demens forum

DEMENSFÖRBUNDET – SVERIGES STÖRSTA HANDIKAPPORGANISATION FÖR DEMENSSJUKA OCH DERAS ANHÖRIGA, BILDAT 1984 OCH MEDLEM I ALZHEIMER EUROPE.

1 2021

Naken skildring som ger demenssjukdomen ett ansikte

SIDAN 6

Dagverksamhet i hemmet blev succé under krisen

SIDAN 12

AI kan hitta tidiga tecken på demens

SIDAN 15

demens forum

1 2021

INNEHÅLL

ORDFÖRANDEN HAR ORDET 3

LEVNADSBERÄTTELSER GER GLÄDJE 4

NAKEN SKILDRING OM DEMENSSJUKDOM 6

EN KLOCKREN IDÉ 11

SUCCÉ FÖR DAGVERKSAMHET I HEMMET 12

NY APP FÖR POLIS OCH ORDNINGSVAKTER 13

FORSKNING & FRAMSTEG 14

FOLKTANDVÅRDEN FICK SILVIAHEMSCERTIFIKAT... 18

VÅRA FÖRENINGAR 19

DEMENSFONDEN GÖR SKILLNAD 20

INSÄNDARE 21

FRÅGA JURISTEN 22

KORSORD 23

Att känna till en människas levnadshistoria är en viktig del inom äldreomsorgen.

I boken ”Pappa och jag – en fotodagbok om kärlek, demens och döden”, skildrar fotografen och författaren Annika Eriksdotter sin pappa.

AI kan hitta tidiga tecken på demens.

ANSVARIG UTGIVARE: Pär Rahmström, förbundsordförande
REDAKTÖR: Carina Rejmus Cohen
Demensforum är en 24-sidig medlemstidning som utkommer 4 gånger/år.
UPPLAGA: 16.000 ex.
GRAFISK FORMGIVNING OCH TRYCK:
Bergström & Sund
Lenanders Grafiska AB, Kalmar • 111814
Februari 2021
ISSN 1100-9055
ANNONSER: Skickas till Demensförbundets redaktör, rdr@demensforbundet.se
DU SOM VILL SKRIVA I DEMENSFORUM:
Skicka ditt manus till Demensförbundet helst som bifogad fil med e-post. Skicka gärna med foton eller illustrationer till din artikel! Vi förbehåller oss rätten att redigera insända artiklar. Citera gärna men ange alltid källan! Adress, se sista sidan.
NÄSTA DEMENSFORUM UTKOMMER: Vecka 18, 2021
MANUSSTOPP FÖR NÄSTA NUMMER ÄR: 14/4, 2020

Vad händer med politikernas löften efter pandemin?

Coronakommissionens dom var hård när den första delrapporten kom i december: Strategin att skydda de äldre har misslyckats. Trots alla åtgärder har coronaviruset slagit hårt mot landets äldreboenden också under andra vågen. En färsk enkät från fackförbundet Kommunal avslöjar allvarliga brister i användningen av skyddsutrustning i äldreomsorgen.

Under pandemins första sju månader – från 1 mars till 30 september förra året – avled 2 762 personer med boendeformen särskilt boende av covid-19, enligt Socialstyrelsen. De höga dödstalen väckte starka reaktioner från alla håll, inte minst från våra politiker. Ett exempel är när Stefan Löfven i sitt sommartal utlovade: ”Vi ska ha världens bästa äldreomsorg”.

Både under våren och resten av året vidtogs en rad åtgärder för att skydda de äldre, bland annat genom krav på skyddsutrustning och utbildningar i vårdhygien för personalen. I april införde regeringen ett nationellt besöksförbud som senare hävdes i oktober. Men trots alla insatser så fortsätter landets äldreboenden att sticka ut i statistiken. Från den 1 oktober till den 25 januari har ytterligare 2 099 personer med särskilt boende rapporterats döda i covid-19, en ännu högre andel av det totala antalet döda. Hur är detta möjligt?

Enligt Kommunal finns det fortfarande stora brister som innebär risker både för personalen och för de äldre. Förbundets nya enkät bland 6 630 skyddsombud på äldreboenden visar bland annat brister i användningen av skyddsutrustning. Kommunal har också identifierat ytterligare en kvarstående brist från våren: andelen timanställda. Många timanställda går fortfarande mellan arbetsgivare och då finns det risk att man tar med sig smitta.

Coronakommissionens ordförande Mats Melin menar att det sannolikt finns fler strukturella problem. I en intervju i Dagens Nyheter nämner han svagt ledarskap och många anställda som saknar den grundläggande medicinska utbildning som finns i en undersköterskeutbildning. Han pekar också på den uppdelade ansvarsfördelningen mellan kommuner och regioner.

Nu höjs rösterna för en total omstöpning av den svenska äldrevården. Politiker från höger till vänster bjuder över varandra i satsningar som vi inom Demensförbundet har efterlyst i årtionden. Det är förstås lovande. Men vi vet också att det snart kommer en dag när den akuta pandemin är över och det offentliga samtalet kommer att handla om andra saker. Då gäller det att politikerna följer upp sina löften och vi fortsätter att utveckla äldrevården tillsammans. Annars riskerar den här sorgliga historien snart att upprepa sig.

Pär Rahmström
Ordförande, Demensförbundet.

Levnadsberättelser ger glädje, självkänsla och kan minska oro

TEXT: **ANDERS POST** | FOTO: **HATTSTUGAN**

Att känna till en människas levnadshistoria är en viktig del inom äldreomsorgen. Det stärker den personliga kontakten, inte minst när det gäller demenssjuka. *Mitt livs historia* är ett koncept där man enkelt kan fylla i och dokumentera den boendes bakgrund och levnadshistoria. Formuläret finns att ladda ner på Demensförbundets hemsida.

Tanken med Mitt livs historia är att man i samtal ska få en bild av hur den boendes liv har varit: yrken, händelser, intressen och höjdpunkter. Varje människa har en historia, och vet man något om den så öppnas helt nya samtal, och minnen vaknar till liv. Hattstugan på Gotland är ett demensboende som sett vikten av att lära känna sina gäster genom att få information om hur deras liv har varit

Vi har skrivit om Hattstugan förr i Demensforum. Det var för ett par år sedan när Hattstugan blev vald till Gotlands friskaste arbetsplats. Därefter blev man nominerad till utnämningen Sveriges friskaste arbetsplats bland 400 företag inom alla typer av branscher. Och hur gick det? Jo Hattstugan kom tvåa.

Hattstugan, som har tio gäster, startades för 27 år sedan av Jane Lindell Ljunggren och systern Pia Lindell.

Personligare omvårdnad

Jag ringer upp Jane Lindell Ljunggren. Den här gången ska det handla om hur man genom att systematiskt arbeta med begreppet Mitt livs historia kommer närmare sina gäster, vilket gör omvårdnaden personligare, roligare och kan även minska oro.

