

Af Mads Ted Drud-Jensen

Center for Udsatte Flygtninge

[www.integration.drc.ngo/cuf](http://www.integration.drc.ngo/cuf)

01.03.2024

## **PTSD øger risiko for demens, og det skal man være opmærksom på i arbejdet med ældre med flugtbaggrund**

---



**Personer med traumer og PTSD har en øget risiko for at udvikle demens, hvilket kan bidrage til udsathed blandt ældre med flugtbaggrund. Det viser nyere forskning, som samtidig peger på, at traume-behandling kan have en forebyggende effekt.**

Antallet af ældre med flugtbaggrund og minoritetsetnisk baggrund er stigende i Danmark. Sammenhænge mellem fattigdom, social marginalisering, ensomhed og sundhed betyder, at minoritetsetniske ældre generelt er mere udsatte ift. helbred, og ikke mindst hvad angår mental sundhed.

Særligt gruppen af ældre med flugtbaggrund kan være udsatte på grund af manglende familie og netværk samt lave pensioner og formuer. Desuden kan ældre med flugtbaggrund være i forhøjet risiko for psykiske lidelser blandt andet på grund traumepåvirkninger. Det anslås, at mellem 30 og 50 % af flygtninge i Danmark er påvirket af traumer, og forskning viser, at traumer og PTSD øger risikoen for demens.

Det bør man være opmærksom på i arbejdet med ældre med flugtbaggrund, og det kalder på pro-aktive tiltag i ældre- og sundhedssektoren.

## En voksende gruppe med behov for støtte

PTSD og demens er komplekse neurologiske tilstande, der begge kan have store konsekvenser for en persons livskvalitet. PTSD opstår som følge af alvorlige traumatiske oplevelser, mens demens er en progressiv neurodegenerativ lidelse, der påvirker kognition og hukommelse. Sammenhængen mellem disse to tilstande kalder på nærmere opmærksomhed og forståelse for at sikre bedst mulig forebyggelse, støtte, behandling og pleje.

Man kender ikke det præcise antal borgere med ikke-vestlige baggrund med demens i Danmark. Men et kvalificeret estimat baseret på data fra Danmarks Statistik og prævalensrater for demens fra befolkningsundersøgelser viser, at der er godt 2.000, og at antallet forventes at blive mere end tredoblet frem mod 2040.<sup>1</sup>

## Markant øget risiko for demens

Et studie af international forskning fra 2020 konkluderer, at personer med PTSD har en 61 % større risiko for at udvikle demens.<sup>2</sup> Enkelte af de gennemgåede forskningsprojekter når frem til, at PTSD fordobler risikoen. Studier finder konkret forhøjet risiko for demens blandt krigsveteraner, flygtninge og torturoverlevende.<sup>3</sup>

Forskning peger desuden på, at krigsrelaterede traumer kan være en særlig risikofaktor for udvikling af demens – flygtninge med PTSD, der har oplevet krig, kan således være i større risiko for at udvikle demens end flygtninge med PTSD, der ikke har været udsat for krigstraumer.<sup>4</sup>

Der er fortsat uklarhed om årsagssammenhænge mellem PTSD og demens og brug for yderligere forskning om dette.<sup>5</sup>

I betragtning af at PTSD-symptomer ofte fortsætter til sent i livet, og at PTSD er forbundet med ændringer i stress-respons-systemet, der kan medføre belastninger eller ændringer i hjernens struktur og påvirker områder med betydning for hukommelse og kognition, er der dog grund til at tro, at PTSD kan være forbundet med accelereret hjernealdning.<sup>6</sup> En anden mulig årsagssammenhæng er samtidig forekomst af depression, hovedskade eller medicinske komorbiditeter, der er forbundet med både PTSD og demens.<sup>7</sup>

Kendte faktorer, der i øvrigt øger risikoen for demens, er forhøjet blodtryk, diabetes, slagtilfælde, hjertekarsygdom og dårlige socioøkonomiske forhold. Alle disse risikofaktorer er generelt mere udbredt blandt etniske minoriteter.<sup>8</sup>

Demens kan også påvirke mennesker med tidligere traumer på særlige måder. Tidlig demens påvirker korttidshukommelsen, men efterlader langtidshukommelsen mere intakt. Det kan betyde, at demensramte særligt husker og genoplever øjeblikke fra årtier tidligere.<sup>9</sup> For flygtninge kan sådanne minder ofte være knyttet til traumatiske begivenheder.

## PTSD-behandling kan være forebyggende

Studier finder, at demens-risikoen for PTSD-ramte er lavere for veteraner end for den øvrige befolkning, og forskere forklarer dette med, at det sandsynligvis hænger sammen med, at en større andel af veteraner modtager behandling for PTSD, og at dette kan reducere risikoen for at udvikle demens.<sup>10</sup>

Tidlig identifikation og behandling af PTSD er således ikke blot vigtig for umiddelbar livskvalitet og almen sundhed på kort sigt, men måske også specifikt for forebyggelse af bl.a. demens på længere sigt.

