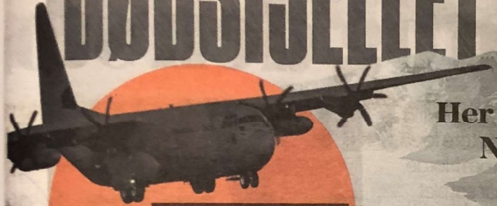


DØDSEJELLET KEBNEKAISE



Her mistet fem mennesker livet.
Nå har en varsler slått alarm.

HELG

Hercules-ulykken i 2012

IDAG
KAN DU VINNE
GULL FOR
10 000.

V G

NR. 267 • LØRDAG 28. SEPTEMBER 2019 • UKE 39 • KR. 40,00 • Dorsalg kr. 40,00

ALZHEIMER:

ER DU I FARE- SONEN?



Merethe Lian (44)

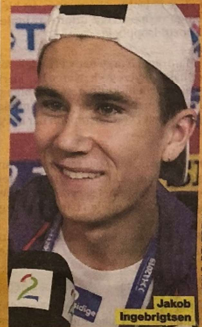
Thor Karlsen (63)

Merethes
far er rammet:
«Spørsmål om
tid for meg»

Norske forskere utvikler
blodprøve som kan gi svar

• SIDE 14, 15, 16 og 17

Friddretts-VM:



Jakob
Ingebrigtsen

ANKE- DRAMA



Karsten
Warholm

LEKTE SEG

• SPORTE

● Thor (63) og flere av hans søsken rammet av Alzheimer

Den tunge arven



STÅR SAMMEN: Thor Karlsen (63) har levd med Alzheimer i fire år. Datteren Mørethe er 44 år og regner det som sikkert at hun også vil få diagnosen.

Av JØNN KAALSTAD OG OLA VATN (foto)

Thor Karlsen fikk Alzheimer da han var 59 år. Hans datter tenker at hun har 15 gode år igjen, før hun også får diagnosen.

En norsk forskergruppe jobber nå med å finne ut om man kan forutse denne sykdommen med en enkel blodprøve.

Folketelsen anslår at det er 77 000 mennesker med demens i Norge.

Alzheimer er den vanligste formen.

Sofie Laurup er postdoktor og hovedforfatter i Evandro Faj Fangs forskningsgruppe på Universitetet i Oslo og Akorhus universitetstusjellus. Gruppen publiserer snart en mulig hypotese på hvordan man kan se om noen personer er predisponerte til å utvikle demens, deriblant Alzheimer.

Vi skrev om denne forskergruppen tidligere i år da de gikk ut med en stor nyhet på årsrapport i Nature Neuroscience. De påviste at naturlig forekommende stoff

er som stimulerer cellens evne til å fjerne skadede mitokondrier (cellens energiverk), kan bremse utviklingen av Alzheimer.

– Vi vet at når mennesker og dyr blir gamle, så reduseres nivået av stoffet NAD⁺ i kroppen. Parkinsons, Huntingtons disease og ALS.

– For i dag vet man ikke om NAD⁺ er en god biomarkør for om vi blir syke, men det jobber forskerne med nå.

Denne uken fikk Faj Fangs forskergruppe godkjenning fra det norske forskningsetiske komiteen til å bruke blodprøver fra personer

med Alzheimer og fra personer uten sykdommen, for å studere sammenhengen mellom NAD⁺ og alder i tillegg til kognitive funksjon, i den norske populasjonen.

– Vi vil gjerne undersøke om lavere nivå av NAD⁺ i blodet kan være en viktig biomarkør for lav kognitiv funksjon, som hukommelse og dermed en risikofaktor for Alzheimer, sier Faj Fang til VG.

Tidligere har de kun analysert hjernevev og de studiene har vist lavere nivåer av NAD⁺ hos perso-

ner med utviklet Alzheimers.

Blodprøvene de analyserer kommer fra personer som har deltatt i Tromsundersøkelsen, som har pågått siden 1974.

– Hvordan kan man eventuelt se at noen er predisponert for å utvikle Alzheimer?

– Vi sjekker om det kan være mulig å se lavere verdier av NAD⁺ hos personer før de har utviklet Alzheimer. Dersom dette er mulig, kan vi forhåpentlig forutse sykdommen tidligere og sette

inn bremsende tiltak tidligere, sier Laurup.

Der ligger de bygningsene som en gang huset Fredrikstad Mekaniske Verksted. Nå er det høyskole og lekre nye leiligheter på området som ligger tett på Glomma, på Krakerøy-siden.