– Redan när jag började inom äldrevården på sjuttiotalet märkte jag hur viktigt det var att känna till den äldres bakgrund, och kanske allra helst personer med demenssjukdom som ofta har svårt att själva berätta om sina liv, säger Jane och betonar vikten att få vara den man är, vara efterfrågad och att någon intresserar sig för ens person. Det ökar självkänslan och ger glädje.

– När det gäller personer där minnet sviktar så får man hjälpa berättelsen på traven och försöka få igång olika minnen. Vi har ett formulär där de närstående hjälps åt att fylla i de viktigaste sakerna som familj, utbildning, yrke och intressen som exempelvis musik, litteratur och konst, samt eventuella trauman som man kanske bär med sig. Sedan fyller vi på undan för undan.

Händelser långt tillbaka

– Det kan framkomma händelser långt tillbaka i tiden som anhöriga kanske inte vet så mycket om, och där man kan hitta orsaker till varför en gäst agerar på ett visst sätt.

Jane berättar om en demenssjuk kvinna som var mycket orolig och på kvällarna gärna stoppade på sig smörgåsar som hon inte åt själv utan sparade i fickor och på andra ställen.

– När vi sökte i hennes bakgrund visade det sig att hennes man hade dött tidigt genom en olyckshändelse, och hon hade svårt att få maten att räcka till för alla barnen. Jag förstod att det där hade med hennes oro att göra. Hon stoppade på sig smörgåsar som skulle vara till barnen. Men det blev ju kladdigt och besvärligt. Så vi gjorde iordning riktiga smörgåspaket fint förpackade med smörpapper som hon fick på kvällen. Och då blev hon mycket lugnare.

– På Hattstugan använder vi väldigt lite orosmediciner. Att vi lär känna våra gäster och är intresserade av deras levnadsberättelse tror jag spelar en stor roll för hur de mår, säger Jane Lindell Ljunggren. ■

Naken skildring som ger demenssjukdomen ett ansikte

TEXT: **ANDERS POST** | FOTO: **ANNIKA ERIKSDOTTER**

I boken *"Pappa och jag – en fotodagbok om kärlek, demens och döden"*, skildrar fotografen och författaren Annika Eriksdotter sin pappa Eriks sista tid som sjuk i vaskulär demens. Här illustreras osentimentalt hur demenssjukdomen drabbar såväl den sjuke som de anhöriga, och vad samhället kan bistå med.

Annika Eriksdotter har dokumenterat sin pappa Erik i olika vardagliga situationer när hans demenssjukdom går in i olika stadier. Boken varvas med bilder, dagboksanteckningar och citat. Som till exempel när hemtjänsten varit på besök:

Hej då Erik, vi ses en annan dag, säger personalen när de går.

– Ja det gör vi, om jag inte har dött då förstås.

Man anar Eriks humor som finns kvar trots att han blir allt sämre.

Anna Eriksdotter är konstnär som bor och har sin ateljé i Skoghall där hon specialiserat sig på textil utsmyckning och även dokumentärfotografi.

Naken dokumentation

Det är en kärleksfull och naken dokumentation som visualiserar en sjukdom som 25 000 människor drabbas av varje år i Sverige. Lite brutalt skildrat kanske någon kan tycka. Men demens är ingen näpen sjukdom – den är brutal, särskilt mot slutet när kroppens funktioner börjar upphöra en efter en.

Annika bor i ett villaområde där husen ligger tätt. I samma kvarter bodde hennes föräldrar. Mamman som var konstnär och drev keramikverkstad gick bort 2012. Sedan var Annikas pappa ensam i sin villa.

– Eftersom jag fanns i närheten kunde jag besöka pappa varje dag och hjälpa honom med allt som inte fungerade, och det var mycket. Men det var inte bara jag, vi var liksom ett anhörigteam som hjälptes åt, min bror, min man och våra två söner. Men tillslut gick det inte att klara allt själva. Hemtjänsten kopplades in med daglig tillsyn. Och då hade Erik fått sin diagnos vaskulär demens.

Emellanåt precis som vanligt

Hur märkte ni i början av sjukdomen att allt inte var som det skulle med din pappa?

– Han var den som tog ansvar och såg till att saker blev gjorda. Hade koll helt enkelt. Men han förändrades, ville inte gå upp på morgonen, glömde saker och var inte riktigt med. Kort sagt, han blev annorlunda, och vi förstod inte vad som hände med honom. Pappa hade alltid sysslat med mat och matlagning, han började glömma hur man gjorde. Men det motsägelsefulla var att han emellanåt var precis som vanligt.

Annika berättar varför hon ville föra dagbok med hjälp av kameran.

– Det var ett försök att förstå vad som hände. Men det fanns aldrig någon tanke på att det kunde bli en bok.

Fotodagboken påbörjades i februari 2016 och fortsatte till januari 2017 då Erik somnade in.

Texterna är skrivna i du-form, som ett samtal med pappa Erik. Här ett exempel:

– Idag kan vi väl steka plättar till middag pappa?

– Ja det kan vi göra.

Men du kommer inte riktigt ihåg hur man gör. Jag frågar vad du letar efter.

– Äggen svarar du och står och tittar i städskåpet.

– Det är som att du är på väg bort, du är här men ändå inte.

Gillade att odla blommor

Annikas pappa växte upp i Finnskogen i norra Värmland. Där skulle en karl ägna sig åt jakt och fiske.

– Men det var inget som intresserade pappa. Han gillade istället att odla blommor, laga mat, knyta ryamattor och ta hand om småsyskonen, berättar Annika. »

ÄPPELMOS.
17 sept. 2016

» Så småningom började han arbeta i en Konsumbutik och blev själv butiksföreståndare, och fortsatte sedan som egen företagare. Han fanns alltid där för oss barn, tog sig tid. Och tid hade han även för barnbarnen när de kom.

Annikas kamera följer Erik när han blir sämre, och hon väjer inte för att i närbild visa hur bältrosen, som Erik drabbats av, river upp stora sår på huden.

Pappan får även, förutom vaskulär demens, även andra sjukdomar, som hjärtsvikt, kol och cancer. Han blir multisjuk som det heter.

Ville alltid hem

Det går upp och ner, ibland är Erik helt förvirrad och åker in akut för sjukhusvård. Men han vill hem igen och det går bra en tid med hemtjänsten.

– Han var även vid ett tillfälle på ett äldreboende efter en sjukhusvistelse, men det var ingen positiv upplevelse, säger Annika. Han ville hem så fort det gick.

Fredag 27 januari börjar det lida mot slutet för Erik. Han hade då kommit in på sjukhus efter att ha svårt med andning och ångest.

Annika skriver:

”Läkaren tar fram en stol och sätter sig vid sängkanten. Hon berättar att det nu inte finns något mer att göra.

Bara häromdagen talades om att trots allt få syrgas hemma, men nu är det slut. Du kan knappt svälja, inte prata, du verkar känna igen oss och försöker säga något, men det går inte att förstå vad du säger.”

Måndag 30 januari tar familjen farväl av Erik.

