

HEILSA

Avvarðandi ikki gloymast

Tað kann vera krevjandi, tá ein av tínum nærmastu hevur demens. Týðningarmikið er at fáa hjálp og ráðgeving. Men, tað eru ikki øll sum vita, hvør hjálp er at heinta. Tí greiðir stjórin fyri danska Alzheimer-felagið frá um nøkur av teimum tilboðum, sum eru til avvarðandi at demens-sjúklingum í Danmark

Vilmund Jacobsen

Demens er ein sjúka, sum broytir tilveruna hjá menniskjum fullkomiliga. Men, tað er ikki bara hin dementi, sum verður ávirkaður av sjúkuni. Tey avvarðandi vera eisini hart rakt, tá tey uppliva, at ein av teirra kæru »rýmur« frá teimum. Tí er tað týðningarmikið við ráðgeving og stuðli til avvarðandi at megna tær umstøður, sum sjúkan hevur við sær.

Rakar tvífalt

Avvarðandi at demenssjúkum er ein serliga árendur bólkur, og danska Alzheimer-felagið plagar at siga, at hesi gerast tvífalt rakt, tá onkur í familjuni verður sjúkur.

– Avvarðandi uppliva ofta, at tey skulu »spæla vikar« hjá tí oyðilagda heilanum. Tey royna at seta seg í støðuna hjá tí dementa og taka sjúkuna á seg fyri at skilja, hvat gongur fyri seg. Men, hetta ger bara støðuna enn truplari, sigur stjórin í danska Alzheimerfelagnum, Nis Peter Nissen.

Hann visir á, at ein slík støða veksur um vandan fyri sálarligum fylgisjúkum hjá avvarðandi sum tunglyndi, ótta og strongd.

– Demens smittar ikki, men strongdarávirkanin við at taka sær av tí sjúka, kann ávirka heilan, soleiðis at tú sjálv/-ur kemur í ein størri vanda fyri at menna demens. Tí er tað týðningarmikið við tilboðum sum kunnu hjálpa.

Nógvar kanningar vísa, sigur stjórin, at avvarðandi kunnu minka munandi um vandan fyri tunglyndi við einari málrættaðari ráðgeving, stuðli og vegleiðing.

Ymiskir tørvir

Tað er týðningarmikið fyri Alzheimerfelagið at ganga ymisku tørvunum hjá avvarðandi á mæti.

Eitt av mongu tilboðunum er bólkasamrøður fyri avvarðandi. Her eru møguleikar at tosa við onnur, sum hava følt trupulleikarnar av sjúkuni á egnum kroppi. Tú fært ráð, sum gera tað lættari at umgangast spurningar, ið kunnu gera teg strongdan, og tú lærir at fyrihalda teg til



– Tað eru mammur og pápar, sum ikki vilja kennast við síni børn, tí sjúkan ger, at tey kenna ikki børnini longur, sigur formaðurin í danska Alzheimerfelagnum

truplu støðurnar, ið kunnu stinga seg upp.

– Tú fært eina viðurkenning fyri avbjóðingarnar, tú hevur sum avvarðandi, og bólkurin gevur tær møguleikar at tosa um mongu frustratiónirnar, sum kunnu vera, sigur Nis Peter Nissen.

Herfyri skipaði danska Alzheimerfelagið ein bólk av blaðungum avvarðandi til foreldur við demens, og áður kundu hesi bert fáa hjálp í vanligum sorgarbólkum.

– Tað eru mammur og pápar, sum ikki vilja kennast við síni børn, tí sjúkan ger, at tey kenna ikki børnini longur. Slíkt kann vera ógvuliga skelkandi og trupult fyri tey ungu. Tí er neyðugt við málrættaðum stuðli til tey, sigur hann.

Persónlig ráðgeving

Danska Alzheimerfelagið hevur eina demenslinju, sum øll, ið hava demens nær at sær, kunnu ringja til. Her sita fakkfólk til reiðar at geva tær best møguligu ráðgeving til allar teir spurningar, tú hevur um sjúkuna.

– Nógv spyrja eftir einari bók við góðum ráðum um, hvussu tey skulu liva lívið við

demens. Trupulleikin er bara, at ein bók næstan ongantíð passar til tann veruleika, sum demenssjúklingar og avvarðandi uppliva, sigur Nis Peter Nissen.

Demens er ein sjúka, sum alla tíðina gongur niður á bakka, men hon gongur ikki niður á bakka á ein einvísan hátt. Tí er tað eisini trupult at gera ein faldara sum sigur, hvat er at gera í teimum ymisku støðunum.

– Ofta eru trupulleikarnir ítøkiligir. Tí er tað týðningarmið við einari persónligari ráðgeving sum er ítøkilig, sigur stjórin í danska Alzheimerfelagnum.

Umleið 2000 fólk ringja á hvørjum ári til donsku Alzheimer-linjuna. Felagið hevur tí fingið sær eina linju aftrat.

Demensvinir

Hvørja viku mætir tú einum av umleið 500.000 fólki, sum á ein ella annan hátt eru partur av demenssjúku. Talan er bæði um fólk, sum sjálvi líða av sjúkuni ella avvarðandi at einum sjúkum.

Danska Alzheimerfelagið er tí í holt við átakið, demensvinur, og endamálið

er, at átakið skal gera Danmark demens-vinarligt, sum tey rópa tað.

– Vit, sum ikki hava ella eru avvarðandi at demens, kunnu hjálpa teimum, sum hava sjúkuna tætt at sær. Tað er tí týðningarmikið, at

vit finna út av, hvussu vit kunnu hjálpa.

Nis Peter Nissen veit um ein mann at siga, sum hevur stjórarstarv og konu hansara í fimmtiárunum, sum er dement.

– Maðurin skuldi røkja sítt

fulltíðarstarv; hann skuldi ansa konuni og syrgja fyri at fáa mat á borðið hvønn dag. Hetta er eitt roknistykkið, sum kann vera truplt at fáa at ganga upp. Tí byrjaðu vinir hansara at gera mat til hann og konuna. Hetta var matur til nakrar dagar í senn, sum kundi frystast og takast upp aftur til brúk. Soleiðis fekk maðurin og stjórin gerandisdagin betri at hanga saman.

Demensvinir hjálpa, har tey kunnu, og hjálpin kann eisini vera at spyrja tín starvsfelaga við demenssjúkari mammu, hvussu mamman hevur tað.

– Bara tað, at tú gevur til kennar, at tú ert har og gjarna vilt lurta, kann skjótt gerast munurin á tí góða og minni góða degnum. Tað ræður um at vísa, at tú hevur forstålsu fyri truplu støðuni, sigur Nis Peter Nissen.

Átakið við demens-vinum byrjaði í Onglandi, og eftir minni enn tveimum árum vóru fýra miljónir demensvinir.

Í dag eru umleið 6000 demensvinir í Danmark, sum fáa ráðgeving frá professiønum fólki. Málið hjá dønnum er, at demensvinirnir skulu gerast 100.000 í tali.

Kelda: www.helse.dk



Samband við Alzheimerfelagið

Í Føroyum hava vit eisini Alzheimerfelag, sum hevur tlf. 216026

Felagið vegleiðir, stuðlar og upplýsir um allar demenssjúkur og um viðurskifti, sum fylgja við sjúkuni. Felagið hevur ikki fasta

skrivstovutið, men tað ber altíð til at ringja og leggja eini boð, so ringja umboð fyri felagið aftur. Til ber eisini at skriva eini boð á

alzheimer@alzheimer.fo. Demenslinjan hjá felagnum er opin týskvöld millum klokkan 18 og 20.

vilmund@sosialurin.fo