



Demens

DIAGNOSE, STØTTEMULIGHEDER OG BEHANDLING

Du har fået stillet diagnosen demens. Vi håber, at denne pjece vil give dig og dine pårørende indblik i, hvad demens er, og hvordan sygdommen eventuelt kan behandles. Pjecen indeholder også en række gode råd til, hvordan du kan leve med demens. Bagerst i pjecen kan du læse mere om, hvor du kan søge yderligere rådgivning.

KORT OM DEMENS

Demens er en svækkelse af hukommelsen og andre intellektuelle funktioner som følge af sygdom eller forandringer i hjernen. Der er mere end 200 forskellige sygdomme, som kan medføre demens, fordi de svækker hjernen. De hyppigste årsager til demens er Alzheimers sygdom og forandringer i hjernens blodkar.

Der kan være mange årsager til hukommelsesproblemer. Derfor er det vigtigt at udelukke disse først. Det gælder fx stofskiftesygdomme, depression og bivirkninger ved forkert brug af medicin.

Risikoen for at få en demenssygdom stiger med alderen. Det er dog en myte, at demens er en naturlig følge af alderdom.

Kun få af de sygdomme, der giver symptomer på demens, kan helbredes, men flere af sygdommene kan behandles i større eller mindre grad.

Demenssygdomme udvikler sig langsomt over måneder eller år og er som hovedregel ikke arvelige.

TIDEN EFTER DIAGNOSTICERING

Forvent en psykisk reaktion

Der er mange svære følelser forbundet med at få en demensdiagnose. Fortvivlelse og afmagt er en naturlig reaktion på selve diagnosen. Du vil måske føle dig til besvær eller blive frustreret over at miste opgaver og ansvar.

Undlad at bebrejde dig selv

Samværet med andre kan blive anderledes og svært at overskue. Du kan blive ked af det eller vred på dem, der ikke forstår dig.

Som dement skal du ikke bebrejde dig selv, hvis du glemmer den samme ting igen og igen. Husk, at det er sygdommen, som er årsagen til din ændrede adfærd, og at du stadig er dig selv trods sygdommen.

Fortsæt aktiviteter

Det er vigtigt, at du fortsætter med de aktiviteter, som stadig giver dig glæde. Det er dog også vigtigt, at du finder balancen mellem, hvad du kan, og hvad du ikke kan.

Træf vigtige beslutninger

Livet med en demenssygdom kan være en udfordring, og mange beslutninger om fremtiden bør tages snarest efter, at du har fået diagnosen.

I starten kan det føles nemmest at udskyde beslutningerne, men lader du problemerne ligge, bliver det ofte meget vanskeligt at løse dem senere. Sammen med dine nærmeste bør du drøfte beslutninger om økonomi, værgemål, evnen til at køre bil, fremtidig bolig med mere.

Tag imod støtte

Demenssygdommen gør, at du og din pårørende får brug for støtte, både fra fagfolk og fra andre. Jo tidligere I søger hjælp, jo bedre.

Vær åben om sygdommen

Man kan ikke se, at du har en demenssygdom. Hvis du er åben om sygdommen, vil det være lettere for familie og venner at tilbyde dig støtte. Åbenhed gør det også lettere at tage imod gode råd og den hjælp, omgivelserne giver.

....fortsættes

DE HYPPIGSTE DEMENSSYGDOMME OG SYMPTOMER PÅ DEM

Alzheimers demens

Alzheimers demens er den hyppigste demenssygdom. Den er forårsaget af Alzheimers sygdom, som er en hjernesygdom, der især rammer ældre.

Alzheimers demens viser sig ved, at korttidshukommelsen svigter – fx kan det blive svært at huske navne. Evnen til at koncentrere sig og evnen til at orientere sig svigter også, fx i forbindelse med helt dagligdags ting som at finde vej.

Efterhånden som sygdommen udvikler sig, kan der også ske ændringer i følelsesliv, temperament og personlighed. Udadvendte og aktive personer kan blive indadvendte og passive med humørsvingninger.

Vaskulær demens

Vaskulær demens er forårsaget af forstyrrelser i hjernens blodforsyning, fx som følge af forkalkning eller blodprop.

Vaskulær demens viser sig forskelligt fra person til person og afhænger af, hvilke områder af hjernen der er påvirket. Der kan forekomme svigt af korttidshukommelsen og svigt i evnen til at formulere sig. Gangbesvær, tristhed og depression forekommer hyppigt.

Lewy body demens

Lewy body demens er en langsomt fremadskridende hjernesygdom, der specielt rammer ældre mennesker.

