

# ALZHEIMERS MITT I LIVET

*En berättelse om att vara ung anhörig*

# VEM ÄR JAG?



24 maj 1997

# Vad är Alzheimers sjukdom?

---

- Den vanligaste demenssjukdomen
- Drabbar inte bara äldre
- Nervcellerna dör
- Plack i hjärnan
- Minskad kognitiv förmåga
- Fyra faser
- Leder idag till döden
- Forskningen går framåt

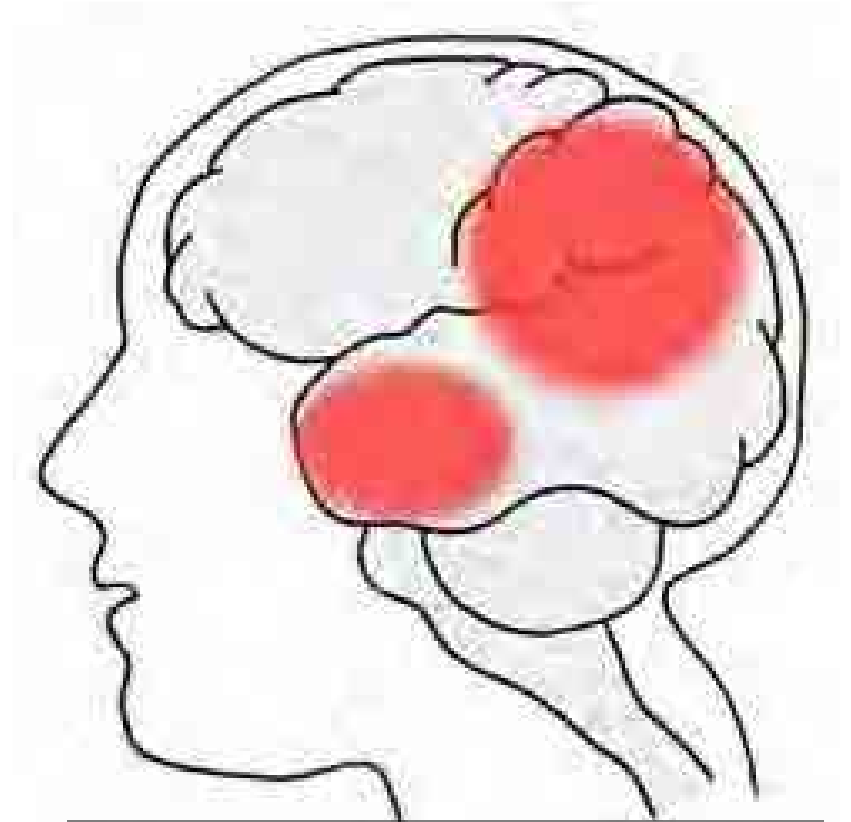


Bild lånad från Alzheimerfonden.se



# Sjukdomsförloppets fyra faser

**Initialfasen**

**Första fasen – mild demens**

**Andra fasen – medelsvår demens**

**Tredje fasen – svår demens**

"I can still  
hold my  
dad's hand,  
but I miss  
him every  
day."

— Anita Cooley

ATT LEVA MED EN  
SJUK FÖRÄLDER...

THE  
MIGHTY



A person stands on a dark silhouette of a cliff or rock formation, looking out over a vast landscape at sunset. The sky is a mix of dark purple, blue, and orange, with a soft glow from the setting sun. The overall mood is contemplative and melancholic.

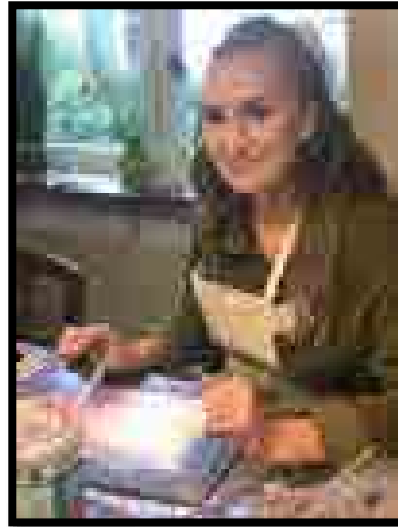
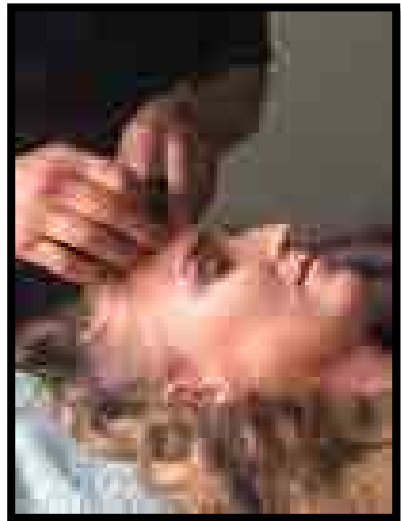
*You will forever  
be my hardest  
goodbye*

*Stina Nilsson  
www.stinanylsson.se*

*Sista tider...*

# Vilken hjälp finns att få?

- KOMMUNEN, BISTÅNDSHANDLÄGGARE.
- ANHÖRIGSTÖD
- SAMTALSSTÖD
- FACEBOOKGRUPPER
- UNG ANHÖRIG - LÄGER





Everything you need,  
your courage, strength,  
compassion and love:  
everything you need is  
already within you.



# Vad kan du göra själv?

---

- PRATA, PRATA, PRATA
  - ÄT BRA, RÖR PÅ DIG, SOV ORDENTLIGT.
  - TILLÅT DET ATT GÖRA ONT
  - STARTA INSAMLING
  - GÖR DET DU ORKAR
- 
- DET ÄR INTE DITT FEL



# HOPP OCH TRO OM FRAMTIDEN

---

- FORSKNINGSRAMSTEG
- EPIGENETIK/LIVSSTIL

Godkänt läkemedel mot  
Alzheimers sjukdom

Alzheimer  
fonden



# Tack för att du har lyssnat!

## KONTAKTUPPGIFTER

Mail: [ellen-97@hotmail.com](mailto:ellen-97@hotmail.com)

Min berättelse: "Min pappa fick Alzheimer", Sveriges Radio.

## Källor:

Karolinska Institutet. 2021. *Epigenetik – en bro mellan arv och miljö*.

<https://ki.se/forskning/epigenetik-en-bro-mellan-arv-och-miljo>

Karolinska Institutet. 2021. *Hellre mångfald än enfald*.

<https://ki.se/forskning/hellre-mangfald-an-enfald>