”Pappa och jag, – en fotodagbok om kärlek, demens och döden” kom ut i juni 2020 på förlaget Votum. I bokens avslutande kapitel tar Silvialäkaren Madelene Johanzon upp fakta om olika kognitiva sjukdomar, där hon även ger råd om vad man kan tänka på i bemötandet av den demenssjuke.

– I samband med utgivningen blev jag intervjuad av lokalradion, berättar Annika. Mejl och brev strömmade in. Boken hade berört många som kände igen sig.

Förra sommaren och hösten ställdes boken och bilderna ut i Karlstads Domkyrka och i Domkyrkoforum i Lund.

– Kanske kan boken vara till hjälp för anhöriga och demenssjuka, säger Annika. Och jag kan tänka mig att den skulle kunna fylla en funktion som diskussionsunderlag i vårdutbildningen. ■

Farfars demens gav Philip en klockren idé

När Philips Franssons farfar fick diagnosen Alzheimer väcktes idén om att utveckla digitala lösningar och produkter för att hålla koll på var en demenssjuk person befinner sig. ”Jag letade efter hjälpmedel för att få farfar och farmors vardag att fungera bättre”, berättar han i en intervju i Lokaltidningen Landskrona.

TEXT: **MARTIN KÄLLSTRÖM** | FOTO: **PRIVAT**

Sedan april 2019 driver Philip Fransson sitt konsultbolag som jobbar med det spanska företaget Neki, som erbjuder så kallade ”wearables” inom vårdteknik. Det handlar om diskret elektronik, som bland annat hjälper anhöriga till demenssjuka att hålla reda på var han eller hon befinner sig genom positionering.

Philip berättar om relationen till farföräldrarna och hur idén föddes.

– Varje måndag och tisdag var farmor och farfar och hälsade på hos oss, för att avlasta mina föräldrar. När man träffas varje vecka så ser man hur någon mår. Och vi såg hur farmor blev mer isolerad efter att farfar fick Alzheimer. De var väldigt aktiva och hade lantställe bland annat, och det var tråkigt att se hur livet begränsades av sjukdomen.

Att farfar blev sjuk i Alzheimer sammanföll med att Philip avlutade en mastersexamen i Business Management i Barcelona i Spanien.

– Jag hade sett företaget Neki när jag letat hjälpmedel till farfar och farmor, för att få deras vardag att fungera bättre. Så jag hörde av mig med ett mejl till deras vd.

Det resulterade i en sex månader lång praktik för företaget som affärsutvecklare.

– Jag är intresserad av den tekniska biten, hur man kan utveckla appar och webbplattformar som är kopplade till produkterna.

Praktiktiden tog slut men arbetet med Neki fortsatte, nu som Sverigebaserad konsult i egen regi.

Det är tre produkter som Neki säljer, en ”klocka”, en smyckeliknande dosa och ett bälte, som ser precis ut som ett vanligt bälte. Alla tre kan positionera bäraren med hjälp av mobiltelefonnätet. Det går även att skapa zoner som gör att en anhörig får notiser i sin smartphone när bäraren går in eller ut ur zonen.

– Man kan göra en zon hemma och en i matbutiken som den äldre oftast handlar i till exempel.

Om det tar för lång tid att förflytta sig mellan zonerna kan den anhöriga kolla var bäraren befinner sig med positionering. Eller ringa upp – både klockan och pucken går att ringa till och prata genom.

Produkterna används idag inom fem svenska kommuner och på två privata vårdboenden. Neki är långt ifrån ensamma på marknaden, men Neki har en konkurrensfördel, menar Philip Fransson.

– Den respons vi får från kunderna är att designen sticker ut. De är mer diskreta och därför är det lättare att få vårdtagaren att använda dem. ■

Så här ser klockan ut som Neki säljer. Ungefär som en smartwatch, men den går att använda för samtal och är främst tänkt som redskap för att positionera bäraren med hjälp av mobiltelefonnätet. Det går även att skapa zoner inom ett visst område som gör att en anhörig får notiser i sin smartphone när bäraren går in eller ut ur zonen.

Philip Fransson

Dagverksamhet i hemmet blev succé i Sollentuna

När pandemin slog till förra våren stängdes dagverksamheter för demenssjuka över hela landet på grund av smittorisken. Saknaden har varit stor, inte minst för anhöriga som med fungerande dagverksamhet får en välbehövlig avlastning. Men i Sollentuna hittade man en lösning.

TEXT: **ANDERS POST** | FOTO: **SUZY-HAZELWOOD**

Sollentuna kommun har två dagverksamheter med demensinriktning. De drivs av företaget AB Solom. När pandemin började ta fart på allvar i mars förra året beslöt man att stänga verksamheterna.

– Det här är en väldigt viktig insats för demenssjuka och anhöriga, säger projektledare Sophie Löfgren Roberts. Sophie driver ett utvecklingsprojekt kring de demensinriktade dagverksamheterna på vård- och omsorgskontoret i Sollentuna kommun. Fram mot senvåren började vi fundera på om vi kunde öppna upp dagverksamheten igen, naturligtvis med aktuella restriktioner och under säkra former. Det fanns ett stort intresse bland de som brukade delta, men många kände även att smittorisken var för stor. Inte minst vid den s.k. turbundna resan, den vanligaste formen av transport till och från verksamheten som sker med hjälp av taxi. Så man funderade vidare på andra lösningar, och kom fram till att dagverksamhet i hemmet skulle kunna vara ett alternativ för de cirka 60 personer i kommunen som är beviljade dagverksamhet. Idén var värd att prova, och till sommaren 2020 kunde man starta upp med verksamhet hos sex personer.

Hur fungerar det? Går personal hem till var och en?

– En ur personalgruppen från dagverksamheten gör ett hembesök det antal gånger i veckan som den enskilda är beviljad ordinarie dagverksamhet och under cirka tre timmar. Man eftersträvar även att det är samma personal som kommer hem till den enskilda varje gång.

Vilka aktiviteter kan det handla om i hemmet?

– Mycket beror på dagsform och ork hos den som besöks. Aktiviteterna bestäms i samråd och kan till exempel vara promenader, spela spel tillsammans, titta på fotoalbum, lyssna på musik eller bara samtala över en lunch.

Hur många platser för dagverksamhet i hemmet har ni idag?

– Det har ökat till 34, vilket utgör ungefär hälften av alla som har rätt till den här verksamheten.

Att alla inte är med, beror det på att det behövs mer personal, eller att smittorisken spelar in?

– Både och. Kommunen har gått in och gett stöd till företaget som sköter verksamheten, vilket gjorde att vi kunde utöka personalstyrkan nu i januari. Men det är också många som inte vill ta emot insatsen på grund av rädsla för smitta.

Har den här insatsen varit uppskattad?

