

The background features a vertical gradient from light purple at the top to light blue at the bottom. Scattered throughout are several realistic water droplets of various sizes, each with a highlight and a shadow, giving them a three-dimensional appearance. A faint, large, light-colored circular shape is visible in the upper center of the page.

# ANGST HOS ELDRE

ANKH



# ETIMOLOGY

- ❖ ANXIETAS ( LATINSK)
- ❖ ANGOR ( LATINSK)
- ❖ ANGER ( ENGELSK)
- ❖ ANGUISH ( ENGELSK)
- ❖ ANGINA PECTORIS
- ❖ STEDSNAVN I NORGE MED TRANGE SJØPASSASJER ( STAVANGER , LEVANGER, KAUPANGER)
- ❖ ORD “ ANGRE” – EN VOND, INDRE FØLELSE I FORBINDELSE MED VIRKELIG ANGER

# PANIKK





# ANGST

1. HVA ANGST BETYR

2. UTREDNING

3. BEHANDLING



# ANGST OG FRYKT

- **FRYKT** – OPPLEVELSE AV ANGST SOM KNYTTES TIL EN **IDENTIFISERBAR, VIRKELIG, IKKE INNBILT YTRE FARE**. STERKT FRYKT VIL MEDFØRE AT MAN TREKKER SEG UNNA ( **FLUKTREAKSJON**) ELLER GJØR SEG MEST MULIG “ USYNLIG” ( **FRYSREAKSJON** ) ELLER MAN REAGERER MED AGGRESJON SOM FORVAR ( **KAMPREAKSJON**)
- ANGSTBEGREPET ER ET UTVIDET BEGREP FORDI DET INKLUDERER ANGST SOM IKKE NØDVENDIGVIS KAN KNYTTES TIL NOE KONKRET I TILLEGG TIL FRYKT

# PATOLOGISK ANGST

SYKELIG/PATOLOGISK ANGST FORELIGGER:

- NÅR ANGSTEN BLIR STERKERE OG MER LANGVARIG ENN DET PERSON KAN MESTRE (TOLERERE)
- ANGSTEN BLIR URIMELIG STERK I SITUASJONER ELLER OVERFOR OBJEKTER HVOR DEN IKKE LENGER HAR NOEN FORNUFTIG FUNKSJON
- FORBUNDET MED NEGATIV PÅVIRKNING AV SOSIALE ELLER FUNKSJONSRELATERTE FORHOLD

| Kroppslige symptomer på angst |  |
|-------------------------------|--|
| Hjerte-kar                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>-palpitasjoner eller hjertebank eller forhøyet puls</li> <li>-brystsmerter eller ubehag i brystet</li> </ul>  |
| Respirasjon                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- pustevanskeligheter/tung for å puste</li> <li>- følelse for å bli kvalt</li> </ul>  |
| Gastrointestinale             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- kvalme eller ubehagelige mageplager ( følelser at magen vrir seg for eksempel)</li> </ul>   |
| Vegetative                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- svetting, tørr munn ( som ikke skyldes legemidler eller væsketap)</li> </ul>  |
| Setntralnervøse               | <ul style="list-style-type: none"> <li>-skjelvinger eller risting</li> <li>- opplevelse av svimmelhet, ustødighet, tendens til å besvime, eller en opplevelse av å være lett i hodet</li> </ul>  |
| Sensoriske og perseptuelle    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nummenhet eller prikkende-stikkende hudsensasjoner</li> <li>- Derealisasjon ( verden eller situasjon rundt omkring er uvirkelig) og/eller depersonalisasjon (følelse av å være utenfor seg selv)</li> </ul> |



# KOGNITIVE SYMPTOMER

## ❖ KATASTROFETANKER

- ANGSTEN FOR Å MISTE KONTROLLEN OVER SEG SELV OG SINE HANDLINGER
- SKREMMENDE TANKER OM AT MAN KAN VISE EN SKANDALISERENDE ATFERD ( Å BESVIME, Å BLI GAL)
- ANGST FOR Å DØ
- OPPMERKSOMHETEN BLIR SELEKTIV
- “FRAGMENTERINGSANGST”- INTENS ANGST OM Å GÅ I OPPLØSNING SOM INDIVID – SCHIZOFRENI , NEURODEGENERATIVE SYMPTOMER- HUNTINGTONS CHOREA

