NATIONALT VIDENSCENTER FOR DEMENS

Når hukommelsen svigter

Dette hæfte er til dig, der for nylig har fået stillet en demensdiagnose. Hæftet kan også læses af dine pårørende.

Når man har en demenssygdom, svækkes hjernens kognitive funktioner. Det betyder, at de funktioner, der gør os i stand til fx at huske, koncentrere os, kommunikere og finde rundt, fungerer dårligere end tidligere.

Hæftet indeholder redskaber og gode råd til kommunikation og aktiviteter i hverdagen med demens.

Når hukommelsen svigter (pdf)

Hjælp-til-selvhjælp

Det er forskelligt fra person til person, hvordan det opleves at leve med en demenssygdom. Derfor er det ikke sikkert, at du kan genkende alle de symptomer og udfordringer, der er beskrevet i hæftet.

Informationen og de gode råd er generelle, og der kan være behov for, at de løbende bliver tilpasset din situation. Det er dog vigtigt, at man i så høj grad som muligt får 'hjælp-til-selvhjælp', så man kan fortsætte med at gøre de ting, man ønsker i hverdagen.

Læs hæftet sammen med familie og venner

Læs gerne hæftet sammen med familie og venner. Det kan give jer en fælles forståelse af dine symptomer og mulighed for at tale om, hvordan I sammen kan klare forskellige hverdagssituationer.

Det kan også være en fordel at søge råd og vejledning fx hos en kommunal demenskoordinator. I kan også kontakte kommunen eller en hukommelsesklinik for at høre om lokale rådgivnings- og rehabiliteringstilbud.

Senest opdateret: 18. september 2020