– Ja väldigt uppskattat. Jag och min kollega Natalie Alrenius som är demenssamordnare i kommunen, gjorde i oktober/november en individuppföljning där vi pratade med 26 personer som fick dagverksamhet i hemmet, och deras anhöriga. Det framkom att upplägget var mycket uppskattad. Det gav ett mervärde tyckte man, även om inte anhöriga får den avlastning som den vanliga dagverksamheten ger. En del tyckte att det här till och med var bättre. Inte så stressigt med resor, och man fick göra personliga aktiviteter – något

FOTO: **PRIVAT**

som även omnämns som personcentrerat stöd i en vägledning från Socialstyrelsen angående dagverksamhet. Och det uppfyller vi verkligen här. I stället för att du sitter i en helgrupp, där aktiviteterna måste anpassas efter allihopa, så blir just dina intressen tillgodosedda och personalen kan ta hänsyn till dina behov. Genom personcentrerade aktiviteter så möjliggörs också ett mer rehabiliterande arbetssätt, personalen kan hjälpa den enskilda att bibehålla fysiska samt kognitiva förmågor, vilket även förespråkas i Socialstyrelsens vägledning.

Är det här något ni kan tänka er att fortsätta med även när den ordinarie dagverksamheten kommer igång?

– Ja det är något som vi kommer att se över, eftersom responsen har varit så positiv, säger Sophie Löfgren Roberts.
Jag kan dock tillägga att många saknar att få träffas i grupp med andra människor, de saknar sammanhållningen och gemenskapen på den ordinarie dagverksamheten. Det finns ett värde i att få komma ifrån sin bostad för somliga. ■

Sophie Löfgren Roberts, projektledare på vård- och omsorgskontoret i Sollentuna kommun.

Ny app för polis och ordningsvakter

Mobilappen ”Om demens” är ett nytt hjälpmedel för poliser och ordningsvakter som ofta ställs inför svåra situationer i möten med personer med kognitiva svårigheter.

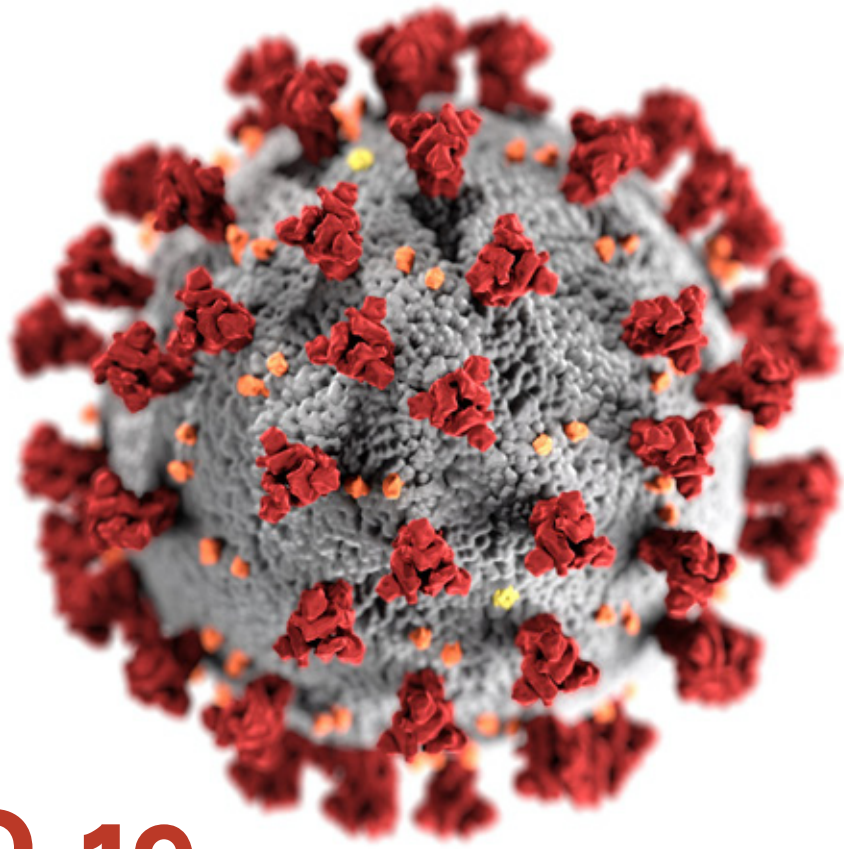
TEXT: **MARTIN KÄLLSTRÖM**

Appen har utvecklats av Svenskt Demenscentrum och är ett led i arbetet att skapa ett mer demensvänligt samhälle. Det handlar bland annat om att ta fram kunskapsstöd till olika grupper, utanför vården, som möter personer med demenssjukdom i sin yrkesutövning.

Sedan tidigare finns en avgiftsfri webbutbildning och informationshäfte för poliser och ordningsvakter. Svenskt Demenscentrum har även tagit fram ett kunskapsstöd för dagligvaruhandeln.

– I Sverige finns 150 000 personer med demenssjukdom. De flesta av dem bor hemma och rör sig ute i samhället under en stor del av sjukdomsförloppet. Därför är det många yrkesgrupper som behöver ökad kunskap om vad sjukdomen innebär, och hur man bäst bemöter personen, för att samhället ska kunna bli mer demensvänligt, säger Wilhelmina Hoffman, chef för Svenskt Demenscentrum.

Appen ”Om demens” har möjliggjorts genom finansiering från Drottning Silvias stiftelse för forskning och utbildning. Den kan laddas ned gratis från AppStore och Google Play. ■



En ny global studie av mer än 40 000 patienter med coronavirus syftar till att ta reda på om COVID-19 kan öka risken för demens, rapporterar den amerikanska intresseorganisationen AARP.

Kan COVID-19 öka risken för demens?

TEXT: **MARTIN KÄLLSTRÖM** | FOTO: **CDC**

En av de mest skrämmande följderna av COVID-19 är dess inverkan på hjärnan. Över 80 procent av de vårdade COVID-19-patienterna har neurologiska symtom, visar en studie från Northwestern Medicine Health Systems. Även patienter med lindriga symptom har drabbats av minnesförlust, problem med fokusering och andra relaterade problem som kan pågå i flera månader.

Nu menar vissa forskare att det finns övertygande bevis för att de negativa effekterna av viruset kan vara ännu längre, vilket riskerar att skapa en våg av nya fall med demens och kognitiv svikt under många år framåt.

– Det är möjligt, jag skulle till och med säga att det är troligt, att ha COVID-19 kommer att öka risken för demens. Men vi bara har inte tillräckligt med underlag ännu för att besvara den frågan med säkerhet, säger Gabriel de Erausquin, professor i neurologi vid University of Texas Health Science Center i San Antonio.

Gabriel de Erausquin och andra forskare har nu inlett en stor global studie för att undersöka sjukdomens kort- och långsiktiga inverkan på hjärnan, inklusive hur det kan bidra till Alzheimers sjukdom och andra demenssjukdomar.

– Syftet är att minimera skadorna, förutsäga vem som är mest utsatt och försöka identifiera beteenden och andra faktorer som kan hjälpa oss att minska symptomen hos äldre patienter, säger Gabriel de Erausquin.

