

# Råd om vård



Alzheimers sjukdom är vanligt förekommande. Anhöriga till demenssjuka och vårdpersonal vet att utan särskild hjälp uppstår många gånger svåra situationer.

Demens är väldigt komplext. Förutom demenssjukdomen förekommer en rad olika problem. Medicinska, psykiatriska och sociala problem påverkar den totala omvårdnaden, men även rent praktiska problem kan ibland vara svåra att lösa.

Min erfarenhet är att såväl anhöriga som vårdpersonal vill ha praktisk handledning, men även en kunskap om demenssjukdomen, orsak, symtom, förlopp och behandling. Detta ökar förståelsen och det blir lättare att hantera vardagen.

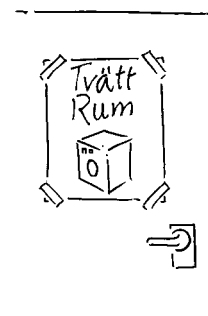
Broschyrerna *Fakta om Alzheimers sjukdom* och *Råd om vård* som är framtagna av Lundbeck läkemedel är inte bara kunskapsberikande, de ger till anhöriga och vårdpersonal många goda råd och tips för att lättare klara vården av våra demenssjuka.

Jan Strömqvist  
Demenssamordnare  
Kalmar län

## Innehåll

1. Hur man hanterar minnesförlust	5
2. Bättre kommunikation	6
3. Leva med Alzheimers sjukdom	7
I hemmet	7
Påklädning	9
I badrummet	10
Laga mat och äta	11
Aktiviteter	12
4. Hantera beteendeproblem	13
5. Ta hand om dig själv	15
Praktiska åtgärder	15
Känslomässiga behov	17
6. Hantera ekonomiska och juridiska frågor	18
Ekonomi	18
Fullmakt	19
Förhandsdirektiv om sjukvård (eller "vårdtestamente")	20
God man och förvaltare	21
Upprätta testamente	22
Alzheimer-organisationer	23

Minnesförlust är ofta det första symtom på Alzheimers sjukdom som visar sig och problemet blir allt värre när sjukdomen fortskrider. De minneshjälpmiddel som anges nedan bör hjälpa till att klara av en del av de praktiska problemen med minnesförlust vid Alzheimers sjukdom och kan användas vid behov under hela sjukdomsförloppet.



- Använd **påminnelser** som listor, anteckningar, almanackor, klockor m.m. – dessa kanske är de enda hjälpmedel som behövs i de tidiga stadierna av sjukdomen.
- I allmänhet kan det hjälpa till att minska minnesproblemen om man håller sig till en regelbunden daglig **rutin**.
- Sätt **etiketter** på fotografier och föremål i huset för att minska frustrationen av att inte kunna komma ihåg ord eller namn.

- Märk rumsdörrar med ord och även bilder, så att de vägleder personen med Alzheimers sjukdom.

- Om vandringsbeteende förekommer, se då till att personen har uppgifter om sitt namn, telefonnummer, adress och kontaktperson insytt i sina kläder eller på någon annat ställe på kroppen.

- Ha ett nytaget foto av personen till hands om han/hon skulle försvinna och du behöver visa fotot för andra som ska hjälpa till att leta efter vederbörande.

- Påminn honom/henne ständigt om dag, månad och år, samt rådande väderförhållanden.

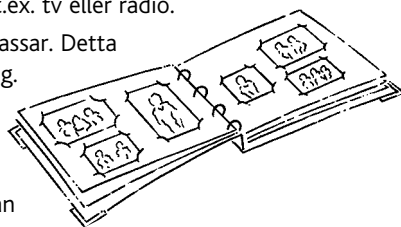
- Utbyt kreativa idéer med andra vårdare. Det kan hjälpa till att minska stressen som det innebär att vårda en person med minnesproblem.



## 2. Bättre kommunikation

Kommunikationen blir också allt svårare för en person med Alzheimers sjukdom som inte kan komma ihåg de rätta orden eller riktiga svaren. Därför måste en vårdare lära sig nya sätt att klara av ovanliga beteenden och anpassa sina kommunikationsmetoder efter detta. Förslagen nedan ger tips på hur man kan kommunicera effektivare med Alzheimer-patienter.

