

Demenssjukdomar

Information, tips och råd om minnessvikt och demenssjukdomar
samt information om vilket stöd du som anhörig kan få
Strömstads kommun



*"Om en demenssjukdom diagnostiseras
kan hjälpmedel och en rad andra insatser
underlätta vardagen."*

Vad är demens?

Demens är ett samlingsnamn för en rad symptom som orsakas av hjärnskador. Det kan yttra sig på olika sätt beroende på vilka delar av hjärnan som drabbas.

Symtom

Vanligen försämras minnet och förmågan att planera och genomföra vardagliga sysslor. Språk, tidsuppfattning och orienteringsförmåga är andra så kallade kognitiva förmågor som påverkas negativt. Även irritation, oro, nedstämdhet och beteendeförändringar kan tillhöra sjukdomsbilden.

Sammantaget leder symptomen till att den sjuke får allt svårare att klara sin dagliga livsföring utan stöd från omgivningen när en allt större del av hjärnan skadas.

En växande folksjukdom

Varje år insjuknar uppemot 25 000 personer i en demenssjukdom. De allra flesta är äldre, demens är sällsynt före medelåldern. Efter 65 års ålder ökar risken betydligt – var femte person över 80 år är drabbad. Det totala antalet demenssjuka i Sverige beräknas till närmare 150 000 personer, en siffra som kommer att stiga i takt med att den äldre befolkningen ökar i antal.

Det bedrivs mycket forskning kring demenssjukdomar men i dag finns det inget botemedel mot sjukdomen, vars förlopp slutligen leder till döden.

År 2030 beräknas 180 000 personer ha en demenssjukdom, 2050 kan så många som 250 000 vara drabbade – om dagens befolkningsprognoser slår in och inget botemedel har utvecklats till dess.



Skillnad mellan normal glömska och tecken på en demenssjukdom

- Det är normalt att glömma bort en avtalad tid för att senare komma ihåg det.
- Det är ett varningstecken att glömma bort var man är på väg eller vem man precis har pratat med.
- Det är normalt att glömma bort att sätta på kaffebruggaren.
- Det är ett varningstecken att ha problem med att ladda och sätta på kaffebruggaren.
- Det är normalt att inte få med sig regnkläder, fast det ser ut att bli regn.
- Det är ett varningstecken att ta på sig sommarkläder när det är vinter.
- Det är normalt att glömma bort var man lagt sina glasögon.
- Det är ett varningstecken att ställa saker på platser där de inte hör hemma. Till exempel att lägga plånboken i kylskåpet.
- Det är normalt att ta fel på datum eller att inte hitta till nya platser.
- Det är ett varningstecken att inte veta vilken månad eller år det är eller när det är svårt att kunna skilja på dag och natt eller gå vilse i sitt närområde och inte hitta hem.
- Det är normalt att bli ledsen och ha en dålig dag.
- Det är ett varningstecken att ha humörsvängningar utan konkreta anledningar från ena stunden till den andra.
- Det är normalt att ha dagar när man inte orkar någonting.
- Det är ett varningstecken att hela tiden vara passiv i sin vardag eller att inte klara planera och göra saker man tidigare gjort.



Olika typer av demenssjukdom

Det finns flera olika typer av demenssjukdom. De vanligaste demenssjukdomarna är Alzheimers sjukdom och vaskulär demens.

Alzheimer sjukdom står för 60–70 procent av samtliga fall. Sjukdomen gör att hjärnceller gradvis förtvinar och dör i onormal omfattning på grund av olika proteinansamlingar i och mellan hjärncellerna. Hela storhjärnan drabbas, men framför allt hjäss- och tinningloberna. Symptomen kommer ofta smygande och tilltar efterhand. Tidiga symtom är svårigheter att minnas händelser i närtid, koncentrationssvårigheter, lätta språkstörningar och nedsatt orienteringsförmåga. Idag finns symptomlindrande läkemedel men inget botemedel.

Vaskulär demens kan även kallas blodkärlsdemens. Demenssymptomen kommer ofta plötsligt och märkbart, som orsakas av proppar eller blödningar i hjärnan, vilket leder till syrebrist och hjärnceller i hjärnan dör. Hur sjukdomen yttrar sig beror på vilka delar av hjärnan som skadats. Tillståndet kan vara stabilt en period för att sedan försämrats igen vilket ger ett trappstegsliknande förlopp.

Blanddemens Det är vanligt att personer har mer än en demenssjukdom. Ibland kan det till och med vara svårt att avgöra om det är primärdegenerativa eller vaskulära orsaker som ligger bakom demenssymptomen, det gäller särskilt i de högre åldersgrupperna. Studier har visat att en majoritet av personer med diagnosen vaskulär demens haft alzheimorförändringar i hjärnan.

Lewy Body demens har tidiga tecken i form av trötthet, sömnrubbnings, nedsatt uppmärksamhet och bristande orienteringsförmåga, här kommer minnesstörningar senare i förloppet.

Frontallobsdemens har ett smygande sjukdomsförlopp. Tidiga tecken är personlighetsförändringar, bristande omdöme eller nedsatt språklig förmåga.

Även alkoholmissbruk, B12-brist och en rad andra saker kan i en del fall leda till demens. Vissa av dessa så kallade sekundära sjukdomar är behandlingsbara. Därför är det alltid viktigt att utreda vad som orsakar demens.

Utredning vid misstänkt demenssjukdom

Kontakta din vårdcentral vid misstanke om demenssjukdom. På vårdcentralen gör man en basal demensutredning som innehåller provtagning, testning, undersökning och information.

