

# Demenslinjen

v/Marianne Næss, Veileder  
Faglig forum, 12.mars 2024



# Demenslinjen - historie



- Ansatte ved Ullevål sykehus jobbet frivillig, 80-90 tallet
- Tilbudet var en del av pårørendeforeninger som etter hvert ble en del av Nasjonalforeningen for folkehelsen
- Først Oslo - så nasjonal tjeneste fra 1999



# Veilederrollen:

- Lytte, bekrefte og anerkjenne
- Gi råd og tips
- Undre seg sammen, utvide perspektivet
- Fremme mestring!

- Tid
- Tilgjengelighet
- Anonymitet
- Nøytral part



- **Viktig og nyttig supplement til den offentlige helsetjenesten!!**



# Voldsom økning etter Demenskooret!



(FOTO: ANNA SØRMARKEN VESTLY / NRK)

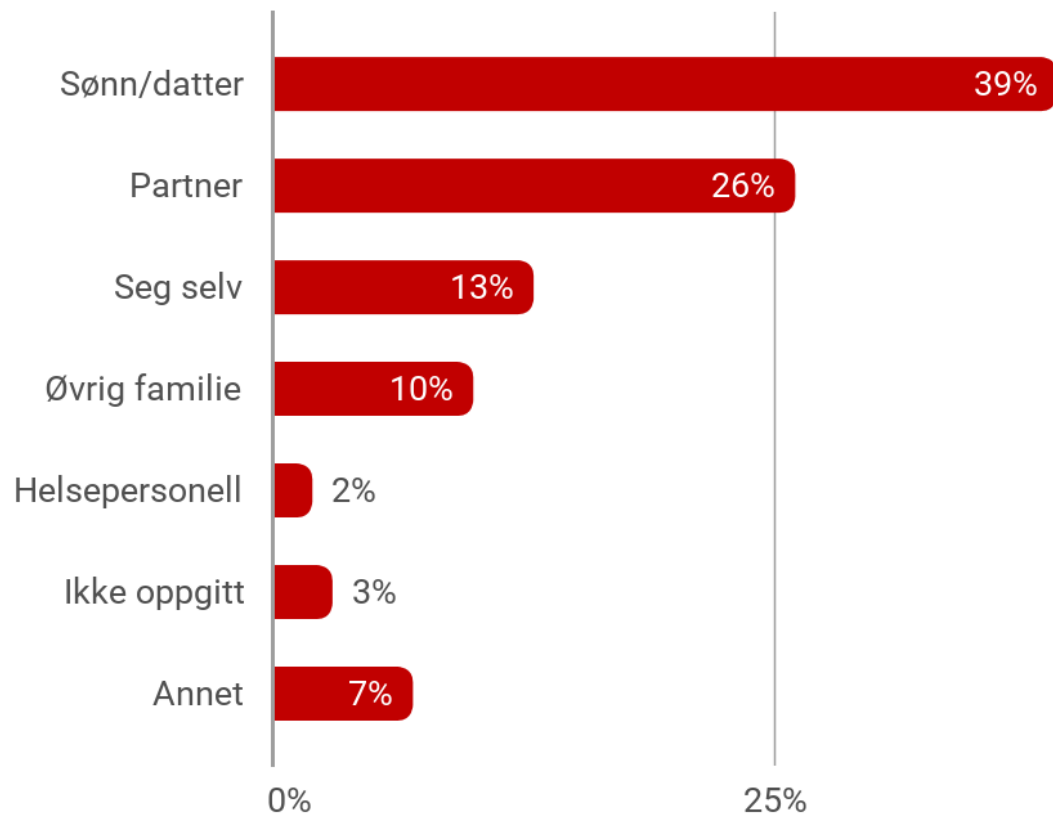
## Besvarte henvendelser:

- Januar 2022: 188
  - Januar 2023: **452!!!!**
  - Februar 2024: 356
- 
- **40 % økning fra 2022-2023!**





# Hvem henvender seg?



# Henvendelser fra fagpersoner

- Vil ha informasjonsmateriell
- Tips til aktiviteter
- Råd og veiledning i kommunikasjonen
- Rettigheter til personer med demens
- Drøfte utfordringer og etiske problemstillinger



