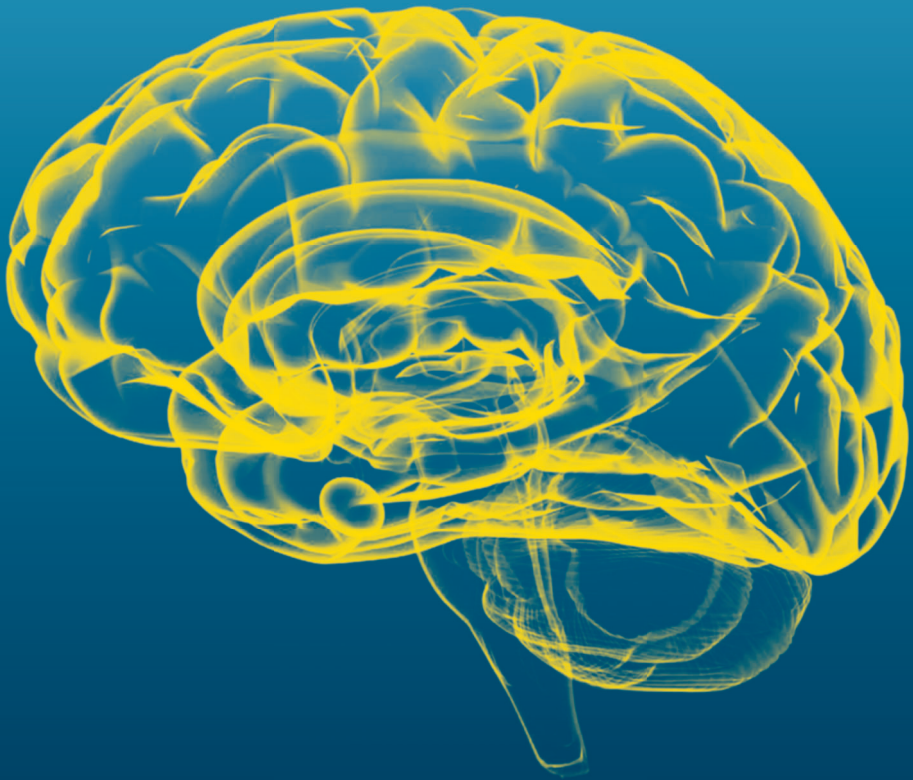


# Kræft i hjernen og kognitive forandringer

- når indtryk og udtryk forandres



## Kognitive forandringer

Hjernetumorer og hjernemetastaser kan medføre en forandring i hjernens funktioner. Forandringerne kan fx forårsage forskellige grader af fysiske funktionsnedsættelser og talebesvær.

Forandringerne kan også medføre ændringer i personens væremåde og handlinger, tanker, følelser og personlighed. Disse forandringer kaldes 'kognitive', fordi sanseindtryk og fortolkningen af dem bliver forstyrret.

Årsagen til forandringerne skyldes, at kræften trykker og skader hjernevævet.

De kognitive forandringer kan gennem lang tid være "usynlige" for andre og de kan være svære at forstå og leve med i hverdagen og i familien.

Hvis familien og omgivelserne forstår baggrunden og ved, hvordan de bedst kan støtte og afhjælpe de problemer, der opstår, kan det blive lettere at leve med.

## Derfor denne pjece!

## Hjernefunktioner

Den menneskelige hjerne er meget kompleks i sin opbygning. Det er herfra al tænkning, hukommelse, følelsesliv, sanserne, evnen til overblik, evnen til at bevæge sig og meget mere styres.

Hjernen kan billedligt ses som en virksomhed bestående af tre afdelinger/blokke: **Portneren, Produktionsafdelingen og Administrationen** (se figuren).

# De tre hjerneblokke

## Blok 3

## Administrationen



*danner og styrer planer og adfærd, ud fra personens indre virkelighed*

## Blok 2

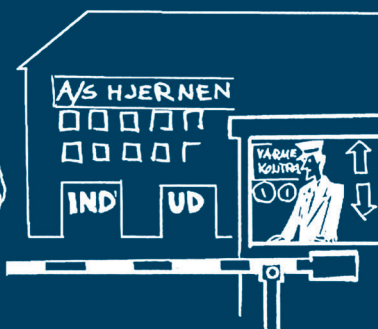
## Produktionsafdelingen



*analyserer, behandler og sammensætter sansendeindtryk, så personens indre virkelighed dannes*

## Blok 1

## Portneren



*regulerer vågenhed og reaktionsberedskab*

*grovbearbejder påvirkninger*

*laver sin prioritering af arbejdsopgaver i blok 2*

**Blok 1 – 'Portneren'** sidder i hjernestammen. Her passerer alle sanseindtryk, der sendes mellem hjernen og resten af kroppen. Portneren sidder dermed et helt centralt sted og er afgørende for, hvilke sanseindtryk der kan slippe igennem. Ved sygdom i portneren kan der slippe for mange eller for få sanseindtryk igennem, hvilket kan føre til for lavt eller for højt energiniveau hos den syge.

