

Sykehuset Innlandet HF

**Rusmisbruk, psykiske lidelser og konsentrasjonsvansker:  
Hvordan forstå og tilrettelegge best mulig ?**

**Merete Glønde Øie**  
Div. psykisk helsevern/Forskningsavd  
Sykehuset Innlandet HF  
Merete.øie@sykehuset-innlandet.no

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Agenda**

- Hva er kognisjon?
- Kognitiv svikt og betydning for hverdagens funksjon
- Kognisjon ved ADHD og ved rusmiddelmisbruk-tilrettelegging
- Resultater fra 13 års oppfølging av ungdom med ADHD

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**KOGNISJON**

- **Tenkningens prosesser** vs tenkingens **innhold**
- Hjernens som en datamaskin/informasjonsbearbeider
- På topp i slutten av 20 årene...
- Kognitiv svikt ofte et **usynlig handikap**

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Kognitive funksjoner kan påvirkes av mange forhold**

- Psykisk lidelser og traumer
- Rusmidler
- Neurologiske/medisinske lidelser
- Ervervede hjerneskader
- Bivirkning medisiner
- Søvnvansker/tretthet
- Smertes
- Kosthold

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Klar sammenheng mellom kognitiv svikt og redusert funksjon i hverdagen**

- Sammenlignet med personer med kun fysisk sykdom har personer med kognitiv svikt:
  - 1) Færre sosiale aktiviteter
  - 2) Flere er arbeidsledige
  - 3) Mer sårbare for psykiatrisk sykdom
- Kognitiv svikt stor negativ effekt på livskvalitet (Cutajar et al., 2000)

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Kognitiv svikt og vansker med dagligdagse gjøremål**

- Vansker med ha normal døgnrytme, handle inn og lage/spise faste måltider, utføre renhold, holde orden, planlegge dagliglivets aktiviteter (avtaler går i glemmeboka, nøkler og andre ting forlegges, regninger forfaller m.m.)

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Hva kan kognitiv svikt medføre i forhold til funksjon i arbeidslivet?**

- Vansker med skrive søknad/CV
- Motivasjon; knytte en følelse til en fremtidig hendelse
- Styring av tidsfrister, punktlighet
- Ikke prestasjon i forhold til evner
- Vansker med innlæring av nye rutiner
- Utsetter små ting
- Vansker med planlegging
- Vansker med å fortsette etter avbrytelse

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Praktisk betydning av kognitiv svikt forbehandlingen/behandlingsrelasjonen**

- Husker personen avtalen?
- Klarer personen å konsentrere seg i en samtale/terapi over tid?
- Mister personen overblikk i møter med flere personer?
- Husker personen å gjøre det an har lært/avtalt i behandlingen?

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

| Kognitive vansker                                         | Opplevd Innenfra                           | Opplevd Utenfra                                        |
|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| Konsentrasjonsvansker<br>Vansker med mental fleksibilitet | Kan ikke holde konsentrasjon i samtalen    | Hun harer ikke etter hva jeg sier, er ikke interessert |
| Vansker med å komme i gang                                | Klarer ikke starte med hverdagens oppgaver | Hun er lat og vil ikke                                 |
| Nedsatt tempo                                             | Ting tar mye lengre tid enn før            | Hun er doven                                           |
| Inhibisjonsvansker                                        | Glemmer fort det en skal si                | Hun avbryter og har bare fokus på seg selv             |

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

## Eksekutiv funksjoner=styringsfunksjoner

- "Fornuftshjernen"
- Evne til å regulere tanker og følelser
- Viktig forutsetning for sosial funksjon
- Viktig for hverdagslivets funksjon
- Viktig får å klare et arbeid

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

## Eksekutive funksjoner

- "Paraplybetegnelse" bestående av flere subprosesser
- "Hjernens administrerende direktør" eller "dirigenten i orkesteret"
- Ikke ferdig utviklet før i slutten av 20-årene

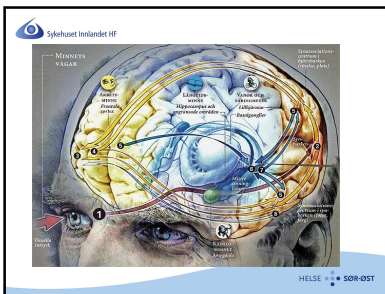
HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