Sånt sett er han kommet tilbake til gamle tomter etter å ha bodd i en enebolig med kona Sølvi (82) som han har vært gift med i 45 år.

– Det ble litt mye med både enebolig og hytta vår som

● Norske forskere: Håper blodprøve kan avsløre gåten



«Fremtiden vet jeg alt om. Men jeg vet ikke hvor lang tid det tar. Men til slutt er det helt mørkt.»

Thor Karlsen (63)

inn bremsende tiltak tidligere, sier Laurup.

Der ligger de bygningsene som en gang huset Fredrikstad Mekaniske Verksted. Nå er det høyskole og lekre nye leiligheter på området som ligger tett på Glomma, på Krakerøy-siden.

Sånt sett er han kommet tilbake til gamle tomter etter å ha bodd i en enebolig med kona Sølvi (82) som han har vært gift med i 45 år.

– Det ble litt mye med både enebolig og hytta vår som

her ved FMV, sier Thor og peker ut vinduet.

Der ligger de bygningsene som en gang huset Fredrikstad Mekaniske Verksted. Nå er det høyskole og lekre nye leiligheter på området som ligger tett på Glomma, på Krakerøy-siden.

Sånt sett er han kommet tilbake til gamle tomter etter å ha bodd i en enebolig med kona Sølvi (82) som han har vært gift med i 45 år.

– Det ble litt mye med både enebolig og hytta vår som

her ved FMV, sier Thor og peker ut vinduet.

Der ligger de bygningsene som en gang huset Fredrikstad Mekaniske Verksted. Nå er det høyskole og lekre nye leiligheter på området som ligger tett på Glomma, på Krakerøy-siden.

Sånt sett er han kommet tilbake til gamle tomter etter å ha bodd i en enebolig med kona Sølvi (82) som han har vært gift med i 45 år.

– Det ble litt mye med både enebolig og hytta vår som

her ved FMV, sier Thor og peker ut vinduet.

Der ligger de bygningsene som en gang huset Fredrikstad Mekaniske Verksted. Nå er det høyskole og lekre nye leiligheter på området som ligger tett på Glomma, på Krakerøy-siden.

Sånt sett er han kommet tilbake til gamle tomter etter å ha bodd i en enebolig med kona Sølvi (82) som han har vært gift med i 45 år.

– Det ble litt mye med både enebolig og hytta vår som

NAD⁺

● NAD⁺ er et organisk molekyl som spiller en viktig rolle i cellens stoffskifte.

● Når nivået av NAD⁺ reduseres med alderen vil cellene fungere dårligere. De vil ha dårligere evne til å utnytte energien i for eksempel glukose fordi mitokondriene fungerer dårligere.



«Det er ikke snakk om hvis jeg får Alzheimer. Det er snakk om når.»

Thor Kariens datter Merethe (44)

STRESSET PERIODE: - Akkurat nå er jeg inne i en stressa periode hvor jeg føler meg må rekke mye for jeg blir syk, sier Merethe Lian.

ligger på Koster. Når ting ble som det ble, sier han. Det Thor Karlson snakker om er helsehjelp som smykke opp med på tilsvarende. Den ting som ble som den ble var Alzheimer-diagnosen han fikk for fire år siden, da han var rundt 60 år.
Vier på bussen i den nye leiligheten til ekteparet Karlson. I tillegg til Thor og kona Solvi er også datteren Merethe Lian (44) og også med på intervjuet, av helt familiære årsaker. For slektning er nemlig svært avgjørende for denne familien. Spesielt moren til Thor.

Genetisk faktor
- Moren min var en av fire søstre, og tre av dem fikk Alzheimer. Den første antas å ha vært tidlig, så vi vet ikke om hun også hadde eller ville fått diagnosen.
Moren hans ble 82 år og han var så syk på slutten at han ikke klarte å få i seg mat.
Vi mistenker at hun hadde som følge av denne sykdommen, sier han.
I likhet med Thor fikk også moren diagnosen da hun var rundt 60 år. I tillegg hadde hun en annen søster i fru. Hun hadde greitt så vidt Alzheimer som lde påvist

ved 60-årsalderen, ifølge Thor. Ifølge Nasjonalforeningen for folkehelsen kan genetiske faktorer spille en rolle, og det er flere gener som gir økt risiko for utvikle Alzheimers sykdom.
Og med alle Alzheimer-tillfellene i Thor Karlsons moralfamilie er det mye som tyder på at arvelighet er fremtredende i deres familie.
Det er nok ikke tilfeldig at så mange i en nær familie får denne sykdommen, tror jeg, sier han.
Det er Merethe, datteren hans annerlig klar over.
Det er ikke snakk om hvis jeg får Alzheimer. Det er snakk om når, sier hun.

