

tere at færdes i bylivet.

Lokalplaner og nybyggeri tilpasses, så det bliver demensvenligt.

Demenskoordinator

Greve Kommune har demenskoordinatorer, som er specialiseret indenfor demensområdet, og kan rådgive, støtte og vejlede mennesker med demens og deres familier. De kan tilbyde besøg i hjemmet, og vil forsøge at finde muligheder, der kan støtte i hverdagen.

Demensambassadør

Demensambassadører er medarbejdere med et specialkursus i demens. Demensambassadør er ansat i plejegrupperne, og de har et tæt samarbejde med demenskoordinatorerne.

For mere information:

Demenskoordinatorer:

Mail: demensenheden@greve.dk
eller tlf. nr. 22211388. tlf. nr. 21740845 eller tlf. nr. 23386994 og tlf. 30525183

Nationalt Videnscenter for demens

www.videnscenterfordemens.dk/

Ældresagen

Greve medlems-rådgivning, mandag-onsdag-fredag
telefon 43 90 32 58

Alzheimerforeningen

www.alzheimer.dk, telefon 39 40 04 88
Lokalafdelingen Østsjælland, telefon 56 26 60 36

Demensenheden sept. 2022



Greve Kommune
Demensenheden

Hukommelsesproblemer?



Hukommelsesproblemer?

I denne folder finder du informationer om hukommelsesproblemer og demenssygdomme.

De tilbud, der findes i Greve Kommune på demensområdet er beskrevet, samt kontaktoplysninger til medarbejdere.

I Greve kommune er der ansat demenskoordinatorer og andre demensspecialister. Du er til enhver tid velkommen til at kontakte en af disse medarbejdere, hvis du har brug for råd og vejledning eller blot har brug for at få vendt nogle tanker.

Er det demens eller bare hukommelsesproblemer?

Vi kan alle glemme et eller andet en gang imellem. Det er helt almindeligt. Og det er ikke nødvendigvis tegn på, at du er ved at få en demenssygdom.

Hvis du gentagende gange glemmer ting, du plejer at kunne huske, kan det være et tegn på, at noget er galt. Det er vigtigt, at du og din familie er opmærksomme på det, hvis det fortsætter over en længere periode.

Demens viser sig først og fremmest ved dårlig hukommelse og ved at det bliver sværere at få hverdagen til at fungere. En demenssygdom kan komme snigende. I begyndelsen kan det være svært at afgøre, om der er tale om sygdom.

Det kan være svært at diagnosticere demens, da der findes flere hundrede demenssygdomme og andre sygdomme, som har lignende symptomer. For at få den rette behandling, er det derfor vigtigt at blive nøje undersøgt.

Der er forskellige tegn du kan være opmærksom på i forbindelse med demens.

Huskekor

For borgere med demens og deres pårørende. Vi mødes og synger nye og ældre sange. Hør nærmere hos demenskoordinatorerne

CST

Deltagelse i et Kognitivt Stimulations Terapi gruppe-forløb kan for dig som er ramt af en demenssygdom, hjælpe med at styrke dine kognitive evner, dit sprog, din trivsel og din livskvalitet. Kontakt demenskoordinator for nærmere information og om det kunne være et tilbud for dig.

Pårørendegrupper

Som pårørende kan man have glæde af at tale med andre i samme situation og få mere viden om de udfordringer, som man oplever i dagligdagen. Det vil være muligt at få informationer om praktiske forhold som fuldmagt, værgemål, ferieophold eller andet relevant.

Det er kommunens demenskoordinatorer, som er ansvarlige for afholdelse af pårørendegrupper. Ved kontakt til demenskoordinatorerne tilknyttes man en gruppe og får udleveret datoer for mødernes afholdelse.

Andre informationstilbud

Demenskoordinatorerne afholder tilbagevendende informationsmøder med relevant information om sygdommen demens, kommunens tilbud samt anden nyttig viden.

Demensvenlige tiltag i Greve Kommune

Greve er en demensvenlig kommune.

Det betyder, at man på mange områder har tiltag, for at gøre livet lettere for familier med demens. Alt personale på plejeområdet er blevet specialuddannet i demens. Der er nedsat grupper med deltagelse af både erhvervsliv, foreninger og familier med demens, som bliver inddraget i nye tiltag på demensområdet. Butikker tilbydes viden om demens, sådan at det kan være let-

I Greve kommune kan du også blive visiteret til nogle aktiviteter

Der er 3 forskellige daghjem

Klub Aktiv er et dagtilbud til yngre mennesker med demens.

Hyggebogen er et specielt daghjemstilbud til mennesker med en demenssygdom.

Møllehøj er et daghjemstilbud som ikke er specifikt til mennesker med en demenssygdom.

Aflastningsophold

Bliver der behov for aflastning i en periode, er der aflastnings / feriepladser. Formålet med aflastningsopholdet aftales altid i samråd med borgeren, familien, demenskoordinatoren og visitatoren.

Praktisk og personlig hjælp i hjemmet

Bliver der behov for støtte eller hjælp til personlig pleje eller rengøring, kan man visiteres til hjælp. I Greve Kommune er det visitatorerne, der kommer på besøg i hjemmet og vurderer behovet.

Plejebolig

På et tidspunkt kan der være behov for pleje døgnet rundt, og borgeren med en demenssygdom kan få behov for at flytte ind i en plejebolig.