## Eksekutiv funksjon

- Kontrollert oppmerksomhet: når oppgaven er ny eller vanskelig, når man skal velge, når automatiske handlinger skal hemmes for eksempel ved fristelser
- Intakt intellektuelle ferdigheter og påfallende mangel på evne til å bruke disse ferdighetene hensiktsmessig og langsiktig

HELSE SOR-ØST



Sykehuset Innlandet HF

## Eksekutive subfunksjoner

- Arbeidshukommelse
- Tidsbegrep
- Planlegging
- Kognitiv fleksibilitet/bytte mellom ulike atferder
- Inhibitorisk kontroll/hemme impulser
- Indre tale
- Emosjonell regulering

HELSE SOR-ØST

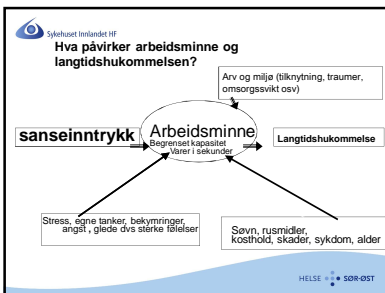
Sykehuset Innlandet HF

## Eksekutive funksjoner

### Arbeidshukommelse

- Holde og bearbejde informasjon kortvarig, "on line" i sekunder (fra 3 til 20 sek)
- Eks må si ting med en gang for ikke å glemme
- Vansker med å beregne tid
- Klarer ikke å opprettholde et fremtidig mål i tankene (utsatt belønning)
- Vansker med valg pga klarer ikke å holde flere muligheter opp mot hverandre

HELSE SOR-ØST



Sykehuset Innlandet HF

## Eksekutive funksjoner

### Planlegging

- Tenke seg til hvordan ting blir, forberede seg vanskelig
- Oversikt blir vanskelig → angst.
- Gjør ting på en lite organisert måter, starter før en har det en trenger klart, fullfører ikke
- Gjør ting i siste liten

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

## Eksekutive funksjoner

### Inhibering av automatisk respons/kognitiv kontroll

- Viktig for impuls kontroll
- Lav frustrasjonstoleranse, slutter i jobber, stadig nye kjæreste forhold, kjører for fort, raske ubetenksomme beslutninger, forstyrrer andre, emosjonell hyperreaktiv, irritabilitet...

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

### Eksekutive funksjoner

*Kognitiv fleksibilitet/hurtig bytte mellom ulike atferder/omstillingsevne*

- Klare ikke å "bytte gir" når noe uventet hender
- Prøver ikke alternative løsninger
- Har vansker med å lære seg nye rutiner
- "Hører ikke", klarer ikke koble ut egne tanker
- Vansker med å gjøre flere ting samtidig for eksempel kle på seg og snakke på likt oppleves som treg

HELSE • SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

### "Følelshjernen"

- Emosjonelle responser blir ubevisst og automatisk "lagret" i det **limbiske systemet** fra spedbarnsalder av, dvs før språket
- Samling av hjernestrukturer som har betydning for for eksempel sult, søvn, angst, seksuallyst
- Impulser fra det limbiske system blir ofte moderert i frontallappen, "varm eksekutiv funksjon"

HELSE • SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

### ADHD og kognitiv svikt

- Ca 50% har svikt ved nevropsykologisk testing, (nb strukturert testsituasjon)
- Kan ikke diagnostisere pga nevropsykologisk testprofil
- Opptil 65% av alle som hadde AD/HD som barn har fremdeles symptomer som voksne.
- Symptomprofilen hos voksne er mindre preget av hyperaktivitet og mer av oppmerksomhetsvansker og impulsivitet.
- Mange sliter med angst, depresjon (mer til for å oppleve glede/belønningssystemet...), emosjonelle problemer og rusmisbruk.

HELSE • SOR-ØST

Frontal cortex

Nucleus accumbens

Ventral tegmental area (VTA)

All drugs of abuse have in common that they act on the mesolimbic brain, frontal cortex, amygdala and hippocampus.