- Veldig trist
54-åringen jobber til daglig med pynt og ferdigprodukter, og har også jobbet på demensavdelinger.
- Siden det er så tett opphopning i vår familie, har jeg tenkt at det er arvelig.
Hva sier at han ikke merket noe på faren sin før han forfalte om det selv.
- Men jeg var nok litt analytisk. Han sier at han ikke merket noe på faren sin før han forfalte om det selv.
- Men jeg var nok litt analytisk. Han sier at han ikke merket noe på faren sin før han forfalte om det selv.

77 000
I dag har over 77 000 mennesker Hergo demens, og trolig vil sykdommen dobles fram mot 2040. Av alle som lever med demens i dag, anses det at rundt 4000 er under 65 år. Over 350 000 er nær pårørende til en med demens.

lei seg eller er det diagnosen», tenkte jeg. Men det var ingen klare ting. Hun syntes det er vondt at han må lære å leve alene.
- Man kan ikke hjelpe til eller gjøre noe. Det blir ikke bedre om han får en ekstra pute under hodet, det fungerer ikke. Det er veldig tungt for han å bære på dette her, spesielt fordi man vet hva det er, sier Merethe.
- Er det noe du er redd for?
- Nei, men jeg synes det var veldig trist. Og det er et skritt nærmere meg. Jeg håper bare det er lenge til jeg får det. Hvis jeg får dette like tidlig som pappa, har jeg bare li år

legen før jeg blir syk, og det føler jeg er litt kort tid.
- Akkurat nå er jeg inne i en stressa periode hvor jeg føler meg må rekke mye for jeg blir syk. Men det er jo ikke sikkert jeg blir det, sier Merethe, som har tre barn og kjæreste.
- Glemt lappene
- Når lde du klar over at du kunne ha Alzheimer, Thor?
- Det kjente jeg selv, for jeg har vært så var på det. Jeg har jo vært sikker på at jeg ville få det.
Og det var på jobben han skjønte det var noe alvorlig galt.
- Det var stadig e-stiler og ting som skulle bestilles og ingen har vel brukt så mange gule lapper som meg. Men så begynte jeg å glemme lappene. Da tok jeg grep og dro til fastlegen (L). Etter noen tester var det ingen tvil.

Da var Thor 50 år, og fortalte meg som hadde ligget tungt over han i mange år, var et faktum.
- Hvordan tok du beskjeden?
- Den første reaksjonen fikk jeg da jeg kjente igjen fra neurologisk status, på veien hjem. Men så tenkte jeg at det kan jeg jo ikke gjøre. Da jeg kom hjem, så kona, så hun var

to valg. Enten så gir vi opp, eller så prøver vi å gjøre det beste ut av situasjonen». Vi bestemte oss for det siste.
- Det var jo en nødutgang
- Jeg var på en måte forberedt, men det var jo en nødutgang å få beskjeden, sier kona Solvi.
De ringte straks til barna sine og informerte dem. Og åpenhet om Alzheimer er noe Thor mener er helt avgjørende.
- Da moran min ble dårlig, snakket ikke faren med oss ungdom om det. Det var veldig tungt og klat for oss da.
Derfor har han selv fortalt om sykdommen til venner og bekjente og fått mange positive tilbakemeldinger.
Han får støtte fra Mina Gerhardsen som mener åpenhet er svært viktig.

- Erfaringen er at det er lurt å være åpen om egen sykdom, slik at de som er rundt kan forstå hva som skjer og bidra. Vi har ingen bar mot demens, så helsehjelp er det vi kan bidra med å være på det som er godt i livet så lenge som mulig. Da er det viktig å mobilisere gode krefter rundt seg som kan bidra til



KONA STØTTER: Solvi (62) syntes det går bra i hverdagen, men hun lurte på om hun skal legge inn en app i mobilen som kan si henne hvor Thor er.



GLEMMER TING: - Jeg klarer meg bra i hverdagen men hvis jeg må engasjere meg i ting, så taker jeg det dårlig, sier Thor (63).



LEDER PROSJEKTET: Evando Fei Fang er leder for gruppen ved UIO og Akershus Universitetssykehus som forsker på demens. Foto: JOHN E. KAALSTAD

det, enten det er familie og venner, offentlige tiltak eller frivillige tilbud, sier generalsekretæren.
- Hvordan føler du deg nå, i forhold til hvordan du var for fire år siden og oppdaget at noe var galt?
- Det er ikke så lett å være på Thor at han er fire år lme et Alzheimer-forlop. Han fremstår rett og slett frisk i møte med VG, men forteller at slike møter tar på.
- Det er stor forskjell. Jeg glemmer jo mye mer, sier Thor.
Det er ikke så lett å være på Thor at han er fire år lme et Alzheimer-forlop. Han fremstår rett og slett frisk i møte med VG, men forteller at slike møter tar på.

