

## 2. pistil: Hvað er heilabilun?

Latneska heitið “Dementia” er myndað af orðinu “mens” sem þýðir hugur/hugsun og fyrir framan er minnkunarforskeytið “de”. Orðið þýðir þannig “minnkandi hugsun” sem er mjög lýsandi fyrir ástandið. Þetta heiti hefur verið þýtt á íslensku svo sem venja er en það eru hins vegar til tvær þýðingar. Önnur er “vitglöp” sem er nánast bein þýðing en sem ekki margir nota og “heilabilun” sem hefur fengið miklu meiri útbreiðslu þótt sumum finnist það heldur niðrandi. Heilabilun hjá gömlu fólki (latína: dementia senilis; enska: senile dementia) hefur einnig verið nefnd “elliglöp” og sést það stundum notað. Heilabilun hjá þeim sem eru yngri en 65 ára (latína: dementia presenilis; enska presenile dementia) hefur verið nefnd “reskiglöp” en það er þó sjaldan notað. Latneska orðið “dementia” er notað í tungumálum nágrannaþjóðanna en með mismunandi stafsetningu svo sem í ensku (dementia), frönsku (démence), þýsku (demenz) og í öllum norðurlandamálunum (oftast demens eða dementia).

Heilabilun er ástand sem á sér margar orsakir. Ástandið felur í sér að viðkomandi einstaklingur getur vegna minnisskerðingar eða annarra breytinga í hugsun ekki lengur séð eins um sig og þarf einhverja aðstoð. Þessi skilgreining virðist einföld en er snúin þegar nánar er að gáð. Virkni og skyldur einstaklinga eru afar misjöfn því það er mikill munur á kröfum til einstaklings í ábyrgðarmiklu starfi og til þess sem hefur verið utan vinnumarkaðar í langan tíma. Sá síðarnefndi getur því verið kominn með töluverða skerðingu áður en hann telst vera með heilabilun samkvæmt þessari almennu viðmiðun en sá fyrrnefndi uppfyllir fyrr skilyrði heilabilunar.

Svo er gerður greinarmunur eftir aldri þegar notaðar eru alþjóðlegar viðmiðanir svo sem sjúkdómameinaskrá WHO (kallast ICD). Aldursmörkin eru 65 ár sem er algengasti aldur fyrir töku lífeyris í heiminum og eru þessi mörk því frekar félagsleg en líffræðileg þótt þau séu hér notuð í líffræðilegum tilgangi. Á íslensku er einfaldlega talað um snemmkomna heilabilun (sem hefst fyrir 65 ára aldur) og síðkomna heilabilun (sem hefst frá og með 65 ára aldri)<sup>1</sup>.

Heilabilun er venjulega skipt í þrjú stig; væg, miðlungs og alvarleg með vaxandi einkennum og þjónustuþörf. Algengustu ástæðurnar eru vegna einhvers konar taugahrörnunarsjúkdóma í heila en sá algengasti er Alzheimer sjúkdómur en næst á eftir koma Lewy sjúkdómur, Parkinson heilabilun og flokkur

framheilabilunar. Fyrst fer einstaklingurinn þó í gegnum forstig heilabilunar og verður gerð nánari grein fyrir því í næsta pistli. Sum tilvik heilabilunar myndast hins vegar skyndilega, einkum vegna blóðrásartruflunar í heila (blóðtappi eða blæðing) eða slyss.

Heilabilun er mjög aldursháð og mjög algeng á efstu árum. Talið er að um 2% allra sem eru 65 ára séu með heilabilun af einhverjum orsökum og svo tvöfaldast tíðnin á hverjum 5 árum fram undir nírætt þegar þetta á við um þriðjung allra. Þessi aldurstengda aukning er sameiginleg niðurstaða fjölmargra rannsókna þótt þær sýni ekki allar sömu aldurstíðni og eru ofangreindar tölur því meðaltal. Tíðni heilabilunar hefur heldur minnkað hlutfallslega en vegna mikillar aukningar eldra fólks heldur fjöldi sjúklinga áfram að aukast mikið næstu tvo áratugi<sup>2</sup>).

Í næstu pistlum verður rætt um forstig heilabilunar og skoðað til hvaða ráða er hægt að grípa, bæði hvað varðar forvarnir og meðferð.

### **Heimildir**

- 1) <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>
- 2) [https://www.who.int/mental\\_health/neurology/dementia/dementia\\_the\\_maticbrief\\_epidemiology.pdf](https://www.who.int/mental_health/neurology/dementia/dementia_the_maticbrief_epidemiology.pdf)