# ATFERDSMESSIGE ASPEKTER

## ❖ UNNVIKELSE

- TENDENS TIL Å UNNGÅ Å TENKE ELLER Å SNAKKE OM DET SOM UTLØSER ANGST. TENDENS TIL Å UNNGÅ TING OG SITUASJONER SOM SKAPER ANGST
- DETTE VIL FORSTERKE ANGST

| Angstlidelser                       | Spesielle karakteristika   |
|-------------------------------------|--|
| Panikk lidelse                      | Plutselig, anfallsvis angst, og ikke nyttet til en angst provoserende situasjon  |
| Sosial fobi                         | Angst for sosial eksponering   |
| Agorafobi                           | Angst for å være i situasjoner hvor man ikke kan flykte derfra ( buss, tog, torg bl.a.) Ved alvorlig agorafobi forlater en ikke hjemme sitt. |
| Spesifikk fobi                      | Angst knyttet til spesielle situasjoner eller objekter   |
| Generalisert angstlidelse ( GAD)    | Kronisk frittflytende angst med overdreven bekymringer for flere aspekter i livet  |
| Akutt stressreaksjon                | Akutt angst som varer i noen timer pga trauma  |
| Posttraumatisk angstlidelse (PTSD)  | Kronisk angst etter store psykologiske traumer med intense opplevelsen av den traumatiske hendelsen  |
| Belastningslidelse                  | Overdreven stressreaksjon på ytre belastninger   |
| Blandet angst og depressive lidelse | Det finnes både angst og depressive symptomer men de oppfyller kriterier for verken depresjon eller angst                                    |
| Voksen separasjonslidelse           | Angst for å være forlatt, å være alene   |

|   |  |
|---|--|
|   |  |
| Organisk angstlidelse ( F06.4)  | Symptomer som kan tyde på generalisert angst, panikklidelse eller kombinasjon av begge som oppstår som resultat av organisk lidelse som kan gi cerebral dysfunksjon  |
| F10-19 ( Psykiske lidelser og atferdsforstyrrelser som skyldes bruk av psykoaktive stoff) | F1x.0 Akutt intoksikasjon<br>F1x.3 Abstinens syndrom   |
| F42 Obsessiv- kompulsiv lidelse ( tvangslidelse)  |  |
| F45.2 Hypokondri  | Angst for sykdom   |
| F60.6 Engstelig ( unnvikkende) personlighetsforstyrrelser                                 | Personlighetsforstyrrelse kjennetegnes av vedvarende og gjennomgripende følelser av anspent og frykt, omfatning om at en er sosial klønede, lite personlig tiltrekkende , overdreven opptatthet av å kunne bli kritisert eller avvist i sosiale situasjoner o.s.v. |

PERSONER SOM EKSPONERES FOR FREMMEDE KULTURER: SOSIAL OG KULTURELL UTRYGGHET. DET KAN OPPLEVE ENSOMHET OG DE SLITER MED Å FORSTÅ OG Å LÆRE KULTURELLE NORMER. KROPPSLIGE SYMPTOMER ( TUNGT FOR Å PUSTE, SMERTER) OG DEPRESSIVE SYMPTOMER OPPSTÅR OFTE

