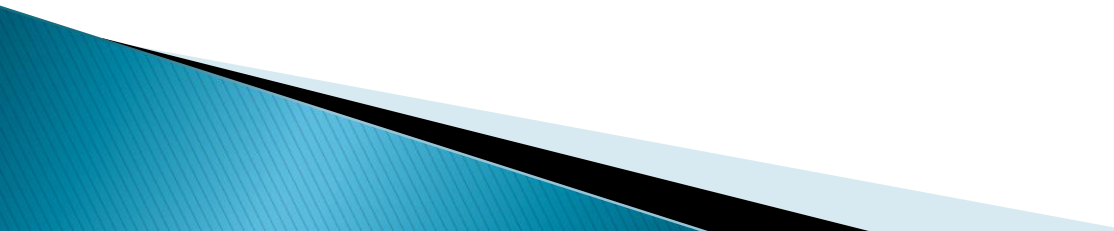


Muistisairauksien lääkkeetön hoito

Ari Rosenvall
Yleislääketieteen erikoislääkäri
10.11.2015

Muistisairauksien lääkkeetön hoito

- ▶ Muistisairauksista
 - ▶ Muistisairauksien lääkehoidon periaatteet
 - ▶ Muistisairauden hoidon kokonaisuus
 - ▶ Lääkkeettömät hoidot
- 

Muistisairaudet – uusi kansantauti

- ▶ Etenevät muistisairaudet ovat merkittävä kansanterveydellinen ja –taloudellinen haaste.
 - Lähes neljännesmiljoonalla suomalaisella on muistioire
 - Jopa 120 000 henkilöllä muisti ja muu tiedonkäsittelytoiminto on lievästi heikentynyt.
 - Maassamme on 35 000 lievästä ja 85 000 vähintään keskivaikeasta muistisairaudesta kärsivää.
 - Uusia vaikeampia muistisairaustapauksia ilmaantuu vähintään 13 000 vuosittain.
 - Etenevä muistisairaus on 7 000 – 10 000 työikäisellä suomalaisella.
 - Muistisairaudet ovat kansallinen haaste
- ▶ Muistisairauksien Käypä hoito –suositus tarjoaa kansalliset ohjeet muistisairauksien hoitoon.

Yhteiskunnan haasteita

Pitkää työuraa haastavat

Mm. stressi, uupumus, masennus, päihteet, aivoverenkiertosairaudet (AVH), valtimotautien vaaratekijät ja etenevät muistisairaudet.

Etenevä muistisairaus on 7000 – 10 000 työikäisellä.

Itsenäistä arkea ankeuttavat

Yleisimmät etenevät muistisairaudet: Alzheimerin tauti, AVH ja nämä yhdessä (90 % kaikista tapauksista).

AIVOTERVEYS ON AVAINASEMASSA

Muistisairauksista

- ▶ Eteneviä muistisairauksia:
 - Alzheimerin tauti (AT)
 - Aivojen verenkiertohäiriöstä johtuva vaskulaarinen kognitiivinen heikentyminen (VCI)
 - Lewyn kappale -tauti (LKT)
 - otsaohimolohkorappeumat (FTD, Pickin tauti...)
 - Parkinsonin taudin muistisairaus (PT)
 - Creutzfeldt–Jakobin tauti
 - Huntingtonin tauti
 - Hakolan tauti

Muistisairauksista

- ▶ Sairauksien ja vammojen jälkitiloja:
 - Aivovamma
 - Aivoverenkiertohäiriö (verenvuoto, aivoinfarkti)
 - Aivotulehdus (aivokuume, aivokalvontulehdus)
 - B1 –vitamiinin (tiamiinin) puutos
 - Leikkauksen ja sädehoidon jälkitilat

Muistisairauksista

▶ Parannettavissa olevia:

- psyykkiset häiriöt, mm. masennus, ahdistuneisuus, uupumusoireyhtymä
- aineenvaihdunnan häiriöt, mm. kilpirauhasen ja lisäkilpirauhasen tai lisämunuaisen toimintahäiriöt...
- puutostilat; B12-vitamiini, foolihappo, B1-vitamiini...
- keskushermostoinfektiot
- kallonsisäisiä syitä: hyvänlaatuinen aivokasvain, kovakalvon alainen verenvuoto (=subduraalihakematooma), normaalipaineinen hydrokefalus (=aivoselkäydinnestekierron häiriö)
- aivojen hapenpuute mm. kroonisessa keuhkosairaudessa, vaikea anemia, keskushermostomyrkyt, jne

Muistisairauksista

- ▶ Toissijaisesti muistipotilaan tilaa heikentävät:
 - sopimaton lääkitys
 - nautintoaineet (alkoholi!)
 - infektio
 - sydämen ja keuhkojen toimintahäiriö
 - aineenvaihdunnan häiriö (verensokeri, nestetasapaino...)
 - uni- valverytmin häiriö
 - mieliala- ja ahdistuneisuushäiriö
 - kiihtymystila, vainoharhaisuus, harhaluulot, näkö- tai kuuloharhat; usein oireina muistihäiriötä aiheuttavasta sairaudesta
 - liialliset tai liian vähäiset ympäristövirikkeet
 - vaikea sosiaalinen tilanne, sosiaalinen eristyminen