# Kjønn innringer



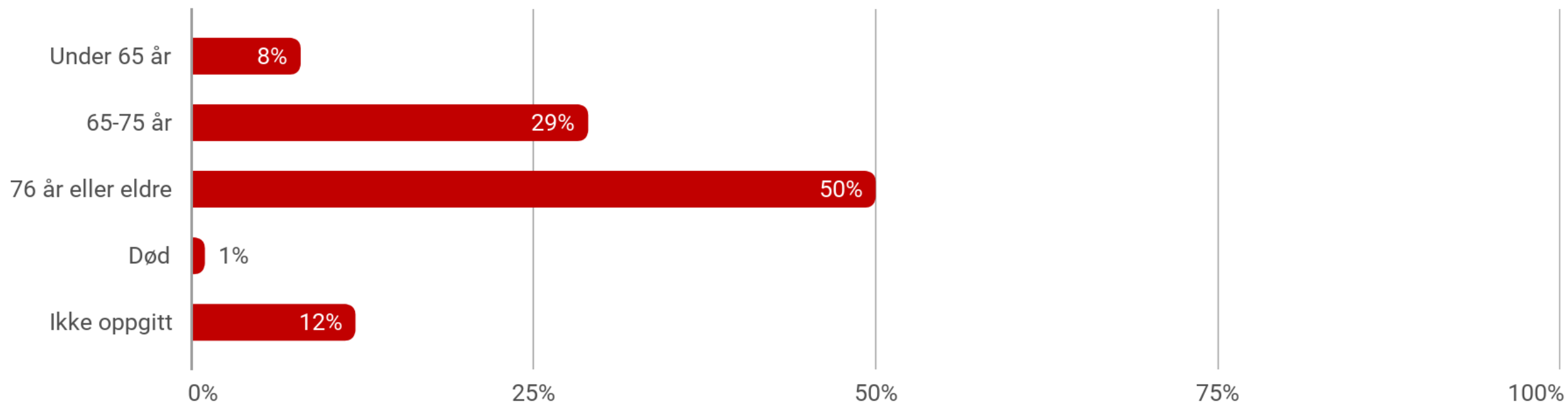
# Samtalens varighet

- Gjennomsnittlig samtale tid i 2022 ca. 18 minutter
- Lengste samtale 1 time og 45 minutter
- Vi tar oss god tid, viktig signal!

