

Lihke fuelhkine årroddh

Råállah jìh veanhtadimmieh

Demenseevtiedimmie daamtaj stoerre jarkelimmieh kreava, jìh sæjhta jarkelimmieh vedtedh gaskem almetje demensine, lihkemes fuelhkie, fuelhkie, voelph jìh viermieh. Goh lihke fuelhkie dellie dääjroe almetje demensine ahkedh vielie viehkien jìh däärjoem daarpesje. Demenseevtiedimmien aalkoelisnie daamtaj jìjnje juerie jìh bääsarimmieh sjugniesuvvieh gaajhkesi luvnie.

Sæjhta stoerre jeerehtsh årroddh guktie lihke fuelhkie dam dääjroe, jìh jeerehte meitie lea paarrebielie, maana, ærpene jallh jeatjah lihke ektiedimmiem almetjasse demensine åtna. Jìjnje aaj yearohke man lihke tsiehkien almetjasse demensine åtneme jìh guktie tsiehkien lea. Ij leah aelhkien ráállide fuelhkesne jìh veanhtadimmie sinsætnan jeatjahtetdh, jìh naakenh maehtieh dääjredh demense akten lihke almetjen luvnie yearsoesvoetem jìjtse jieliedisnie jeatjahtahta. Dagke almetje mij demensem åådtjeme, lea dihte mij yearsoesvoetem vadteme jìh däärjojne orreme mubpide fuelhkesne.

Aarkebiejjiem haalvedh

Aarkebiejjiem haalvedh goh lihke fuelhkie lea maehtedh jarkelimmieh darjodh jìh jááhkesjidh, dovne domtesi bïjre jìh praktihkeles darjomesi bïjre. Krievenassh biejesuvvieh dääriesmoerh aarkebiejjiem loetedh jìh guhkiebasse soejkesjidh. Seamma tìjjen pryöve ektiedimmiem almetjasse demensine gorredidh bööremeslaakan. Gellie lihke fuelhkielìhtsegh soptsestieh dej lea nuekie «biejje beajjan jieleddh» jìh eah nahkesjìh gaajhkh tjoeperrimmieh jìh bætiijen aejkien dääriesmoerh mäjhtelidh seamma tìjjen. Daate maahta nuhteligs haalvemevuekie årroddh juktie biejjien haestemh åajsodh.

Kultuvrh jìh aerpievuekieh

Aktene fuelhkesne joekehts fuelhkielìhtsegh maehtieh joekehtslaakan reageeredh, jìh eah gaajhkeshaarpesjìh siemes årroddh man itmies tsiehkien lea, jìh mij daerpies darjodh. Ovmessie aerpievuekieh jìh vaanoeh gäävnesieh guktie dääriesmoeri bïjre soptsestieh dovne fuelhkesne jìh fuelhkien ålkolen. Maahta negatiive vuajnoeh jìh tabuvh demensen bïjre årroddh. Fuelhkine gusnie hokselaavenjassh åajvahkommes privaate diëdtine vuajnalgieh, lihke fuelhkie maahta lissie guhkien vuertedh åvtelen viehkien bïjre birrie byögkelesvoeteste.

Hokse jìh baahke jìh geerve vaajmoe

Goh lihke fuelhkie lea siejhme damtedh ij nahkesjìh gænnah gaajhkh laavenjassh jìh veanhtadimmieh. Vihkele datne pryövh vissjeles jìjtjenæjnedh årroddh dagkeres tsiehkiesne mij daamtaj maam akt kreava maam ih leah vaane giëtedidh jallh misse ih leah ryöjredamme.

Akte boelhke maam maahta dääjredh goh lissie geerve lea gosse almetje demensine tjura sov hiejmeste juhtedh skiemtjehiejmese. Lihke fuelhkie daamtaj dovne sårkoem jìh sâemiesmearan aaj aevhkieh damta, jìh maahta geerve vaajmoem åadtjodh. Dellie maahta nuhteligs årroddh jìjtjemse mäjhtajetdh hijven hokse lea aaj maam akt dehtie diëdteste almetjen åvteste, faagealmetjidie laehpedh. Ij leah seamma goh datne leah orriamme almetjem demensine pryöjjadidh.

