

Fræðslufundur um heilabilun á vegum minnismóttöku LSH Landakoti



Algengustu orsakir heilabilunar

- Alzheimers sjúkdómur
- Æðavitglöp
- Leví sjúkdómur

Alzheimers sjúkdómur

Ágengur sjúkdómur í heila sem veldur dauða taugafruma og rýrnun í heila

Einkenni birtast hægt og þróast á mörgum árum

Erfitt að meta hvenær sjúkdómur byrjaði að búa um sig

Æðavitglöp

Æðakölkunarsjúkdómur sem er oftast í öðrum líffærum líka Hreyfingar, hugsun og viðbrögð verða hægari

- Saga um heilaáfall
- Vitræn skerðing hefst í kjölfarið
- Æðabreytingar sjást á mynd

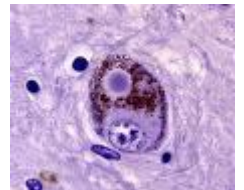
Forvarnir hafa mikið að segja



Leví sjúkdómur

Meira skyldur Parkinsons sjúkdómi en Alzheimers sj.d.

- Parkinsons einkenni
 - Stirðleiki í hreyfingum, hægar hreyfingar og óstöðugleiki
- Tímabundið rugl – gerist endurtekið
 - Stuttan tíma í einu í upphafi
 - Lengist þegar líður á sjúkdómsferli og verður jafnvel óslitið
- Ofskynjanir, óróleiki í svefni



Almenn ráð eftir greiningu

- Láta greininguna ekki umbylta lífinu
- Ræða opinskátt um heilsubrestinn
- Stunda heilsusamlegt líferni

Hreyfing

Mataræði

Félagsleg virkni

Nægur svefn

Fjölbreytt viðfangsefni

Heilabilun almennt

Einstaklingsbundið hvaða einkenni eru mest áberandi, fer eftir:

- Hver sjúkdómurinn er
- Hvar í heilanum eru mestar breytingar
- Á hvaða stigi sjúkdómurinn er
- Heilsufari að öðru leiti
- Persónuleika og geðslagi
- Lífssögu, - forsendur til að takast á við heilsubrestinn
- Líðan og aðbúnaði

Einkenni mismunandi eftir **gerð sjúkdóms** og eftir einstaklingum

Sumir fá alvarlegan sjúkdóm sem veldur umtalsverðri fötlun eftir því sem á líður

Aðrir breytast tiltölulega lítið í langan tíma og verða aldrei alvarlega heilablaðir

Einkennaflokkar

Hnignun vitrænnar starfsemi

Persónuleikabreytingar

Atferlistruflanir

Hnignun vitrænnar starfsemi

- Minnisleysi
- Málstol
- Verkstol
- Áttunarleysi
- Skert ratvísi
- Skipulagsleysi
- Léleg einbeiting
- Minnkuð
dómgreind

Ráð við hnignun vitrænnar starfsemi

- Lifa sem bestu lífi með einkennin /þrátt fyrir einkennin
- Forðast streitu
- Daglegt líf í föstum skorðum
- Verkefni sem hæfa áhuga og getu
- Umhverfi einfalt (auðvelt að rata t.d.)
- Merkingar eftir því sem við á

Vellíðan mildar einkennin, vanlíðan eykur þau

Geð- og persónuleikabreytingar

- Geðsveiflur og/eða hömluleysi sem ekki var áður
- Ranghugmyndir td. um þjófnað, ofsóknir
- Ofskynjanir; hljóð, lykt, sýnir- fólk eða dýr sem aðrir verða ekki varir við
- Skynvilla; rangtúlkun á því sem ber fyrir augu
- Dægurvilla, svefntruflanir og næturrölt

Atferlistruflanir

- Óviðeigandi hegðun fyrir stund og stað
- Óviðeigandi orðaval
- Ofbeldisfull hegðun
- Óviðeigandi kynferðisleg hegðun
- Truflandi köll eða hróp
- Nærgengni við ókunnuga
- Eirðarleysi
- Fitl
- Órói, deyfð
- Ergelsi
- Endurtekningar
- Eftirför

Ráð við atferlustruflunum

- Finna hvað veldur; þorsti, verkir, ótti, leiðindi?
- Róa, hugga, veita stuðning og öryggistilfinningu
- Forðast rökræður t.d. varðandi ranghugmyndir
- Að sýna reiði eykur kvíða og hegðun versnar
- Rifja upp ánægjulega atburði
- Tónlist
- **Muna; hegðun stafar af sjúkdómsástandi**

Stuðningur - aðferðir

- Reglubundið lækniseftirlit á minnismóttöku eða í heilsugæslu
- Eftirlit hjúkrunarfræðings á minnismóttöku
- Viðtal við félagsráðgjafa
- Viðtal við sálfræðing
- Fjölskyldufundir
- Fræðslufundir
- **Opin símalína alla virka daga 8-16,**
hjúkrunarfræðingar veita viðtöl og ráðgjöf



Dæmi um úrræði

- Heimilishjálp
- Innlit
- Dagþjálfun
- Heimahjúkrun
- Hvíldarinnlagnir
- Dvalarrými
- Hjúkrunarrými