



Af Marie Kirk,
Cand.psych. og ph.d.

PH.D.-STAFET

Hvad forsker danske psykologer i? Det skiftes de til at skrive om i denne ph.d.-stafet, hvor stafetten i hvert nummer gives videre til en ny forsker på et andet universitet. Her skriver Marie Kirk om sin ph.d. med titlen *Autobiographical Memory in Alzheimer's Disease*, der blev forsvaret 6. december 2017 på Aarhus Universitet.

Kan man skabe en genvej til fortiden hos personer med Alzheimers sygdom?

Alzheimers sygdom er den hyppigst forekomne demenssygdom og årsag til knap to ud af tre tilfælde af demens hos ældre. Ifølge Nationalt Videnscenter for Demens anslås det, at cirka 50.000 ældre danskere er ramt af den uhelbredelige neurodegenerative lidelse. Selvbiografisk hukommelsessvækkelse er et af de tidligste og sværeste symptomer ved Alzheimers sygdom, hvilket, som sygdommen forværres, resulterer i svært, hvis ikke totalt hukommelsestab, for nylige og tidligere begivenheder.

Selvbiografisk hukommelse henviser til vores evne til at genkalde selvoplevede, tids- og stedsbestemte situationer eller hændelser, som når vi genkalder os samtalen under middagen i går med familien eller mindes den første skoledag i barndommen. Det ikke at kunne tilgå sine erindringer kan have store negative konsekvenser. Vores selvbiografiske erindringer er ikke blot handlingsanvisende i og med, at de udgør det erfaringsgrundlag, hvorfra vi træffer beslutninger, men udvekslingen af vores selvbiografiske erindringer er også ofte det primære omdrejningspunkt ved socialt samvær. Det at dele minder og erindringer med andre er med til at styrke intimiteten og de sociale bånd. Vores erindringer udgør så at sige byggestenene i fortællingen om os selv nu og her samt over tid og er med til at skabe retning og kontinuitet i livet. Således konkretiseres vores forståelse af os selv, på godt og ondt, typisk gennem specifikke erindringer. Ikke overraskende har forskning da også vist, hvorledes selvbiografisk hukommelsessvækkelse kan være forbundet med identitetstab.

Min interesse i dette forskningsfelt opstod, da jeg i sin tid arbejdede som videnskabelig assistent ved Center for Selvbiografisk Hukommelsesforskning på Psykologisk Institut i Aarhus. Her blev jeg enormt inspireret af min ph.d.-vejleder på projektet, professor Dorthe Berntsen, som i årtier har forsket i, hvorledes selvbiografiske erindringer kan genkaldes på to forskellige måder [1]. Gennem flere studier har Berntsen vist, hvordan erindringer kan genkaldes *intentionelt* og *strategisk*, hvilket henviser til en genkaldelsesproces styret af eksekutive funktioner, som initieres bevidst og styres målrettet frem mod det, som man prøver at komme i tanke om, fx den første gang man mødte sin partner. Selvbiografiske erindringer kan dog også opstå *spontant*, som når en duft bringer et minde frem, eller man ser sin gamle klasselærer i supermarkedet og pludseligt bliver mentalt transporteret tilbage til 8. klasse i folkeskolen. Denne form for spontane genkaldelser er betinget af de rette ledetråde i vores miljø, såsom konkrete genstande eller personer, der har personlig betydning for os. Væsentligt i denne sammenhæng er fund, som viser, at spontan genkaldelse

er mindre kognitivt krævende end viljestyret genkaldelse.

I forbindelse med et projekt, der foregik i Den Gamle By i Aarhus, som huser en erindringslejlighed indrettet som et hjem i 1950'erne, oplevede jeg på nært hold, hvorledes ældre personer med demens spontant genkaldte episoder fra tidligere i deres liv, når de var omgivet af let genkendelige og specifikke ledetråde fra deres unge år. Denne observation stod i stærk kontrast til det, jeg ellers så, når jeg testede patienter med mere standardiserede selvbiografiske og episodiske test, hvor de hurtigt gav op eller fandt spørgsmålene for svære. Vi ønskede derfor bl.a. at undersøge mere systematisk, om det er muligt at skabe en form for genvej til fortiden hos personer med Alzheimer sygdom, når de præsenteres for de rette ledetråde.

Det skal nævnes, at der foregår mange spændende initiativer i demensplejen. Eksempelvis er erindringsformidling, også kaldet reminiscensterapi, hvor man forsøger at vække erindringer med henblik på at øge velvære og stimulere social interaktion, yderst udbredt. Til trods for den brede anvendelse har det dog i forskningsøjemed været vanskeligt at konkludere, om forskellige interventioner har en gavnlige effekt, ligesom det har været svært at isolere de faktorer, der eventuelt måtte virke [2]. Vi ønskede at bidrage med viden til feltet samt at blive klogere på nogle af de underliggende mekanismer, der kan være med til at stimulere hukommelsen hos personer med demens. Vi indhentede i alt data fra 50 personer med Alzheimers sygdom samt 50 ældre raske kontroldeltagere.