| Kulturelle variasjoner på angstlidelser (WHO 1993)   |   |
|--|---|
| Dhat-syndrom ( India, Kina)  | Angstpreget bekymring for at hvitaktig sekresjon fra urinrøret kan påføre en invalidiserende skade  |
| Koro, jinjin, bemar suk yeong, suo-yang, ( Syd-øst Asia)<br>rabd ( Egypt)  | Penis skal trekkes seg inn i abdomen og medføre død.  |
| Latah ( Indonesia, Malaysia ) liknende tilstander: amurakh (Sibir), bah-tsi ( Thailand), imu ( enkelte steder- Japan) mali-mail eller lanti ( Filippine) | Uvanlig sterk respons på frykt eller trauma, angst for å miste sjelen pga overnaturlige fenomener med symptomer som ekkolali, ekkopraksi, |
| Nerfiza, nerves, nevra, nervios ( Egypt. Sentral og Syd-Amerika)   | Kronisk ekstrem angst eller sorg knyttet til stress og situasjoner som utløser sterke følelser.   |
| Pa-leng, frigofobi ( Taiwan, Sydøst Asia), frio, airefrios (Mellom og Syd Amerika)   | Angst for kulde og vind som man mener kan forårsake utmattelse, impotens eller død.   |

# UTREDNING

- HVIS DET OPPSTÅR EN TILSYNELATENDE TYPISK ANGSTLIDELSE FOR FØRSTE GANG HOS ELDRE ( FOR NOEN ETTER 45 ÅR) BØR MAN TA HENSYN TIL :

1. SOMATISK SYKDOM
2. SKADE
3. BIVIRKNINGER AV LEGEMIDLER
4. DEPRESJON? DEMENS?

# UTREDNING

- ANAMNESE ( RUSANAMNESE- ALKOHOL BL.A.)
- KOMPARENTOPPLYSNINGER
- INSTRUMENTELLE VERKTØY
- LEGEMIDDELANAMNESE
- SOMATISK UNDERSØKELSE ( FOKUS PÅ NEVROLOGISK UNDERSØKELSE, EKG , HØRSEL OG SYNSVANSKER)
- BLODPRØVER
- MR/CT CAPUT

# GAI ( GERIATRIC ANXIETY INVENTORY )

- EN 20 ITEM SKALA FOR KARTLEGGING AV ANGST SYMPTOMER
- 8-9 CUTT- OFF FOR ANGSTLIDELSE
- 10/11 CUTT-OFF FOR GAD



# HAD ( HOSPITAL ANXIETY DEPRESSION SKALE)

- 7 SPØRSMÅL OM ANGST OG 7 SPØRSMÅL OM DEPRESJON
- EN SKÅR FOR HENHOLDSVIS ANGST OG DEPRESJON MINST 11- SKJÆREPUNKT FOR AT DET FORELIGGER EN MODERAT TIL ALVORLIG PSYKISK LIDELSE
- EN SKÅR MELLOM 8-10 KAN TYDE PÅ MILDE FORMER

| Legemidler som kan gi angst som bivirkninger      |  |
|---|--|
| Antidepressiva                                    | Angst i begynnelsen, discontinuation syndrom           |
| Beta-blokker                                      | Ved seponering   |
| Fenylpropanolamina ( Rinexin)                     |  |
| Koffein, cola (kosthold)                          | Ved store mengder                                      |
| Kalsiumblokkere                                   |  |
| Digitalis   | Ved overdosering                                       |
| Dopamin (levodopa inkludert)                      |  |
| Insulin   | Ved overdosering                                       |
| Antipsykotika                                     | Akathisi   |
| Salicilater ( Albyl-E, Aspirin, Dispril, Globoid) |  |
| Steroider   |  |
| Tyroksin og liknende                              | Ved overdosering                                       |
| Østrogener  |  |
| Benzodiazepiner ( ved seponering )                | Hos eldre: amnesi, tendens til fall, forvirring        |
| Opioid analgetikum                                | Ved langvarig bruk abstinenssymptomer: angst, uro bla. |

# BENZODIAZEPINER

- PARADOKSALE REAKSJONER HOS ELDRE (URO, AGITASJON, VRANGFORESTILLINGER)
- CASUS : HUN KOM I FEBRUAR 2018, HUN STOD PÅ SOBRIL 70 MG DAGLIG , CIRCADIN 2 MG INNTIL 6 GANGER DAGLIG, IMOVANE 5 MG INNTIL 3 GANGER DAGLIG; TRUXAL 25 MG INNTIL 6 GANGER DAGLIG FREMTIL 2016
- I KOMBINAJSON MED OPIOIDER KAN GI DYP SEDASJON
- ❖ IMOVANE ( ZOPIKLON) : AVHENGIGHET, AGITASJON, SINNE, KOGNITIVE FORSTYRRELSER, SVEKKET HUKOMMELSE, ENDRET OPPMERKSOMHET, TALEFORSTYRRELSER.

