



En bok om demens Knut Engedal

I denne boken forteller en av landets fremste spesialister innen demenssykdom, Knut Engedal, kortfattet og enkelt om hvordan Alzheimer og de andre demenssykdommene arter seg i de ulike stadiene, hva symptomene er og hvordan det hele oppleves av både omgivelsene og av den syke. I tillegg kan man lese om hvordan utredning og diagnostisering foregår og hva som finnes av behandling, helsetilbud og rettigheter, samt hvor mange som får demens, om arv og andre risikofaktorer og om hva man selv kan gjøre for å forebygge. Boken er særlig beregnet på pårørende og på helsepersonell med daglig omsorg for pasienter med demens.



En jeg er glad i har fått demens Pauline Boss

Boken er skrevet direkte til deg som lever tett på mennesker med demens. Du får ta del i erfaringer fra andre pårørende og fra forfatterens eget liv og virke. Pauline Boss møter leseren med innsikt og varme. Hun veileder i helt konkrete situasjoner som mange vil kjenne seg igjen i. Dette er ikke en «hvordan gi omsorg»-bok. Det er din helse og ditt liv som pårørende som er i sentrum.



Nøkler Sigrid Haaland

For mennesker med langtkommen demens kan en gammel gjenstand, en blomsterbukett eller en sang fungere som minnetriggere. De blir nøkler til deler av hukommelsen som man kanskje trodde var tapt for alltid. Barn- og ungdommens sommer kan manes frem ved å lukte på en kjent blomst, et gårdsredskap kan fremkalle minner om arbeidet man drev med som ung. Denne boken inneholder bilder av et utvalg slike nøkler samt tilhørende personlige historier fra mennesker som er rammet av demens. Boka er ment som en inspirasjon for pårørende eller mennesker som arbeider med demens.



Forglem meg ei Elin Marie Fredriksen

I denne boken møter vi en rekke mennesker med demens. Noen av dem bor på sykehjem, men de fleste bor fortsatt hjemme. De er alle opp-tatt av livsstil og livskvalitet, av å leve et så normalt liv som mulig, til tross for den vanskelige sykdommen. Gjennom deres fortellinger får leseren kunnskap om demens, om hvordan vi best kan kommunisere med en person med demens og hva de trenger for å få et tryggere og bedre liv. Boken viser at livet fortsetter også etter en slik diagnose, og bidragsyterne ønsker å være åpne om sykdommen for å fjerne fordommer og skam. Et eget kapittel er viet de pårørende.



Sølverget
BIBLIOTEK OG KULTURHUS

Demens



Her får du tips til bøker om den vanskelige sykdommen demens



Minner i bilder Hilde Kramer



For mange personer med demens er det barndommen og yngre år som står sterkst i minnet. For noen ligger disse minnene lett tilgjengelig, mens andre trenger hjelp til å erindre det de har opplevd. Denne boken er ment som et hjelpemiddel for å samtale om og hente frem minner. Den inneholder et utvalg bilder og tekster som kan stimulere sansene til mennesker med demens. Her er sanger, rim og regler ledsaget av et rikt utvalg fotografier.

Boken følger årets gang med årstider og høytider. Her er også tips til samtaleemner, sanger og bøker som kan bidra til å hente frem flere minner.



Hjertet mitt har ikke demens Audun Myskja

I denne boken gir Audun Myskja kunnskap om hva demens er, et område som fremdeles er litt skambelagt, både hos demente selv og hos pårørende. Her beskrives ulike former for demens, hvordan verden ser ut for den syke og hva vi kan gjøre for å hjelpe. Hjertet husker det hodet har glemt, skriver Myskja og forteller om hvordan man kan kommunisere med en dement gjennom musikk og følelser.

Han viser hvordan man kan skape glede og håp hos den syke, og hva vi kan gjøre hvis den demente er engstelig og deprimert. Boken inneholder praktiske eksempler og retter seg mot både pårørende og mot helsepersonell.



Spis smart Astrid Lavoll-Nylenna

Boka tar for seg sammenhengen mellom hva vi spiser og hvordan hjernen fungerer, og viser deg hvilke matvarer du kan spise for å bli smartere, mer konsentrert og få et

lengre liv.

I tillegg forteller boka om mat som motvirker demens, depresjon, aggresjon, og hva slags mat som skal til for å gi barnet ditt en god start. Har stikkordsregister.



Tidstyven Tor Atle Rosness

Boka omhandler yngre personer med demens og deres utfordringer. Etter et innledende kapittel om hjernens funksjoner følger en gjennomgang av ulike hjernesykdommer og hva vi vet, og ikke vet, om årsaker til disse sykdommene. Videre beskrives pasientens situasjon, og hvor vanskelig det kan være å få en korrekt demensdiagnose. Siste del av boka er viet de pårørende, som i mange tilfeller trenger andre hjelpetiltak enn pårørende til eldre pasienter med samme diagnose. Boka er skrevet på en tilgjengelig og forståelig måte, slik at den også kan leses av dem uten helsefaglig bakgrunn.

Tor Atle Rosness er utdannet lege og har skrevet doktorgradsavhandling om yngre personer med demens og deres pårørende.



Demens : den nye folkesykdommen Siv Henningstad

Hva er demens? Hvem får demens? Kom sykdommen i forkjøpet. Å leve

med demens. Demens er den nye folkesykdommen. Her får du all informasjon du trenger om demens; hvordan unngå å få det, hvordan sykdommen arter seg, hva som er symptomene, hvordan leve med sykdommen, hva nyere forskning forteller, økonomiske aspekter og hvilke hjelpemidler, helsetilbud og rettigheter man har som dement og som pårørende til demente.



Langsomme jordskjelv Ragnhild M. Eidem Krüger

Det begynner som en knapt merkbar forandring i hverdagen. Men man husker det i ettertid. Det kommer flere episoder. Er det deg eller meg det er noe galt med? Demens i yngre år er en brutal opplevelse som snur opp ned på livet både for den som blir syk og for ektefeller, barn, søsken, foreldre og venner. - Vet noen hva en nær pårørende må hankses med?

Boken forteller historien til den som blir syk, ektefeller og barn. De står farm i full åpenhet, med navn og de fleste med bilde. Hva kan pårørende bidra med når den nærmeste mister grepet? Hjelpeapparatet - har det adekvate tilbud, eller toer det sine hender og skylder på paragrafene? Boken henvender seg til oss alle; til hjelpeapparat og politikere. Det er en lang vei å gå.