Att utreda demens handlar om att sätta rätt diagnos och att utesluta andra möjliga orsaker till patientens symptom. Om en demenssjukdom diagnostiseras kan läkemedel i vissa fall lindra symtomen. Hjälpmedel och en rad andra insatser kan underlätta vardagen. Om en person insjuknar före 65-års ålder eller om det är särskilt svårt att ställa diagnos kan läkaren skriva en remiss för utvidgad demensutredning till närmaste minnesmottagning.

Mer information finns på [Vårdguiden 1177.se](http://Vardguiden1177.se)

Framtiden

Vad händer när den som är sjuk inte längre klarar att utföra vardagliga saker?

Framtidsfullmakt

Tanken med en framtidsfullmakt är att det ska vara möjligt att själv bestämma vem som ska fatta beslut åt dig i framtiden, om och när du själv inte längre är beslutskapabel. Framtidsfullmakten är i första hand ett alternativ till god man och förvaltare.

Mer information finns på demensforbundet.se eller hos din bank

God man eller förmyndare

Personer med särskilda behov kan behöva få hjälp att företräda sina intressen och sköta sin ekonomi av en ställföreträdare, det vill säga god man, förvaltare eller förmyndare.

Mer information finns på stromstad.se/godman

Hjälp och stöd i Strömstads kommun

Demenssjuksköterska

Strömstads kommun har en demenssjuksköterska som arbetar kommunövergripande och samverkar med vårdcentralerna, arbetsterapeuter, biståndsenheten och andra aktörer inom kommunen som riktar sig till personer med demenssjukdomar och dess anhöriga. Hon kan ge råd, stöd och information kring demenssjukdomar och hänvisa till ytterligare hjälp och stöd. Hon håller i anhöriggrupper och gör även hembesök.

Hjälpmedel

Arbetsterapeuter vid vårdcentralerna eller kommunen kan ge råd och information kring hjälpmedel som kan underlätta vardagen för personer med demenssjukdom.

Bistånd

Om du är i behov av hjälp och inte kan tillgodose dina behov eller få dem tillgodosedda på annat sätt har du rätt att söka bistånd. Det kan vara ledsagning, avlösning, trygghetslarm, hemtjänst, dagverksamhet, korttidsvård, eller vård- och omsorgsboende. Kommunens biståndshandläggare utreder ditt individuella behov av hjälp och fattar beslut.

Mer information och ansökan finns på stromstad.se/aldre

Avlösning – ett stöd för anhöriga

Alla behöver någon gång få egen tid, tid för att vila eller för aktiviteter på egen hand. I Strömstad erbjuder vi avgiftsfri avlösning tolv timmar per månad efter bistånds-bedömning. Om de tolv timmarna inte upplevs räcka kan du få avlösning i ytterligare tolv timmar. Dessa tillkommande timmar är avgiftsbelagda. Du ansöker även om avlösning hos en biståndsbedömare.



Dagverksamhet

Här kan personer med mild till måttlig demenssjukdom få meningsfulla aktiviteter tillsammans med andra och få struktur på dagen. Dagverksamhet kan vara ett tidigt stöd innan personen har behov av vård- och omsorgsinsatser eller ett komplement till insatser av hemtjänsten för att den sjuke ska kunna bo kvar hemma. Dagverksamheten kan följa personer över tid och verka för att de får insatser vartefter deras behov förändras och kan erbjuda avlastning för anhöriga. Du ansöker om dagverksamhet hos kommunens biståndshandläggare.

Anhörigstöd

Du som anhörig är en viktig resurs för din närstående som stöd och hjälp i vardagen. Men även du som anhörig behöver få stöd och hjälp! Det kan vara information om vad kommunen kan erbjuda den du vårdar och någon att prata med för råd och stöd. Samtal kan se enskilt eller i grupp. Det ordnas även träffpunkter, anhörigkafé och anhörigcirklar.

Mer information finns på stromstad.se/anhorigstod

Patient- och anhörigorganisationer

Ta gärna kontakt med någon av patient- och anhörigorganisationerna. De har lokalföreningar runt om i landet där du kan möta personer i samma livssituation att dela erfarenheter med.

Demensförbundet: demensforbundet.se

Alzheimer Sverige: alzheimerforeningen.se

Anhörigas Riksförbund: anhorigasriksforbund.se

Svenskt demenscentrum (SDC)

Arbetar som en sambandscentral och en kunskapsbank inom demensområdet. SDC arbetar aktivt för att driva på en positiv utveckling av vård och omsorg för ett mer demensvänligt samhälle. Här finns bra information och material för alla som möter personer med demenssjukdomar.

Svenskt demenscentrum: demenscentrum.se

Kontaktuppgifter

Vårdcentraler i Strömstad

Bohuslinden distriktssköterska: 0526-187 87

Närhälsan Strömstad rehabmottagning: 010-441 68 50

Capio: 0526-79 90 00

Capio rehab/arbetsterapeut: 0526-79 90 15

Strömstads kommun

Demenssjuksköterska och Silviasjuksköterska

Trine Johansson

072-204 09 33

trine.johansson@stromstad.se

För att få kontakt med kommunens anhörigstöd, biståndshandläggare och rehabenheten/arbetsterapeuter, välkommen att vända dig till Kommuncenter så får du hjälp.

Kommuncenter

0526 – 190 00

kommun@stromstad.se

Besöksadress: Norra Bergsgatan 23

Öppettider kl 8:00-12:00 och 13:00-16:30



**STRÖMSTADS
KOMMUN**