Ohtselimmie jìh sårkoe

Gellie lihke fuelhkielìhtsegh soptsestieh sijjeh dääjroeh almetjem demensine dassedh «ånneti ånneti». Daate sårhts sårkoe gohtjesåvva vuertemesårkoe jìh dellie domtoe hånnan, haarmesne, vielie iëdtes jìh ij dan jìjnjem vissjìh. Daate sårkoe gellie ektievæhtah åtna tehpemereaksjovnigujmie jaememen mænngan.

Lissine jìjtse sårkose lihke fuelhkie aaj daamtaj sårkoereaksjovnh dääjroeh almetjen luvnie demensine. Joekoen bääktjehke dam vuejnedh. Domtesidie stoerre haesteme jarkelimmieh jìh tehpemem dääjredh bieleden bääsaridh jallh ij buekteht maam darjodh. Sårkoen bïjre soptsestidh maam dääjroe, lea vihkele jeenjesidie. Soptsesteh fuelhkine jallh voelpigujmie, jallh birrh profesjonelle viehkien bïjre.

Jìjtsehokse

Lihke fuelhkie åådtje daamtaj govledh: «Datne tjoerh jìjtjemdh vaarjelidh». Mieie dagkeri haestemigujmie maahta hijven årroddh, men raerieh man akt bïjre maam byöroe darjodh, maehtieh sâemies aejkien lissie maajsojne sjìdtedh. Maahta dam dääjredh goh akte vihth laavenjasse maam ij buekteht. Jalhts maahta geerve årroddh prioriteeredh, dellie vihkele jìjtsetijjem utnedh. Mij dutnjien aavoem jìh slaajperdimmiem vadtat? Mah voelph gaavnedidh, saavredh jallh ajve ånneti oktegh tjahkasjidh? Astedh oktegmise årroddh jìh hijven vaanoeh tjåadtjoehtidh leah vihkele juktie jìjtse healsoem gorredidh, jìh dihte maahta vieksiesvoetem vedtedh hoksetsiehkesne jìh lihke fuelhkie-råållesne.

Ræhpasvoete

Mijjeh haestemh joekehtslakaan haalvebe. Dan åvteste ij leah ajve akte «reaktoe» reaksjovnevukie, jallh ajve akte «bïhkedasse» mij gaajhkesidie sjeahta. Jeenjesh leah dååjrehtamme hijven viehkïe maahta årrodh naakenigujmie tsiehkien bijre soptsestidh. Daate maahta aaj viehkïe årrodh laavenjassh jïh veanhtadimmieh veesmedh.

Demenseevtiedimmie gellie haestemh vadda demente almetjasse, lihke fualhkan jïh byjreskidie. Ræhpas årrodh diagnovsen bijre maahta viehkiehtidh daerpies viehkiem åadtjodh jïh dåarjoeem mubpijste dåastodh.

Viehkïe fuelhkeste jïh voelpijste

Datne goh lihke fuelhkïe maahtah naakenem daarpesjidh mij datnem viehkehte jïh baaja datnem frijje vaeltedh. Nuhteligs ussjedidh gie fuelhkesne jïh viermesne maahta viehkïe årrodh. Dah leah dagke jarkelimmiej bijjeli onterdamme demente almetjen luvnie. Jis datne ræhpas jïh mubpide soptsesth aareh skiemtjelassesne, dellie aelhkebe dejtïe sjædta viehkïe jïh dåarjoehtæjjine årrodh. Dah mæhtieh vihkeles dåarjoehtæjjine årrodh jïh viehkiehtidh guktie almetje demensine jïh datne goh lihke fuelhkïe mæhtieh ektievoetem jïh darjomh tjåadtjoehtidh.

