

Vill du veta mer om demens/kognitiva sjukdomar?

BÖCKER • FILMER • LÄNKAR • PATIENTFÖRENINGAR



Listan är sammanställd av:

Eva Dehlin	Demensföreningen i Kristianstad
Göran Dehlin	Demensföreningen i Kristianstad
Görel Rydhög Morin	Enheten för kognitiv medicin, Centralsjukhuset Kristianstad
Ann-Charlotte Palm	Enheten för kognitiv medicin, Centralsjukhuset Kristianstad
Annette Tholle	Enheten för kognitiv medicin, Centralsjukhuset Kristianstad
Anna Theander	Medicinska biblioteket Skånevård Kryh, telefon 044-309 27 30
Lena Malmström	Informateket Skånevård Kryh, telefon 044-309 27 37
Anna Petersson	Informateket Skånevård Kryh

Mars 2014.

En grupp bestående av personal från Enheten för kognitiv medicin, Medicinska biblioteket och Informateket på Centralsjukhuset i Kristianstad samt representanter från Demensföreningen i Kristianstad presenterar här exempel på böcker, filmer, patientföreningar och webbplatser om demens och kognitiva sjukdomar.

Böckerna beskrivs kortfattat, i vissa fall har vi hämtat presentations-
texterna från medieföretaget BTJ. Många av böckerna är skrivna av
personer som själva har erfarenhet av kognitiva sjukdomar. Eftersom
vi är olika som individer är också upplevelsen av sjukdomen individuell.

De flesta böcker på listan kan du låna på Medicinska biblioteket på
Centralsjukhuset i Kristianstad.

Böcker

Facklitteratur

Aggestam, Kerstin; Ahlström, Mona. **Handbok för närstående till demenssjuka**
2004

Enkel beskrivning av symtom, utredning, olika demenssjukdomar, bemötande, omvårdnad,
beteendestörning, anhörigas situation.

Almberg, Britt. **Fånga stunden: Hur man bemöter och förhåller sig till personer med
demenshandikapp**
2003

Fånga stunden handlar om hur man bemöter och förhåller sig till personer med demenshandikapp.
Den pekar på anhörigvårdarnas situation och diskuterar personalens upplevelse av att arbeta inom
demensvård. Vidare beskrivs olika sätt att underlätta omsorgsarbetet och olika former av stöd och
hjälp från samhällets sida. / BTJ

Aremyr, Gun; Lindell Ljunggren, Jane. **Leva livet med demens**
2012

Boken handlar om livet på demensboendet Hattstugan. Ett bra bemötande, levnadsberättelser, en
aktuell vårdplan och den boende i centrum är de viktiga hörnstenarna för en värdig demensomsorg.
”Leva livet med demens” vänder sig främst till personal, men även anhöriga och andra kan få många
praktiska råd och förklaringar.

Anhörigboken

2011

Lättläst information från Demensförbundet om det mesta som anhöriga och nyinsjuknade undrar över.
Ges som gåva till alla nya medlemmar i Demensförbundet.

Cars, Jane; Zander, Birgitta. **Samvaro med personer med demenssjukdom: Råd till anhöriga och personal om bemötande**

2009

En röd tråd i boken är det "jagstödjande förhållningssätt" som författarna förespråkar - hur man kan vara en länk mellan den demensjuka och omvärlden. Bokens många praktiska exempel ger läsaren möjlighet att känna igen sig i situationer och fundera över sitt eget sätt att hantera dem. / BTJ

Dahlenborg, Inge. **Trädgård - en möjlighet i all vård**

2003

En bok från Demensförbundet om hur man skapar en stimulerande utemiljö inom vården.

