

Njega članova porodice i demencija

INFORMATIVNI LIST SA ŠVEDSKOG CENTRA ZA DEMENCIJU

Anhörigvård och demenssjukdom • faktablad på bosniska

Doprinos članova porodice je neprocjenjiv

U Švedskoj se procjenjuje da blizu 150.000 osoba ima demenciju. Broj se povećava kako stanovništvo stari. Različite profesije su uključene u njegu i brigu, ali bez doprinosa članova porodice i drugih bliskih osoba to ne bi funkcionisalo.

Interakcija u svakodnevnom životu

Demencija podrazumijeva postepeni gubitak takozvanih kognitivnih funkcija, kao što su pamćenje, jezik i orijentacija u vremenu. Uz odgovarajuću podršku, oboljela osoba često može prilično dobro funkcionisati u početku toka bolesti.

Članovi porodice mogu olakšati osobi tako što će pokušati "biti korak ispred" i podržati različite aspekte svakodnevnog života. Postoje i pomagala koja djelimično mogu kompenzirati poteškoće koje prate bolest.

Uobičajeno je osjećati se nedovoljno

S vremenom situacija njegovatelja postaje zahtjevnija, kako psihički tako i fizički. Život se često opisuje kao važan i stresan u isto vrijeme. Mnogi članovi porodice osjećaju zabrinutost, nedovoljnost i krivicu. Nedostatak sna je čest. Druženje s rodbinom i prijateljima često pati.

Ne zaboravite na svoje zdravlje!

Istraživanja pokazuju da je zdravlje njegovatelja često u rizičnoj zoni. Zato je važno misliti i na svoje zdravlje, a ne samo na zdravlje bolesne osobe. Postoji podrška koja se može dobiti i kao član porodice važno je znati kome se obratiti.

Različite vrste podrške

Prema zakonu o socijalnoj zaštiti, općine trebaju ponuditi podršku onima koji podržavaju ili njeguju osobu s demencijom. Kućna njega i druga

pomoć koja se odobrava bolesniku također može služiti kao olakšanje za rodbinu. Koja podrška je dostupna varira od općine do općine. Evo nekoliko uobičajenih primjera:

- Dnevne aktivnosti
- Kućna njega i zamjena u kući
- Savjetovanje i edukacija
- Kratkoročni smještaj
- Grupe za razgovor
- Tehnička pomagala
- Mjesta susreta za rodbinu



Za više informacija o tome koja pomoć je dostupna u vašoj općini, kontaktirajte konzultanta za rodbinu ili službenika za pomoć. Također možete pitati medicinsku sestru u vašem zdravstvenom centru.

Niste sami

Mnogi rođaci osoba s demencijom također se obraćaju Savezu za demenciju, Nacionalnom savezu Lewy body i Nacionalnom savezu rodbine. Kroz njihove lokalne udruge možete dobiti savjete i podršku te razmijeniti iskustva s drugim rođacima. Neki od njih ponekad organiziraju i predavanja, studijske krugove i izlete.

Savez za demenciju (Demensförbundet):
www.demensforbundet.se

Nacionalni savez Lewy body (Riksförbundet Lewy body):
www.lewybodiesverige.se

Nacionalni savez rodbine (Anhörigas Riksförbund):
www.anhorigasriksforbund.se

© Svenskt Demenscentrum

Više informativnih listova na bosanskom jeziku može se preuzeti sa web stranice Svenskt Demenscentrum:
www.demenscentrum.se/bs



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