Med finansiering från amerikanska Alzheimers Association och teknisk vägledning från Världshälsoorganisationen (WHO) kommer studien att omfatta mer än 40 000 patienter från 50 år och uppåt. De första resultaten förväntas i början av 2022.

Forskare har länge studerat sambandet mellan infektion och demens. Vad man kunnat konstatera att ju äldre man är, desto större är risken att drabbas av demens vid en infektion – speciellt bland dem som redan är drabbade av minnesproblem. Även lindrigare infektioner, till exempel urinvägsinfektion, kan driva fram en underliggande demenssjukdom. ■

AI kan hitta tidiga tecken på demens

Johan Sanmartin Berglund, professor i tillämpad hälsoteknik.

TEXT: **MARTIN KÄLLSTRÖM** | FOTO: **MARKUS SPISKE**

Det är Johan Sanmartin Berglund, professor i tillämpad hälsoteknik, som leder arbetet i det unika projektet. Han berättar hur AI används för att upptäcka demens.

– Vi har under 20 års tid samlat stora datamängder av både friskt och normalt åldrande tillsammans med data på dem som har kognitiva sjukdomar. Tack vare AI kan vi processa dessa stora datamängder för att på så sätt beräkna risk- och friskfaktorer som kan ha betydelse för insjuknandet i kognitiv sjukdom, berättar Johan Sanmartin Berglund.

För att upptäcka demens görs idag utredningar som är både långa och omfattande. Forskarnas idé om ett enkelt test skulle därför vara revolutionerande för sjukvården.

Finns det ingen risk att vi lämnar ut allt till AI och ställer den mänskliga kunskapen åt sidan?

– Människan kommer alltid behövas inom demensvården. Vi ska låta datorerna gör det de är bra på, att räkna siffror, men den mänskliga komponenten behövs för att värdera och sätta detta i ett sammanhang innan man kan sätta en diagnos, säger Johan Sanmartin Berglund i en intervju med SR P4 Blekinge.

Hur lång tid tar det då innan det här testet kan användas i verkliga livet?

– Vi har haft de första deltagarna nu som har provat testet. Men innan det finns i sjukvården så dröjer det säkert många år. ■

VARFÖR ÄR DET VIKTIGT ATT UTREDA DEMENS?

När någon har tydliga minnesproblem är det viktigt att ta reda på orsaken. Om du misstänker att du eller någon närstående visar tecken på en demenssjukdom kan du kontakta en läkare och göra en demensutredning, eller minnesutredning som det också kallas. En diagnos ger rätt till stöd och möjlighet att sätta in en behandling som kan motverka förloppet eller ge andra positiva effekter.

Läs mer om demensutredning på demensforbundet.se

Ny studie visar samband mellan luftföroreningar och Alzheimer

TEXT: **MARTIN KÄLLSTRÖM** | FOTO: **NATALIE DMAY**

En ny amerikansk studie visar att människor som bor i områden med mer luftföroreningar verkar ha en större benägenhet att ansamla en sorts beläggning i hjärnan – plack – en typ av protein som man sedan tidigare kopplat till Alzheimers sjukdom, rapporterar Sveriges Radio.

I studien har man tittat på 18 000 personer – med kognitiv nedsättning av olika grad – såsom Alzheimers sjukdom och som genomgått en avancerad hjärnundersökning – så kallad PET-scan. Sedan har forskarna kopplat varje person till de adresser som de bott på de senaste 15 åren, och även uppmätt och räknat ut miljöföroreningar på hemadressen.

Resultaten visar att människor som bor i områden med mer luftföroreningar verkar ha en större benägenhet att ansamla en sorts beläggning i hjärnan – plack – en typ av protein som man sedan tidigare kopplat till Alzheimers sjukdom.

Studien är viktig, menar Anna Oudin, docent i epidemiologi vid Umeå och Lunds universitet, som forskar i luftföroreningar och hjärnans hälsa.

– Den här studien där man tittar på vad som händer i hjärnan är extra viktig, även om det inte är ett orsakssamband, eftersom man inte tidigare kunnat koppla Alzheimer och miljöföroreningar så konkret.

Studien ”Association Between Ambient Air Pollution and Amyloid Positron Emission Tomography Positivity in Older Adults With Cognitive Impairment” är publicerad i JAMA Neurology. ■

Antikropp ger hopp i kampen mot Alzheimer

TEXT: **MARTIN KÄLLSTRÖM**

Ännu finns inget botemedel eller behandling som kan bromsa Alzheimers sjukdom, bara symtomlindrande läkemedel. Men nu väcks förhoppningen bland forskarna om att antikroppen BAN2401 kan bromsa utvecklingen av det skadliga protein som orsakar sjukdomen. Och på Karolinska Institutet har man nyligen lyckats identifiera exakt var i hjärnans synapser som detta sker, vilket kan bidra till att man redan inom tio år kan förhindra att sjukdomen bryter ut.

Alzheimers sjukdom gör att hjärnvävnad gradvis förstörs då nervceller börjar förtvina och dö i onormal omfattning. Detta leder till försämring av minne och kognitiva färdigheter, såsom intellektuell förmåga, språk, orientering, igenkänning och inlärningsförmåga. Sjukdomen kommer smygande och det går inte att fastställa en exakt tidpunkt för när den debuterar. Vanligtvis har Alzheimers sjukdom ett utdraget förlopp under åtskilliga års tid.

Nu deltar Uppsala universitet tillsammans med fyra svenska universitetssjukhus i en global studie som syftar till att undersöka om antikroppen BAN2401 kan bromsa symptom och förändringar i hjärnan hos patienter med sjukdomen. Studien leds av professor Lena Kilander och engagerar ett team bestående av läkare, sjuksköterskor och arbetsterapeuter. Man räknar med att inkludera sammanlagt sex patienter.

– Antikroppen ges för att minska mängden av skadligt så kallat amyloid-beta, ett felveckat protein som ansamlas i hjärnan och förmodas orsaka sjukdomen, berättar Martin Ingelsson, professor i geriatrik vid Uppsala universitet och överläkare vid Akademiska sjukhuset i Uppsala.

Om testerna faller väl ut skulle det, enligt Martin Ingelsson, innebära ett stort genombrott i kampen mot Alzheimer. Samtidigt pågår en studie på Karolinska Institutet som fokuserar på att identifiera exakt var i synapsen som beta-amyloid samlas.

– I kampen mot demenssjukdomar är detta en viktig pusselbit som förmodligen kommer att ge oss mycket kunskap framöver, säger Michael Axenhus, hjärnforskare vid Karolinska Institutet, i en intervju i TV4:s Nyhetsmorgon.

Michael Axenhus är optimistisk och menar att vi redan inom tio år borde kunna förhindra att sjukdomen bryter ut. ■

Henrik Zetterberg, professor i neurokemi.

Samarbeten kring corona kan ge skjuts åt demensforskningen

TEXT: **MARTIN KÄLLSTRÖM** | FOTO: **JOHAN WINBORG**

Kampen mot corona har skapat ett globalt samarbetsklimat inom den medicinska forskningen som forskare hoppas kommer leda till nya genombrott även mot andra sjukdomar, exempelvis Alzheimer, rapporterar Sveriges Radio.