# BLODPRØVER

FULL SCREENING MED FOKUS PÅ:

- HB, HCT
- ELEKTROLYTTER
- BLODSUKKER
- T4 OG TSH

❖ URINPRØVER

| Sykdommer som kan utløse symptomer ( via fysiologiske mekanismer) som kan forveksles med angstlidelser |   |
|--|---|
| Hjerte- og karsykdom   | Angina pectoris, hjertesvikt, rytmeforstyrresler  |
| Endokrine sykdommer  | Karsinoid syndrom, feokromocytom, hyper- og hypoparathyreoidisme ( depresjon er vanlig) hyper- og hypothyreose, hypokalsemi, hypofysesykdommer (derealisasjon og depersonalisasjon) |
| Immunologiske og relaterte sykdommer   | Polyarteritis nodosa, systemisk lupus, temporal artritt   |
| Metabolske sykdommer   | Anemi ( depresjon er vanlig også) , hyperkalemi, hypoglykemi, <b>hyponatremi</b> , porfyri, vitaminmangel, Wilsons sykdom ( depresjon er vanlig også)                               |
| Lungesykdommer   | Astma, KOLS, lungeemboli, pneumothorax  |
| Gastrointestinale sykdommer  | Irritabel tarm, inflammatorisk tarmsykdom   |
| Nevrologiske sykdommer   | Encefalitt, epilepsi ( temporallappene), multippel sklerose (depresjon og hypomani), restles legs syndrom (forveksles med primær angst), slag, TIA, tremor, Meniere sykdom          |
| Kreft  |   |

| <b>Andre psykiatriske sykdommer</b> |  |
|-------------------------------------|--|
| Depresjon                           | MADRS, GDS, Cornell skala for depresjon                |
| Delirium                            | CAM, 4AT   |
| Psykose                             | Hallusinasjoner, vrangforestillinger                   |
| Demens                              | MMSE, Klokketest, angst kan være en prodrom for demens |



➤ SUICIDALITET

➤ ANGST FOR Å FALLE



# BEHANDLING AV ANGSTLIDELSE

## GENERELLE TILTAK

- Å REDUSERE PÅ KOFFEIN INNTAK, NIKOTIN, ALKOHOL BL.A.
- TILTAK I FORHOLD TIL SØVN: SØVNHYGIENE. TA DIURETIKA TIDLIGERE PÅ DAGEN.
- FYSISK AKTIVITET.
- Å VURDERE OG Å BEHANDLE SOMATISK ÅRSAK.
- Å OPTIMALISERE BEHANDLING.



# PSYKOLOGISKE INTERVENSJONER

- DET ER VIKTIG MED TERAPEUTISK ALLIANSE
- PSYKOEDUKASJON
- ALDRING OG HELSE. NO: AVSLAPNINGSØVELSER
- KOGNITIV ATFERDSTERAPI
- INTERPERSONLIG TERAPI
- PROBLEMLØSNING TERAPI

# MEDIKAMENTELL BEHANDLING

- SSRI ( CITALOPRAM, ESCITALOPRAM )
- SNRI ( VENLAFAKSIN, DULOKSETIN )
- MIRTAZAPIN
- TCA ( CLOMIPRAMINE- ANAFRANIL I OCD , NORTRIPTILIN )
- BZD. KORT PERIODE ( OXAZEPAM)
- BUSPIRONE ( GAD)
- ANTIPSYKOTISK ( QUETIAPIN, RISPERIDON I GAD, PTSD)
- ANTIEPILEPTIKA ( GABAPENTIN I SOSIAL FOBI, LAMOTRIGIN I PTSD, PREGABALIN I SOSIAL FOBI OG GAD)



**TAKK FOR MEG**