

Familjarët kujdestarë dhe demenca

FLETË INFORMACIONI NGA QENDRA SUEDEZE E DEMENCËS

Anhörigvård och demenssjukdom • faktablad på albanska

Ndihma nga të afërmit është e paçmuar

Vlerësohet se gati 150.000 njerëz në Suedi vuajnë nga demenca. Me plakjen e popullsisë, numri po rritet. Shumë profesionistë të ndryshëm të kujdesit shëndetësor janë të përfshirë në kujdesin dhe mbështetjen e demencës, por përpjekjet e familjes dhe miqve janë gjithashtu thelbësore.

Puna në grup në jetën e përditshme

Demenca karakterizohet nga humbja graduale e të ashtuquajturave funksione kognitive, si kujtesa, gjuha dhe perceptimi i kohës. Me mbështetjen e duhur, shpesh është e mundur të përballohet mjaft mirë në fillimet e sëmundjes.

Të afërmit mund ta bëjnë më të lehtë, duke qëndruar “një hap përpara” dhe duke ofruar mbështetje në aspekte të ndryshme të jetës së përditshme. Ka mjete ndihmëse që mund të lehtësojnë disi vështirësitë që vijnë nga sëmundja.

Është e zakonshme të ndihesh sikur je i paafte

Situata për familjarin kujdestar bëhet gradualisht më e rëndë, si mendërisht ashtu edhe fizikisht. Jeta shpesh përshkruhet si kuptimplote dhe sfiduese në të njëjtën kohë. Shumë të afërm ndihen të shqetësuar, të pasigurt dhe fajtorë. Mungesa e gjumit është e zakonshme. Shoqërimi me familjen dhe miqtë shpesh kalon në plan të dytë.

Mos harroni të kujdeseni për shëndetin tuaj!

Studime tregojnë se shëndeti i familjarëve kujdestarë është shpesh në rrezik. Prandaj, duhet të keni parasysh se shëndeti juaj është po aq i rëndësishëm, sa shëndeti i personit për të cilin kujdeseni. Mund të kërkonit ndihmë dhe, si i afërm, është e rëndësishme të dini se ku të drejtoheni.

Lloje të ndryshme të ndihmës

Në përputhje me Ligjin për Shërbimet Sociale, komunat duhet të ofrojnë mbështetje për ata që ndihmojnë ose kujdesen për persona me demencë. Shërbimet e kujdesit në shtëpi dhe ndihma të tjera të

ofruara për individin me demencë, mund të sjellin gjithashtu pushim e lehtësim për familjarët. Mbështetja e disponueshme ndryshon midis komunave të ndryshme. Ja disa shembuj të zakonshëm:

- Grupe të kujdesit ditor
- Shërbime të kujdesit në shtëpi dhe kujdes lehtësues në shtëpi
- Këshilla dhe trajnime
- Akomodim afatshkurtër
- Grupe diskutimi
- Mjete ndihmëse teknike
- Mundësi takimesh për të afërmit



Kontaktoni me një punonjës të mbështetjes familjare ose të asistencës, për të marrë më shumë informacion mbi ndihmën që ofrohet në komunën tuaj. Mund të pyesni edhe një infermiere në shërbimin e kujdesit shëndetësor parësor në qendrën e kujdesit shëndetësor që vizitoni.

Nuk jeni vetëm

Shumë familjarë të personave me demencë drejtohen edhe tek organizatat si Shoqata e Demencës, Shoqata Kombëtare e Demencës me Trupa Lewy dhe Organizata e Kujdestarëve në Suedi. Mund të merrni këshilla dhe mbështetje, si dhe të shkëmbeni eksperiencën me të afërm të tjerë, përmes grupeve të tyre lokale. Disa grupe organizojnë ligjërata, rrethe studimore dhe ekskursionet.

Shoqata e Demencës (Demensförbundet):
www.demensforbundet.se

Shoqata Kombëtare e Demencës me Trupa Lewy (Riksförbundet Lewy body): www.lewybodysverige.se

Organizata e Kujdestarëve në Suedi (Anhörigas Riksförbund): www.anhorigasriksforbund.se

© Svenskt Demenscentrum

Informacion shtesë dhe materiale informuese në gjuhën shqipe, mund të gjenden në faqen zyrtare të Svenskt Demenscentrum: www.demenscentrum.se/al



Svenskt Demenscentrum

Svenskt Demenscentrum, Sveavägen 155, 113 46 Stockholm, (08) 690 58 00, info@demenscentrum.se

www.demenscentrum.se

Anhörigvård och demenssjukdom

FAKTABLAD FRÅN SVENSKT DEMENSCENTRUM

Anhörigas insatser är ovärderliga

I Sverige beräknas närmare 150 000 personer ha 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 så kallade kognitiva funktioner, till exempel minne, språk och tidsuppfattning. Med rätt stöd kan den drabbade ofta klara sig ganska bra i början av sjukdomsförloppet.

Anhöriga kan underlätta för personen genom att försöka "ligga steget före" och stödja olika moment i vardagen. Det finns även hjälpmedel som delvis kan kompensera för de svårigheter som följer av sjukdomen.

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 även 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 anhöriga. Vilket stöd som finns att få varierar från kommun till kommun. 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 anhörigkonsulent eller biståndshandläggare. Du kan även fråga en distriktssköterska på vårdcentralen.

Du är inte ensam

Många anhöriga till personer med demenssjukdom söker sig även till Demensförbundet, Riksförbundet Lewy body och Anhörigas Riksförbund. Genom deras lokalföreningar kan du få råd och stöd och utbyta erfarenheter med andra anhöriga. Vissa av dem arrangerar ibland även föreläsningar, studiecirklar och utflykter.

Demensförbundet:
www.demensforbundet.se

Riksförbundet Lewy body:
www.lewybodysverige.se

Anhörigas Riksförbund:
www.anhorigasriksforbund.se

2025 • Svenskt Demenscentrum ©

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



Svenskt Demenscentrum

Svenskt Demenscentrum, Sveavägen 155, 113 46 Stockholm, 08 - 690 58 00, info@demenscentrum.se

www.demenscentrum.se