HELSE • SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

### ADHD og rusmisbruk

- Doblet risiko for rusmisbruk i voksen alder ved ADHD sammenlignet med normalbefolkningen (Biederman, 1995)
- Ca 20% av voksne med rusmiddelmissbruk har ADHD (Wilens, 2004)

HELSE • SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

Psychostimulant Treatment and Risk for Substance Abuse in Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: A Population-Based, Family Cohort Study

| Gender | ADHD, not treated (%) | ADHD, treated (%) | Controls (%) |
|--------|-----------------------|-------------------|--------------|
| Boys   | ~35                   | ~20               | ~10          |
| Girls  | ~15                   | ~10               | ~5           |

FIG. 3. Proportion of substance abuse among ADHD cases (treated and not treated with psychostimulant) and controls, by gender.

Significant effect of psychostimulant treatment of ADHD on development of substance abuse in boys but not in girls.

HELSE • SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

### Kognitiv svikt ved kronisk cannabisbruk

Tveit og Karlsen, 2010

- **Frontallappen har høyest tetthet av cannabisreseptorer (Lundqvist, 1995)**
- Eksekutive funksjoner, tempo og innlæring/hukommelse påvirkes negativt
- Effekten er doseavhengig
- Effekt på kognisjon varer 2-3 uker etter inntak (Iversen, 2005), stort sett reversibel
- Cannabis reduserer kognitiv fleksibilitet og forståelse av sammenhenger som er viktig for endring/rehabilitering.

HELSE • SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

### Kognitiv svikt ved rusmisbruk

- Kronisk misbruk har negativ effekt på kognisjon; oppmerksomhet, læring, hukommelse, rom-retning persepsjon, eksekutiv funksjon (inhibisjon, regulering, arbeidsminne og beslutningstaking)
- Svikten er i en viss grad doseavhengig
- Støttes av funn på fMRI (frontotemporal områder) (Wood et al, 2009)

HELSE • SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

### Redusert kognisjon hos rusmisbrukere

- Overdose med hypoksi
- Alkoholmisbruk i tillegg
- Vold med medfølgende hodetraumer
- Ernæring

HELSE • SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

Kognitiv funksjon hos ungdom med schizofreni eller ADHD

- Statens Senter for Barne- og Ungdomspsykiatri, 1992
- Bjørn Rishovd Rund
- Kjetil Sundet
- Pål Zeiner
- Grete Bryhn
- Merete Øie

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Demografiske data**

| SCHIZOFRENI | ADHD      | UNGDOM UTEN DIAGNOSE |
|-------------|-----------|----------------------|
| N=19        | N=20      | N=30                 |
| 14 gutter   | 20 gutter | 16 gutter            |
| 5 jenter    | 0 jenter  | 14 jenter            |
| 16,2 år     | 14,1 år   | 15,7 år              |

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**13 års oppfølging av ungdom med schizofreni og ADHD**

Merete Øie  
Sykehuset Innlandet HF  
Div psykisk helsevern

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Demografiske data oppfølgingsstudien**

| SCHIZOFRENI | ADHD      | FRISK KONTROLLGRUPPE |
|-------------|-----------|----------------------|
| N=15        | N=19      | N=30                 |
| 10 gutter   | 19 gutter | 16 gutter            |
| 5 jenter    | 0 jenter  | 14 jenter            |
| 27,7 år     | 25,8 år   | 27,6 år              |

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Hvem deltar i oppfølgingsprosjektet?**

