

Anhörigvård och demens

FAKTABLAD FRÅN SVENSKT DEMENSCENTRUM

Anhörigas insatser är ovärderliga

Idag har närmare 150 000 personer i Sverige en demenssjukdom. Antalet ökar i takt med att befolkningen åldras. Flera olika yrkesgrupper är delaktiga i vården och omsorgen men utan anhörigas och andra närståendes insatser skulle det inte fungera.

Samspel i vardagen

Demenssjukdomen innebär en gradvis förlust av minne, språk, tidsuppfattning och en rad andra viktiga förmågor. Med rätt stöd kan den drabbade ofta klara sin vardag ganska bra i början av sjukdomsförloppet. Anhöriga och andra närstående kan underlätta för personen med demenssjukdom genom att "ligga steget före" och underlätta moment i vardagen.

Det finns även hjälpmedel som delvis kan kompensera för svårigheter som sjukdomen ger upphov till.

Vanligt att känna sig otillräcklig

Efterhand blir anhörigvårdarens situation mer krävande, både psykiskt och fysiskt. Tillvaron beskrivs ofta som meningsfull och påfrestande på samma gång. Många anhöriga känner oro, otillräcklighet och skuld. Sömnbrist är vanligt. Umgänget med släkt och vänner blir ofta lidande.

Glöm inte bort din egen hälsa!

Forskning visar att anhörigvårdarens hälsa ofta är i riskzonen. Därför är det viktigt att tänka på sin egen hälsa, inte bara på den sjukes. Det finns stöd att få och som anhörig är det viktigt att veta vart man ska vända sig.

Olika typer av stöd

Genom socialtjänstlagen ska kommunerna erbjuda stöd till den som stödjer eller vårdar en person med

demenssjukdom. Hemtjänst och annat bistånd som beviljas till den sjuke kan också fungera som en avlastning för den anhörige.

Utbudet av insatser varierar mellan olika kommuner. Här är några vanliga exempel:

- Dagverksamhet
- Hemtjänst och avlösning i hemmet
- Rådgivning och utbildning
- Korttidsboende
- Samtalsgrupper
- Tekniska hjälpmedel
- Träffpunkter för anhöriga



För mer information om vilken hjälp som finns att få i din kommun – kontakta biståndshandläggare, distriktssköterska eller anhörigkonsulent.

Du är inte ensam

Många anhöriga till personer med demenssjukdom söker sig även till Demensförbundet, Alzheimerföreningen och Anhörigas Riksförbund. Genom deras lokalföreningar kan du få råd och stöd och utbyta erfarenheter med personer i liknande situation. De brukar även arrangera föreläsningar, studiecirkel och utflykter.

Demensförbundet, tfn: 08 658 99 20,
hemsida: www.demensforbundet.se

Alzheimerföreningen, tfn: 046 14 73 18,
hemsida: www.alzheimerforeningen.se

Anhörigas Riksförbund, tfn: 0474 40 400,
hemsida: www.ahrisverige.se

10 maj 2010 • Svenskt demenscentrum©

Fler faktablad på olika språk kan skrivas ut från Svenskt demenscentrums webbplats:
www.demenscentrum.se/Faktablad



Svenskt Demens Centrum

Svenskt demenscentrum, Gävlegatan 16, 113 30 Stockholm, 08 - 690 58 00, info@demenscentrum.se

www.demenscentrum.se