- Kommunicera enkelt och ge inte för mycket information på samma gång.
- Hjälptill med kommunikationen genom att **lyssna** noga på vad personen säger. Ta ögonkontakt och använd ett positivt kroppsspråk. Svara alltid tydligt och lugnt och se till att det finns så lite störande ljud som möjligt från t.ex. tv eller radio.
- Var **lugnande** och använd **humor** när det passar. Detta kan ofta hjälpa till med att lindra anspänning.
- Om personen inte kan komma ihåg dagliga händelser försök då att diskutera minnen från det **förflutna** – dessa är ofta lättare för patienten att komma ihåg och kan väcka glada tankar.
- Om det finns möjlighet att välja, kan man formulera frågan så att personen kan svara *ja* eller *nej*. Det är viktigt att man fortsätter att låta personen göra så många val som möjligt.
- Om det inte fungerar att be en person göra något kan man istället försöka visa vad som ska göras.
- Behandla personen som den vuxna människa han eller hon är och inte som ett barn. Fortsätt att respektera honom/henne och försök undvika att vara nedlåtande eller sår personens självkänsla.
- Var uppmuntrande, vänlig och öppet **kärleksfull** mot personen. De kommer alltid att ha känslor och det är en säker väg för kommunikation.
- Fortsätt att kommunicera även om det inte blir några svar.

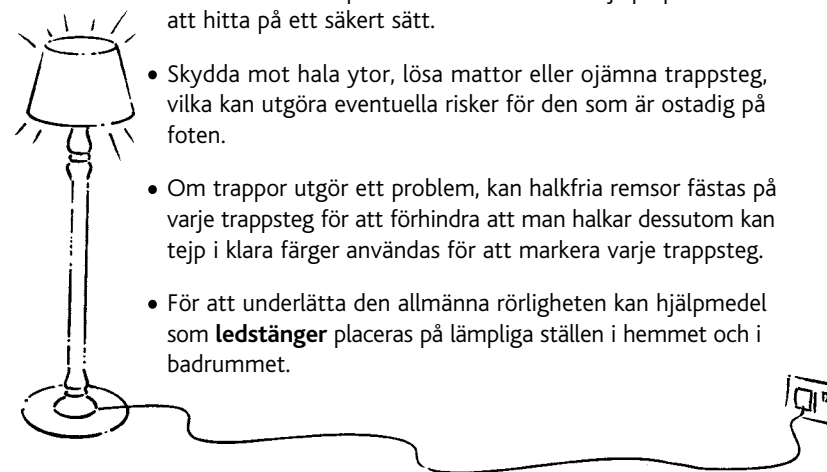
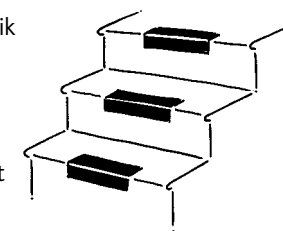


## 3. Leva med Alzheimers sjukdom

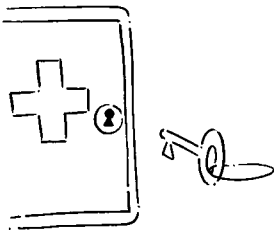
### I hemmet

En Alzheimer-diagnos behöver inte betyda att det genast måste ske en mängd förändringar av personens hem. Det är faktiskt så att det bästa ofta är att låta det vara välbekant. De flesta nödvändiga förändringarna gäller det faktum att personen kanske är mindre stadig på foten eller börjar bli mer förvirrad när det gäller de omgivande tingen. Därför är tipsen nedan enkla sätt att åstadkomma dessa mindre, men viktiga, förändringar.

- Gör hemmet säkert och **lätt** att röra sig i och undvik att ha för mycket saker. Som i alla hem kan lösa elektriska sladdar och möbler som har vassa kanter eller är ostadiga utgöra risker.
- Undvik att göra onödigt stora förändringar i hemmet – det kan förvirra eller trötta ut en person med Alzheimers sjukdom.
- Ha rummen väl upplysta så att gångvägar syns tydligt och man kan se vad man gör. Om man lämnar **ljuset** tändt i hall och/eller badrum på natten kan det också hjälpa personen att hitta på ett säkert sätt.
- Skydda mot hala ytor, lösa mattor eller ojämna trappsteg, vilka kan utgöra eventuella risker för den som är ostadig på foten.
- Om trappor utgör ett problem, kan halkfria remsor fästas på varje trappsteg för att förhindra att man halkar dessutom kan tejp i klara färger användas för att markera varje trappsteg.
- För att underlätta den allmänna rörligheten kan hjälpmedel som **ledstänger** placeras på lämpliga ställen i hemmet och i badrummet.