**Schizofrenigruppen:**  
2 døde  
1 vil ikke delta  
16 deltar  
15 testet

**Normalgruppen:**  
Ingen døde  
30 deltar/testet

**ADHD-gruppen:**  
1 død  
19 deltar/testet

HELSE SOR-ØST

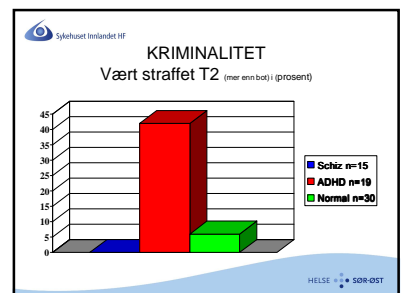
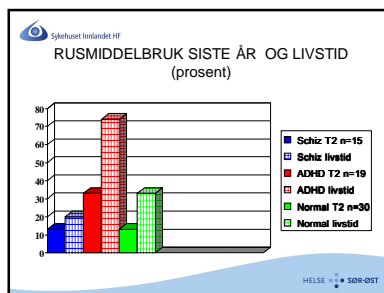
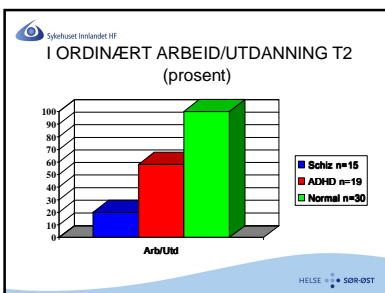
Sykehuset Innlandet HF

**Diagnoser oppfølgingsstudien**

**Schizofrenigruppen:**  
2 døde (11%)  
3 friske/ikke diagnose (16%)  
12 schizofreni (63%)  
1 ingen info  
1 bare svare skjema, ikke testet

**ADHD-gruppen:**  
1 død (5%)  
4 friske/ikke diagnose (20%)  
15 ADHD (75%)

HELSE SOR-ØST



Sykehuset Innlandet HF

**Øie, Sundet and Rund:**

*"Neurocognitive decline in early-onset schizophrenia compared to ADHD and normal controls: Evidence from a 13-year follow-up study"*

Schizophrenia Bulletin 2008

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Øie, Sundet and Ueland**

*"The relation between neurocognitive deficits and functional outcome in early-onset schizophrenia and ADHD: A 13-year follow-up study"*

Neuropsychology (2011), 25: 25-35

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Diskusjon ADHD**

- Inhibisjonsvansker kan medføre følelses-svingninger, mangel på tålmodighet, irritasjon osv som er nært korrelert med sosiale vansker (Rubia 2002)
- Kan føre til avvisning fra andre ungdommer og kontakt med andre "avviste" ungdommer
- Kan føre til at man lettere blir tatt av politiet, og at en får mindre nytte av hjelpen/rehabiliteringen

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Diskusjon ADHD**

- Strukturert testsituasjon som gjør det vanskelig å teste eksekutiv funksjon som vises i hverdagen?

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Diskusjon ADHD**

- 73% i ADHD-gruppen hadde ikke behandling ved T2
- Behandlingen stoppet da de var 18 år
- Vansker med selv å skaffe seg hjelp?
- Dårlig overføring fra BUP til DPS voksen?

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Kliniske implikasjoner ADHD**

- Bedre overgang fra barne- og ungdomspsykiatri til voksenpsykiatri
- Mer behandling rettet mot voksenliv i BUP (økonomi, arbeid, selvstendighet, selvregulering, rus)
- Risikoutsatte må få langsiktig og helhetlig/sammensatt hjelp tidlig

Ansvarsgruppe med godt tverrfaglig samarbeid  
Informasjon om kognitiv svikt til NAV, fastlege osv

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Kartlegging av kognisjon**

- Grundig diagnose og utredning av komorbide lidelser
- Spørreskjemaer (BRIEF, ASRS)
- Komparentopplysninger
- Evnevurdering (WAIS). Stemmer evnenivå med karakterer?
- Nevropsykologisk undersøkelse
- Ergoterapi - observasjon i hverdagen, dvs ikke bare på institusjon

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Behandling; Aller først.....**

- Hva har personen behov for og motivert for å få hjelp i, lag prioritertingsliste for eksempel planlegging? igangsetting? utførsel og gjennomføring? Gjelder det husarbeid, økonomi, orden hjemme, sosialt, utdanning/arbeid? Kald eller varm funksjon eller begge?
- Hva har personen forsøkt? Hvem kan hjelpe? Hva kan personen gjøre/lære seg selv og hva må personen ha hjelp av andre til? Bør andre være "hjernens direktør"?

