelut (ateria- ja kuljetuspalvelu, kotisairaanhoido)
- Päivä- ja yösairaala (intervallihoito)
- Palveluasunnot ja ryhmäkodit
- Edunvalvojan määrääminen

Validaatiomenetelmän kulmakivet

PERUSASENNE, ARVOSTAVA JA
EMPAATTINEN
"kuka olen?"

Validoiva asennoituminen
auttaa havainnoimaan

Empatia tekee tekniikoista taitoja
ja syventää vuorovaikutusta.

Validoiva näkemys auttaa
minua tuntemaan itseni ja
valmistautumaan

Havainnointi ja vanhuksen
tunteminen vahvistavat
empatiaa

VALIDOIVA NÄKEMYS
JA YMMÄRRYS,
HAVAINNOINTI
"mitä näen?"

"TEKNIIKAT"
"mitä teen?"

Havainnointi ja validoiva näkemys
auttavat valitsemaan sopivat tekniikat

**Muistisaira
arvostava
kohtaaminen
TunteVa-
toimintamallin
avulla**

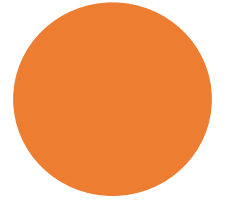
Muistisairauksien lääkehoito

1 Asetyylikoliiniesteraasin estäjät

- Tehostavat kolinergisen järjestelmän toimintaa:
 - Donepetsiili (Aricept®, Doneratio®)
 - Galantamiini (Reminyl®)
 - Rivastigmiini (Exelon®)
- Estävät aivojen asetyylikoliinin hajoamista tai lisäävät välittäjäaineen määrää aivoissa (asetyylikoliini huolehtii viestien välityksestä aivosolujen välillä)
- Käytetään lievän tai keskivaikean taudin hoidossa
- Eivät paranna tautia tai estä sen etenemistä, mutta parantavat potilaan tarkkaavaisuutta, keskittymiskykyä, yleistä suorituskkyä ja päivittäisistä toiminnoista selviytymistä



Kolinerginen (hermosolu)
= asetyylikoliinia
erittävä tai sen
välityksellä stimuloitua





- **Haittavaikutuksia:**
 - Pahoinvointi
 - Ruokahaluttomuus
 - Ilmavaivat ja ripuli
 - Väsymys
 - Päänsärky
 - Levottomuus



2 Antiglutamaattilääkitys

- Vaikutus kohdistuu hermoston välittäjäaineeseen glutamaattiin, joka välittää viestejä aivoissa
 - Memantiini (Ebixa®)
- Haittavaikutuksia:
 - Sekavuus
 - Aistiharhat
 - Ripuli
 - Päänsärky
 - Heitehuimaus



Käyttösoireiden lääkehoito

- Käyttösoireiden ensisijainen hoito on muistisairauden asianmukainen lääkehoito
- Psykykläkkeitä tarvitaan usein tilapäisesti masennusoireiden sekä vaikeimpien levottomuus- ja psykoosioireiden hoidossa, mutta moniin vaikeisiin oireisiin niistä ei ole apua
 - Oireita, joihin psykoosiläkkeet eivät auta, ovat muun muassa kuljeskelu, tavaroiden keräily ja kätkeminen, tarkoitukseton pukeutuminen ja riisuutuminen, huutelut, esineiden syöminen, hyperseksuaalisuus ja itsensä vahingoittaminen (raapiminen, hakkaaminen)
 - Vastetta voi arvioida luotettavammin noin kuukauden kuluttua psykykläkkeen käytön aloittamisesta

- Psyykenlääkkeiden osalta pyritään vain yhden valmisteen käyttöön
 - Bentsodiatsepiinit
 - diatsepaami Diapam®, Diazepam®, Stesolid®, loratsepaami Temesta®, oksatsepaami Oxepam®
 - Pieniä annoksia keskipitkävaikutteisia käytösoireiden lyhytaikaisessa hoidossa
 - Masennuslääkkeet
 - Sertraliini masennuksen hoidossa
 - Sertralin®, Zoloft®
 - Sitalopraami käytösoireiden hoidossa
 - Cipramil®, Sepram®, Citalopram Orion®, ja Citalopram Ratiopharm®





- Psykoosilääkkeet
 - Risperidoni vaikeiden käytösoireiden hoidossa
 - Risperdal®
 - Haloperidoli aggressiivisuuden hoidossa
 - Serenase®
 - Saattavat lisätä aivoverenkierron häiriöitä ja kuolleisuutta
 - Käytetään vain vaikeimpien psykoottisten oireiden ja levottomuutena tai aggressiivisuutena ilmenevien käytösoireiden lyhytaikaisessa hoidossa



Lähteet

- Käypä hoito -suositukset. 2021. Muistisairaudet. <https://www.kaypahoito.fi/hoi50044>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Muistisairaudet. <https://thl.fi/fi/web/kansantaudit/muistisairaudet>