

5 råd til gode venner om samvær med et menneske med svær demens

Demens kan have mange forskellige udtryk, og tilstanden kan svinge en del fra dag til dag. Start derfor gerne med at mærke efter, hvordan din ven har det netop i dag. Begræns ikke jeres aktiviteter på forhånd, men prøv dig frem og vær fleksibel.

Lidt men godt

Ved svær demens kan mange indtryk på én gang virke meget overvældende. Derfor kan det være bedst at komme på besøg en eller to ad gangen og at holde besøget forholdsvis kort. Hvis du kommer langvejs fra, kan du måske gå en tur alene midt i besøget, så din ven kan hvile sig lidt. Og det kan være bedst, at I ses i vante rammer hjemme hos ham eller hende, uanset om det er i eget hjem eller i plejebolig.

Sanselighed er bedre end sproglighed

Med svær demens handler det om at være i nuet. For mange bliver sproget svært, men så kan du lægge mere vægt på sanserne. Hav lidt lækker med at spise, hør noget musik sammen, gå rundt i haven, giv en håndmassage, kør en tur ud i det grønne. Vær opmærksom på, at sanserne også kan forandres og blive svækket eller forstærket på grund af demenssygdommen. Øv dig i at læse kropssprog (også træthed og tisse-trang).

Koordinér dine besøg

Det er en god idé at tale med de pårørende og i vennekredsen, så I sammen kan sørge for, at besøg til din ven bliver spredt ud. Det bedre at få besøg jævnligt, end at alle vennernes besøg klumper sig sammen i julemåneden. Du kan samtidig spørge familien, om der er noget, du skal være opmærksom på eller forberedt på. Demenssygdomme udvikler sig hele tiden, så du

må forvente at se forandringer fra besøg til besøg.

Husk, at man altid er et menneske

Nogle taler om mennesker med svær demens som grøntsager. Det er både stødende og helt forkert. En grøntsag kan ikke føle glæde eller tryghed, blive udmattet eller bange, elske stegt lever og irriteres af opera, men det kan et menneske med svær demens. Dit besøg kan glæde og være et lyspunkt, som efterlader en god følelse i krop og sjæl, selvom selve besøget bliver glemt. Sig fra, når du hører mennesker med demens blive omtalt som grøntsager.

Husk, at du ikke kun gør det for din egen skyld

Det kan være krævende at være sammen med et menneske med svær demens og sorgfuldt at se én, man holder af, være syg. Men selvom du måske ikke bliver genkendt med navn, kan dit besøg stadig skabe tryghed og genkendelighed og afværge en følelse af ensomhed. Kontakten med dig er en gave til din ven og til de pårørende. Anerkend, at det er svært. Giv dig tid til at komme i rolig balance inden et besøg, og tid til at bearbejde dine følelser bagefter.

Læs mere hos Pårørende i Danmark på paaroer.dk eller hos Videnscenter for Demens på videnscenterfordemens.dk



PÅRØRENDE
I DANMARK

Med støtte fra
TrygFonden