Ekman, Sirkka-Liisa m fl. **Alzheimer**

2011

Detta är en bok för alla som vill veta mer om Alzheimer, synnerligen för de som vistas nära den sjuka, såsom vårdpersonal eller anhöriga. [...] Den här bokens författare är forskare som ägnar sig åt att försöka förstå denna sjukdom vad händer i hjärnan hos den som är sjuk, vilka riskfaktorer som leder till att Alzheimer bryter ut, vad som gör att vi ärver sjukdomen. [...] Denna bok är reviderad med de senaste forskningsrönen samt ett helt nytt kapitel om huruvida man kan förebygga Alzheimers. / BTJ

Johansson, Lennarth. **Anhörig i nöd och lust**

2012

Den här boken vänder sig till dig som vårdar, stödjer eller hjälper din make eller maka, partner, dina barn, syskon, en förälder eller någon annan närstående. Förhoppningsvis ska den guida dig till att efter förmåga, förutsättningar och med stöd och hjälp finna balans mellan att hjälpa andra och livet i övrigt. Budskapet är att du ska tänka på dig själv, både för ditt eget bästa och för den du hjälper. För att kunna hjälpa andra måste också du själv få hjälp. / BTJ

Kilander, Lena. **Gammal och vis eller gammal och glömsk**

2000

"Denna bok behandlar valda aspekter på det naturliga åldrandet, och på ålderssjukdomar som drabbar personliga egenskaper" - ur bokens förord.

Kärman, Ann-Christin; Olofsson, Lotta. **Sinnesstimulering i demensvården**

2008

Sinnesstimulering i demensvården ger konkreta och vardagsnära råd om hur man kan aktivera och stimulera de boende. Fokus ligger på dem som kommit så långt i sin demenssjukdom att de har svårt att kommunicera och bara har begränsade funktioner kvar. Författarna tar upp teman som bemötande, kommunikation och hur de olika sinnena kan stimuleras. De visar hur man med enkla medel kan skapa en positiv upplevelse och meningsfulla stunder i vardagen.

[...]Sinnesstimulering i demensvården vänder sig till personal inom äldreomsorgen men den kan också läsas av anhöriga. [...] / BTJ

Lindholm, Camilla. **När orden fattas oss: om demens, språk och kommunikation**

2010

Boken handlar om hur demens påverkar samtalsspråket, och innehåller en teoretisk och en praktisk del. Den är lämplig för både patienter och vårdpersonal.

Ragneskog, Hans. **Demensboken: Omvårdnad och omsorg**

2013

En populärvetenskaplig, aktuell forskningsöversikt om demens ur medicinsk, omvårdnadsmässig social, etisk och juridisk synvinkel. Boken vänder sig både till vårdpersonal och anhöriga.

Åstrand, Ragnar. **Den lilla boken om demens**

2008

En sammanfattning av de vanliga demenssjukdomarna, behandling, bemötande och orsak.
Boken är skriven på ett enkelt sätt, lätt att förstå.

Asta-serien

Böckerna om Asta beskriver på ett lättillgängligt sätt hur en demenssjuk persons vardag kan se ut.

Aremyr, Gun. **Asta i inre och yttre balans: Att stödja en person med demens**

2005

Aremyr, Gun. **Varför vill Asta inte äta?**

1999

Edgren-Geijer, Madeleine. **Asta och hennes närmaste**

1999

Aremyr, Gun. **Varför vägrar Asta duscha?**

1996

Lundström, Kerstin. **När Asta blir arg**

2000

Magnusson, Nils. **Asta och hennes rättigheter**

2001

Biografier

Andersson, Irene. **Min syster fick Alzheimer : om vård och bemötande ur ett anhörigperspektiv**

2010

Irene Andersson berättar om systemen Monika som vid bara 58 års ålder får diagnosen Alzheimers sjukdom.

Björkblom, Inger. **Promenaderna med Lise : om mod, närvaro och kärleken till en demenssjuk mamma**

2010

Boken ger en ljus och hoppfull bild av de fina ögonblicken en dement mamma och hennes dotter har tillsammans, och hur de kan njuta av dem.

Bohman, Gösta. **Sagan om Gunnel : i Alzheimers skugga**

2001

Självbiografisk bok om alzheimersjuka hustrun Gunnel.

Elsa Anderssons målningar och tankar

2009

Elsa Anderssons bilder och tankar om sina upplevelser och känslor, om hur det är att ha Alzheimers sjukdom.

Fant, Maj. **Att bli mamma till sin mamma**

1988

Självbiografi om tillvaron med en demenssjuk mamma.

Fant, Maj. **De sista åren : en fortsättning på Att bli mamma till sin mamma**

1991

Ingberg, Agneta. **I slutet av minnet finns ett annat sätt att leva**

2005

Agneta Ingberg om sitt liv med Alzheimers sjukdom. En varm, ljus och klok berättelse om livet efter diagnos.