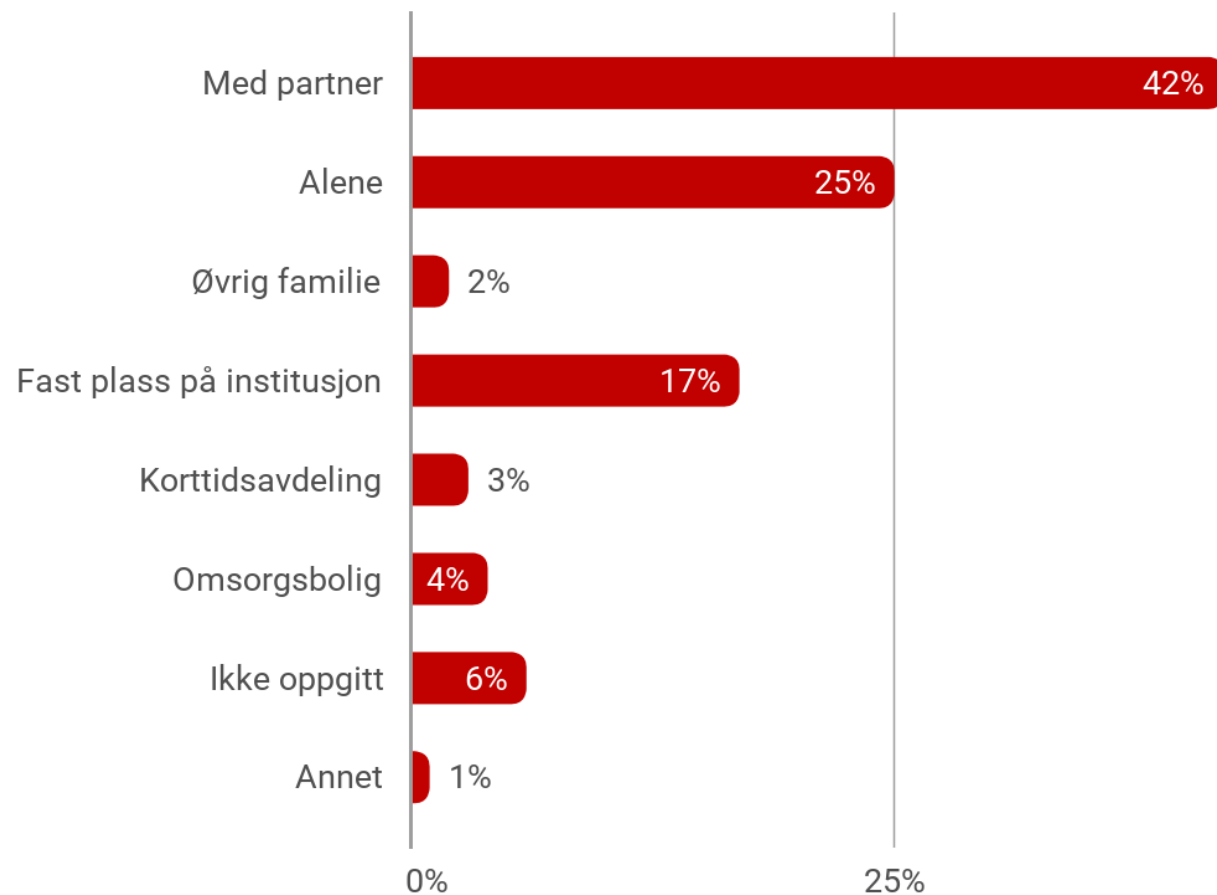




# Alder om



# Bosituasjon om



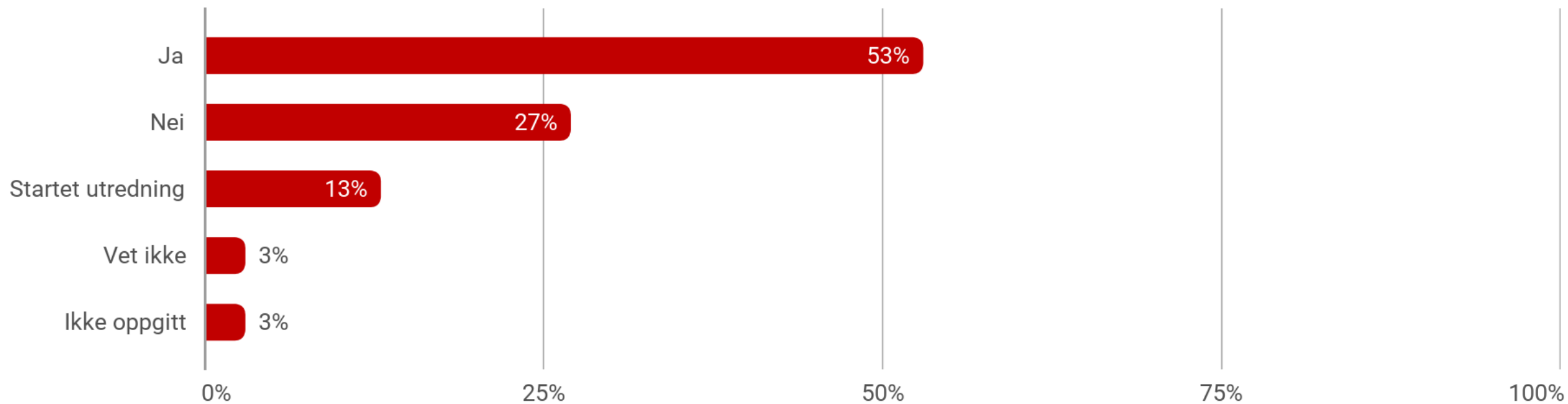
