

När minnet sviker

Hjälp och stöd vid demenssjukdom



Minnesstörning behöver inte alltid vara ett tecken på demenssjukdom och en anledning till oro. Det är ändå viktigt att göra en utredning.

Skäl för detta är bland annat:

- Det kan finnas andra orsaker till minnessvikt som är behandlingsbara.
- Det är viktigt att få information och stöd för att kunna planera för framtiden.

När minnet sviker

- Ta kontakt med din hälsocentral och diskutera saken med din **familjeläkare** eller **distriktssköterska**. Tag gärna med en närstående.
- Tillsammans bestämmer ni om vidare utredning. Den kan innehålla provtagning, röntgen samt olika tester. Det är viktigt att ta reda på vad dina symptom kommer av.
- Vid behov remitterar läkaren dig vidare till **geriatriska kliniken** vid Örnsköldsviks sjukhus.
- Om det visar sig att du har en demenssjukdom får du information och du och din närstående erbjuds ett samtal med läkaren.
- **Demensjuksköterska** ger råd och stöd, erbjuder dig/er att delta i demensskola, informerar om anhöriggrupp etc.
- I Örnsköldsvik finns en **demensförening** dit du också kan vända dig.

Den som har en demenssjukdom kan få stöd och hjälp från kommunen

Träffpunkten

Träffpunkten är en verksamhet där du erbjuds samvaro under trivsamma former. Träffpunktverksamheten är öppen för alla, inget bistånd behövs, och där kan du delta i olika aktiviteter.

Kontakta kommunens kontaktcenter, 0660-880 00, eller besök www.ornskoldsvik.se för information om vilken träffpunkt som ligger närmast dig.

Dagverksamhet, "Örngruppen"

När du har fått en demensdiagnos kan du, via en biståndshandläggare, ansöka om vistelse inom dagverksamheten. Verksamhetens innehåll bygger på sociala och fysiska aktiviteter. Du planerar vistelsen tillsammans med personal och eventuellt dina närstående.

Trygghetslarm

Om du upplever dig otrygg i ditt eget hem kan du ansöka om trygghetslarm hos biståndshandläggaren. Det innebär att du bär en larmbricka och när du larmar meddelas räddningstjänsten i Örnsköldsvik, som då hör av sig via en högtalartelefon som finns i din bostad. Får de ingen kontakt med dig eller behöver du ett besök kontakter räddningstjänsten de personer som du uppgett på din kontaktlista.

Hemtjänst

Om du har svårt att klara dina dagliga sysslor hemma kan du ansöka om hjälp från kommunens hemtjänst. Vänd dig till biståndshandläggaren. Hjälpinsatsen/biståndet bedöms utifrån dina behov.

Vi strävar efter att du ska ha ett antal kända vårdare runt dig.

Dessa uppgifter kan du bland annat få hjälp med:

- Personlig omvårdnad
- Matdistribution
- Matlagning och övriga hushållsbestyr
- Tvätt och enklare klädvård
- Städning
- Hjälp att komma igång med någon aktivitet (hjälp till självhjälp)
- Hemsjukvårdsinsatser
- Inköp av varor, post- och bankärenden
- Telefonkontakt
- Tillsyn nattetid.

Hemsjukvård

I hemsjukvårdens verksamhet arbetar distriktsköterskor, arbetsterapeuter och sjukgymnaster/fysioterapeuter. Dessa kan du kontakta vid behov av insatser i hemmet som till exempel medicinindelning, bostadsanpassning m.m.

Korttidsvård/Växelvård/Avlösning

Om dina närstående av någon orsak skulle behöva egen tid finns möjlighet till stöd i hemmet eller tillfällig vistelse på ett äldreboende. Vänd dig till biståndshandläggaren.

Vård- och omsorgsboende

Har du ett behov av ett annat boende kan du, via en biståndshandläggare, ansöka om särskilt boende.

I ett vård- och omsorgsboende har du en egen lägenhet som oftast består av ett rum och pentry, toalett och dusch. Lägenheten möbleras med egna möbler. Det finns också gemensamma utrymmen för måltider och samvaro.

Levnadsberättelse

När du har fått ett bistånd till någon av kommunens ovan nämnda verksamheter ombeds du att fylla i en levnadsberättelse. I den berättar du det du vill att personalen ska veta om dig och ditt liv, detta för att ge personalen möjligheter att stödja och förstå dig i din sjukdom.

Förbättringar

Vi vill gärna att du hjälper oss att bli bättre genom att lämna eller skicka dina synpunkter till oss. Närmare information får du av biståndshandläggare, enhetschef eller från kommunens kontaktcenter, telefon 0660-880 00. Du kan också lämna synpunkter och klagomål på kommunens webbplats, www.ornskoldsvik.se.

Patientnämnden – Etiska nämnden

Till patientnämnden – etiska nämnden kan patienter, anhöriga och vårdpersonal vända sig för hjälp att lösa problem som rör en patients rätt till vård eller frågor som rör kontakterna med sjukvården. Patientnämndens – etiska nämndens ledamöter och personal arbetar under tystnadsplikt.

LSS

Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS) tillkom 1994 och är en rättighetslag för dig under 65 år. Kontakta LSS-handläggare via kommunens kontaktcenter.

Mer information om demens

Webben

www.demenscentrum.se
www.alzheimersverige.se
www.mentex.se
www.demensforbundet.se

Filmer

"The father"
"Still Alice"
"Dagboken: jag sökte dig och fann mitt hjärta"
"My name is Lisa", www.youtube.se
"En sång för Martin"
www.unganhorig.se har flera filmtips.

Böcker

"Ett långsamt farväl", Ulla Andersson
"Innan jag glömmer", Nina Gunke
"Stöd vid demenssjukdom", Gothia förlag
"I slutet av minnet finns ett annat sätt att leva",
Demensförbundet, Birgitta Andersson
"Hon som var jag", Wendy Mitchell

Böcker för barn:

"Valle, mormor och vaniljsåsen", Britt Peruzzi m.fl.
"En sång till mormor: en berättelse med musik",
Anna-Lena Laurin

Poddar

"Demenspodden", www.demenscentrum.se
"Hjälp jag har Alzheimer", www.alzheimerlife.se

VIKTIGA TELEFONNUMMER

Biståndshandläggare – omsorgsenheten

Via kommunens kontaktcenter: 0660-880 00

www.ornskoldsvik.se

Hemtjänsten – enhetschef

Via kommunens kontaktcenter: 0660-880 00

www.ornskoldsvik.se

Trygghetslarm

0660-26 54 45

Demenssjuksköterska, kommun

0660-26 51 14

www.ornskoldsvik.se

Äldre-/anhörigkonsulent

0660-88198, 076-148 66 38

Råd och information till anhöriga: www.ornskoldsvik.se

Fixare`n

0660-26 54 45: En avgiftsfri service för dig som är över 67 år med syfte att förebygga fallolyckor och öka tryggheten i hemmen.

Region Västernorrland/Hälsocentraler/Geriatriska mottagningar

0660-890 00

www.rvn.se

Demensföreningar i Örnsköldsvik

0660-532 15, 070-688 10 07, Alzheimerföreningen

Örnsköldsviks kommun

Välfärdförvaltningen

Telefon: 0660-880 00

E-post: valfard@ornskoldsvik.se

Webbplats: www.ornskoldsvik.se

Broschyren producerad: 2024-04-02
