

## Informationsträffar för personer med Alzheimers sjukdom

På minnes- och geriatrikmottagningen på Akademiska sjukhuset i Uppsala har en grupp personer som nyligen fått diagnosen Alzheimers sjukdom träffats vid sex tillfällen under hösten. På träffarna har de fått information om sjukdomen, redskap och tips för att bättre hantera sin vardag och möjlighet att utbyta erfarenheter med andra personer i liknande situation. Informationsträffarna har genomförts inom ramen för ett projekt med medel från SKL:s äldresatsning "Bättre liv för de mest sjuka äldre".



Sedan många år tillbaka har vi på minnes- och geriatrikmottagningen på Akademiska sjukhuset informationsträffar för anhöriga till personer med Alzheimers sjukdom, Lewy Body demens och Frontotemporallobsdemens. Däremot har vi saknat en motsvarande verksamhet för personerna med demensdiagnos. Både patienter och anhöriga har efterfrågat det och vi har också själva känt att det finns behov att förmedla minnsteamets kunskaper till patienter på ett bättre sätt än vad vi har gjort hittills.

Vi beslöt därför att genomföra ett projekt där vi fokuserat på att förmedla minnsteamets olika specialistkunskaper till personer som nyligen fått diagnosen Alzheimers sjukdom. I teamet ingår förutom sjukgymnast också arbetsterapeut, läkare, kurator, psykolog och sjuksköterska. Det finns även tillgång till dietist och logoped. Vi utgick från ett preliminärt program med ett tema för varje träff och deltagarna hade möjlighet att själva påverka innehållet.

Några exempel på teman var minnesstrategier och minneshjälpmedel, Alzheimerkunskap och

läkemedelsforskning. Sjukgymnastens tematräff innehöll dels en teoretisk genomgång av hur fysisk aktivitet kan påverka minnet och tänkandet, de allmänna hälsorekommendationerna för fysisk aktivitet och hur Alzheimers sjukdom kan påverka förmågan att vara fysiskt aktiv. Ett praktiskt moment där deltagarna provade övningarna i broschyren "Bättre balans" ingick också. Vid det avslutande fiket hade alla möjlighet att utbyta tankar och erfarenheter under avslappnade former. Fiket visade sig också vara ett bra tillfälle för att fånga upp idéer från deltagarna om kommande träffar.

Till den sista informationsträffen hade Anna Brorsson, med.dr. och arbetsterapeut från Karolinska institutet bjudits in för att berätta om sin forskning om tillgänglighet i offentliga miljöer för personer med demenssjukdom. Hennes presentation om hur till synes enkla vardagssysslor som att gå och handla eller ta sig fram i trafikmiljöer, kan vara problematiska för personer med sviktande kognition, var uppskattad och lärorik för oss alla.

Utvärderingen visar att informationsträffarna var mycket uppskattade av deltagarna för att man fick värdefull information, stort utrymme för att få svar på sina frågor och inte minst för att man fick

träffa och utbyta erfarenheter med andra personer med samma sjukdom. Vår förhoppning är nu att informationsträffar för personer med olika demensdiagnoser blir ett återkommande inslag i minnes- och geriatrikmottagningens verksamhet.

Om du vill veta mer om våra erfarenheter av informationsträffar för personer med AD, kontakta Ylva Cedervall, sjukgymnast på minnes- och geriatrikmottagningen. [ylva.cedervall@akademiska.se](mailto:ylva.cedervall@akademiska.se)