50%

75%

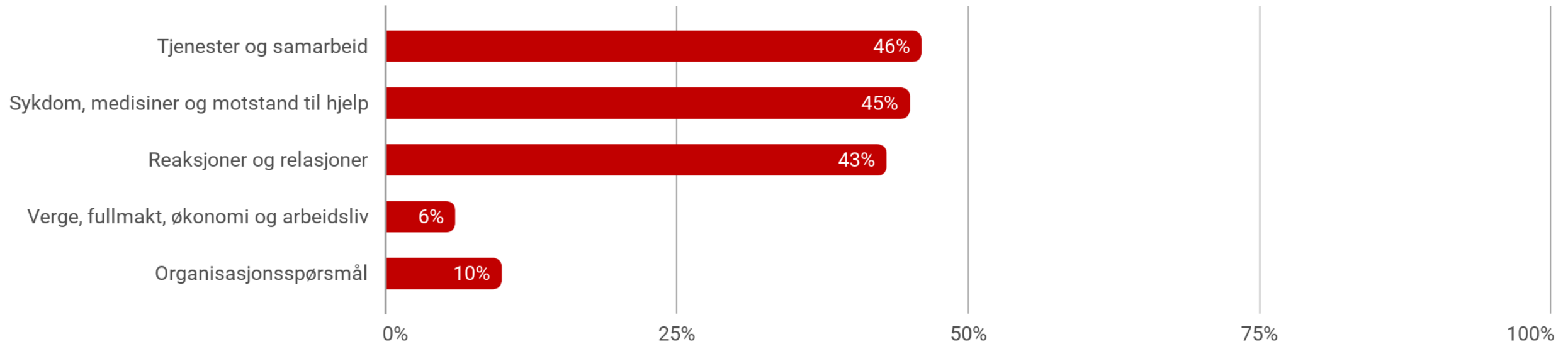
100%



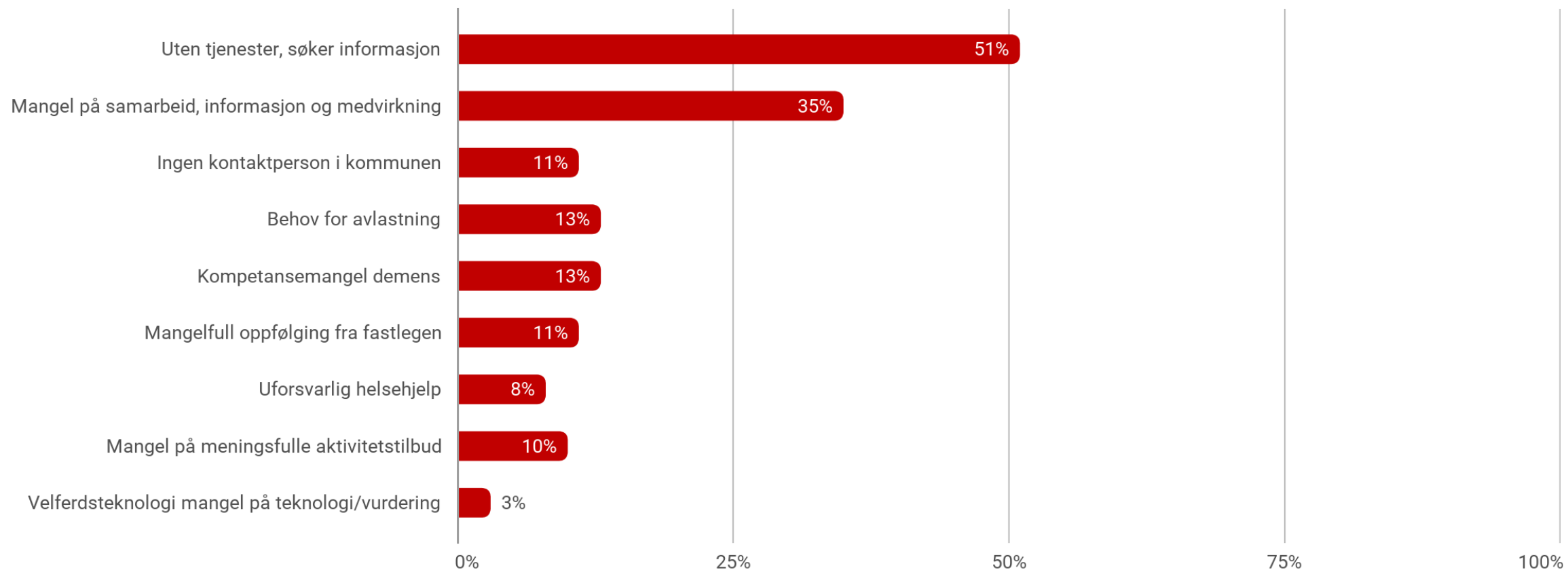
# Diagnostisert?



