

## 10 tidlige tegn på demens

1. **Hukommelsestap som påvirker arbeidsevnen.**

Det er normalt å glemme et gjøremål, en tidsfrist eller navnet til en kollega. Men hyppig glemsomhet eller uforklarlig forvirring hjemme eller på arbeidsplassen kan være et tegn på at noe er galt.

2. **Problemer med å utføre vanlige oppgaver.**

Folk som har det travelt, kan glemme detaljer. For eksempel hender det at man lar noe stå på komfyren litt for lenge eller at man glemmer å servere noe av tilbehøret til et større måltid. Personer med demens kan lage et måltid, men glemme å servere det, og til og med glemme at de har laget mat.

3. **Språkproblemer.**

Alle mennesker har av og til problemer med å finne de riktige ordene. En person med demens kan glemme helt enkle ord, eller bruke ord som er meningsløse i sammenhengen, slik at setninger blir vanskelige å forstå.

4. **Desorientering i forhold til tid og sted.**

Det er normalt å være i tvil om hvilken ukedag det er eller hva en skulle ha kjøpt i butikken. Personer med demens kan gå seg bort i sitt eget nabolag, uten å vite hvor de er, hvordan de kom dit, eller hvordan de skal finne veien tilbake til sitt eget hjem.

5. **Svekket dømmekraft.**

Det er vanlig å feilberegne og for eksempel ikke ta med en genser eller jakke på en kjølig kveld. En person med demenssykdom kan gå i butikken med badekåpe, eller ha på en tykk genser på en varm dag.

6. **Problemer med abstrakt tenkning.**

Det kan være vanskelig nok for mange å håndtere alle sider ved sin personlige økonomi. For en person med demens kan det være helt umulig å forstå tall og foreta enkle regnestykker.

7. **Feilplassering av gjenstander.**

Alle mennesker roter bort nøkler og lommebøker fra tid til annen. En person med demens kan legge gjenstander på fullstendig gale steder: Strykejern i kjøleskap og armbåndsur i sukkerkoppen. De har ingen forklaring på hvorfor tingene ble plassert der.

8. **Forandringer i humør og atferd.**

Alle opplever svingninger i stemningsleie. Det er en del av å være menneske. Personer med demens har en tendens til å vise tegn til raskere svingninger, uten noen åpenbar årsak.

9. **Atferdsforandringer.**

Det er ikke uvanlig å endre seg til en viss grad etter hvert som man blir eldre. En person med demenssykdom kan gjennomgå en dramatisk forandring i væremåte, enten plutselig eller over lengre tid. En person som tidligere var ubekymret og sorgløs, kan bli sint, mistenksom, eller engstelig.

10. **Tap av initiativ.**

Det er normalt å gå lei av husarbeid, jobb eller sosial omgang. De fleste vil imidlertid opprettholde en interesse for slike aktiviteter, og kanskje etter hvert få tilbake gnisten. En person med demens forblir uinteressert og uengasjert i mange tidligere aktiviteter.