

Lysbehandling - ved demens

D29416

 Utgave:
2.00

 Gjelder fra:
24.03.2018

Side 1 av 2

Hensikt og omfang

Sikre riktig gjennomføring av lysbehandlingen ved søvn- og atferdsforstyrrelser eller depresjon ved demens.

Ansvar/målgruppe

Behandlere, sykepleiere og miljøpersonell

Handling

Forberedelser

- Ved mani er lysbehandling kontraindisert
- Man bruker lampe med bordstativ som er godkjent for lysbehandling
- Enkelte kan klage over ubehag i øynene og hodepine, særlig de første dagene. Har man øyesykdommer bør man kontakte øyelege før lysbehandling igangsettes. Hos noen kan behandlingen utløse hypomanier/manier, spesielt hos pasienter som har bipolar lidelse.

Gjennomføring

- Pasienten orienteres av lege/ansvarlig helsepersonell om hensikten med og gjennomføringen av behandlingen
- Pasienten kan trenge tilsyn for å gjennomføre behandlingen
- Lyskilden settes på bordet ca. 50cm foran pasientens ansikt. Pasienten skal helst ha åpne øyne (trenger ikke se direkte på lyset).
- Eksponeringstiden er vanligvis daglig 30 minutter ved 10.000 lux (anbefales) eller 2 timer ved 2.500 lux.
- Noen personer vil kreve lengre eksponeringstid, mens andre vil kunne klare seg med kortere. Antall dager med lysbehandling vil avhenge av lidelsen.
- Etter oppnådd effekt kan vedlikeholdsbehandling vurderes (spesielt i mørketiden). Eksponeringstiden ved vedlikeholdsbehandling er vanligvis 10 minutter.

Anbefalingene ved depresjon

- Det kan være en fordel at pasienten får lysbehandlingen ved inntak av frokost (mellom kl. 9.00 til 11.00).
- En behandlingsserie varer fra 1 uke til flere uker. Vinterdepresjoner behandles ofte i 1-2 uker med godt resultat.

Utgave: 2.00	Lysbehandling - ved demens	D29416 Side 2 av 2
-----------------	-----------------------------------	-----------------------

Anbefalinger ved døgnrytmeforstyrrelser

- Tidspunkt for lysbehandling avgjør i hvilken retning døgnrytmen forskyves
- Lysbehandling gitt om kvelden vil forskyve døgnrytmen til et seinere tidspunkt, slik at man sover lengre om morgenen og sovner seinere om kvelden (enkelte kan ha vansker med å sovne rett etter lysbehandling derfor anbefales at behandlingen avsluttes 30-60 minutter før sengetid). Behandlingen er mest effektiv jo nærmere sengetid behandlingen gis.
- Lysbehandling gitt rett etter oppvåkning forskyver døgnrytmen i motsatt retning slik at man våkner tidligere neste dag. Behandlingen er mest effektiv jo nærmere oppvåkning behandlingen gis.
- Noen kan kreve regelmessig og langvarig bruk av lys

Oppfølging

Behandlingseffekt evalueres med QUALID, Døgnregistreringsskjema, NPI, MADRS og/eller Cornell før (ev. under) og etter behandling.

Referanser