

08/2025

DEMENTSUS

Dementsus puudutab üha rohkem inimesi ja nende lähedasi. See mõjutab mälu, mõtlemist ja igapäevaelu. Varajane märkamine ja sobiv toetus võivad parandada haigestunu elukvaliteeti.

Mis on dementsus?

Dementsus on seisund, mis mõjutab aju talitlust. See põhjustab mäluhäireid, raskusi mõtlemisel, probleemide lahendamisel ja suhtlemisel. Dementsuse vorme on mitmeid ning tegu on progresseeruva haigusega – sümptomid süvenevad ajapikku. Õigeaegne diagnoos aitab saada vajalikku ravi ja tuge.

Dementsus Soomes

- Soomes elab hinnanguliselt umbes 150 000 inimest, kellel on dementsus.
- Igal aastal diagnoositakse umbes 23 000 uut haigusjuhtu.
- Umbes 600 tööalist (alla 65-aastast) inimest haigestub aastas dementsusesse.

Dementsuse sümptomid

Sümptomid võivad erineda sõltuvalt haiguse tüübist ja inimesest, kuid sageli esinevad

- lühimälu halvenemine
- raskused keskendumisel ja otsuste tegemisel
- algatusvõime langus
- probleemid uue teabe omandamisel
- raskused kõne mõistmisel ja väljendamisel
- meeleolumuutused
- häirunud ruumitaju ja orienteerumine
- muutused käitumises

Levinumad dementsuse vormid

Alzheimeri tõbi: kõige sagedasem dementsuse vorm, mille alguses esinevad sageli lühimälu halvenemine ja raskused uue info õppimisel



Vaskulaarne dementsus: tekib aju vereringehäirete tõttu, võib põhjustada kõnehäireid ja probleeme ruumitajuga

Lewy kehakeste dementsus: sümptomiteks on kõikumised kognitiivses võimekuses, tähelepanu muutused, kukkumised ja nägemishallutsinatsioonid

Otsmiku- ja oimusagarate dementsus: mõjutab tajumist, käitumist ja isiksust; varajases staadiumis ei pruugi mäluprobleeme esineda

Millal pöörduda spetsialisti poole?

Unustamine ei tähenda alati dementsust, kuid pöörduda tuleks, kui:

- teil või teie lähedasel on mure mäluga seoses
- mäluprobleemid segavad igapäevaelu või tööd
- keskendumisraskused süvenevad
- käitumises või meeleolus toimuvad märgatavad muutused

Kust saada abi?

Kahtluse korral pöörduge tervishoiuteenuse osutaja poole ja taotlege mäluhäirete hindamist. Oluline on selgitada välja mäluhäirete põhjus, sest need ei pruugi alati olla seotud progresseeruva dementsusega. Abi saab elukohajärgsest tervisekeskusest, töötervishoiust või erameditsiinikeskusest.

Kuidas dementsust ravitakse?

Dementsust ei ole võimalik täielikult välja ravida, kuid sümptomeid saab leevendada ja haiguse kulgu aeglustada.

Mittefarmakoloogiline ravi: näiteks füsioteraapia, tegevusteraapia, mälurühmad, kunst- ja muusikateraapia ning sotsiaalne kaasatus aitavad kaasa heaolule

Ravimid: mõningad ravimid võivad aeglustada Alzheimeri tõve arengut, teisi sümptomeid saab ravida ravimite abil



Rohkem teavet ja tuge

Rohkem teavet dementsusega inimese toetamise kohta: www.muistiliitto.fi

Tugitegevused ja kogemusnõustamine: kohalikud mäluliidud ja Muistiluotsi-keskused

Muistineuvo tugitelefon (soome keeles): 09 8766 550.