# Hvor er det skoen trykker?



# Tjenester og samarbeid





# Informasjon om tjenester og tilbud

"Jeg er 65 år og har fått Alzheimers. Kona mi har fått tilbud om pårørendeskole og samtalegruppe. Jeg har ikke fått tilbud om noe som helst. Jeg blir sittende mye hjemme, og det hender jeg sover altfor mye "

"Jeg visste ikke at det fantes en demenskoordinator. Hvem er det?»

«Hva finnes av tjenester, hvordan er tilbudet i de ulike stadiene?»



# Samarbeid med helsepersonell

«Hjemmesykepleien bruker ikke god nok tid. Mamma blir bare stressa og uttrygg, og takker ofte nei til hjelp hun egentlig trenger. Jeg opplever at de ikke vet nok om mamma, eller kan nok om demens»

«Vi pårørende må selv etterspørre samarbeidsmøter»



# Henvendelser som omhandler fastlegen

- Utredning
- Informasjon og samarbeid
- Oppfølging
- Legeerklæring ved fullmakter og vurdering av samtykkekompetanse
- Førerkort og vurdering av kjøreevne



# Ikke sjelden:

Kone:

Når vi var hos fastlegen så tok han seg sånn sammen. Legen fikk ikke inntrykk av at det feilte han noe. Når vi kom hjem var han så utslitt at han bare lå og sov på sofaen.

Mann:

Jeg meldte bekymring til fastlegen, så fikk hun time. Hun kom hjem etter timen og sa at alt var bra. Jeg aner ikke hva som ble sagt eller hva planen fremover er. Ikke får jeg opplysninger fra fastlegen"



**Mann:**

"Hvor lenge kan det egentlig skure å gå hjemme før det blir uforsvarlig?"