**Blok 2 – 'Produktionsafdelingen'** er placeret i området med bag-, tindinge- og isselapperne. Her bliver sanseindtryk bearbejdet og omsat, så vi kan opfatte virkeligheden og handle derefter. Ved sygdom i produktionsafdelingen kan tidligere velkendte færdigheder forandres eller forsvinde.

**Blok 3 – 'Administrationen'** planlægger og styrer virksomheden og sidder i pandelapperne. Her besluttet, hvordan de sanseindtryk, der kommer ind, skal bruges dvs. den styrer produktionsafdelingen.

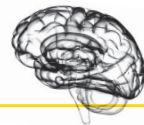
## Hvordan tackler man de forandringer, der *måske* opstår i hverdagen

Afhængig af hvor kræften sidder i hjernen, kan der være funktioner, der svækkes eller går tabt.

**Det er meget individuelt, hvordan sygdommen i hjernen påvirker det enkelte menneske.**

Spørg lægen hvor sygdommen sidder og hvilken "blok/afdeling", der eventuelt er påvirket.

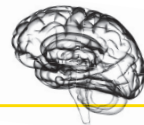
I skemaet nedenfor finder du nogle forslag, der kan være hjælpsomme, når du skal forholde dig til de forandringer, der kan opstå i hverdagen.



<b>Tegn, symptomer og forandringer</b>	<b>Hvad er hjælpsomt?</b>
<b>Portneren</b>	
<b>Apati:</b> For lavt energiniveau, sover, uinteresseret, manglende initiativ	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tilbyd forskellige sansestimuli f.eks. gennem syn, hørelse, berøring</li><li>• Stimulation i afpasset tempo og pauser/ro indimellem</li><li>• Stimuler hjernen med f.eks. krydsord, Soduku, mobil- og computerspil</li><li>• Inddrag den syge i samtaler</li><li>• Tal om fælles begivenheder i jeres liv f.eks. se fotos sammen</li><li>• Syng/danse sammen</li></ul>
<b>Uro:</b> For højt energiniveau, konstant søgende, manglende overblik	<ul style="list-style-type: none"><li>• Begræns indtrykkene, afskærm og skab ro</li><li>• Minimer forstyrrelser og støj for at forbedre opmærksomheden f.eks. støj fra radio/TV</li><li>• Brug evt. høretelefoner og "stille musik"</li><li>• Overvej at bruge afslapningsteknikker som meditation</li></ul>
<b>Produktionsafdelingen</b>	
Synsproblemer	<ul style="list-style-type: none"><li>• Føre og guide</li><li>• Brug det synsfelt der er</li><li>• Brug tale og læs højt for den syge</li><li>• Lydbøger</li></ul>
Høreproblemer	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vær opmærksom på øget lyd følsomhed/ændret lyd opfattelse</li><li>• Brug billeder mimik og tekst</li><li>• Tal ikke højt og hæv ikke stemmen</li><li>• Skriv stikord ned mens I taler</li></ul>
<b>Agnosi:</b> Manglende evne til at genkende og tyde sanselige oplevelser. Kan f.eks. have svært ved at finde rundt	<ul style="list-style-type: none"><li>• Giv god tid til nye opgaver</li><li>• Sørg for rutiner/gentagelser</li><li>• Guide</li><li>• Musik, rytme, sang og rim kan være en hjælp</li></ul>
<b>Apraksi:</b> Manglende evne til at udføre indlærte færdigheder korrekt f.eks. dække bord, bruge bestik, følge en opskrift mv.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Systematiser opgaveløsning, del opgaver op trin for trin</li><li>• Læg ting frem i den rigtige rækkefølge f.eks. tøj</li><li>• Brug tegninger og fotografier til hjælp</li></ul>