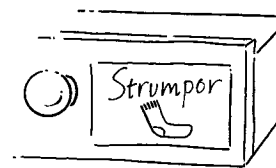
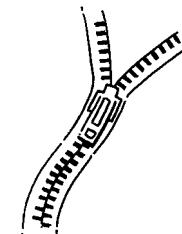
- Håll föremål som rengöringsmedel, giftiga kemikalier, vassa redskap, verktyg och läkemedel utom räckhåll. En person med Alzheimers sjukdom kanske inte avsiktligt missbrukar dessa föremål, men kan behöva övervakning för att kunna använda dem på ett säkert sätt om de är förvirrade.
- Installera **brandvarnare** på varje våning i huset, så att eventuell brandfara omedelbart uppmärksammas.
- Placera personliga tillhörigheter på ett speciellt ställe i hemmet.
- Ställ undan ömtåliga saker.
- Lås in viktiga dokument och värdeföremål, såsom pass och försäkringsinformation, i säkert förvar.
- Förvara **dubbletter** av viktiga föremål, såsom nycklar, på ett säkert ställe.
- Ofarliga föremål som används dagligen bör finnas på synliga, lättåtkomliga ställen.
- Om personen röker ska man alltid vara med när han/hon röker för att undvika oavsiktliga bränder. Ordna med regelbunden daglig motion för personen med Alzheimers sjukdom så att hans/hennes önskan att vandra omkring minskar.



## Påklädning

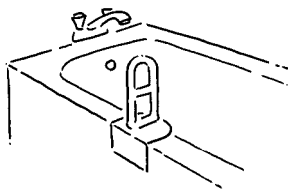
För en person med Alzheimers sjukdom kan det bli svårt att klara av att klä på sig. Det kanske inte enbart beror på fysisk klumpighet, utan personen kanske även förlorar sin förståelse för lämplig klädsel och i vilken ordning kläderna ska bäras. Här finns några idéer som kan göra påklädningen lättare för er båda två.

- Välj kläder med stora halsöppningar, knäppning fram eller ingen knäppning alls.
- Välj kläder med **blixtlås** istället för knappar.
- Det kanske går att sätta **kardborreband** på befintliga kläder för att göra dem enklare att knäppa.
- Skor som dras på eller knäpps med kardborreband är lättare att sätta på än komplicerade skosnören.
- Välj halkfria skor med gummisula vilka är säkrare för den som är ostadig på foten.
- Märk lådor med **etiketter**, som anger eller visar vilka kläder de innehåller.
- Lägg fram kläderna i den **ordning** de ska sättas på eller räck ett plagg i sänder till personen.
- Hos vissa personer med Alzheimers sjukdom kan inkontinens vara ett problem. Det finns **hjälpmedel** såsom speciella lakan, underbyxor och blöjor, som är speciellt utformade för att lindra en del av obehagen med inkontinens. Dessutom bör dessa symtom diskuteras med läkaren.



## I badrummet

Det kan bli allt svårare för en person med Alzheimers sjukdom att använda badrummet för att tvätta sig och använda toaletten. Förutom de fysiska problemen kanske han/hon inte längre inser behovet av att tvätta sig. På grund av detta kan man behöva ge vänlig uppmuntran och i sådana fall hjälper det ofta att ta reda på vad personen föredrar. Exempelvis kanske personen tycker det är bekvämare att ta en dusch än ett bad (eller tvärtom). Nedan finns fler praktiska tips när det gäller att bada och använda toaletten.



- Det kanske finns någon **favorittid** på dagen eller personen kanske tycker om att associera tvättningen med förberedelser för en utflykt eller med att det kommer besökare.
- För en person som har fysiska svårigheter, finns det många hjälpmedel som kan användas i badrummet. Exempelvis räcken, upphöjda toaletsitsar, halkfria mattor för badkar och dusch, samt säten som utformats för användning i bad och dusch.

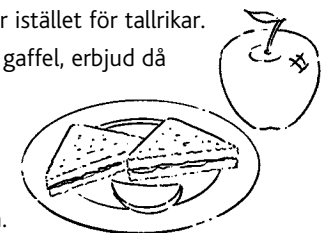


- Se till att låset på badrumsdörren kan öppnas utifrån, eller till och med tas bort, för att förhindra att personen blir inlåst.
- Ställ om möjligt in **termostaten** på varmvattenberedaren så att vattnet aldrig blir skållhett. En person med Alzheimers sjukdom kan ha svårt att bedöma temperaturen.

## Laga mat och äta

En person med Alzheimers sjukdom kan utveckla ovanliga beteenden i samband med ätande. De kan förlora aptiten eller glömma att de redan har ätit. Dessutom kan det bli fysiskt svårt för dem att använda kniv och gaffel och de senare stadierna av Alzheimers sjukdom medför ofta bristande insikt i hur man använder bestick. Köket kan också innehålla en del farlig utrustning, men det behöver inte nödvändigtvis innebära att det måste vara förbjudet område. Matlagning kan faktiskt vara en sysselsättning som vårdaren och personen med Alzheimers sjukdom kan tycka om att göra tillsammans. Följande idéer visar hur köket kan göras säkrare för en person med Alzheimers sjukdom.