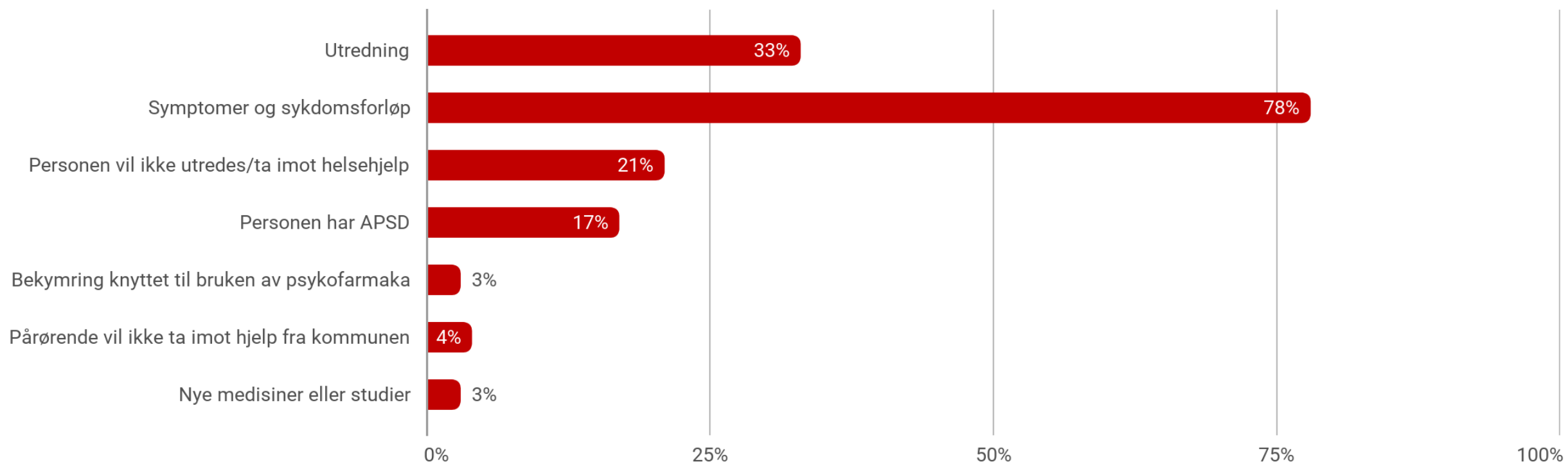
# Bli tatt på alvor

“Vi blir ikke tatt på alvor av fastlegen, og kommer ikke noen vei med utredning“

- pårørende



# Sykdom, medisiner, motstand til hjelp



# Symptomer på sykdom og forløp

- Kan det være demens?
- Er dette vanlig?
- Utvikling, hva kan jeg forvente?
- Gjennomsnittlig levealder?

"Jeg visste ikke at det kunne bli så ille. Ingen har snakket med oss om dette"



# Hvordan få til utredning?

«Hvordan skal vi i familien få mor til å skjønne at hun må til fastlegen? Hun sier det ikke feiler henne noe. Hun blir sint når vi tar opp hennes utfordringer med blant annet hukommelsen».

Eller:

«Hvorfor utrede???»



# Bekymringsmelding

“Kommer legen til å si hvem som har meldt bekymring?”





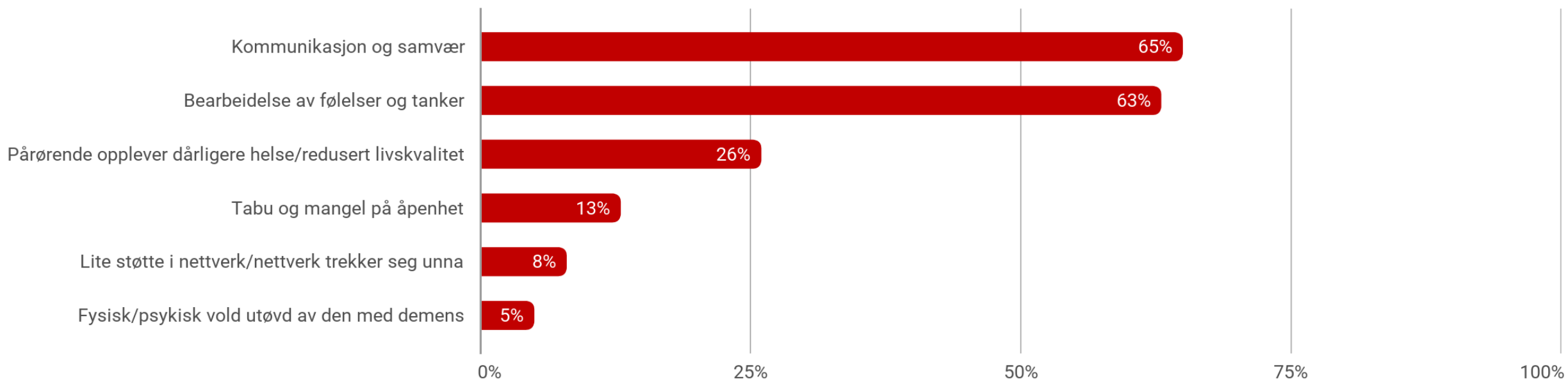
# Forskning

- Hva forskes det på?
- Hvilke studier finnes?
- Er det noen jeg kan delta i?
- Det går altfor tregt!!

"Jeg leser stadig vekk om nye behandlingsmetoder i avisen. Kan jeg få dette?"



