

Lathund: Låga testresultat

Denna text ger några exempel på möjliga problem som patient kan uppleva i vardagen, men ska **inte** ses som ett heltäckande eller absolut överensstämmande med patientens upplevda problem. Text i *kursiv stil* indikerar frågor som kan vara hjälpsamma vid vidare penetrering av patientens problematik.

Lågt resultat kan objektivt bekräfta att det i dagliga sysslor finns tecken på:

TMT A Nedsatt förmåga till enklare automatisk bearbetning, mentalt tempo, motoriskt tempo, koncentration och uppmärksamhet eller öga-handkoordination.

SDPT T.ex. långsamhet i tanke och utförande av dagliga uppgifter.

Enkel RT *Upplever du att du blivit långsammare i tanken? Upplever du att det blivit svårare att dra slutsatser eller reflektera? Svårare att hålla koncentration och fokus? Upplever du svårigheter med att läsa, skriva eller räkna? Upplever du att du blivit långsammare i utförandet av dagliga aktiviteter?*

Öga-handkoordination kan förslagsvis observeras under ett besök.

TMT B Nedsatt förmåga till mera krävande bearbetning med krav på tankeflexibilitet, delad uppmärksamhet och arbetsminne, t ex förmåga att sköta fjärrkontrollen till teven, reparera saker i hemmet, eller allmänt att kunna hantera problem och uppgifter en ställs inför.

Upplever du att det är svårt att skifta uppmärksamhet mellan två uppgifter? Blir du lätt störd och tappar bort vad du höll på med? Har du svårt att hantera olika uppgifter simultant, exempelvis hålla olika saker i minnet samtidigt såsom att tänka på arbetet/fritidsaktiviteter när du lagar mat och följer ett recept. Upplever du att det blivit svårare att hantera saker i hemmet? Exempelvis hantera fjärrkontrollen till TVn? Har det blivit svårare att reparera enklare saker i hemmet om något går sönder, ex byta glödlampor eller sy ihop ett hål i ett klädesplagg? Hur fungerar det att allmänt hantera uppgifter/problem som du ställs inför?

RAVLT Nedsatt förmåga till inläring (t ex svårt att lära sig hantera en ny mobiltelefon), episodminne (dvs komma ihåg händelser man varit med om tidigare/närliggande förflutna händelser) tidsorientering, rumsorientering, prospektivt minne (dvs minne för kommande händelser som möten, middagar med bekanta etc.), minne för instruktioner. Exempelvis: Glömmer ta mediciner eller glömt att medicin redan tagits och tar dubbel dos.

CERAD

Tycker du att det blivit svårare att lära dig nya saker? Ex hantera en ny mobiltelefon eller annan teknisk pryl? Hur fungerar det att komma ihåg vad du gjort nära i tid? Hur fungerar det att komma ihåg vad som sagts/pratats om nära i tid? Behöver du upprepa frågor för att du inte minns vad du fått för svar? Hur går det att hålla reda på dag/datum/tider mm? Behöver du skriva upp tider för att komma ihåg? Kommer du ihåg var du befinner dig och vart du ska? Händer det att du glömmer ta medicinen? Eller kan du bli osäker på om du tagit den?

Corsi

Nedsatt förmåga till visuell uppfattning, korttidsminne (t ex att komma ihåg ett telefonnummer medan man slår siffrorna), arbetsminne (att hålla en sekvens i minnet och samtidigt bearbeta den, t ex att kunna vända på en siffersekvens i minnet), koncentration och uppmärksamhet.

Hur fungerar det att hålla något i minnet samtidigt som du utför en uppgift, exempelvis komma ihåg ett telefonnummer medan du slår siffrorna? Eller skriver ner något som en person säger? Att hålla koncentrationen och uppmärksamheten samtidigt du utför en uppgift. Lyssna när en person pratar med dig samtidigt som du städar eller lagar mat.

Stroop

Komplex RT

Nedsatt förmåga att inhibera impulser vid krav på att fatta ett snabbt beslut (går långsammare att fatta korrekt beslut eller att det blir flera felaktiga och impulsiva beslut), nedsatt arbetsminne och förmåga till mera komplex bearbetning.

