

## Din helse - vår hjertesak!

Nasjonalforeningen for folkehelsens målsetting er at færre skal bli rammet av alvorlig sykdom og flere skal få et godt liv med god helse.

Nasjonalforeningen for folkehelsen er en frivillig, humanitær organisasjon med 550 helselag og demensforeninger over hele landet. Vi arbeider med to store folkehelseutfordringer: hjerte- og karsykdommer og demens.

**Demenslinjen: 23 12 00 40**

[www.nasjonalforeningen.no](http://www.nasjonalforeningen.no)  
[www.hjerteliv.no](http://www.hjerteliv.no)    [www.demensliv.no](http://www.demensliv.no)

Kontakt oss for spørsmål eller medlemskap:

**E-post:** [bergen.demensforening@gmail.com](mailto:bergen.demensforening@gmail.com)

**Nettside:** [bergendemensforening.no](http://bergendemensforening.no)



# Nasjonalforeningen

## Bergen demensforening

## Hva er demens?

Demens er forårsaket av sykdom i hjernen. Alzheimers sykdom er den vanligste formen. Demens fører til varig svikt, med symptomer som dårlig hukommelse, redusert orienteringsevne, problemer med daglige gjøremål og personlighetsendringer. Demens opptrer som oftest i høy alder. I Norge er neste 80 000 personer rammet. De fleste får hjelp og omsorg av familie og venner. Cirka 300 000 pårørende er berørt av demenssykdom i Norge. Over 35 000 personer med demens bor i eget hjem.

## 10 tidlige tegn på demens

- Hukommelsestap som påvirker arbeidsevnen
- Problemer med å utføre vanlige oppgaver
- Språkproblemer
- Desorientering i forhold til tid og sted
- Svekket dømmekraft
- Problemer med abstrakt tenkning
- Feilplassering av gjenstander
- Forandringer i humør. En tendens til raskere humørsvingninger, uten noen åpenbar årsak
- Atferdsendringer
- Tap av initiativ og engasjement, både for aktiviteter og mennesker.

## Demens rammer mange familier i Bergen

Demens berører langt flere enn den som blir syk. Vi regner med cirka 3 800 personer med demens i Bergen - med eller uten offentlig hjelp. Det utgjør mellom 10 000 - 15 000 berørte pårørende i Bergen.

Personer med demens trenger individuelt tilrettelagt tilbud for å fungere best mulig. Pårørende trenger informasjon og støtte. Kunnskap og forståelse for sykdommen kan gjøre hverdagen lettere for alle som er berørt av demens.

## Nasjonalforeningen for folkehelsen er en interesseorganisasjon for personer med demens og deres pårørende.

### Nasjonalforeningen jobber for at:

- Personer med demens skal møtes med respekt
- Personer med demens skal få diagnose så tidlig som mulig
- Personer med demens skal få individuelt tilrettelagt dagtilbud
- Personer med demens skal få et tilrettelagt botilbud når det er behov for det.
- Personer med demens og deres pårørende skal få kunnskap og informasjon om demens.

### Nasjonalforeningen Bergen demensforening har som mål å:

- Gi informasjon om demenssykdommene
- Skape større forståelse for personer med demenssykdom og deres pårørende
- Gi pårørende anledning til å møte andre i samme situasjon
- Være samarbeidspart med den eksisterende demensomsorgen i kommunen, slik at man kan utvikle tilpassede tiltak innen demensomsorgen

### Vi når våre mål blant annet ved:

- Påvirke til en god demensomsorg lokalt
- Arrangere forelesninger om demens
- Samarbeid om pårørendekurs
- Samtalegrupper
- Lokal markering av alzheimerdagen
- Formidle informasjon om demenssykdom