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

**Utfordringer**

- Personen har lært lite organisering/strukturering og kognitive rutiner fra oppvekstmiljø-må lære alt fra start
- Redusert innsikt
- Redusert motivasjon
- Har mistet selvtillit, tror ikke at han/hun vil klare det selv
- Andre har fungert som "hjernens direktør"
- Rus og sedasjon fra medisiner
- Svingende psykiske problemer

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

## Hvem kan hjelpe?

- Fokus på kognisjon i andrelinjetjenesten/behandlingen
- Ergoterapeut/hjelpemidler
- Coach med erfaring mht psykiske lidelser
- Ambulant team/miljøarbeidere
- Økonomirådgivere
- Fokus i ansvarsgruppen
- Arbeidslivet; los, kvalifiseringsprogram osv
- Støttekontakt?

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

## Behandling

- Informasjon/PSYKOEDUKASJON
- Redusere faktorer som kan gi kognitive vansker (rus, søvnvansker, stress, kosthold, angst/bekymringer, smerter, komorbide lidelser..)
- Tilrettelegging av forhold hjemme/på skole/arbeidsplass/andre steder.
- Hjelpemidler/kompensering
- Medikamentell behandling? *Lager ikke i seg selv gode rutiner.*

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

## Behandling

- Risikoutsatte må få **langsiktig og helhetlig hjelp tidlig**
- **Individuell Plan: tydeliggjøre hvem som er koordinator** og som har ansvar for kommunikasjon mellom hjelpeinstansene
- **Ansvarsgruppe med godt tverrfaglig samarbeid**
- Aktuell faggrupper: Fastlege, NAV, psykiater, psykolog/nevropsykolog, rusmiddelteam, ergoterapeut, coach, advokat/gjeldsrådgiver
- Områder: Bolig, økonomi, aktivitetstilbud/arbeid/utdanning, psykisk helse, kognisjon, fysisk helse, samliv, foreldrerolle

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

## Mulige tiltak i arbeidslivet

- Skriftlige prosedyrer/støttesystemer
- Klare kriterier for hvordan noe skal gjøres
- Fast kontaktperson-hyppige og klare tilbakemeldinger
- Hjelp til prioriteringer
- Mange repetisjoner for å lære rutiner
- Tekniske hjelpemidler
- Hjelp til å organisere tidsbruk

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

## Konklusjon

- Kognitiv svikt kan være en av årsakene til rusmisbruker og også en følge av det.
- Kognitiv svikt kan vanskeliggjøre at en får vist evnene sine, kan gi redusert selvtilitt og sekundære psykiske vansker
- Hverdagen krever mange kognitive funksjoner, viktig å vite om styrker og svakheter
- Kartlegging og forståelse av kognitive funksjoner er viktig for å forebygge sekundære vansker

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

## Konklusjon

- Eksekutiv funksjonssvikt vil ofte ikke vises i en strukturert situasjon og observasjon i hverdagen, komparentinformasjon osv viktig
- Stryker og svakheter i eksekutiv funksjon (både varm og kald) vil legge føringer for hva som er best mulig behandling bør forklares til personen
- Noen med store kognitive vansker vil trenge kontakt med en stabil "assisterende direktør" gjennom livet dvs utenfor behandlingstilbud eller fengsel
- For andre bør fokus være på å etablere rutiner/vaner som aldri har vært innlært og kompenseringsteknikker

HELSE SOR-ØST

Sykehuset Innlandet HF

## Nyttig Litteratur om kognitiv svikt

- <http://www.ntnu.no/studenterservice/MESTRINGSHEFTE/studentler>
- Ueland og Øie, Kognitiv svikt ved psykiske lidelser, Psyk Opp, 2006/2010(www.psykopp.no)
- Når oppmerksomheten svikter: kognitive vansker ved depresjon og bipolar lidelse. Bruun og Straarup, 2008
- Medalia og Revheim: Dealing with cognitive dysfunction. NY, office of mental health, 2002
- Sverre Hoem: ADHD. En håndbok for voksne med ADHD
- Karlsten; "Hverdagslivets hukommelse"
- By; "Memo"
- Informasjonsheter fra Sunnaas Mestring og Treningssenteret

HELSE SOR-ØST