Det senaste året har tusentals forskare världen över lagt otaliga dagar och nätter på att ta reda på mer om coronaviruset och vad som kan göras åt sjukdomen COVID-19. De enorma forskningsinsatserna som gjorts kommer inte att gå till historien som en parentes, menar Henrik Zetterberg, som är professor i neurokemi vid Göteborgs universitet.

– En väldigt tydlig effekt av covid-pandemin är hur man globalt går samman och attackerar en sjukdom, något man sedan skulle kunna göra mot andra sjukdomar, säger han.

Henrik Zetterberg forskar om hur hjärnan påverkas av coronaviruset, ett område som det väntas komma många studier och resultat om under 2021. Samtidigt så börjar nu vaccineringen av världens befolkning och många forskningsresultat kanske kommer först när pandemin mer eller mindre är över.

Men Henrik Zetterberg menar att det nya globala samarbetsklimat som etablerats kommer att pusha forskningen gällande andra sjukdomar framåt.

– Jag har en drömbild och det är att vi under 2021 får kontroll på pandemin och sedan exempelvis möjligen börja vaccinera mot Alzheimers sjukdom, säger han i till Vetenskapsradion i SR P1. ■

Folktandvården Sörmland tog emot Silviahemscertifikat

Överst från vänster: Christer Stenvinkel, Eva Jönsson från Stiftelsen Silviahemmet. Mellersta från vänster: Angelica Källberg-Carlsson, Ann-Sofie Staaf, Lotta Mendelson. Under från vänster: Eva Andersson, Camilla Ottinger-Frick.

TEXT: **MARTIN KÄLLSTRÖM** | FOTO: **EVA ANDERSSON**

Folktandvården Sörmland har som landets första tandvårdsföretag belönats med ett Silviahemscertifikat. Skälet är att medarbetarna inom hemtandvården har utbildats i demensvård för att kunna bidra till högsta möjliga livskvalitet för de demenssjuka och deras anhöriga. Certifikatet överlämnades av representanter för stiftelsen Silviahemmet.

– I och med vår åldrande befolkning drabbas allt fler av demenssjukdomar. Med den här utbildningen i ryggen kan vi möta ännu fler sörmlänningar på ett professionellt sätt och med rätt verktyg, säger Ann-Sofie Staaf.

Hon är klinikchef för Folktandvården Sörmlands hemtandvård som ett vanligt år gör över 3 000 munhälsobedömningar hemma hos äldre som är för sjuka för att kunna ta sig till en klinik. Hemtandvården kan även erbjuda enklare tandvård. Medarbetarna har nu utbildats inom ramen för stiftelsen Silviahemmet, som grundades på initiativ av drottning Silvia.

Silviahemmet utbildar personal som arbetar med demenssjuka och tar även initiativ till forskning inom området. Målet med certifikatet, som ska förnyas efter tre år, är bland annat att införliva ett helhetsperspektiv i vården och omsorgen om de demenssjuka.

– Det har blivit lättare för oss att kommunicera med demenssjuka och det innebär i sin tur bättre möjligheter för att kunna nå fram. Vi har helt enkelt större möjligheter att genomföra tandbehandlingar, säger Ann-Sofie Staaf, som tog emot certifikatet vid en ceremoni på Forskliniken i Eskilstuna.

ÅRET MED PANDEMIN I HÄSSLEHOLM

Under året som gått har vi inte kunnat ha en enda träff för våra medlemmar sedan i februari. Däremot har vi försökt anordna andra aktiviteter. Bland annat har Alzheimerdagen uppmärksammats nästan som vanligt genom att föreningen bjudit på 21 tårtor som levererats till alla demensboenden i kommunen.

– En gest som uppskattades mycket när i princip all annan verksamhet ligger i träda, säger Lisen Ekdahl, ordförande i demensföreningen. I mycket begränsad omfattning har vi också kunnat hålla vårt stickcafé i gång med några få deltagare, men allt annat har legat nere.

Föreningens inplanerade 30-årsjubileum har skjutits på framtiden. Lisen Ekdahl har dock tillsammans med styrelsedamöterna hållit telefon- och brevkontakt med de drygt 200 medlemmarna.

Föreningen har även stöttat demensavdelningarna på de kommunala boendena genom att sammanställa en ”skolväska” och en ”semesterväska”, vars innehåll personal och boende kan samtala omkring.

– Kanske blir det även en ”på rymmen väska” säger Lisen! Vi ser med tillförsikt på framtiden och hoppas verkligen att vi ska komma igång med normal verksamhet senast under våren!

Lisen Ekdahl

Alla demensboenden i kommunen fick tårta. Foto: Elli

LL-FÖRLAGET

Nyhet!

Humor, kärlek & nostalgi

Lättläst feelgoodbok för äldre läsare med demens

Maj missar bussen efter frisören och bestämmer sig för att istället promenera hem med sin rullator. Det ska dock bli sen kväll innan Maj till slut kommer hem, mätt på äventyr, god mat och lycka. En anledning är att hon råkat träffa på sin ungdomskärlek, Lennart.

Sköna Maj av Eli Åhman Owetz är en bok som passar utmärkt som högläsning! Varje kapitel har ett lyckligt slut – det ger en bra känsla och ett leende på läpparna.

Finns att köpa i din bokhandel och på ll-forlaget.se

Demensfonden gör skillnad för forskningen

TEXT: **MARTIN KÄLLSTRÖM** | FOTO: **KENNET RUONA**

Under 2021 kommer Demensfonden att prioritera forskning inom frontallobsdemens och Lewykroppsdemens. Förhoppningen är forskningen bland annat kan bidra till att vi blir bättre på att identifiera de drabbade.

Demensfonden delar varje år ut pengar till olika forskningsprojekt kring demens. Under 2020 delade man ut 8 miljoner kronor – ett rekord som man hoppas att slå redan under 2021.

- Att skänka ett bidrag till fonden har blivit ett allt vanligare alternativ till att köpa en bukett blommor. Coronan har också satt fokus på demenssjukdomar och behovet av mer forskning, säger Carina Glebenius, ansvarig på Demensförbundet för fondens insamlingsverksamhet.

Under 2021 har man likt föregående år särskilt fokus på frontallobsdemens och Lewykroppsdemens. 2020 inkom totalt 112 stipendieansökningar från forskare och av dessa beviljades 72 anslag.

Elisabet Londos är professor vid minneskliniken i Malmö och forskar om Lewykroppsdemens. Hon tror att forskningen kan bidra till att vi blir bättre på att identifiera de drabbade.

- Det är den patientgrupp där man kan ha mest behandlingsframgång med de medel vi har idag. Och de är gravt underdiagnosticerade.

Utöver diagnostik menar hon att vi också måste beskriva sjukdomen för att förstå när den är avancerad.