# Reaksjoner og relasjoner



# Hvordan møte hverdagsutfordringer

- Kommunikasjon
- Samvær
  
- Gjelder særlig påørende til de med APSD



# Sorgen - Få snakke om tanker og følelser

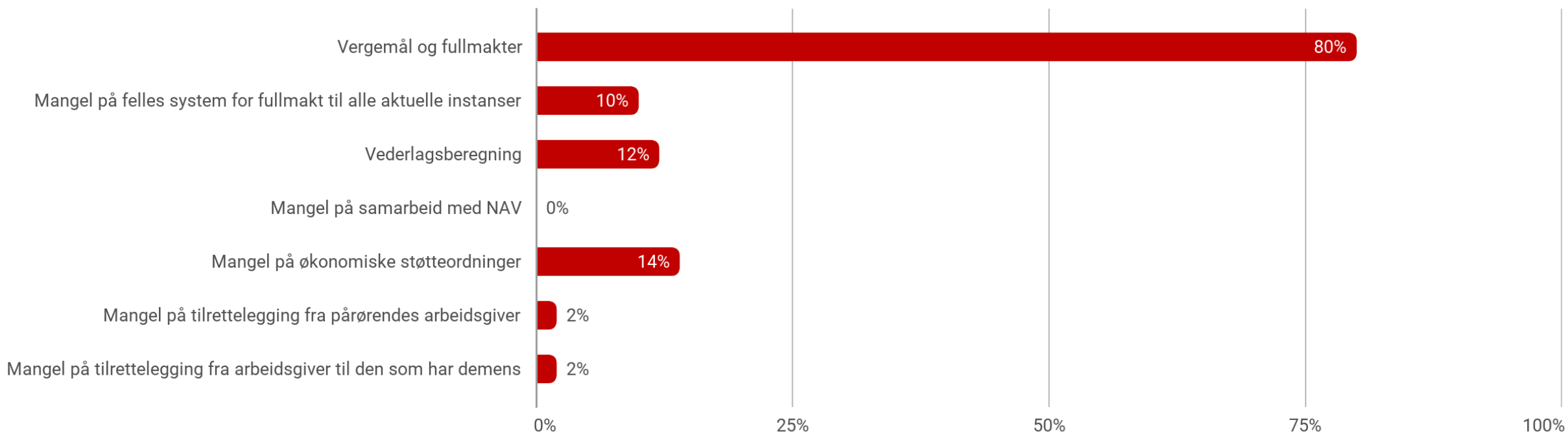


# Overgangen fra hjemmet til sykehjem

- Dårlig samvittighet og skyldfølelse.
- Behov for støtte er stort.
- “Det var nesten tyngre å følge til sykehjemmet, enn til graven”



# Verge, fullmakt, økonomi og arbeidsliv





# Pårørendes behov

- Behov for støtte, anerkjennelse, informasjon og veiledning
- "Jeg skulle ønske fastlegen hadde en sjekklister"
  - Informasjon om sykdommen
  - Kontaktperson i kommunen
  - Hvor og hva kan vi få hjelp til?
  - Hvilke tilbud finnes?
  - Hvilke rettigheter har vi?



# Likepersoner:

- “Det er så fint å snakke med en som har opplevd noe av det samme. Det gjør at jeg føler meg mindre alene”
  - innringer på Demenslinjen





