



Avd.22 -Seniorgruppa

Ved Jan Erik Fosmark, spesialsykepleier i Stavanger kommune, arbeid med demens i 20 år. Han kom til møtet vårt 18.januaar kl. 10-11.30 i Folkets hus, Stavanger og hadde som tema:

«Slik gjer vi livet lysere for folk med demens »

Sjølv om antallet av personer som får demens er stigande, så er prosentvis antall mindre i forhold til stigande folketall. Det største problemet er at det ikkje blir oppdaga tidlig nok, folk vegrer seg. Tidlig konstatering av sjukdom gjer betre forutsetning for å få eit så godt liv som mulig for personer med demens.

Demensskule for den som får demens, pårørande og samfunnet fører til eit betre daglig liv for den som blir råka av demens.

Med samfunnet meiner ein venner, handelsnæringa, off. tjenester, spesielt politi og utebransjen. Det at det ikkje blir oppdaga tidlig nok er eit problem, feil å skjula det, det er ein sjukdom som kan råka alle. Tidlig oppdaging vil kunna føra til at ein kan få ein betre kvardag. Det er viktig at den med demens har med seg mobiltelefon, lapp med navn, adresse, telefonnr. til pårørande. Viktig at ein er åpen om sjukdommen, det er ikkje eigen skuld at ein har fått demens.

Personer med demens er ein medborger med utfordringer.

- *Gløyme lett ting, spør på nytt*
- *Kven skal kunne hjelpeein med praktiske ting o.l.*
- *Sertifikat , grunnleggande menneskerett, snakke med «likemenn», lettare med kvinner enn med menn*

Vegen fremover:

- *Eldreølge ved neste generasjon, som blir stadig eldre*
- *Alkohol kvar dag, i tillegg til helgefull*
- *Nokon familier får meir demens, alsheimer enn andre familier*

Forebygging :

- *Demens øydelegg deler av hjernen, den enkelte sit val kva liv ein vil føra vidare*
- *Pårørande skal informerast om sjukdommen, være ein støtte*
- *Ha faste rammer og struktur i kvardagslivet*
- *Det offentlige vil at dei som kan skal bu lengst mulig i sin eigen bustad. Då må ein gjera det mulig med avlastning o.l.*
- *Ein må gjera det lett å finna vegen heim, utedørende i omsorgsbustaene må ikkje vera like eller ha same farge.*

Funksjonsstøttande kommunikasjon:

- *Personen blir møtt på ein trygghetsskapande og tillitsskapande måte*
- *Kontakt før handling/connection before action*
- *Relasjonell oppvarming, « det gode ansikt»*
- *Møtes med eit smil*
- *Engasjert kroppsspråk*
- *Blikk – kontakt*
- *Varm og trygg stemme*
- *Gjera budskapet enkelt til ein voksen person*

Målet er å skapa trygghet og forventningar om å lykkast med det som skal skje.

<https://veiviserdemens.aldringoghelse.no/> dette er ein link til veiviser demens.

Det var spørsmål frå salen undervegs og etter foredraget.

Det vart servert rundstykker og kaffe.

Magne Wiggo Høyland/s