- Det kan låta konstigt, men det är inte som vid Alzheimer att sjukdomen har gått långt när poängen på kognitiva test är låg. Vid Lewykroppsdemens är det sannolikt andra faktorer utöver kognitionen som indikerar detta, förklarar Elisabet Londos. ■

Elisabet Londos är professor vid minneskliniken i Malmö och forskar om Lewykroppsdemens.

DEMENSFONDEN

Demensfonden delar ut stipendier en gång om året för medicinsk forskning, omvårdnadsforskning, utveckling av stöd till demenssjuka och deras anhöriga samt informations- och kunskapsspridning om demenssjukdomar och anhörigas situation. Fonden förvaltas av Demensförbundet. Stipendiaterna utses i samråd med Demensfondens medicinska råd. Demensfonden har ett 90-konto och står under tillsyn av Svensk Insamlingskontroll och Demensförbundets revisorer.

Du kan hjälpa oss att stödja demensforskningen genom att sätta in ett bidrag på Demensfonden.

PG 90 08 58 – 2, BG 900-8582

En oktober dag hände det som vi jobbat så hårt för att förhindra...

... det första positiva covid testet på vårat boende. Smittan hade nu tagit sig in på vår avdelning och genom smittspårning konstaterades 4 smittade. Trots personalens arbete med att minska smittspridningen blev 7 av 8 boende på avdelningen smittade. I och med att de boende har en demenssjukdom är det mycket svårt att få dem att förstå hur smittsam sjukdomen är och varför vi inte längre kan umgås på samma sätt som förut. Begränsningarna av dom allmänna utrymmen och bristen på kontakt av anhöriga och grannar påverkade dom boende. Vi hade daglig kontakt med anhöriga genom facetime, telefonsamtal och sms men det blir ju aldrig som fysisk närvaro. Att personalen hela tiden arbetar med munskydd och visir gör ju att det blir svårare att kommunicera vilket medför att de boende inte kan läsa av våra ansiktsuttryck och inte känner igen oss. Efter ett par dagar när de boende mådde bättre gjorde vi ordning en liten fikahörna där de kunde träffas på avstånd över en kopp kaffe, en dagstidning eller bara för att lyssna på lite musik.

Personalen har pratat mycket med varandra under sjukdomstiden eftersom vi har varit oroliga för de boende och även för att själva bli smittade. Vi har fått testa oss regelbundet för smittspårning och väntat oroligt på svaren. Vi har varit noga med att ge varandra ny information och utsett en personal varje dag som tagit reda på ny och viktig information. När det blev misstänkt smitta på andra avdelningar och den konstaterades gick vi som covid personal över och jobbade där med dom sjuka, allt för att minska smittspridningen. En sak vi upplevde mycket positivt var att vi alltid hade en chef att ringa oavsett tid på dygnet eller om det var helg. Hörde vi inte av oss ringde det alltid någon för ett fråga hur läget var och hur vi som personal mådde. Vi kunde göra vårt arbete och vi visste att chefen tog hand om allt annat såsom att boka på personal. En stor trygghet för oss var att vi fick låna in personal som redan jobbat med covid, vi blev ett gott gäng som arbetade ihop oss väl.

Så efter 5 intensiva men mycket lärorika veckor blev den sista boende friskförklarad. Alla mår ju bra och vaccinationen av både boende och personal är igång. Nu ser vi framemot en solig vår och sommar.

Personalen på av 15b Limagården.

Pär Rahmström, advokat och ordförande i Demensförbundet, svarar på medlemmarnas frågor kring familjejuridik.

Fråga:

Måste jag berätta att jag skrivit ett testamente?

Jag är ogift och har inga barn. Jag har inte skrivit något testamente. Närstående har frågat mig om jag skrivit något testestamente varvid jag varit uppriktig och svarat att jag inte har gjort det. Jag överväger nu att skriva ett testamente och tänker i så fall i stor utsträckning testamentera till ideella organisationer som värnar om djur. Om jag igen får frågan om jag skrivit ett testamente, måste jag då berätta att jag gjort det och redogöra för innehållet? Ska ett testamente registreras någonstans och i så fall har närstående tillgång till registret?

Svar:

Du behöver inte berätta för någon att du avser skriva eller har skrivit ett testamente eller redogöra för innehållet. Det finns ingen myndighet som registrerar testamenten. Den dag du går bort ska testamentet tas fram så din vilja kan verkställas. Vet inte någon annan att det finns ett testamente eller det inte går att finna blir det kanske inte som du önskade när testamentet skrevs. Har du goda vänner kan det vara klokt att informera dessa om var ditt testamente finns. Du behöver inte redogöra för testamentets innehåll.

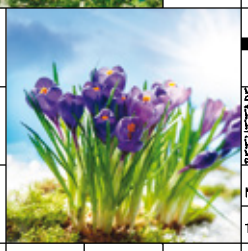
Intervjupersoner sökes bland anhöriga till Alzheimersjuka

M3Global Research utför en studie om Alzheimer och vill komma i kontakt med familjemedlemmar eller närstående till personer med diagnosen för en 30 minuter lång telefonintervju.

Intervjun ingår i en studie från ett välkänt bolag inom medicin och syftet är att få bättre förståelse för arbetet kring Alzheimer. För varje avslutad intervju utgår en ersättning om 400 kronor som utbetalas till den demensförening som intervjupersonen tillhör.

För anmälan och mer information, vänligen kontakta Nina Johansson på telefon 031 363 10 56 eller mejla **NJohansson@m3global.com**

Foto: Christina Morillo



LÖS-SLÄPPT
MOT-STÖT
FLICK-NAMN
BLÄCK I DOVER
PÅ GRUND AV
SYD-AFRIKANSKT FOLK
TA UTAN LOV
VÄNSTER TILL SJÖSS
HÄLLER CHIM-PANSEN FÄNGEN
SÅ KAN FLICKAN HETA
I LUVEN PÅ VARANDRA
LOV-ORDAT
SNURRADE MER FÖRR
GÅR I MEXICO
HAK
SLUTKÖRD
GÅTT UT MED HUNDEN
I VÄG
FLÄSK
FÖRST I TUR
FÅR GÅ UT PÅ KROGEN
HYLLAR
SEX PÅ ROM-ERSKT VIS
LIGGER INTE PÅ SOFF-LOCKET
GE UTSLAG
FYLLDE KISTAN
DJUR I POLAR-SKRUD
HOVDAM
BETUTTADE
UTFÖRS... ÄR PÅ VÄG UTFÖR
PÅ DET SÄTTET
INDONESIEN ÄR ETT
KLURIGA ATT LÖSA
GÅR UPP & NED PÅ SCEN
ÖNSKVÄRT TILL MIDDAG
TA SIG FRAM TILL FOTS
GÖRA VERKAN
KLÄ MAJ-STÅNGEN
MITT I NATTEN
MAG-NESIUM
GJORDE UPPSUTTEN
SVAVEL
HÄLLER SNACK-SALIG
AKTSAM
ÖVRE GRÄNS
KRÅNGLA TILL DET
OMGER VERK
ÄR EN TVÅÅRIG FÖRETE-ELSE
ÄGA RUM
INTOG
BIBELDEL
TRAN-SPORTÖR
TAR VÄL GIFTA HÄND OM
UTKOM-MER DAGLIGEN
BRA FÖR BLAD SOM DRAR
DANSKT LÄN FÖRR
MÄKTA MED
KORS-ORDS-KUNGEN 2021

Korsord 1-2021

Namn: _____

Adress: _____

Postadress: _____

Lösningen på korsordet ska vara oss tillhanda senast den 13/4 2021.