Som led i projektet undersøgte vi den temporale distribution af selvbiografiske erindringer hos personer med Alzheimers sygdom og raske ældre kontroldeltagere [3]. Forskning med midaldrende voksne og ældre viser generelt, at erindringer fra de sene barndomsår og frem til vi bliver 30 år, står særligt stærkt i vores hukommelse og udviser større resistens mod glemsel end erindringer fra andre livsperioder. Resultater vedrørende, hvorvidt samme forhold gør sig gældende for personer med Alzheimers sygdom, har derimod ført til modsatrettede resultater. Vi interviewede Alzheimer-patienter og raske ældre kontroldeltagere med et selvbiografisk interview (the Autobiographical Memory Interview), hvor man systematisk undersøger evnen til at genkalde selvbiografiske hændelser fra barndom til voksen nutid. Deltagere udførte desuden vores udgave af Galton-Crovitz testen, hvor de skulle rapportere den første erindring, de kom i tanke om (hvis nogen), når de blev præsenteret for hhv. ord og konkrete genstande. Vi fandt, at Alzheimer-patienter udviser signifikant bedre hukommelse for hændelser

fra deres unge år, dvs. barndom og tidligt voksenliv (indtil ca. 30 år), sammenlignet med mere recente erindringer. Resultater som disse er vigtige, idet de viser, at det giver god mening at forsøge at stimulere især erindringer fra patienternes unge år ved reminiscensaktiviteter i demensplejen.

I en anden del af projektet undersøgte vi mere systematisk [4], om spontan erindringsgenkaldelse ved hjælp af genstande fra den personlige fortid kan kompensere for nedsatte kognitive funktioner hos personer med Alzheimers sygdom og herved stimulere hukommelsen og dermed erindringerne. Sammen med en historiker udvalgte vi let genkendelige genstande fra deltagernes unge år, dvs. cirka 1950'erne, for at undersøge, om stærke ledetråde kunne hjælpe hukommelsen på vej. Resultaterne viste, at personer med Alzheimers sygdom fik flere og mere detaljerede erindringer, når de blev præsenteret for konkrete genstande fra deres unge år som ledetråde (fx et sjippetov med trægreb og drejesvirvel) sammenholdt med ord, der benævnte genstanden. Selvom raske ældre kontroldeltagere også havde gavn af at blive præsenteret for stærke ledetråde fra deres unge år, syntes fordelene på nogle punkter at være signifikant større i patientgruppen. Resultaterne er interessante, fordi de bl.a. viser, at den selvbiografiske hukommelsesvækelse ikke nødvendigvis er komplet statisk, og at man med de rette ledetråde kan skabe en form for genvej til fortiden hos personer med Alzheimers sygdom.

Ph.d.-projektet bestod også af et randomiseret kontrolleret studie [5], hvor vi undersøgte effekten af fem ugers reminiscensterapi på kognitivt funktionsniveau hos personer med Alzheimers sygdom. Resultater blev sammenlignet med en matchet kontrolgruppe, der ikke modtog reminiscensterapi. Mere specifikt undersøgte vi, om gentagne sessioner i en erindringslejlighed i Den Gamle By, Aarhus, hvor der samtales om forskellige emner med afsæt i den personlige fortid, ville have en positiv indvirkning på selvbiografisk hukommelse og kognition generelt. Interventionen foregik i Den Gamle By i Aarhus, der huser en 3-værelses erindringslejlighed, som er indrettet som et typisk hjem fra 1950'erne. Lejligheden udgør herved en tidslomme, hvor besøgende træder ind i et miljø fyldt med genstande og stimuli fra den tid, som generelt er bedst bevaret i erindringen, hvilket formodes at stimulere hukommelsen. På nogle af vores effektmål fandt vi bl.a., at ældre personer med Alzheimers sygdom efter intervention genkaldte længere og mere detaljerede erindringer. Undersøgelsen var dog ikke uden begrænsninger, og hvor ph.d.-projektet udelukkende fokuserede på post intervention-effekter,

vil vi i et kommende studie undersøge den umiddelbare effekt, dvs. engagement, humør og velvære under selve interventionen for at forstå, hvad der sker i selve de øjeblikke, hvor erindringerne opstår.

Eftersom den gennemsnitlige levealder stiger, vokser ældrepopulationen støt, hvilket betyder, at flere personer vil rammes af aldersbetingede neurodegenerative lidelser så som Alzheimers sygdom. Der er derfor behov for at undersøge, hvorledes vi kan styrke livskvaliteten hos de mange, som er berørt af sygdommen i det daglige. Jeg ser vores arbejde som et stærkt supplement til den forskning, som foregår inden for det medicinske felt, og er begejstret over, at vi gennem en række undersøgelser er med til at sætte spotlight på, hvordan man kan stimulere en form for genvej til fortiden og de tidligere erindringer hos ældre personer med Alzheimers sygdom ved at skabe associationer til konkrete genstande som personlige ejendele. Resultater som disse kan let omsættes i praksis, både i den offentlige demenspleje såvel som i hjemmene. ●

Referencer

- Berntsen, D. (2009). *Involuntary autobiographical memories. An introduction to the unbidden past*. Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Kirk, M. & Berntsen (submitted). The Life Span Distribution of Autobiographical Memory in Alzheimer's Disease. Manuscript submitted for publication.
- Kirk, M., & Berntsen, D. (2018). A Short Cut to the Past: Cueing via Concrete Objects Improves Autobiographical Memory Retrieval in Alzheimer's Disease Patients. *Neuropsychologia*. pii: S0028-3932(17)30247-6. doi: 10.1016/j.neuropsychologia.2017.06.034.
- Kirk, M. & Berntsen, D. (2017). Reminiscensterapi Kan Øge Velvære hos Personer med Demens. *Ugeskrift for læger*, 179, 28-33.
- Kirk, M., Rasmussen, K. W., Overgaard, S. B., & Berntsen, D. (submitted). Five Weeks of Immersive Reminiscence Therapy Improves Autobiographical Memory in Alzheimer's Disease: An Intervention Study. Manuscript submitted for publication.