

Hukommelsesteam



**Til deg som har eller kjenner
noen med
hukommelsesutfordringer eller
demens**



Lørenskog kommune

Har du eller kjenner du noen som

- Glemmer nylige hendelser
- Gjentar historier
- Er forvirret i forhold til tid og sted
- Har problemer med å gjenkjenne folk
- Glemmer innlærte ferdigheter
- Har fått forsterkede personlighetstrekk
- Har svekket dømmekraft
- Har problemer med å klare seg i hverdagen

Du er ikke alene...

I Norge er det over 70.000 personer som har en demenssykdom.

Hvert år er det minst 10.000 nye tilfeller. Forekomsten øker med stigende alder, men kan også ramme yngre under 65 år.

Demens skaper store forandringer, både for den som får sykdommen og for nær familie. Også venner og personer i nærmiljøet, berøres i større eller mindre grad.

Hvordan kan vi hjelpe deg?

- Informasjon om tilbud til mennesker i alle aldre i nærmiljøet.
- Råd, veiledning og støtte over telefon og i direktesamtale.
- Hjemmebesøk med samtale og kartlegging av hva som er viktig for deg – og hvordan vi kan hjelpe deg å mestre hverdagen din.
- Opprette kontakt og samarbeid med andre helseinstanser.
- Oppfølging utfra dine behov.
- Være en støtte for familien din.
- Tilby pårørendeskole.

Hvem er vi?

- I hukommelsesteamet er vi en gruppe fagpersoner som har spesialkompetanse i hukommelsesutfordringer og demens.
- Vi arbeider for at personer med demens og deres pårørende skal få en bedre hverdag basert på mestring.
- Ved å søke hjelp kan vi sammen forebygge unødig frustrasjon og engstelse.
- Bistå i tilrettelegging for den hverdagen du ønsker.
- Vi kan tilby systematisk oppfølging med regelmessige besøk etter diagnose.

Hvem kan kontakte oss?

- Om du selv eller en som står deg nær har hukommelsesutfordringer eller demens.
- Helsepersonell i kommuner og spesialisthelsetjeneste.
- Fastlegen har også mulighet til å henvise til hukommelsesteamet via kontoret for samhandling og forvaltning.



**Med vennlig hilsen
Wenche og Kjersti**

Kontaktinformasjon:

Hukommelsesteamet:

Telefon: 90899493/ 67934689

Telefontid: mandag, onsdag og fredag 09-14.

mail: demens@lorenskog.kommune.no

Teamet består av:

Kjersti Tiller hukommelseskoordinator

Wenche Berg spesialhjelpepleier

Besøksadresse: Mailandveien 26,

2. etg – Tjenester i hjemmet.

1473 Lørenskog

Vi samarbeider tett med ergoterapitjenesten i

Lørenskog kommune. Telefon: 67916345

Nyttige nettsider:

- <http://www.demenslinjen.no>
- <http://lorenskog.kommune.no/demens>
- <http://www.aldringoghelse.no/demens>
- <http://www.nasjonalforeningen.no>