## Kræft i hjernen og kognitive forandringer - når indtryk og udtryk forandres

<p><i>Afasi:</i> Manglende evne til at tale eller forstå tale</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Giv én besked af gangen</li> <li>• Forsøg med billeder, tegn og tekst</li> <li>• Vær tæt på den syge og tal direkte</li> <li>• Hold øjenkontakt</li> <li>• Giv tid til svar</li> <li>• Fortæl om begivenhederne i hverdagslivet, selv om du ikke får svar</li> <li>• Fortæl fagpersoner og andre om den syges ønsker og behov f.eks. hvad der gør glad eller ked af det</li> </ul>
<p><i>Aleksi:</i> Svært ved at læse</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Benyt lydøger/oplæsning</li> </ul>
<p><i>Agrafi:</i> Helt eller delvist mistet evnen til at skrive</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stimuler læsning. En iPad kan være en hjælp</li> <li>• Mobiltelefon til indtaling og afspilning af beskeder</li> </ul>
<p><b>Administrationen</b></p>	
<p><i>Indlæringsvanskeligheder:</i> Svært ved at lære nye ting</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvis muligt brug kendte strategier i ukendte situationer</li> <li>• Tid ro og gentagelser</li> </ul>
<p><i>Nedsat beslutnings- og dømmekraft:</i> Har svært ved at planlægge handlinger og bedømme handlinger</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vær tydelig og konkret</li> <li>• Giv dig tid til at lytte</li> <li>• Støt den syge i at træffe beslutninger</li> <li>• Sæt aktivitet i gang og bremse igen</li> </ul>
<p>Nedsat opmærksomhed og koncentrationsevne</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nedskriv planer for dagen i korte og let forståelige beskeder (telegramsprog), evt. med nummerering eller punkter</li> <li>• Undgå hurtige skift i emner</li> <li>• Bryd opgaver ned i delelementer, lav en ting færdig ad gangen, en besked ad gangen</li> <li>• Sørg for ro</li> <li>• Hjælp med at planlægge</li> <li>• Start ikke for store opgaver</li> <li>• Øv faste rutiner</li> <li>• Deltag som pårørende i lægesamtaler og tag noter undervejs til senere brug</li> <li>• Forbered spørgsmål sammen med den syge før lægesamtaler</li> </ul>



<i>Personligheds forandringer:</i> Ændringer i adfærd, opførsel, tænkemåde f.eks. nedtrykthed, grådlibil, hæmningsløshed, vredesudbrud, manglende bekymring og selvindsigt	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kendte hjælpere, aktiver og inddrag netværket ved at bede om og tage imod hjælp til at klare hverdagslivet</li><li>• Hjælp med at bremse uheldig opførsel, og mind den syge om virkeligheden</li><li>• Afled og skift evt. emne</li><li>• Kendte omgivelser</li><li>• Hvile, pauser og fritid – også til familien</li><li>• Kræver overbærenhed og tålmodighed</li><li>• Husk at det er sygdommen, som forårsager forandringerne</li></ul>
<i>Mangler evne til at holde fokus:</i> Distraheres nemt, manglende styring, strukturering og initiativløshed	<ul style="list-style-type: none"><li>• Struktur situation og omgivelser så vidt det er muligt – hjælp med at holde fokus</li><li>• Hjælp ved at tage initiativ</li><li>• Ro, pauser og hvil samt god tid til opgaver</li><li>• Hold samtaler korte – en ting ad gangen</li><li>• Skab miljø uden støj</li></ul>
Nedsat hukommelse og tidsopfattelse	<ul style="list-style-type: none"><li>• Brug kalender, SMS, huskelister, post-it sedler</li><li>• Giv vigtige ting som f.eks. nøgler faste pladser</li><li>• Tal i korte sætninger og samtaler foregår på et stille sted</li><li>• Brug systemer og rutiner</li><li>• Sørg for gentagelser og påmindelser f.eks. alarmer på mobil i forbindelse med medicin indtag</li><li>• Daglig motion, frisk luft og tilstrækkelig søvn – træthed kan forværre symptomerne</li><li>• Spis sundt og tilstrækkeligt – sult kan forværre symptomerne</li></ul>

## Her kan også hentes hjælp

Nedenfor er der hjemmesider, som du kan have glæde af. Alle kommuner har ansat fagfolk, der kan hjælpe med at koordinere den hjælp og genoptræning, der kan stilles til rådighed. Disse fagfolk betegnes ofte hjerneskadekoordinatore. Du kan se, hvem du kan kontakte i din kommune på Socialstyrelsens hjemmeside.

- Socialstyrelsen: <http://www.socialstyrelsen.dk/handicap/hjerneskade/hjernekasen>
- Hjernetumorforeningen: [www.hjernetumorforeningen.dk](http://www.hjernetumorforeningen.dk)
- Hjerneskadeforeningen: [www.hjerneskadet.dk](http://www.hjerneskadet.dk)

Spørg også gerne personalet på Kræftafdelingen. De kan give yderligere information om støtte og hjælp.



## **Pjecen er udarbejdet af**

Hanne Simonsen, sygeplejerske og  
Pia Riis Olsen, klinisk sygeplejespecialist

Tak for inspiration fra sygeplejerske, lektor Britta Fuhlendorff,  
og fra pårørende, der har kommenteret pjecen og dens anvendelighed.

Godkendt af Pjeceudvalget i Kræftafdelingen, AUH

Maj 2015

[www.kraeftafdelingen.auh.dk](http://www.kraeftafdelingen.auh.dk)