# Hvordan brukes erfaringer fra Demenslinjen?

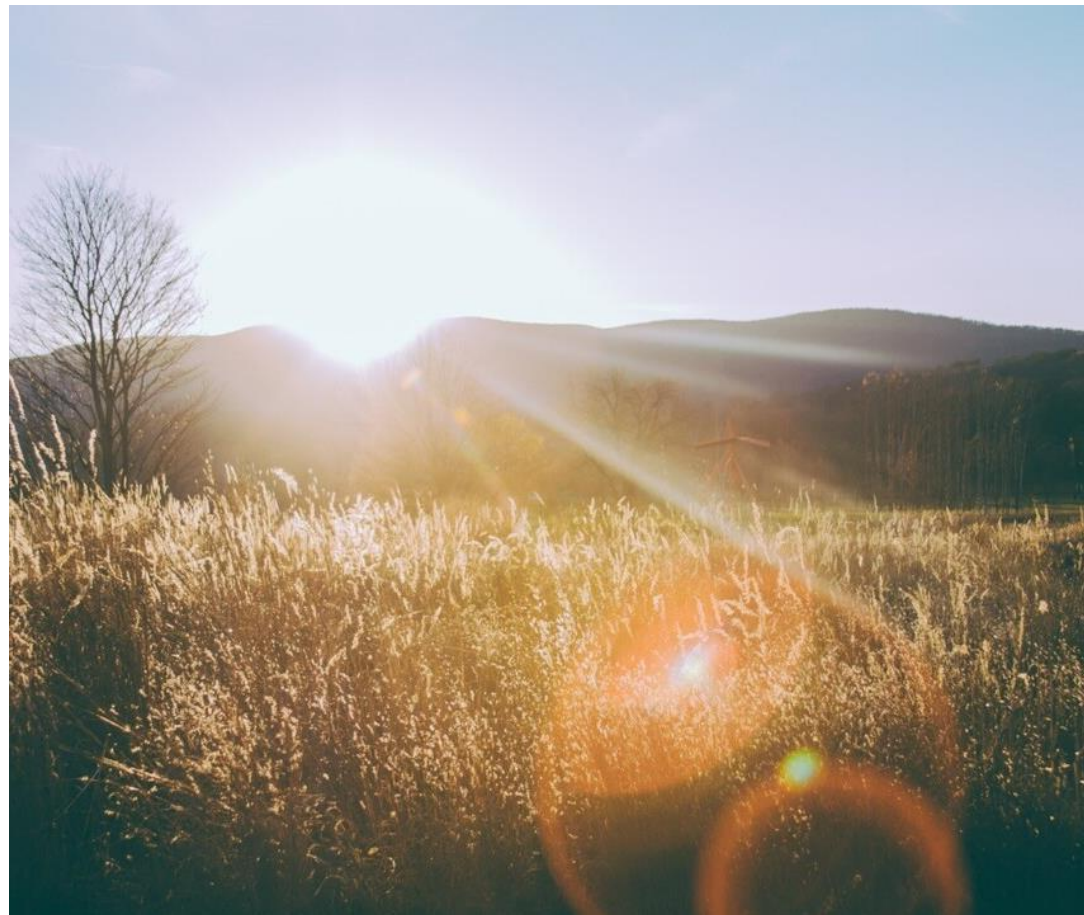
- høringer til blant annet Stortinget
- møter og samarbeid med blant annet HOD, HDIR, Aldring & Helse, og andre helsepolitiske plattformer
- for å lage informasjon og råd til de som er rammet og pårørende
- faglig underlag til både eksterne og interne mediasaker
- direkte i radio, podkast, artikler osv.



# Demenslinjen, et nyttig og viktig tilbud!

Mange av de som henvender seg er utrolig takknemlige.

- "Takk for at dere finnes!"
- "Dette var utrolig fint og nyttig. Det kan godt være jeg har behov for å ringe igjen. Er det greit?"



# Plakat og visittkort



#### Hva er demens?

Demens er en fellesbetegnelse for sykdommer i hjernen. Demens påvirker hukommelsen, og dagliglivets aktiviteter. Det finnes mange ulike demenssykdommer, og Alzheimers sykdom er den mest vanlige. Demens opptrer oftest i høy alder, men er ikke en del av normal aldring. Demens kan også ramme yngre.

Demens oppleves og utvikler seg forskjellig fra person til person. Vanligvis fører demenssykdom til dårlig hukommelse, problemer med språk, og med å utføre daglige gjøremål. De fleste opplever også endringer i humør og personlighet.

Vil du snakke med oss om demens?



Nasjonalforeningen for folkehelsen er en frivillig organisasjon som arbeider for å bekjempe hjerte- og karsykdommer og demens.

## DEMENSLINJEN VISITTKORT

Kr 0

Varenummer: 11203



Nasjonalforeningen  
for folkehelsen

# Takk for meg!

[mane@nasjonalforeningen.no](mailto:mane@nasjonalforeningen.no)