Andre former for psykosocial støtte til bl.a. stresshåndtering, udvikling af personlige coping-strategier samt sund livsstil med motion, afbalanceret kost og god søvn er ligeledes vigtige forebyggende elementer.

## Udfordringer ved diagnosticering

Der kan være særlige udfordringer ved at stille demens-diagnoser hos personer fra minoritetsetniske grupper, og ofte går der flere år fra de første symptomer opstår, til diagnosen stilles.

Det kan blandt andet skyldes sproglige barrierer, manglende kendskab til sygdommen blandt minoritetsetniske grupper eller stigma vedrørende sygdommen. Derudover kan det skyldes udfordringer vedrørende den kognitive test, som bruges til at stille diagnosen, da den er rettet mod personer, som er født og opvokset i Danmark, og kræver kendskab til dansk sprog og kultur.<sup>11</sup>

Endelig kan diagnosticering udfordres af, at der kan være overlap mellem PTSD- og demenssymptomer.

Sammenlagt med, at udsatte borgere med flugtbaggrund kan have en svagere adgang til sundheds- og omsorgssektoren, kan det lede til en risiko for underdiagnosticering af demens og dermed manglende støtte.

Minoritetsetniske ældre med en demenssygdom opsøger i mindre grad kommunen for at få hjælp sammenlignet med ældre med dansk baggrund. Og når de endelig gør det, er det ofte relativt sent i forløbet.<sup>12</sup>

## Behov for fokus, kompetencer og samarbejde

Sammenhængen mellem PTSD og demens og en voksende gruppe af ældre med flugtbaggrund understreger betydningen af tidlig identifikation af traume-relaterede problematikker og PTSD-behandling.

Det er en blandt flere problematikker, der betyder et stigende behov for fokus i ældresektoren på personer med flugtbaggrund også i forbindelse med udredning, demensforløbsstøtte og pårørendesamarbejde.

Imødekomelsen af behov hos den voksende gruppe af ældre med flugt- eller minoritetsetnisk baggrund kalder på minoritetskompetencer, kultursensitivitet og traume-informerede tilgange i ældre- og sundhedssektoren, proaktive tiltag for styrkede sundhedskompetencer blandt etniske minoriteter samt nye samarbejder med såvel offentlige som civilsamfundsorganisationer.

---

<sup>1</sup> Nationalt Videnscenter for Demens, *Forekomsten af demens blandt etniske minoriteter*, <https://videnscenterfordemens.dk/da/forekomst-af-demens-blandt-etniske-minoriteter> (tilgået 20. dec. 2023)

<sup>2</sup> Gunak et al, "Post-traumatic stress disorder as a risk factor for dementia: systematic review and meta-analysis", i *British Journal of Psychiatry*, vol. 217 (5), 2020

<sup>3</sup> Ibid.

Kinzie. *Guidelines for psychiatric care of torture survivors*, 2011

<sup>4</sup> Folnegovič-Šmalc et al, "Psychotrauma related to war and exile as a risk factor for the development of dementia of Alzheimer's type in refugees", i *Croat Med J*, vol. 38 (3), 1997

---

<sup>5</sup> David Alves de Araujo Junior et al, "The association between post-traumatic stress disorder (PTSD) and cognitive impairment: A systematic review of neuroimaging findings," i *Journal of Psychiatric Research*, Vol. 164, 2023

<sup>6</sup> Yaffe et al, "Posttraumatic Stress Disorder and Risk of Dementia Among US Veterans", i *Arch Gen Psychiatry*, vol. 67 (6), 2010

<sup>7</sup> Ibid.

<sup>8</sup> Nationalt Videnscenter for Demens, *Forekomsten af demens blandt etniske minoriteter*, <https://videnscenterfordemens.dk/da/forekomst-af-demens-blandt-etniske-minoriteter> (tilgået 20. dec. 2023)

<sup>9</sup> NBC News, *Wartime trauma among Vietnamese refugees subject of new study*, 2022, <https://www.nbcnews.com/news/asian-america/wartime-trauma-vietnamese-refugees-subject-new-study-rcna12759> (tilgået 20. Dec. 2023)

<sup>10</sup> Gunak et al, "Post-traumatic stress disorder as a risk factor for dementia: systematic review and meta-analysis", i *British Journal of Psychiatry*, vol. 217 (5), 2020

<sup>11</sup> Nationalt Videnscenter for Demens, *Demens blandt etniske minoriteter*, <https://videnscenterfordemens.dk/da/demens-blandt-etniske-minoriteter> (tilgået 20. dec. 2023)

<sup>12</sup> Kommunal Sundhed, *Københavns Kommune bygger bro til etniske minoritetsældre med demens*, 20. februar 2024, <https://kommunalsundhed.dk/koebenhavns-kommune-bygger-bro-til-etniske-minoritetsaeldre-med-demens/> (tilgået 23. februar 2024).