

Razgovarajmo o demenciji

Rujna 2019. u Hrvatskoj obilježavamo peti puta Svjetski mjesec Alzheimerove bolesti, međunarodnu kampanju podizanja svijesti o demenciji i borbe protiv stigme. Ovogodišnja kampanja promovira važne poruke:



- **Razgovor o demenciji doprinosi uklanjanju stigme, normalizira jezik i potiče ljude da pronađu naše dodatne informacije, savjete i potraže pomoć.**
- **Osobe koje žive s demencijom i njihovi negovatelji imaju jednako pravo na poštovanje i društvenu uključenost, dijagnozu, kvalitetnu njegu i liječenje.**
- **Vlade mogu smanjiti ljudski i ekonomski utjecaj demencije usvajanjem nacionalnih planova borbe protiv demencije u skladu s Globalnim akcijskim planom Svjetske zdravstvene organizacije do 2025. godine.**



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 poštovani.



Ako mislite da vam se pojavljuju simptomi demencije

Razgovarajte o tome bez ustručavanja sa svojim liječnikom ili savjetnicima Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest, koji će vam preporučiti najbolji način kako dobiti dijagnozu, savjetovati vas o načinima kako se lakše živi s demencijom, te kako se smanjuju rizici i pozvati vas da se pridružite grupama za samopomoć. Osjećaj sigurnosti koji osobama s demencijom i njihovim obiteljima daje kvalitetna potpora smanjit 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 pobrinite 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 zatražiti pomoć ili se učlaniti u Hrvatsku udruhu za Alzheimerovu bolest.



Pomoć zajednice

Stigma koja prati demenciju nije samo naš problem, nego i svjetski. Potrebu za rano dijagnosticiranje demencije potaknut ćemo većom svijesti o njoj i poznavanjem njezinih simptoma. Demenciji prijateljske zajednice osnivaju se diljem Hrvatske kako bi informirale ljude o tom sindromu i pružile snažniju potporu osobama koje s njome žive, njihovim negovateljima i obiteljskim skrbnicima.



Pomoć javno-zdravstvenih politika

Prihvatanje nacionalnog plana borbe protiv demencije pomoći će našem društvu u cjelini da se bolje odnosi prema sve većem utjecaju demencije. Jačat će nacionalnu svijest i izobrazbu o tom stanju, olakšat će pristup dijagnozi, liječenju i njezi te poboljšati kakvoću života oboljelih osoba. Rano otkrivanje demencije pridonijet će i smanjenju troškova zdravstva i društvene skrbi.

Što je demencija?

Demencija je zbirno ime za simptome postupnog pogoršanja 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 oblika demencije ima slične simptome, a to su:

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

Do godine 2050. utrostručit će se broj ljudi s demencijom. Procjenjujemo da će ih u Hrvatskoj tada biti između 260 i 300 tisuća. 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 toga sindroma, sudjeluje u realizaciji domaćih i europskih projekata, provodi i organizira edukativne programe za obiteljske liječnike i profesionalne njegovatelje, a posebno pomaže svojim članovima – osobama s demencijom i njihovim obiteljskim skrbnicima.

Alzheimer Hrvatska i svijet

Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest punopravna je članica Alzheimer's Disease International (Svjetskog saveza nacionalnih nevladinih organizacija za borbu protiv Alzheimerove bolesti i srodnih demencija) koja obuhvaća 103 članice, koja je izravno povezana sa Svjetskom zdravstvenom organizacijom koja je prošle godine prihvatila Globalni plan borbe protiv demencije.

Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest punopravna je članica i 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.

Svjetski mjesec Alzheimerera

Rujan je Svjetski mjesec Alzheimerove bolesti. Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest ove se godine peti put pridružuje toj međunarodnoj kampanji kako bi podignula svijest o demenciji i suzbila stigmatu 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, na otocima i u ruralnim područjima. 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 24/1, tel.: 091 4004 138) i njezinim podružnicama u Lipiku, Osijeku i Splitu.

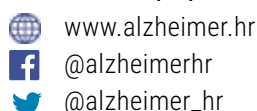


**Pridružite se
kampanji**



**Hrvatska udruga za
Alzheimerovu bolest**

Protiv demencije zajedno



www.alzheimer.hr

@alzheimerhr

@alzheimer_hr



**Alzheimer's Disease
International**

The global voice on dementia

www.worldalzmonth.org

@AlzDisInt #WorldAlzMonth

#LetsTalkAboutDementia

