

Уход за близкими и деменция

ИНФОРМАЦИОННЫЙ МАТЕРИАЛ ОТ ШВЕДСКОГО ЦЕНТРА ПО БОРЬБЕ С ДЕМЕНЦИЕЙ

Anhörigvård och demenssjukdom • faktablad på ryska

Вклад близких бесценен

По оценкам, в Швеции около 150 000 человек страдают деменцией. Их число увеличивается с увеличением возраста населения. Несколько различных профессиональных групп занимаются уходом за больными, но без усилий родных и иных близких людей это бы не сработало.

Взаимодействие в повседневной жизни

Заболевание деменцией включает в себя постепенную потерю так называемых когнитивных функций, таких как память, речь и восприятие времени. При правильной поддержке больной зачастую может довольно хорошо справляться на начальных этапах заболевания.

Близкие могут облегчить жизнь человека, стараясь «быть на шаг впереди» и поддерживая в различных моментах повседневной жизни. Существуют также вспомогательные средства, которые могут частично компенсировать трудности, вызванные заболеванием.

Многие чувствуют себя неполноценными

Со временем ситуация ухаживающего за близким становится все более сложной как в психологическом, так и в физическом плане. Жизнь часто описывают как наполненную смыслом и стрессом одновременно. Многие близкие испытывают беспокойство, чувство недостаточности и вины. Недостаток сна является распространенным явлением. Зачастую страдают отношения с семьей и друзьями.

Не забывайте о собственном здоровье!

Исследования показывают, что здоровье ухаживающих за близкими часто находится в зоне риска. Поэтому важно также думать о своем собственном здоровье, а не только о здоровье больного человека. Существует поддержка, и как ухаживающему близкому важно знать, куда обратиться.

Различные виды поддержки

В соответствии с законом о социальных службах, муниципалитеты должны оказывать поддержку тем,

кто поддерживает человека с деменцией или ухаживает за ним. Уход на дому и иная помощь, оказываемая больному человеку, также могут послужить облегчением для близких. Объем предоставляемой поддержки различается между муниципалитетами. Вот несколько распространенных примеров:

- Дневные мероприятия
- Уход на дому и временный уход на дому
- Консультации и обучение
- Краткосрочное размещение
- Группы общения
- Технические вспомогательные средства
- Места встреч для близких



Для получения дополнительной информации о том, какая помощь доступна в вашем муниципалитете, обратитесь к консультанту для близких или специалисту по оказанию социальной помощи. Вы также можете обратиться к участковой медсестре в поликлинике.

Вы не одиноки

Многие близкие людей, страдающих деменцией, также обращаются в Шведскую ассоциацию по деменции, Шведскую ассоциацию по тельцам Леви и Шведскую ассоциацию близких. В их местных отделениях вы можете получить совет и поддержку, а также обменяться опытом с другими близкими. В некоторых из них также иногда организуют лекции, учебные кружки и экскурсии.

Шведская ассоциация по деменции
(*Demensförbundet*): www.demensforbundet.se

Шведская ассоциация по тельцам Леви
(*Riksförbundet Lewy body*): www.lewybodysverige.se

Шведская ассоциация близких
(*Anhörigas Riksförbund*):
www.anhorigasriksforbund.se

© Svenskt Demenscentrum

Дополнительный информационный материал на русском языке можно распечатать на веб-сайте
Svenskt Demenscentrum:
www.demenscentrum.se/ru



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