Ingberg, Agneta. **Så länge jag kan, vill jag berätta**

2010

Agneta Ingberg skriver med humor och ett talande bildspråk, om livet några år efter diagnosen.

Kingbrandt, Yvonne. **Jag och min alzheimer**

2013

Yvonne Kingbrandt är 55 år och beredd på beskedet när hon får diagnosen Alzheimers sjukdom. Hennes mamma och hennes mormor hade drabbats av samma typ av hjärnskada. / BTJ

Larsson, Richard. **Maria vill fara hem : glädje och sorg under demenssjukdomens sista år**

2000

Richard Larssons berättelse om den sista tiden med demenssjuka hustrun Maria.

Larsson, Richard. **År med Maria : att leva nära en demenssjuk**

1994

Richard Larssons första bok om livet med demenssjuka hustrun Maria.

Leissner Andersson, Ingela. **Allt är inte som vanligt**

2011

Den här boken är en personlig skildring av den period när hennes man först började visa symptom på demens, personligheten förändrades och han sjönk djupare in i sig själv. Leissner beskriver hur hon upplever att hennes livskamrat glider ifrån henne och hon känner sig ensam även när hon är tillsammans med sin man. / BTJ

Nordenström, Agneta. **Våra älskade gamla - att få åldras med värdighet**

1999

En bilderbok om åldrandets sårbarhet och behov. Varm, kärleksfull.

Romaner

Bratlund, Bente. **Du lärde mig kärlek**

2012

I denna LL-bok (lättläst) för vuxna berättar en dotter om sin dementa mor, kallad "du", under en dag i slutet av hennes liv. Minnen från uppväxtheden blandas med nuets små händelser. / BTJ

Flygare, Karin. **Det är så konstigt nuförtiden**

2009

Birgitta är mitt i livet, arbetsledare med särbo och utflugna barn när hennes mamma får demens. / BTJ

Genova, Lisa. **Fortfarande Alice**

2010

Thrillerspännande, hjärtslitande och sorgligt om Alzheimer. Alice Howland, lyckligt gift och med tre vuxna barn, är en mycket välrenommerad Harvardprofessor på höjden av sin karriär när hon märker att hon börjar glömma saker. / BTJ

Barnböcker

Andersson, Bertil. **Berättelsen om morbror H**

2001

En bok för barn 9-12 år, om vad en demenssjukdom innebär.

Dunér, Anna. **Något konstigt med mormor**

2003

En bok om vad som händer när mormor Britta börjar förändras.

"Det är en varm skildring, utan all sentimentalitet. Den förtjänar många läsare, inte bara 9-åringar." (Signum 8/2003)

Eriksson, Jenny. **Du är inte ensam**

2014

En bok för barn och unga med en demenssjuk förälder. Författaren har egen erfarenhet, hon var tio år när hennes pappa insjuknade i Alzheimers sjukdom.

Laurin, Anna-Lena. **Sång till mormor**

2002

"Mormor Kerstin är sjuk och kan inte klara sig på egen hand sedan morfar dött. Mormor ligger inte i sängen och har feber eller så, och hon har inte heller ont. Men hon glömmer allting." (baksidestext)

Morfar som är helt borta

2006

En bilderbok med barns egna texter på temat demenssjukdomar.

Patienttidsskrifter

Alzheimertidningen

Alzheimerförbundets tidskrift, utkommer med fyra nummer per år.
Tidskriften finns att läsa på Informateket, Centralsjukhuset i Kristianstad.

Demensforum

Demensförbundets tidskrift, utkommer med fyra nummer per år. Demensforum går även att få som taltidning. Pappersvarianten av tidskriften finns att läsa på Informateket, Centralsjukhuset i Kristianstad.

Vårdprogram och riktlinjer

Nationella riktlinjer för vård och omsorg vid demenssjukdom

<http://www.socialstyrelsen.se/nationellriktlinjerforvardochomsorgviddemenssjukdom>

Demenssjukdom – stöd för dig som har en demenssjukdom och för dina närstående

<http://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/18649/2012-3-23.pdf>

Rekommendationer ur Socialstyrelsen nationella riktlinjer (patientversion).