Lewy body demens udvikler sig langsomt og viser sig ved uopmærksomhed samt perioder med fjernhed og forvirring. Perioder med syner kan også forekomme. Desuden optræder parkinson-symptomer som langsomme bevægelser, muskelstivhed eller rysten. Evnen til at planlægge og bevare overblik kan også svigte.

BEHANDLING AF DEMENS

Nogle typer af demens kan symptombehandles, men hvorvidt det er tilfældet, afhænger altid af, hvor fremskreden sygdommen er, når den konstateres.

Alzheimers demens kan ikke helbredes, men medicin kan dæmpe symptomerne.

Vaskulær demens kan ikke helbredes, men man kan forebygge, at sygdommen forværres. Lægen kan fx ordinere blodtryksregulerende-, blodfortyndende- eller kolesterolsænkende medicin. Eventuel sukkersyge skal også være velbehandlet.

Lewy body demens kan ikke helbredes, men medicin kan dæmpe demenssymptomer midlertidigt. I nogle tilfælde vil der være brug for behandling mod parkinson-symptomer.

Rådgivning og praktisk støtte

For alle demenstyper gælder det, at rådgivning samt praktisk støtte og aflastning udgør det vigtigste element i behandlingen. Også fysisk aktivitet har vist sig at have positiv effekt på demenssymptomer.

Med en demensdiagnose står både du og dine pårørende over for store omvæltninger. I starten kan det være en lettelse at vide, hvad du fejler. Behandling og medicin kan også betyde, at hverdagen bliver nemmere.

Sygdommen forsvinder dog ikke, og den kan efterhånden betyde større og større forandringer. Det kræver tid og kræfter at forstå og vænne sig til. Men det er vigtigt at huske, at du fortsat kan leve et godt liv med både livsglæde og kvalitet.

STØTTEMULIGHEDER

Alle kommuner har en demenskoordinator, som er uddannet inden for demensområdet. De kender støttemulighederne i kommunen og kan rådgive om personlige og praktiske ting. Du kan komme i kontakt med demenskoordinatoren ved at kontakte din kommune.

Din praktiserende læge kan vejlede og henvise til specialister. Skriv spørgsmål ned på forhånd og notér svarene.

Alzheimerforeningens telefonrådgivning – kaldet Demenslinien - giver støtte, råd og vejledning og kan fortælle om relevante støttemuligheder, herunder Alzheimerforeningens tilbud og aktiviteter.



OPFØLGNING PÅ BEHANDLING

Opfølgning på behandling vil ske på følgende måde:

Hvis vi vurderer, at der er grundlag for medicinsk behandling, vil du blive tilknyttet vores ambulatorium, indtil vi ser, om du kan tåle den medicinske behandling, og om den har den ønskede effekt.

Cirka 4 måneder efter, at du er startet i den medicinske behandling, vil kommunens demenskoordinator lave en ny vurdering og test af dig. Bagefter vurderer vi, om det er hensigtsmæssigt, at behandlingen fortsætter. Herefter er det din egen læge og kommunens demenskoordinator, der tager over.

Vi orienterer løbende din egen læge om dit forløb i Ældre medicinsk Ambulatorium.

Hvis vi vurderer, at der er grundlag for medicinsk behandling, bliver du afsluttet fra vores ambulatorium, når diagnosen er stillet. Det vil herefter være din egen læge og kommunens demenskoordinator, der tager over.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os. Vil du vide mere om demens, kan du eventuelt læse mere på patienthaendbogen.dk. Søg på 'demens'.



Kontakt

**Ældre medicinsk Ambulatorium
Afsnit 204A**
Tlf. 97 64 23 87
Vi træffes bedst: Vi træffes:
Mandag – fredag 8.00 – 15.00

At være pårørende til en dement

Pas på dig selv og tag imod hjælp

Som pårørende får du en vigtig rolle, da den demente får brug for dig på en anden måde end tidligere. At tage sig af et familiedlem eller en nær ven med demens giver både følelsesmæssige og praktiske udfordringer, og opgaverne vil blive flere, som tiden går. Det er vigtigt, at du passer godt på sig selv og tager imod hjælp fra andre, så du kan bevare overskuddet og støtte den syge.

Hold fast i dit eget liv

Det tager tid at forstå og acceptere, at du er blevet pårørende til en dement, og mange oplever svære følelser som angst, vrede, sorg og dårlig samvittighed i forløbet. Det er vigtigt, at du som pårørende holder fast i dit eget liv og skaber dig et frirum i hverdagen. At du bevarer dine faste interesser og aktiviteter, og at du prioriterer også at være sammen med andre.