*Hur agerar du när du ställs inför frågor som kräver snabba beslut? (ex välja maträtt i lunchkän och måste bestämma sig snabbt).
Händer det att du ibland kan säga saker rakt ut, utan att du tänkt igenom det?
Reagerar din omgivning negativt på dina dina impulsiva kommentarer?
Uppliver du att din reaktionshastighet har blivit långsammare? ex att du reagerar långsammare än tidigare om du sätter en hand på en varm spisplatta?
Uppliver du svårigheter att uppfatta och värdera flera saker samtidigt? (ex vid bilkörning där någon springer ut på gatan och det finns bilar runt omkring som du behöver ta hänsyn till samtidigt som du snabbt måste agera snabbt för att inte riskera att köra på personen som springer över vägen).*

Cube

Clock

Nedsatt visuell perception (dvs svårt att uppfatta, tolka och analysera visuellt material), orienteringsförmåga eller apraxi (t ex svårigheter med att montera ihop en Ikeahylla).

*Skulle du kunna bygga ihop en Ikea-möbel självständigt med hjälp av en instruktion?
Har det blivit svårare att känna igen personer? Kan du exempelvis känna dig osäker när du möter människor på stan, vem det är?
Har du fått svårare att känna igen föremål och veta vad de används till?
Hur går det att orientera sig ute i samhället? Kan du beskriva vägen till...?
Tappar du bort dig ibland eller glömmer bort hur du förflyttar dig till en viss plats?*

FAS

Nedsatt förmåga att hitta ord, exekutiva svårigheter med att initiera, använda och växla strategier, förlångsammad bearbetning i tanken.

*Har det blivit svårare att hitta orden/namn på saker? Hur gör du för att lättare komma på vad du skulle säga? Känns det som att du blivit långsammare i tanken än tidigare?
Har du svårt att sätta igång med en uppgift, skifta fokus till en annan uppgift eller avsluta uppgiften? Uppliver du svårt att växla mellan olika strategier eller sätt att ta dig an ett problem? Upptäcker du när du kört fast med en uppgift och behöver prova nya lösningar på problemet/uppgiften? Hur gör du när du tar dig an en ny uppgift? Hur organiserar och prioriterar du ditt arbete, uppgifter eller dagliga sysslor?
När du har kört fast, har du svårt att hitta alternativa lösningar? Ge gärna exempel.*

Token

Nedsatt förmåga till verbal förståelse, exekutiva svårigheter, förlångsammad bearbetning i tanken. Svårt att följa resonemang.

*Har du fått svårare att förstå och tolka muntliga och eller skriftliga instruktioner?
Hur fungerar det att hänga med i olika diskussioner/resonemang?
Upplever du att det ofta blir missförstånd med din omgivning?*

Tower of Hanoi

Nedsatt förmåga till mera krävande bearbetning med krav på tankeflexibilitet, arbetsminne, särskilt planeringsförmåga, problemlösningsförmåga och strategiskt tänkande, samt förmåga att inhibera impulser.

*Har du svårare med problemlösning nu jämfört med tidigare?
Följer du din egen planering för dina dagliga/veckovisa aktiviteter? Hur brukar du göra för att ta kontakt med långsiktiga konsekvenser för att undvika kortsiktiga belöningar/beteenden som blir sämre långsiktigt, ex Långsiktigt mål; att bara äta godis på lördagar. För att lyckas med det behöver du stoppa sötsuget eller dina tankar på att "göra undantag bara idag" för att lyckas hålla dig till ditt mål "lördagsgodis".*

PASAT

Nedsatt förmåga till mera krävande bearbetning med krav på aritmetisk förmåga, informationsbearbetning samt vidmakthållen koncentration och uppmärksamhet och delad uppmärksamhet

*Klarar du att bibehålla uppmärksamhet och fokus på en uppgift som du upplever meningslös eller tråkig? Hur bär du dig åt för att hålla kvar fokus på en uppgift som pågår under en längre tid?
Upplever du svårigheter att hålla kvar en uppgift i minnet när du ombeds lägga till/addera saker till uppgiften? Exempelvis när du ombeds skriva ned vad en person säger samtidigt som du lägger till egna anteckningar och listar flera exempel på vad personen pratar om?
Upplever du det svårare att tänka i flera led, ex om du ombeds svara på en fråga men behöver modifiera innehållet och göra det mer pedagogiskt så att en annan åhörare så som ett barn kan förstå ditt svar.*