Riktlinjer vid utredning av kognitiva symtom och misstänkt demenssjukdom

Lokalt vårdprogram framtaget av kommuner, primärvård och specialistvård i Nordöstra Skåne.

http://www.skane.se/upload/Webbplatser/CSK/for_vardgivare/vardprogram/medicin/minnesmott/lvp_demenssymptom.pdf

Riktlinjer vid utredning och behandling av demenssjukdom vid utvecklingsstörning

Lokalt vårdprogram framtaget av kommuner, primärvård och specialistvård i Nordöstra Skåne.

http://www.skane.se/Upload/Webbplatser/CSK/for_vardgivare/vardprogram/medicin/minnesmott/lvp_demens_utvecklingsstornig.pdf

Hjälpmedel

Här presenteras ett urval av länkar med användbara hjälpmedel utifrån funktionshindret kognitiv svikt/demens. Urvalet har gjorts av arbetsterapeuten vid Enheten för kognitiv medicin /Minnesmottagningen, Centralsjukhuset.

Morfars batteri håller på att ta slut

En hjälpmedelsguide från Demensförbundet med tips och hjälpmedel för en lättare vardag.

Hjälpmedelsinstitutets kognitionsappar

<http://auld.hi.se/sv-se/appar-som-stod1/appar-som-stod/>

Hjälpmedelsinstitutet har samlat appar som kan vara ett stöd vid kognitiva svårigheter. Det finns appar för att underlätta bland annat Ekonomi och inköp, Läsa/skriva/räkna, Planering och påminnelser, Sova och vakna samt Tidsuppfattning.

Teknik och demens i Norden

<http://www.hi.se/Global/dokument/publikationer/2008/08314-pdf-teknik-och-demens-i-norden.pdf>

Om tekniska hjälpmedel som kognitivt stöd i vardagen för personer med demenssjukdom. Rapporten är resultatet av en intervjuundersökning som genomförts i alla den fem nordiska länderna.

Exempel på webbplatser som tipsar om eller säljer hjälpmedel

www.1177.se/Skane/Hitta-hjalpmedelsbutiker

www.abilia.se

www.demensbutiken.se

www.gunaremyr.se

Det finns även andra butiker/aktörer som säljer hjälpmedel.

Reminiscens – att väcka minnen till liv

Reminiscens betyder hågkomst och det är en metod att öka välbefinnande och livskvalitet genom att via föremål stimulera gamla minnen och på så vis skapa goda samtal utifrån individens intresse och egna vilja.

Vardagens guldkant - se möjligheterna

Demensförbundet

Aktiveringsmaterial som ger möjlighet att med enkla medel ge stimulans till den demenssjuke.

Sveriges Television: Öppet arkiv

Sveriges Televisions satsning Öppet arkiv innebär att man kan se tv-program från förr, i sin dator eller i sin surfplatta. Utbudet ska spegla hela SVTs produktion så här finns mängder av olika typer av program från förr, t ex Söderkåkar, Tekniskt Magasin, Café Norrköping och Hermans Historia.

www.oppetarkiv.se

Filmer

Dokumentärer

Alzheimers vals

2009

Bo Lycke berättar själv om sitt liv efter demensdiagnosen, filmen finns att köpa hos Demensförbundet. Filmens längd: 59 minuter.

Det var en gång en melodi

2013

En dokumentär om musikens inverkan på personer med demens. Artisten My Blomqvist Olsberg och pianisten Magnus Ludwigsson uppträder regelbundet på olika äldreboenden. Filmen innehåller även samtal med forskare inom geriatrik och omvårdnad samt anhöriga, som delar med sig av sina erfarenheter.

Filmen finns att köpa hos Demensförbundet. Filmens längd: 30 minuter.

Ja så kan det va

2005

Om frontallobsdemens, filmen finns att köpa hos Demensförbundet.

Filmens längd: 30 minuter.

Lasse och Ulla

1999

En informationsfilm om livslång kärlek och om Alzheimers sjukdom.

Filmen kan köpas via Winblad Media Production, telefon 070- 733 37 37,

e-post: winbladmedia@hotmail.com

Filmens längd: 58 minuter.

Unga anhöriga : en film om att vara anhörig till en Alzheimersjuk mamma eller pappa

Vad händer och hur känns det när man är ung och mamma eller pappa drabbas av Alzheimers sjukdom?

