

# Bakıcı olarak hasta yakını ve demans

## İSVEÇ DEMENS MERKEZİNDEN BİLGİ FORMU

Anhörigvård och demens • faktablad på turkiska

### Hasta yakınları desteğine paha biçilemez

İsveç'te bugün neredeyse 160 000 kişide demans hastalığı bulunmaktadır. Nüfus yaşlandıkça bu sayı da artmaktadır. Sağlık ve bakım hizmetlerinde birçok farklı meslek grubu katkı vermektedirler, ama hasta yakınlarının ve yakın çevresindeki diğer kişilerin katkıları olmaksızın bu iş yürütülemez.

### Günlük yaşamda uyum

Demans hastalığı, bellek, dil, zaman algılaması ve bir dizi başka önemli yeteneklerin gitgide kaybı anlamına gelir. Doğru verilen bir destekle, hastalık seyrinin başında hasta genelde günlük yaşamını oldukça iyi sürdürebilir. Hasta yakınları, "bir adım önde" olmaya çalışmakla ve günlük yaşamın değişik aşamalarında destek olmakla kişiye kolaylık sağlayabilirler.

Hastalığın sebep olduğu güçlükleri kısmen kompense edebilecek yardımcı gereçler de vardır.

### Kendini yetersiz bulmak olağandır

Daha sonradan bakıcı hasta yakınının durumu hem psikolojik hem de fiziki yönden daha ağırlaşır. Yaşam genellikle anlamlı ve aynı zamanda yorucu olarak tanımlanmaktadır. Birçok hasta yakını endişe, yetersizlik ve suçluluk duygusu hisseder. Uykusuzluk olağandır. Akraba ve dost ilişkilerinde genellikle kırılmalar yaşanır.

### Kendi sağlığını unutma!

Araştırmalar, bakıcı hasta yakınının sağlığının genellikle risk bölgesine girdiğini göstermektedir. O nedenle kişinin sadece hastanın değil fakat kendi sağlığını da düşünmesi önemlidir. Bu konuda destek olanağı vardır ve hasta yakını olarak nereye başvurulacağına bilinmesi önemlidir.

### Değişik destek biçimleri

Sosyal Hizmet Yasası gereğince belediyelerin demans hastası olan birine yardım eden ve bakan kişiye destek sunmaları gerekir. Hastaya verilen ev hizmeti desteği ve başka yardımlar hasta yakınının yükünün

hafifletilmesi işlevini de görebilir. Sunulan destekler belediyelere göre farklılık gösterir. İşte buna birkaç örnek:

- Günlük faaliyet hizmetleri
- Ev hizmeti desteği ve evde bakımın başkasına devri
- Danışma ve eğitim
- Kısa süreli ikamet
- Konuşma grupları
- Teknik yardımcı gereçler
- Hasta yakınları için buluşma noktaları



Belediyenizden başka ne tür yardım alabileceğiniz konusunda daha geniş bilgi için – hasta yakını danışmanı, belediye yardım görevlisi ya da bölge hemşiresiyle irtibat kurun.

### Yalnız değilsin

Birçok hasta yakını Demans Birliği, İsveç Alzheimer Derneği ve Hasta Yakınları Birliği'ne de başvurmaktadır. Bunlara bağlı yerel dernekler vasıtasıyla danışma ve destek hizmeti edinebilir ve aynı durumda olan kişilerle deneyimlerinizi paylaşırsınız. Burada seminerler, eğitim kursları ve piknik faaliyetleri de gerçekleştirilmektedir.

*Demans Birliği:*

tel: 08-658 99 20 • [www.demensforbundet.se](http://www.demensforbundet.se)

*İsveç Alzheimer Derneği:*

tel: 046-14 73 18 • [www.alzheimersverige.se](http://www.alzheimersverige.se)

*Hasta Yakınları Birliği:*

tel: 010-155 70 60 • [www.ahrisverige.se](http://www.ahrisverige.se)

28 Nisan 2016 • İsveç Demans Merkezi©

Baska dillerde hazırlanmış daha fazla bilgi formları sveç Demans Merkezinin web sayfasından çıkartılabilir:  
[www.demenscentrum.se/Faktablad](http://www.demenscentrum.se/Faktablad)



Svenskt Demenscentrum

Svenskt Demenscentrum, Gävlegatan 16, 113 30 Stockholm, 08 - 690 58 00, [info@demenscentrum.se](mailto:info@demenscentrum.se)

[www.demenscentrum.se](http://www.demenscentrum.se)