

Når den svære hverdag holder fri

Demens rammer ikke kun én person, den rammer en hel familie. Det forsøger en café at hjælpe med. Vi tog med på en af turene for at tale om sygdommen - og om det, man savner allermest, som slet ikke har med demens at gøre.

SUNDHED

Af Palle Hyldahl
Brændsgaard

pabr@dagbladetholstebro.dk

HOLSTEBRO: Svend Aage Krunderup blev forleden spurgt om, hvor han boede. Er det ikke i Moskva, replicerede han.

Og så må det der ubehagelige vakuum have været opstået, som nu også finder sted ved et træbord ved Handbjerg Marina. Hvad sker der lige her, diskuterer hovedet med sig selv. Siger man, at det ikke kan passe eller lader som ingenting?

89-årige Svend Aage Krunderup kom dig i forkøbet.

»For er det ikke dér, Den Røde Plads ligger,« spørger han og kender udmærket svaret.

Smilet er endnu bedre end vitsen, hjertevarmt og befriende afmonterende, for så behøver man ikke stå ansigt til ansigt med et tydeligt signal på demens.

Problemet er bare, at Svend Aage Krunderup er dement. Han er begyndende dement, ligesom de 13 andre - samt ti frivillige og 11 ægtefæller - der denne onsdag er taget med demenscaféen Café Sommerfuglen på en af turene, der arrangeres hver 14. dag. Med på dagens tur er også Jens Christian Westergaard, der er i samme situation som sin ven Svend Aage. Det er nu ikke til at mærke, at de to holstebroere er ramt af en sygdom, som kun forværres.

»Jeg lader mig faktisk ikke gå ret meget på af det. Så længe jeg bor i lejlighed og har gode mennesker omkring mig, så kører det bare, også gider jeg ikke gå og mugge,« siger 76-årige Jens Christian Westergaard.

»Ved du hvad? Du hører ikke os være sure. Vi skændes nærmest om, hvem der kan sætte hinanden på plads med en dår-

lig vittighed,« tilføjer Svend Aage Krunderup - stadig i selskab med sit smil.

Problemet

I demenscaféen er der ifølge de to venner først plads til sjov og ballade - denne dag over sang og et stjernesud hos Handbjerg Marina - dernæst kan man tage problemerne.

Faktisk har de to kammerater kun et stort problem, som ikke har med glemsel eller demens at gøre. De savner deres nu afdøde hustruer.

»Det er det værste. Når konen dør. Det er en hård opbremsning. Når man har levet sammen et helt liv, så savner man uhyggeligt meget én at dele hverdagen med. Jeg bliver ikke inviteret ud, som jeg gjorde, da jeg havde hende,« sukker Jens Christian Westergaard, og Svend Aage Krunderup nikker:

»Vi var på sin vis heldige, fordi vi lige nåede at presse vores guldbryllup ind, inden hun døde. Men timerne bliver lange uden hende.«

Af selvsamme grund har man opfundet demenscaféen, forklarer en af de frivillige Birthe Grønne.

»Her er man blandt ligestillede. Mange steder ser man, at man ikke vil gå i byen, fordi det er besværligt, men her er det i orden at være dement,« siger hun.

Da hun stoppede som sygeplejerske, følte hun, at hendes viden om demente ville gå tabt, så hun blev frivillig - og har ikke forværres.

»Jeg kan næsten blive helt høj de gange, hvor alt bare er gået fantastisk. Jeg holder så meget af de demente. At se dem glade, gør mig glad, og det er løn nok i sig selv. Og så giver det mig et enormt overskud.«

Løsningen

Thorbjørn Kronborg Pedersen fra Hol-

stebro kunne ikke være mere enig. Han var indtil for syv årsiden smed på Tobaksfabrikken, men som følge af blodpropper fik han en form for demens, som kaldes vaskulær demens. Den gør, trods alt, at hans tilstand ikke forværres lige så hastigt som mange af vennerne i caféen.

»Jeg ville gerne være blevet ved med at arbejde længere endnu, men det dur ikke, når man går og glemmer noget, og der så kunne ske noget alvorligt.«

Ærgrelsen står malet i hans ansigt, og det samme gælder for så vidt hans hustru Vivis. Hverdagen er pludselig blevet svær, er de enige om, men caféen hjælper.