Muistisairauksien lääkehoidon periaatteet

- ▶ Alzheimerin tauti (AT): kun diagnoosi on tehty, aloitetaan lääkehoito joko AKE-lääkkeellä (donepetsiili, rivastigmiini tai galantamiini) tai memantiinilla.
- ▶ Verenkiertohäiriöön liittyvä (=vaskulaarinen) muistisairaus: yleensä ei käytetä muistisairauslääkettä, ellei kyseessä ole AT+AVH.

Muistisairauksien lääkehoidon periaatteet

- ▶ Lewyn kappale -tauti(LKT):
muistisairauslääkkeillä (erityisesti AKE-lääkkeillä) on yleensä hyvä teho ja niitä kannattaa käyttää.
- ▶ Parkinsonin taudin muistisairaus:
muistisairauslääkkeillä (erityisesti AKE-lääkkeillä) on yleensä hyvä teho ja niitä kannattaa käyttää.

Muistisairauksien lääkehoidon periaatteet

- ▶ Otsaohimolohkorappeumat: muistisairauslääkkeitä ei tule käyttää.
- ▶ Lääkehoidosta saadaan paras hyöty osana hoidon kokonaisuutta.

Muistisairauden hoidon kokonaisuus

- Kokonaisvaltainen hoito sisältää seuraavat osatekijät:
 - vaaratekijöiden ja oheissairauksien hoito
 - mielialan ja käytösoireiden hoito ja
 - kokonaisvaltainen kuntoutus, ohjaus ja tuki.
- Hoidon onnistuminen edellyttää saumatonta yksilöllistä hoitoketjua sekä yksilöllistä kuntoutus- ja palvelusuunnitelmaa, jota tarkistetaan säännöllisesti taudin edetessä.

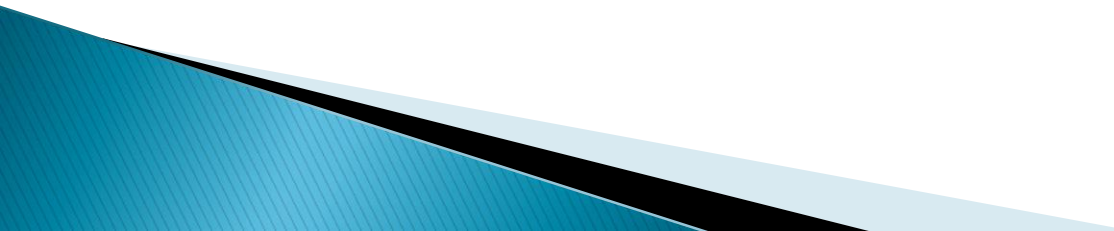
Muistisairauksien lääkkeetön hoito

- ▶ Hoito-, kuntoutus- ja palvelusuunnitelman toteutumista koordinoi muistikoordinaattori ja päivittää yhdessä hoitavan lääkärin/muistilääkärin kanssa.
- ▶ Care Management sisältää muistikoordinaattori-muistilääkäriyöparin yhteistyössä potilaan ja omaisten kanssa; tällä on osoitettu voitavan kustannustehokkaasti pidentää kotona asumisaikaa (Eloniemi-Sulkava ym 2006).

Muistisairauksien lääkkeetön hoito

- ▶ Hoitavan omaisen tuki: yksilö- ja ryhmätapaamisia sisältänyt 3 kk interventio pidensi tutkimusryhmässä kotona asuttua aikaa n. 6 kuukaudella (Andren, Elmstahl 2008).

Muistisairauksien lääkkeetön hoito

- ▶ Fyysinen aktiivisuus (ohjattu ja omatoiminen harjoittelu).
 - ▶ Henkinen aktiivisuus (harrastukset ja ohjatut sekä omatoimiset kognitiiviset harjoitukset).
 - ▶ Sosiaalinen aktiivisuus (ohjattu ryhmätoiminta).
 - ▶ Kaikista on tutkimusnäyttöä vaikutuksesta potilaan elämänlaatuun, käytösoireisiin ja kognitioonkin.
- 

Muistisairauksien lääkkeetön hoito

- ▶ Kuntouttava päivätoiminta on erinomainen tapa yhdistää fyysinen aktiivisuus, henkinen aktiivisuus ja sosiaalinen toiminta.
- ▶ Ryhmätoimintana toteuttaminen on kustannustehokasta.
- ▶ Voi toimia myös osana hoitavan omaisen tukea ja auttaa ”care managementia”.

Muistisairauksien lääkkeetön hoito

- ▶ Meillä Suomessa on osaamista ja resursseja kaiken edellä mainitun toteuttamiseen.
- ▶ Tärkeintä on tehdä oikeita asioita oikealla tavalla!