Filmen finns att köpa hos Alzheimerföreningen. Filmens längd: 26 minuter.

Spelfilmer

En sång för Martin

2001.

Svenskt drama i regi av Bille August, om en kvinna vars make drabbas av Alzheimers sjukdom.

Iris

2001.

Engelskt drama om den hyllade författarinnan och filosofen Iris Murdoch, som får Alzheimers sjukdom.

Patientorganisationer

Alzheimerföreningen

Box 197

221 00 LUND

Besöksadress: Karl XII gatan 1, Lund

Telefon: 046-14 73 18

Kansliets öppettider måndag-torsdag kl 08.30-16.30, fredag kl 08.30-15.00.

Telefonrådgivning: 020-73 76 10

Telefonrådgivning på persiska: 0766-48 63 83

E-post: info@alzheimerforeningen.se

Webbplats: www.alzheimerforeningen.se

Demensförbundet

Lundagatan 42 A, 5 tr

117 27 STOCKHOLM

Telefon: 08-658 99 20

Fax: 08-658 60 68

Demenslinjen, telefonrådgivning: 0485-375 75

E-post: rdr@demensforbundet.se

Webbplats: www.demensforbundet.se

Demensföreningen Hässleholm

c/o Lisen Ekdahl

Stortorget 11

281 31 HÄSSLEHOLM

Telefon: 0451-810 80 (bostad), 0451-26 70 20 (arbete)

E-post: lisen.ekdahl@comhem.se

Demensföreningen Kristianstad

c/o Eva Dehlin

Skaddevägen 150

297 91 VITTSKÖVLE

Telefon: 044-35 01 83

E-post: dehlin.goran@gmail.com

Demensföreningen Perstorp

c/o Alf Bohman

Notvägen 8

284 37 PERSTORP

Telefon: 0435-314 85, 070 -314 85 07

E-post: alfbohman@telia.com

Demensföreningen Ystad

c/o Ebba Fagerberg

Drameus Rundelsgatan 12

274 60 RYDSGÅRD

Telefon: 0761-71 61 25

E-post: ebbafagerberg@hotmail.com

Demensföreningen Östra Göinge/Osby

c/o Lena Svensson

Lunnomsvägen 2

280 60 BROBY

Telefon: 044-408 34

E-post: lenasvensson58@hotmail.com

Ung anhörig

E-post: info@unganhorig.se

Webbplats: <http://unganhorig.se>

Bloggar och sociala medier

Demensförbundet på Facebook

www.facebook.com/pages/Demensf%C3%B6rbundet/166865706701140

Demensförbundets Facebooksida är öppen för alla! Man måste inte ha ett Facebook-konto för att kunna läsa innehållet.

Demensförbundets blogg

<http://blogg.demensforbundet.se/>

Demensförbundets ordförande skriver om demens i vardagen.

Bort med skammen

<http://bortmedskammen.se/>

En blogg som skrivs av två kvinnor med egen erfarenhet som anhöriga.

Ung anhörig

www.facebook.com/Unganhorig

Facebookgrupp med målgrupp unga anhöriga: barn och ungdomar.

Information in other languages

www.demenscentrum.se/Publicerat/Faktablad/

Fact sheets regarding dementia are available in several languages at the homepage of Demenscentrum, Sweden.

www.patient.co.uk

Patient.co.uk is the UK's leading independent health site containing various information about diagnoses. Search for "dementia" to find information on this topic.

www.patientslikeme.com/patients

A website for getting in touch with patients and relations with a certain diagnosis.

www.youtube.com/user/AlzheimersSociety

The British organization Alzheimer's Society runs a channel on Youtube. Here you find personal interviews with patients and their relations.

Webbplatser

www.1177.se

www.aldrecentrum.se

www.alzheimerfonden.se

www.alzheimerforeningen.se

www.anhoriga.se

www.demenscentrum.se

www.demensforbundet.se

www.demensnatverket.se

www.kunskapscentrum.se

www.skane.se/sv/Webbplatser/Skanes-universitetssjukhus/Organisation-A-O/kunskapscentrum-for-demenssjukdomar/

www.silviahemmet.se

www.socialstyrelsen.se

www.unganhorig.se

www.vardalinstitutet.se/demens