»Den ville jeg ikke undvære. Ikke på vilkår. Alt er tilrettelagt, her er så afslappet, og der er ingen krav om, at jeg skal huske noget. Sådan bliver det tit andre steder; at man skal huske, og det er svært, når man ikke kan få det inden for skallen. Jeg kan ikke huske noget mere,« erkender Thorbjørn Kronborg Pedersen, der nu ikke har mange problemer med at huske, da avisen spørger om diverse ting.

Det samme gælder Svend Aage Krunderup fra »Den Røde Plads«.

»Jeg giver mere slip på mig selv, når jeg er i caféen,« indleder han, inden det skælmske smil, der er så svært at tørre af hans ansigt, igen kryber frem:

»Der findes ikke mange gange, hvor jeg ikke dukker op og har en dårlig vittighed med.«

Lørdag den 24. september holder Café Sommerfuglen i Holstebro åben café på Sdr. Alle 24, klokken 14-16. Samme dag står caféens frivillige og kommunens demenskonsulenter klar til at besvare spørgsmål i gågaden i forbindelse med »Huskedagen«.



Jens Christian Westergaard (til venstre) og Svend Aage Krunderup er blo



FAKTA

SÅ MANGE NORDVESTJYDER RAMMES

■ **Nationalt Videnscenter for Demens har lavet estimer for, hvor mange der er ramt af demens i dag - samt lavet et skøn over, hvordan sygdommen vil udvikle sig de næste 24 år.**

■ HOLSTEBRO

Antal borgere over 60 år (fremskrivning):
År 2015: 14.475
År 2040: 19.010

År 2015: 857 personer med demens (247 mænd, 610 kvinder)
År 2040: 1.544 personer med demens (444 mænd, 1.101 kvinder)

■ LEMVIG

Antal borgere over 60 år (fremskrivning):
År 2015: 6.296
År 2040: 7.555

År 2015: 377 personer med demens (111 mænd, 266 kvinder)
År 2040: 643 personer med demens (199 mænd, 444 kvinder)

■ STRUER

Antal borgere over 60 år (fremskrivning):
År 2015: 6.433
År 2040: 7.736

År 2015: 370 personer med demens (106 mænd, 264 kvinder)
År 2040: 667 personer med demens (200 mænd, 467 kvinder)

Kilde: Nationalt Videnscenter for Demens

Antallet af demensramte nordvestjyder vil næsten blive fordoblet

Den femte hyppigste dødsårsag er demens, og antallet af tilfælde vil kun fortsætte med at stige, hvilket lægger et pres på sundhedsvæsenet. »Skulle vi tage os af alle henvendelser, så kunne vi nærmest ikke lave andet,« siger ledende overlæge.



t et af de venskaber, der er opstået i demenscaféen. Fotos: Johan Gadegaard

SUNDHED

**Af Palle Hyldahl
Brændsgaard**

pabr@dagbladetholstebro.dk

NORDVESTJYLLAND: I løbet af 25 år vil antallet af demens-tilfælde i Nordvestjylland gå fra 1604 til 2854 tilfælde i år 2040. Det estimerer Nationalt Videnscenter for Demens.

»Vores udfordring er, at der kun blive flere og flere tilfælde af demens. Ikke fordi sygdommen smitter, men fordi vi er blevet bedre til at udrede den, og fordi vi som befolkning bliver ældre,« siger Gitte Kærgaard, der er demenskoordinator i Struer Kommune samt formand for Alzheimerforeningens midt-vest-afdeling.

På sygehusene kan man allerede mærke »udfordringen.«

»Vi får fem til ti henvendelser hver dag, og vi får slet ikke alle,« siger ledende overlæge for afdelingen for Neurologi

og Fysio-Ergoterapi i Hospitalsenheden Vest, Birgitte Forsom Sandal.

»Skulle vi tage os af alle henvendelser, så kunne vi nærmest ikke lave andet.«

Birgitte Sandal Forsom fortæller, at sygehusvæsenet dermed må lave en skillelinje, hvor man tager sig af de folk, man kan gøre en forskel for. Er man meget gammel og dement, så kan hospitalet ikke hjælpe, og de praktiserende læger kan i stedet overtage og udrede nogle tilfælde.

»Der er forhandlinger i gang på det område. Man har en lignende ordning i Nordjylland, og den kunne jeg også godt tænke mig,« siger Birgitte Forsom Sandal.

Ingen gode nyheder

Kommunernes demenskoordinator står ligeledes klar til at hjælpe borgere med en demens-form eller dem, der tror, de har sygdommen.