Borgeren skal altid underskrive en plejeboligansøgning, som bliver behandlet i visitationsudvalget. I Greve Kommune er der mulighed for at ansøge om en plejebolig, der er målrettet til borgere med en demenssygdom.

Demensvenlig motionstilbud

Der er forskellige hold og du kan drøfte med demenskoordinator, om et af tilbuddene kunne passe til dig.

Demenscafeen

Er et særligt tilbud til dig som er ramt af demenssygdom og dine pårørende. Hør nærmere hos demenskoordinatorerne.

10 tegn på demens

1. Svækket hukommelse
2. Besvær med at udføre velkendte opgaver
3. Problemer med sproget
4. Manglende orientering i tid og sted
5. Dårlig eller nedsat dømmekraft
6. Problemer med at tænke abstrakt
7. Ting forkerte steder
8. Forandringer i humør og adfærd
9. Ændringer i personligheden
10. Mangel på initiativ

Hvis du eller din familie oplever nogle af de 10 tegn, bør du kontakte din praktiserende læge og få en tid til en nærmere undersøgelse af dine udfordringer.

Fra hukommelsesproblemer til diagnose

Din læge skal sikre sig, at der ikke er andre årsager til dine udfordringer, eller om der kan være mistanke om en mulig demenssygdom. Mange mennesker går og glemmer ting, uden der er tale om en demenssygdom. Ved første kontakt til lægen indgår bl.a. en samtale og en kort screening af hukommelsen og andre hjernefærdigheder. Oftest vil din læge få taget nogle blodprøver for at afklare, om symptomerne kan skyldes en anden sygdom.

Ud fra dette vil lægen bedømme, om der er mistanke om en mulig demenssygdom. Hvis det er tilfælde henviser lægen videre til en speciallæge på Hukommelsesklinikken.

Inden aftalen på hukommelsesklinikken vil din hjerne blive scannet, for at se om udfordringerne skyldes noget andet end en demenssygdom

På hukommelsesklinikken

En speciallæge vil foretage yderligere undersøgelser og stille den endelige diagnose. Det er speciallægerne, der igangsætter et behandlingsforløb med demensmedicin, hvis det vurderes, at der kan være effekt af dette. Udviklingen i en demenssygdom kan udsættes med medicin, men ikke helbredes. Vær opmærksom på at det ikke er alle demenssygdomme, hvor medicinen har effekt.

De hyppigste former for demens:

Alzheimers Sygdom (ca. 50 – 60%)

Vaskulær Demens (ca. 15-30%)

Frontotemporal Demens (ca. 5 %)

Lewy-Body Demens (ca. 15 – 30%)

Det er vigtigt at være opmærksom på, at demens ikke er én sygdom, men at der er mange forskellige symptomer, som kan vise sig på forskellige måder hos det enkelte menneske. Hvis man får en demenssygdom, er der mange ting man stadigvæk kan. Det er vigtigt, for den der får sygdommen og omgivelserne, at have fokus på det der fungerer godt, i stedet for på det der er blevet sværere.

I starten af et demensforløb kan man godt mærke, at man ikke husker så godt. Man kan godt være klar over, at der er noget galt, men måske ikke lige præcis hvad det er.

Efterhånden som sygdommen mere fremskreden, kan man have svært ved at have en fornemmelse af sin sygdom og bliver påvirket sådan, at man mister indsigt i egen sygdom.

Hvad kan man selv gøre?

Ud over den medicinske behandling kan andre tiltag være nødvendige, for at bibeholde så mange færdigheder som muligt. Vores hjerne bliver stimuleret mest, når vi er sammen med andre i sociale sammenhænge. Det er derfor at anbefale, at man fortsætter sit

almindelige liv så længe som muligt og er så aktiv som muligt, både fysisk og psykisk.

Hvordan ser fremtiden ud?

Det er en udfordring at lære at leve med en demenssygdom. Både for den der har fået sygdommen og for familien.

Sygdommen vil give nogle forandringer i hverdagen, og man skal sammen med sin familie og venner finde nye måder at kunne fortsætte med at gøre de ting, du/I har lyst til at gøre. Det er vigtigt at fokusere på, hvad der giver livskvalitet. Derudover er det vigtigt at fastholde den enkeltes ressourcer længst muligt.

Undervejs i sygdommen bør man overveje, hvem der skal træffe vigtige beslutninger, hvis man ikke selv er stand til dette.

Gode råd til familier med demens

Åbenhed om sygdommen kan skabe forståelse - både for den demensramte og de nærtstående.

Når man bor sammen med et menneske, som er ramt af en demenssygdom, handler det om at skabe trygge rammer og overskuelighed. Man skal ikke stille for høje krav og udvise tålmodighed og forståelse, både af hensyn til den der har fået demenssygdommen, men også til sig selv.

Det er vigtig fortsat at holde sig i gang både fysisk og mentalt samt at være sammen med andre mennesker. Dette gælder både for dig, der har fået sygdommen og for dig, der er pårørende. Hold fast i jeres sociale liv - sammen og hver for sig, og bliv ved med at deltage i fritidsbeskæftigelser. For dig der er pårørende og som bor sammen med en der er ramt af en demenssygdom, kan dette være med til at give energi og overskud.

Muligheder for dig der har en demenssygdom og for dine pårørende

Først og fremmest er det vigtigt at fortsætte med de aktiviteter du i forvejen deltager i .