

ኣለይቲ ስድራቤትን ዲመንሽያን ዲመንሽያ

መረዳእታ ወረቐት ካብ ሽወደናዊ ማእከል ዲመንሽያ

Anhörigvård och demenssjukdom • faktablad på tigrinja

ሓገዝ ናይ ቤተሰብ ብዋጋ ዘይትመን ኢዩ

ኣብ ሽወደን ኣስታት 150,000 ሰባት ሕማም ዲመንሽያ ከምዘለዎም ይግምገም። ዕድሙ ናይቲ ህዝቢ ኪውስኽ ከሎ እቲ ቍጽሪ ድማ ይውስኽ። ዝተፈላለዩ ሰብ ሞያ ክንክን ጥዕና ኣብ ክንክንን ደገፍን ሕማም ዲመንሽያ ይሳተፉ እዮም። ግን ጻዕሪ ስድራቤትን ፈተውትን ውን ኣገዳሲ እዩ።

ናይ ሓባር ስራሕ ኣብ መዓልታዊ ህይወት

ሕማም ዲመንሽያ፡ ቀስ ብቐስ ናይ ኣእምሮኣዊ ተግባራት ዝበሃሉ ከም ዝኸረፈ፡ ቋንቋን ግንዛቤ ግዜን ዘጠቓልል እዩ። ምስ ዝግባእ ደገፍ፡ መብዛሕትኡ ግዜ እቲ ሕማም ኣብ ዝጅምረሉ እዋን ኣዝዩ ጽቡቕ ጌርካ ከትዋጽኡ ይከኣል እዩ።

ቤተሰብ “ኣደ ስጉምቲ ንቕድሚት” ብምቕዳምን ኣብ ዝተፈላለዩ መዳያት መዓልታዊ ህይወት ደገፍ ብምሃብን ነገራት ከቃልሉ ይኽእሉ። ነቲ ብሰንኪ እቲ ሕማም ዝሰዓቡ ጸገማት ብኸፊል ክኸሕሱ ዝኽእሉ ሓገዞች እውን ኣለው።

ስምዒት ዘይብቑዕነት ልሙድ እዩ

እቲ ኩነታት ነቲ ኣላዩ ኣባል ስድራ ብብቑሩብ ብኣእምሮን ብኣካልን ዝደዳ ከቢድ ይኸውን። መብዛሕትኡ ግዜ ህይወት ብኣደ ወገን ትርጉም ዘለዎን ብኣደ ወገን ከኣ በዳሂትን ተባሂላ እያ እትግለጽ። ብዙሓት ኣዝማድ ጭንቀት፣ ዘይብቑዕነትን ውቕሳን ይስምዖም። ድቃስ ምስኣን ልሙድ እዩ። መብዛሕትኡ ግዜ ምስ ስድራቤትን ፈተውትን ዝግበር ማሕበራዊ ዝምድና ይጉዳእ።

ጥዕናኻ ባዕልኻ ምክንኻን ኣይትረስዕ!

መጽናዕታት ከምዘርእዎም መብዛሕትኡ ግዜ ጥዕና ኣለይቲ ስድራቤት ኣብ ኣደጋ ከም ዝኣቱ እዩ። ስለዚ፡ ጥዕና ናይቲ እትከናኸኖ ሰብ ጥራይ ዘይኮነ፡ ናይ ገዛእ ርእሰኻ ጥዕና እውን ኣብ ግምት ምእታው ኣገዳሲ እዩ። ደገፍ ከም ዘሎ ከምኡውን ከም መቕረብ ውን ደገፍ ንመን ከምትሓትት ምፍላጥ ኣገዳሲ እዩ።

ዝተፈላለዩ ዓይነታት ደገፍ

ብመሰረት ሕጊ ማሕበራዊ ኣገልግሎት፡ ምምሕዳር ኣከባቢታት ነቐም ንሕማም ዲመንሽያ ዘለዎ ሰብ ዝሕግዞ ወይ ዝከናኸኑ ደገፍ ክህባ ኣለዉን። ነቲ ሕማም ዲመንሽያ ዘለዎ ውልቀሰብ

ዝወሃብ ኣገልግሎት ክንክን ገዛን ካልእ ሓገዝን እውን ንኣባላት ስድራ ንእሽቶ ዕረፍቲ ክህብ ይኽእል። ኣብ መንጎ ዝተፈላለዩ ምምሕዳር ከባቢታት ዘሎ ደገፍ ይፈላለ እዩ። ገለ ልሙዳት ኣብነታት እነሆ፡

- ናይ መዓልቲ ክንክን ጉጅለታት
- ኣገልግሎት ክንክን ገዛን ክንክንን ንእሽቶ ዕረፍቲ ኣብ ገዛን
- ምኽርን ስልጠናን
- ናይ ሓዲር ግዜ መንበሪ
- ናይ ዘተ ጉጅለታት
- ቴክኒካዊ ሓገዞች
- ናይ ኣኼባ ዕድላት ንቤተሰብ



ብዛዕባ ኣብ ኮሙንኩም ዘሎ ሓገዝ ዝደዳ ሓበሬታ ንምርካብ ሓላፊ ጉዳይ ደገፍ ስድራቤት ወይ ሓገዝ ርኽቡ። ኣብ ማእከል ክንክን ጥዕናኻ ንኣንቲ ናይ ኣከባቢ ነርስ ክትሓትት እውን ትኽእል ኢኻ።

በይንኻ ኣይኮንካን

ብዙሓት ኣዝማድ ናይቶም ሕማም ዲመንሽያ ዘለዎም ሰባት ምስ ከም ማሕበር ዲመንሽያ ሃገራዊ ማሕበር ኣካላት ለዊን ሃገራዊ ኣለይቲ ሽወደንን ዝኣመሰሉ ትካላት እውን ይራኽቡ እዮም። ምኽርን ደገፍን ከምኡውን ምስ ካልኣት ኣዝማድ ብናይ ከባቢኦም ጉጅለታት ኣቢልካ ተመኩሮታት ምልውዋጥ ይከኣል ኢዩ። ገለ ጉጅለታት ኣስተምህሮታት፡ ዓንኬላት መጽናዕትን ዑደትን ይዳልዩ።

ማሕበር ዲመንሽያ (Demensförbundet):
www.demensforbundet.se

ሃገራዊ ማሕበር ኣካላት ሌዊ (Riksförbundet Lewy body):
www.lewybodiesverige.se

ማሕበር ኣለይቲ ሽወደን (Anhörigas Riksförbund):
www.anhorigasriksforbund.se

© Svenskt Demenscentrum

ተወሳኺ ሓበሬታን ወረቐቕትን ብትግርኛ ኣብ መርበብ ሓበሬታ ይርከብ፤ Svenskt Demenscentrum:
www.demenscentrum.se/ti



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