Demensförbundet Lundagatan 42 A, 117 27 Stockholm

De tre första öppnade rätta lösningarna vid dragningen vinner 2 Sverigelotter vardera.

Grattis

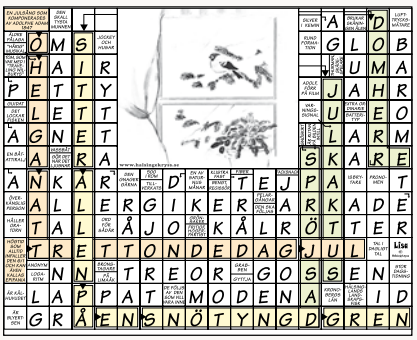
säger vi till vinnarna av korsord nr 4-2020.

Berit Carlsson, Vadstena
Ann-Marie Noresjö Olaison, Hult
Pia Georgsson-Asp, Norrköping

2 Sverigelotter var

Vinner ni en storvinst meddela oss gärna det.

Lösningen på korsordet 4-2020



POSTTIDNING **B**

VILL DU BLI MEDLEM?

Kontakta den lokala demensföreningen på din ort eller ring Demensförbundet. Vi har nästan 10 400 medlemmar, i cirka 110 demensföreningar, spridda över hela Sverige.

Som medlem får du:

- Demensforum (Demensförbundets tidning) 4 nr/år. Finns även som taltidning för synskadade.
- Anhörigboken – med information och praktiska råd. Finns även som talbok för synskadade.
- Råd, stöd och hjälp. Utbyta erfarenheter med anhöriga till demenssjuka som är eller har varit i samma situation.
- Möjligheter att i gemenskap med andra påverka och förbättra demenssjukas och anhörigas situation.

Demensförbundet

Demensförbundet
Lundagatan 42 A 5 tr
117 27 Stockholm
Tel 08-658 99 20
Fax 08-658 60 68
E-post: rdr@demensforbundet.se
Hemsida: www.demensforbundet.se
Pg 25 92 53-3
Bg 5502-8849

Är du anhörig? Har du frågor?

Demensförbundet har rikstäckande telefonrådgivning:

0485-375 75

Ung och anhörig? Gå med i Yngrenätverket!

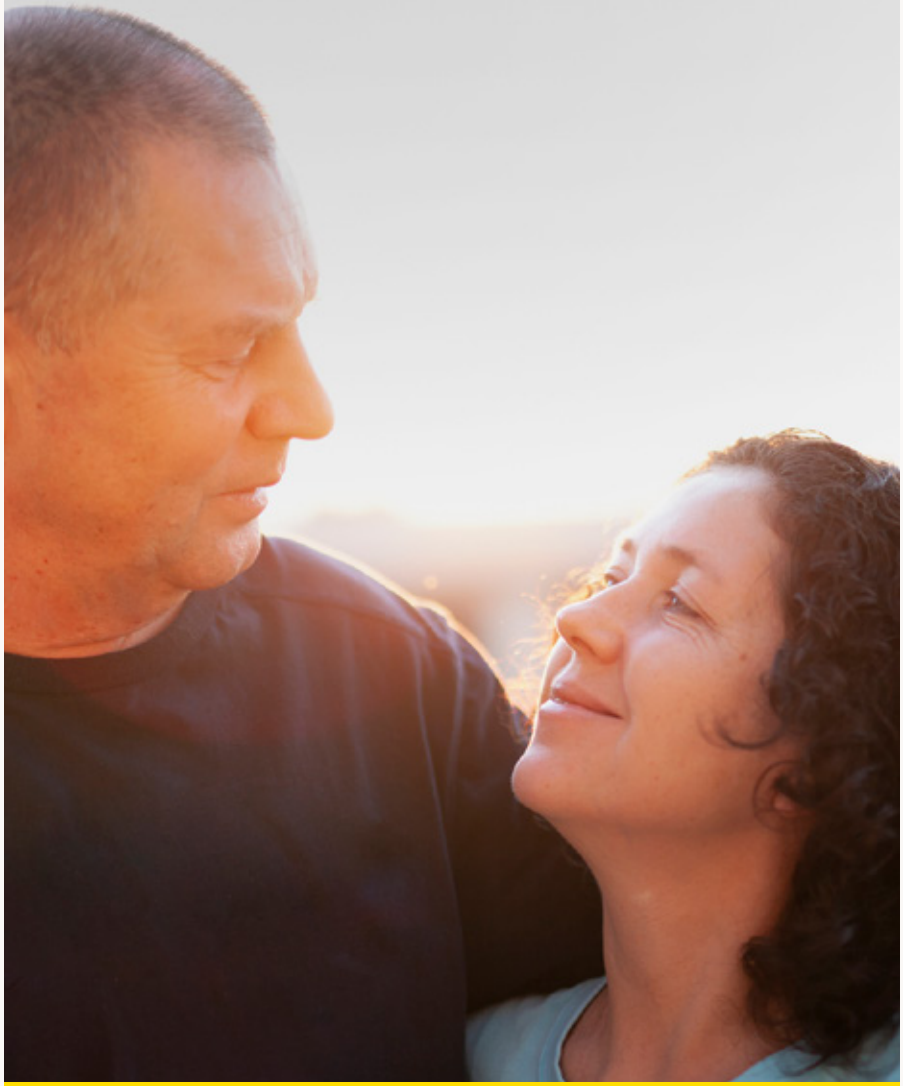


Foto: Scandinav bildbyrå

Få människor kan föreställa sig vad det innebär att vara mitt i livet och ha en partner eller anhörig som drabbas av en demenssjukdom. Men vi finns, och tillsammans kan vi göra livet betydligt lättare för varandra. Demensförbundets nätverk för dig under 65 år bildades redan 2001. Vi träffas regelbundet på flera håll landet där vi delar erfarenheter, lyssnar på föreläsningar och utbyter erfarenheter. Välkommen du också!

Läs mer på demensnatverket.se.
Du kan också mejla info@demensnatverket.se eller ringa 08-658 99 20

DEMENSFÖRBUNDETS LITTERATUR

Vår litteratur hjälper dig att förstå och stötta i den för många svåra situation som en demenssjukdom innebär. Vi har även bra material för dig som arbetar inom demenssjukvården och som vill veta mer.

Hela vårt utbud hittar du i vår webbutik **www.demensforbundet.se**. Det går också bra att ringa oss för mer information om vår litteratur, telefon **08-658 99 20**.