Åroeh tjëlke jis viehkïen bijre birrh fuelhkeste, voelpijste jïh åahpetijstïe. Sååjhtoe dah tuhtjeh geerve daejredh maam mæhtieh darjodh guktie viehkiehtidh. Jis datne læstoem darjoeht tjëlke laavenjassigujmie, dellie aelhkebe dejtïe sjædta viehkïe årrodh.

Dïenesjh jïh faalenassh

Jalhts ij leah dagke sjyöhtehke byögkeles dïenesjigujmie jïh faalenassigujmie aalkoelisnie, sæjhta daerpies sjïdtedh gosse skiemtjelasse evtiesåvva. Tjëlte maahta dijjesse bijjieguvviem dïenesji jïh faalenassi bijjeli vedtedh mah gååvnesieh. Sjyöhtehke faalenassh mæhtieh årrodh darjomefaalenassh biejjegge, dïenesjh hïejmesne, viehkievïesehtimmie, vïesehtimmie åenehks bodtem, dåarjoehtæjja jïh bïevnese- jïh dåarjoeffaalenasse.

Jeenjesh mæhtieh dåarjoeem gaavnedh mubpieh gaavnedidh mah leah plearoeh tsiehkiesne juktie dååjrehtimmieh jïh sårkoem juekedh, jïh sinsitniem dåarjoehtidh aarkebiejjien. Dovne healsoe- jïh hoksediensjh jïh jïjtjevyljehke organisasjovnh faalenassh vedtieh, goh lihkefuelhkïeskuvlh jïh soptsestallemedåehkieh.

Laavenjostoe lihke fuelhkïen jïh barkijï gaskem viehkieabparaatesne

Lihke laavenjostoe lihke fuelhkïen jïh barkijï gaskem viehkieabparaatesne lea vihkele dovne dïenesjinie hïejmesne jïh institusjovnehoksesne. Nuhteligs bïevnesh sinsitnine juekedh, tjëlkestidh maam dijjeshe sinsitneste veanhtadidie jïh guktie dijjeshe mæhtede laavenjostedh ihke almetje demensine maahta dan hijven utnedh goh gåarede.

Goh lihke fuelhkïe maahtah viehkiehtidh guktie barkijh viehkieabparaatesne daajroem åadtjoeht vaanoej, aerpievukiej jïh aarvoej bïjre mejtïe demente almetje åtna. Dååjrehtimmieh vuesiehtieh gosse almetjh demensine jïh datne goh lihke fuelhkïe gorresuvvieh healsoebarkijïstïe mah goerkesem vuesiehtieh, hoksese sjïhteledtieh fiereguhten almetjasse, daajroem utnieh fiereguhten kultuvren jïh gïelen bïjre jïh toelhkedïenesjem nuhtjeh gosse daerpies, dellie aelhkebe dutnjien goh lihke fuelhkïe jearsoesvoetem damtedh. Ræhpas dialogue jïh vihties govlehtæjja viehkieabparaatesne stoerre aarvoem utnieh lihke fualhkan.

Sjyöhtehke nedtesæjroeh

www.aldringoghelse.no/demens/parorende
www.hvemsermeg.no
www.tidtilåværeung.no
www.nasjonalforeningen.no/demens/parorende-og-demens/

Demenslinjen, Nasjonalforeningen for folkehelsen – tlf. 23 12 00 40.

Referaansh/lidteratuvretipsh: Aldring og helse: www.aldringoghelse.no/demens/parorende/hverdagen-som-parorende/, *Jeg trodde jeg var den eneste som hadde det sånn ...* (2016). Nasjonalforeningen for folkehelsen: *Håndbok for pårørende til personer med demens* (2018), *Demens i familien* (2018).

Nasjonalt kompetansetjeneste for aldring og helse lea teema-aarhkem dorjeme stillemen mietie Healsoedirektoraateste, goh bielie Demensesoejkesjistie 2020.

Viehkiehtæjjah: Reidun Ingebretsen, Celine Haaland-Johansen og Kirsti Hotvedt

Bæjhkoehamme: 19.04.21