»Det kan jo i stedet være en tumor, der trykker, og så er man jo »rask«. Har man symptomer på demens, så kan det være rart at vide, at man ikke er dum, men har en sygdom, også kan vi hjælpe med at finde det mest passende tilbud, for eksempelvis et demens-daghjem,« siger Gitte Kærgaard.

Mens de estimerede 2040-tal er nedslående, så har lægevidenskaben heller ikke oplysende nyt.

»Er der behandling, som hjælper én af med demens? Nej. Og så vidt jeg ved, så er der heller ikke noget banebrydende på vej,« erkender Birgitte Sandal Forsom.

I stedet henviser den ledende overlæge til, at man kan spise sundt og dyrke motion for at undvige eller udsætte sygdommen. Det gælder om at holde sig selv og hjernen i gang.

FAKTA

DEMENS-TAL

■ **Over 80.000:** Antal mennesker som menes at have en demenssygdom (heraf skulle omkring 50.000 have Alzheimers sygdom).

■ **Mindst 1.500:** Antal af personer under 65 år med demens.

■ **Cirka 7.700:** Antal af nye demens-tilfælde hvert år.

■ **Omkring 300.000-400.000:** Antal af nære pårørende til en person, der lider af en demenssygdom.

■ **Cirka 24 milliarder kroner:** Årlige, direkte omkostninger ved demens.

Kilde: Nationalt Videnscenter for Demens



Birthe Grønne er frivillig og ansvarlig for følgeven-ordningen, som er med til at hente de demente på deres bopæl og følge dem hjem igen.

FAKTA

TI TEGN PÅ DEMENS

■ Nationalt Videnscenter for Demens har lavet en liste over ti advarselstegn på begyndende demens - tegnene behøver imidlertid ikke at være ensbetydende med demens, men optræder de hyppigere og tit, bør man besøge sin læge:

■ 1. Glemsomhed

Det er normalt at have brug for huskesedler eller glemme en aftale for senere komme i tanke om det. Det er ikke normalt at spørge om det samme flere gange eller at glemme noget, man har lært for kort tid siden.

■ 2. Besvær med at udføre velkendte opgaver

Det er normalt at skulle have hjælp til at indstille fjernsynet. Det er ikke normalt at have problemer med at følge en opskrift, man har brugt mange gange tidligere.

■ 3. Problemer med at finde ord

Det er normalt ikke at kunne finde det rette ord ind imellem. Det er ikke normalt at gå i stå midt i en samtale uden at ane, hvordan man kommer videre eller at kalde tingene noget helt forkert (f.eks. at sige 'viserklokke' i stedet for 'ur').

■ 4. Forvirring vedrørende tid og sted

Det er normalt at komme i tvivl om, hvilken ugedag det er. Det er ikke normalt ikke at vide, om det er forår eller efterår eller at glemme, hvor man er, og hvordan man kom derhen.

■ 5. Svigtende dømmekraft

Det er normalt at træffe en dårlig beslutning af og til. Det er ikke normalt, at tage sandaler på om vinteren eller gentagne gange lade sig overtale til at købe ting, man åbenlyst ikke har brug for eller råd til.

■ 6. Problemer med at tænke abstrakt

Det er normalt at have lidt svært ved at forstå en talemåde eller ordsprog som f.eks. »det er som at slå i en dyne«. Det er ikke normalt at tro, at musene bogstaveligt talt danser på bordet, når katten er ude.

■ 7. Vanskeligheder med at finde ting

Det er normalt at glemme, hvor man har lagt fjernbetjeningen. Det er ikke normalt at lægge brillerne i køleskabet eller anklage andre for at stjæle de ting, man ikke kan finde.

■ 8. Forandringer i humør og adfærd

Det er normalt at have en dårlig dag eller blive irriteret, når ens vaner bliver brudt. Det er ikke normalt at tabe fatningen, blive mistænksom, bange, vred eller forvirret uden nogen oplagt grund.

■ 9. Ændringer i personlighed

Det er normalt at ændre holdning over tid og kunne sige undskyld, hvis man er gået over stregen. Det er ikke normalt at sige alt, hvad man tænker, uden at tage hensyn til andres følelser.

■ 10. Mangel på initiativ

Det er normalt, at man nogle gange ikke orker arbejdet, familien og sociale forpligtelser. Det er ikke normalt ofte at trække sig fra fritidsaktiviteter, sociale sammenkomster eller sport, som man ellers plejer at gå op i.

Kilde: Nationalt Videnscenter for Demens.