Behov for forutslagsbarhet
Han forklarer at han nå er helt avhengig av forutslagsbare omgivelser. At bestikken i skuffene ligger det det skal. Bør som det ligger notatt, så finner han det ikke.
- Jeg endevener skuffen, men finner ikke det jeg skal ha. Og da tenker jeg, «haen, så ble det ikke poetisk tings».
- Jeg er vant fra mange av jobbene mine å lagre ting opp hodet. Men nå etter noe det å lagre noe der opp. Det bura forvirrer, sier han på klingende utførelse.
Etter at han fikk diagnosen fortsatte han å jobbe i en 60 prosent stilling i håp om at det ville gå greit. Da var medarbeider i frustet, og hadde

ikke lyst til å slutte å jobbe.
- Men det var mye prosjektarbeid, og jeg klarer ikke følge med.
- Hvordan føler du deg nå, i forhold til hvordan du var for fire år siden og oppdaget at noe var galt?
- Det er stor forskjell. Jeg glemmer jo mye mer, sier Thor.
Det er ikke så lett å være på Thor at han er fire år lme et Alzheimer-forlop. Han fremstår rett og slett frisk i møte med VG, men forteller at slike møter tar på.

Skriver opp gjøremål
Men det er bakkomsten som er det største problemet. Spesielt korttidsbakkomsten.
- På hytta spiller jeg gå med barnebarna. Spørsmål om ting som

har skjedd for fem år siden er jeg helt blank på. Men på spørsmål fra gammelt av, har ikke ungdom en sjans, sier 63-åringen, og hoster latter i stua.
Han forteller at han har skaffet seg en notatbok som han skriver i.
- Der skriver jeg opp alt jeg skal gjøre. Hvis det ikke står i boken, så glemmer jeg det. Det gjorde jeg aldri før.
Han kjører fortsatt bil og har ingen problemer med å finne frem.
- Men det øyeblikket jeg merker at jeg får problemer med bilkjøring, så trenger jeg ikke noen til å styre meg det. Da leverer jeg inn sertifikatet med en gang.
- Ikke noe håp
- Hvordan ser du på fremtiden?
- Den vet jeg så om. Men jeg vet ikke hvor lang tid det tar. Men til slutt er det helt mørkt. Så fremtiden er ikke lys, men vi må gjøre det beste ut av det, sier han usentimentalt.
Kona Solvi håper det tar noen år før det blir mørkt.
- Det er jo ikke noe håp med denne sykdommen. Det går en vei, sier hun.

Selv syntes det går bra i hverdagen, men hun lurte på om hun skal legge inn en app i mobilen som kan si henne hvor Thor er.

Galgenhumor viktig
Merethe tenker at en dag kommer «den første hendelse».
- Flutselig kan det skje noe, når han er ute og kjører bil på hytta alene, for eksempel, sier hun.
Samtidig er hun klar over at hun selv kan få diagnosen.
- Jeg har en veldig svart humor. Galgenhumor er nok mitt forsvær. I stedet for å bli lei meg og deprimeret bruker jeg humor og det er skam jeg taker tankene om fremtiden, sier hun.

Thor har du fått noen prognoser på forløpet av legene?
- Legen på Ullevål har sagt at det blir mørkt. At det kan gå 20 år til det blir mørkt. Og da svarer jo jeg så «det tror jeg på». Det er jo ingen som kan vite dette, men jeg har kanskje ikke fått den verste graden.
- Men for meg er Alzheimer, Alzheimer. Det er noe dritt vansett og utgangene er lik for alle.

Typiske symptomer på demens

- Spøkket hukommelse (hvis en pasient selv klager over glemmsomt drevet det seg sjelden om demens)
• Konstruksjonsvansker
• Tap av demneskraft
• Nedsatt evne til planlegging
• Nedsatt evne til abstrakt tenkning - en tar ting bokstavelig
• Språket endres og blir gjerne usammenhengende og repetierende
• Man vil kunne få problemer med enkle hverdags handlinger, som for eksempel påkledning
• En vil kunne få vansker med kontroll av blære og avføring
• Følelsesmessig ustabilitet, irritabilitet, mangende initiativ og endret sosial funksjonsevne

Evando Fang, personal copy