

مراقبت از بستگان و بیماری زوال عقل

برگه اطلاعات از مرکز زوال عقل سوئد

Anhörigvård och demenssjukdom • faktablad på persiska

برای استراحت بستگان فراهم کند. نوع و میزان این خدمات بسته به شهرداری‌های مختلف متفاوت است. برخی از رایج-ترین انواع حمایت‌ها عبارت از:

- مرکز فعالیت‌های روزانه
- خدمات مراقبتی در منزل و همچنین تعیین جایگزین جهت مراقبت بیمار به منظور استراحت بستگان
- مشاوره و آموزش
- اقامتگاه کوتاهمدت

- گروه‌های گفت و گو و تبادل تجربه
- تجهیزات کمکی، فنی و توانبخشی
- فرصت‌های گردهمایی برای بستگان



برای دریافت اطلاعات بیشتر در مورد کمک‌هایی که می‌توانید از شهرداری خود دریافت کنید، با مشاور مربوط به بستگان و یا با مسئول پرونده حمایتی تماس بگیرید. همچنین پرستاران مراکز بهداشت و درمان (vårdcentral) می‌توانند راهنمایی‌های لازم را ارائه دهند.

شما تنها نیستید

بسیاری از بستگان افراد مبتلا به بیماری زوال عقل از حمایت سازمان‌ها و انجمن‌هایی مانند انجمن زوال عقل، انجمن ملی لویی بادی و انجمن ملی بستگان بهره‌مند میشوند. از طریق این انجمن‌ها می‌توانید مشاوره و حمایت دریافت کنید، تجربیات خود را با سایر بستگان به اشتراک بگذارید و در برنامه‌هایی مانند سخنرانی، جلسات مطالعه گروهی و فعالیت‌های اجتماعی و گردشگری شرکت کنید.

انجمن زوال عقل Demensförbundet
www.demensforbundet.se

انجمن ملی لویی بادی Riksförbundet Lewy body
www.lewybodysverige.se

انجمن ملی بستگان Anhörigas Riksförbund
www.anhorigasriksforbund.se

© Svenskt Demenscentrum

نقش بستگان بسیار مهم و گران‌بهاست

تخمین زده می‌شود در سوئد حدود ۱۵۰,۰۰۰ نفر به بیماری زوال عقل مبتلا هستند و با افزایش سن جمعیت، این تعداد رو به افزایش است. اگر چه گروه‌های مختلفی از متخصصان در مراقبت از این افراد نقش دارند، اما بدون همکاری و کمک بستگان و نزدیکان، این روند عملاً امکان پذیر نخواهد بود.

همکاری و تعامل در زندگی روزمره

بیماری زوال عقل به معنای کاهش تدریجی توانایی‌های شناختی مانند حافظه، زبان و درک زمان است. با حمایت مناسب، فرد مبتلا می‌تواند در مراحل اولیه بیماری، زندگی روزمره خود را نسبتاً به خوبی مدیریت کند. بستگان می‌توانند با پیش‌بینی نیازها و پشتیبانی در جنبه‌های گوناگون زندگی روزانه، شرایط را برای فرد تسهیل کنند. انواع گوناگونی از ابزارهای کمکی در دسترس هستند که می‌توانند تا حدودی دشواری‌های ناشی از بیماری را جبران کنند.

احساس ناکافی بودن، امری رایج است

با پیشرفت بیماری، شرایط فردی که از بیمار مراقبت میکند (عضو خانواده یا نزدیکان) به تدریج از نظر روحی و جسمی دشوارتر می‌شود. زندگی در این شرایط اغلب همزمان هم معنادار و ارزشمند و هم طاقت فرسا توصیف می‌شود. بسیاری از اعضای خانواده و مراقبان احساس نگرانی، ناکافی بودن و احساس گناه می‌کنند. کمبود خواب نیز بسیار شایع است. همچنین روابط و رفت و آمد با بستگان و دوستان اغلب تحت تاثیر قرار گرفته و محدود می‌شود.

سلامت خود را فراموش نکنید

پژوهش‌ها نشان می‌دهد که سلامت افرادی که از بستگان خود مراقبت می‌کنند، در معرض خطر قرار دارد. بنابراین توجه به سلامت خویشتن به اندازه مراقبت از فرد مبتلا اهمیت دارد. خوشبختانه خدمات حمایتی متعددی برای این افراد در نظر گرفته شده است. آگاهی از این خدمات و نحوه دسترسی به آن‌ها بسیار مهم است.

انواع حمایت‌های موجود

بر اساس قانون خدمات اجتماعی، شهرداری‌ها موظف‌اند از افرادی که از بیماران مبتلا به زوال عقل مراقبت می‌کنند، حمایت کنند. خدماتی مانند مراقبت در منزل می‌تواند فرصتی

برگه‌های اطلاعاتی بیشتر به زبان فارسی را می‌توان از وبسایت
Svenskt Demenscentrum پرینت کرد:
www.demenscentrum.se/fa



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