

Ne zaboravi me

Rana dijagnoza mi znači da mogu duže živjeti dobro

U zemljama sa srednjim dohotkom, kojima pripada i Hrvatska, demencija je dijagnosticirana kod jedne od deset starijih osoba koje učestalo iskazuju poteškoće u pamćenju i dosjećanju. Ovogodišnji rujn, Svjetski mjesec Alzheimerove bolesti, posvećen je sjećanju na sve koji su pogođeni demencijom, uključujući i mnoge koji bi mogli živjeti bolje da im je demencija dijagnosticirana.

Rana dijagnoza omogućuje osobama s demencijom i njihovim obiteljima da se bolje nose s dolazećim promjenama i da ostvare smisleniji i produktivniji život. Osobama s ranom dijagnozom demencije pruža se i jedinstvena prilika sudjelovanja u istraživanjima koja vode prema otkriću novih lijekova i terapija ili poboljšanju njihove njege.



Ako živite s demencijom

Zapamtite da niste sami! S demencijom se može živjeti bolje nego što se to općenito misli ako zatražite pomoć i potporu obitelji, prijatelja, liječnika, socijalnih radnika i Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest (HUAB). Vaše je pravo dobiti emocionalnu potporu, osjećati se društveno prihvaćenom osobom i ostati uvažena.



Ako mislite da vam se razvija demencija

Porazgovarajte o tome bez ustručavanja sa svojim liječnikom ili savjetnicima Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest koji će vam preporučiti najbolji način dolaska do dijagnoze, savjetovati vas kako da lakše živite s demencijom, smanjite rizike i pridružite grupama za samopomoć. Osjećaj sigurnosti koji osobama s demencijom i njihovim obiteljima pruža kvalitetna podrška, umanjit će šok od spoznaje dijagnoze.



Ako ste obiteljski skrbnik

Zapamtite, skrb za nekoga s demencijom zahtjevan je zadatak. Ipak, s time ćete se lakše suočiti ako se pobrinete i za sebe – za svoje psihičko i fizičko zdravlje. Tako ćete znatno unaprijediti dobrobit ne samo svoju, nego i osobe o kojoj se skrbite. Ne plašite se stoga zatražiti pomoć ili se učlaniti u Hrvatsku udruhu za Alzheimerovu bolest.



Pomoć zajednice

Stigma koja prati demenciju nije samo naš već i globalni problem. Potrebu ranog dijagnosticiranja demencije potaknut ćemo većom svijesti o njoj i poznavanjem njezinih simptoma. Demenciji prijateljske zajednice osnivaju se diljem svijeta kako bi informirale ljude o demenciji i pružile snažniju potporu osobama koje žive s demencijom, njihovim njegovateljima i obiteljskim skrbnicima.



Pomoć javno-zdravstvenih politika

Donošenje Nacionalnog plana borbe protiv demencije pomoći će našem društvu u cjelini da se bolje odnosi prema rastućem utjecaju demencije. Jačat će nacionalnu svijest i izobrazbu o demenciji, olakšat će pristup dijagnozi, liječenju i njezi te poboljšati kakvoću života oboljelih osoba. Rano otkrivanje demencije doprinijet će i smanjenju troškova zdravstva i društvene skrbi.

Što je demencija?

Demencija je postupno pogoršanje različitih funkcija mozga, kao što su sjećanje, razmišljanje, prepoznavanje, jezik te planiranje i svijest o sebi i drugima. Alzheimerova bolest uzročnik je demencije u 60 do 70 posto slučajeva. Ostale vrste su: vaskularna demencija, demencija Lewijevih tjelešaca, frontotemporalna demencija i neke druge rjeđe neurodegenerativne bolesti. Većina vrsta demencije ima slične simptome, koji uključuju:

- gubitak pamćenja,
- probleme s razmišljanjem i planiranjem,
- probleme s govorom (jezikom),
- nemogućnost prepoznavanja ljudi i stvari,
- promjene raspoloženja i osobnosti.

Do godine 2050. utrostručit će se broj ljudi koji živi s demencijom. Procjenjujemo da će ih u Hrvatskoj tada biti između 250.000 i 300.000. To čini demenciju, posebice Alzheimerovu bolest, jednom od najvećih zdravstvenih kriza 21. stoljeća. Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest već godinama upozorava na tu činjenicu, predlaže mjere koje mogu pomoći u borbi protiv demencije, sudjeluje u realizaciji domaćih i europskih projekata, provodi i organizira edukativne programe za obiteljske liječnike i profesionalne njegovatelje, a posebice pomaže svojim članovima – osobama s demencijom i njihovim obiteljskim skrbnicima.

Alzheimer Hrvatska i svijet

Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest punopravna je članica udruge Alzheimer's Disease International koja je povezana sa Svjetskom zdravstvenom organizacijom i punopravna je članica Alzheimer Europe, te je kao takva krovna nacionalna udruga osoba s demencijom i njihovih skrbnika te liječnika i drugih zdravstvenih radnika koji se bore protiv demencije i zauzimaju se da ona postane naš javnozdravstveni prioritet.

Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest članica je i Mediteranske i Hrvatske alijanse za Alzheimerovu bolest.

Svjetski mjesec Alzheimerera

Rujan je Svjetski mjesec Alzheimerera. Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest ove se godine treći put pridružuje toj međunarodnoj kampanji kako bi podignula svijest o demenciji i suzbila stigmiju koju ona nosi.

Zahvaljujući aktivnostima naše udruge i dobivenoj potpori javnosti, u tom je području učinjeno već mnogo, ali ne i dovoljno, posebno u manjim mjestima i u ruralnim područjima Hrvatske.

Zato rujan shvatite kao mjesec akcije koji sve nas treba potaknuti na aktivnosti koje će jednog dana stvoriti svijet bez demencije.

Kako zatražiti pomoć

Informacije i savjete o Alzheimerovoj bolesti i demenciji možete dobiti u Hrvatskoj udruzi za Alzheimerovu bolest u Zagrebu (Vlaška 24, tel.: 091 4004 138) i njezinim podružnicama u Lipiku, Osijeku i Dubrovniku.



Pridružite se kampanji



www.worldalzmonth.org
[alzheimersdiseaseinternational](http://alzheimersdiseaseinternational.org)
[#WAM2016](https://twitter.com/AlzDisInt)

www.alzheimer.hr • www.blog.alzheimer.hr
[alzheimerhr](https://twitter.com/alzheimerhr)
[@alzheimer_hr](https://twitter.com/alzheimer_hr)



**Alzheimer's Disease
International**

The global voice on dementia