



Dårlig hukommelse eller dement?

Spørsmål: Jeg husker merkbart dårligere nå enn da jeg var yngre. For eksempel glemmer jeg ofte hvor jeg har lagt ting, hva jeg skal handle, navn på personer og lignende.

Kan den avtagende hukommelsen være et tidlig tegn på at jeg er i ferd med å få Alzheimer? Jeg er i midten av 50-årene.

Svar: Noe redusert hukommelse er en vanlig følge av normal aldring. Hjernens responstid blir også påvirket ved psykisk stress, depresjon, mangel på vitamin B12, for lavt stoffskifte, bivirkninger av medisiner eller en akutt sykdom (for eksempel en infeksjon). Hodeskader og hjernesykdommer deriblant for høyt væsketrykk i hjernen eller en hjernesvulst samt demenslidelser (for eksempel Alzheimers sykdom) kan også være forklaringen.

Ved normal aldring har man ofte kun problemer med å huske faktaopplysninger. Dette er informasjon av sorten «hva» (heter han), «hvor» (har jeg lagt brillene) og «når» (skal jeg treffe henne). Som regel kan man gjengi eksempler på dette fra ens eget liv, slik du gjør i brevet ditt. Et menneske som lider av demens husker vanligvis ikke slike episoder, men en samtale med pårørende til en person som er dement gir ofte nyttig informasjon. I tillegg til å ha redusert hukommelse kan den som lider av demens streve på flere områder. Orientering for tid (ukedag, årstid) og sted vil etter hvert avta. Det vil også evnen til å utføre hverdagslige oppgaver. Vedkommende kan for eksempel få problemer med å finne veien hjem fra kjente steder, betale regninger, bruke alminnelige husholdningsapparater, kle på seg og ivareta personlig hygiene. Evnen til å lære seg nye ting, resonnere fornuftig og fatte avgjørelser blir svekket. Det samme kan dømmekraften slik at vedkommende etter hvert fungerer dårligere sosialt. Mange som lider

av demens blir ofte gradvis mer passive og tar mindre initiativ.

Demens fører altså til svikt på langt flere områder enn ved den normale og ufarlige lette glemsomheten som de fleste opplever fra 40-50 års alderen, spesielt hvis man i en periode er stresset eller nedfor eller man av andre grunner har mye å tenke på.