

Сімейні опікуни та деменція

ІНФОРМАЦІЙНИЙ ЛИСТ ВІД ШВЕДСЬКОГО ЦЕНТРУ ДЕМЕНЦІЇ

Anhörigvård och demenssjukdom • faktablad på ukrainska

Допомога родичів є безцінною

За оцінками, майже 150 000 людей у Швеції хворіють на деменцію. Ця кількість зростає зі старінням населення. У догляді та підтримці хворих на деменцію задіяні численні медичні працівники, але зусилля родини та друзів також відіграють важливу роль.

Командна робота в повсякденному житті

Деменція передбачає поступову втрату так званих когнітивних функцій, таких як пам'ять, мова та сприйняття часу. За належної підтримки часто можна досить добре впоратися з хворобою на початку.

Родичі можуть полегшити ситуацію, залишаючись «на крок попереду» та надаючи підтримку в різних аспектах повсякденного життя. Існують також допоміжні засоби, які можуть частково компенсувати труднощі, що виникають внаслідок хвороби.

Досить поширеним є відчуття неповноцінності

Ситуація для сімейного опікуна поступово стає вимогливішою, як психічно, так і фізично. Життя часто описується як змістовне та складне одночасно. Багато родичів відчувають тривогу, некомпетентність та провину. Поширеним явищем є нестача сну. Часто страждає спілкування з родиною та друзями.

Пам'ятайте про власне здоров'я!

Дослідження показують, що здоров'я членів сім'ї, які здійснюють догляд, часто перебуває під загрозою. Тому важливо також дбати про власне здоров'я, а не лише про здоров'я людини, за якою Ви доглядаєте. Допомога доступна, і родичам важливо знати, куди можна звернутися.

Різні види підтримки

Відповідно до Закону про соціальні послуги, муніципалітети повинні пропонувати підтримку тим, хто допомагає або доглядає за людиною

з деменцією. Послуги догляду вдома та інша допомога, що надається особі з деменцією, також можуть забезпечити перепочинок для родичів. Доступна підтримка відрізняється залежно від муніципалітету. Ось кілька поширених прикладів:

- Групи денного догляду
- Послуги з догляду на дому та тимчасовий догляд на дому
- Консультації та навчання
- Короткострокове розміщення
- Дискусійні групи
- Технічні засоби
- Можливості для зустрічей родичів



Щоб дізнатися більше про доступну допомогу у вашій громаді, зверніться до фахівця із сімейної підтримки або соціального працівника. Ви також можете звернутися до дільничної медсестри у Вашому медичному центрі.

Ви не самотні

Багато родичів людей із деменцією також звертаються до таких організацій, як «Асоціація з питань деменції», «Національна асоціація тільців Леві» та організація «Національна асоціація родичів хворих». Ви можете отримати консультацію та підтримку, а також обмінятися досвідом з іншими родичами у місцевих групах. Деякі групи організують лекції, навчальні гуртки та екскурсії.

Асоціація з питань деменції (*Demensförbundet*):
www.demensforbundet.se

Національна асоціація тільців Леві (*Riksförbundet Lewy body*): www.lewybodiesverige.se

Національна асоціація родичів хворих (*Anhörigas Riksförbund*): www.anhorigasriksforbund.se

© Svenskt Demenscentrum

Більше інформації та інформаційних бюлетенів українською мовою доступні на вебсайті Svenskt Demenscentrum: www.demenscentrum.se/uk



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