- Använd en elektrisk vattenkokare med automatisk avstängning. Detta gör att man undviker faran med att glömma kannan på.
- En isoleringsventil kan sättas på gasapparater, t.ex. spis, brasa, vilket innebär att de inte kan lämnas påslagna när de är obevakade.
- Ha en liten brandsläckare för hushåll till hands i köket.
- Lås in vassa föremål såsom knivar.
- Se till att maten inte är för varm. Personer med Alzheimers sjukdom har sämre förmåga att bedöma temperaturen på det som de lagar till eller äter och löper därför större risk att bli skållade.
- När det blir svårare att äta, tänk då på att använda halkfria underlägg på bordet, en plastduk och skålar istället för tallrikar.
- Om det blir problem att använda kniv och gaffel, erbjud då plockmat som alternativ.
- Om personen med Alzheimers sjukdom saknar aptit, kan små **täta** måltider eller mellanmål vara mer lockande än en rutin med två eller tre större måltider om dagen.



## 4. Hantera beteendeproblem

### Aktiviteter

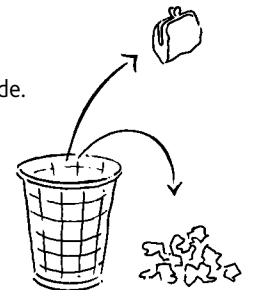
Vandringsbeteende är vanligt hos personer med Alzheimers sjukdom. Ett bra sätt att minska vandrandet är att se till att personen med Alzheimers sjukdom är tillräckligt sysselsatt och aktiv under dagens lopp. Nedan finns några tips på aktiviteter som kan hjälpa dig att uppnå detta mål.

- Ta reda på vilka aktiviteter som personen med Alzheimers sjukdom tycker om – detta kan vara någon favorithobby eller nya aktiviteter, exempelvis trädgårdsskötsel, promenader eller att lyssna på musik.
- Hitta en aktivitet som kan uppskattas av både vårdaren och personen med Alzheimers sjukdom.
- Se till att personen med Alzheimers sjukdom får **regelbunden motion**. Detta är inte bara hälsosamt utan det kan även minska tendensen hos personen med Alzheimers sjukdom att vandra omkring utan orsak. All slags motion kan förenas med ett syfte, t.ex. att gå till affären.
- Uppmuntra personen att läsa böcker och tidningar om det är lämpligt och diskutera sedan vad han/hon har läst om.
- Uppmuntra personen och **beröm** resultatet av en uppgift – hur det än blev.



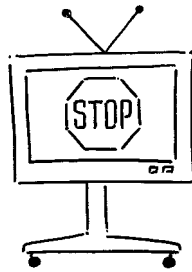
Efter hand som Alzheimers sjukdom fortskrider gäller inte längre normala regler för beteende och kommunikation. En person med Alzheimers sjukdom drabbas av personlighetsförändringar och förlorar förmågan att resonera logiskt. Beteendeförändringar kan vara de symtom som är svårast att hantera för vårdaren, samtidigt som de även är känslomässigt stressande. Tipsen nedan kan hjälpa till att effektivt hantera en del av de vanligaste beteendeproblemen när man arbetar tillsammans med en person med Alzheimers sjukdom.

- Försök **avgöra** vad som utlöser ett visst beteende och försök sedan undvika eller **minimera** dessa utlösande faktorer. Exempelvis kan reaktionen orsakas av enkla företeelser som hunger, törst, vanmakt, leda, rädsla eller avsaknad av ostördhet.
- Straffa aldrig eller reagera med vrede på något beteende, hur aggressivt eller pinsamt det än kan vara. Sådan vedergällning kan orsaka mer rädsla, förvirring eller bedrövelse.
- Kom ihåg att det är sjukdomen som orsakar det onormala beteendet och inte personen.
- Svara på det olämpliga beteendet genom att antingen låta situationen lugna ner sig under några minuter, genom att ge uppmuntran eller genom att distrahera personen.
- Försök inte föra ett logiskt resonemang med personen i situationer med vrede, aggression eller vanföreställning – Alzheimers sjukdom försämrar personens logiska tänkande. Tröst och **distrahering** fungerar vanligen bäst.



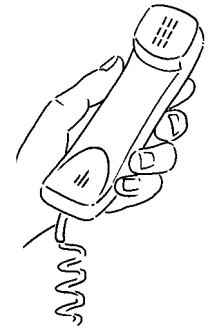
## 5. Ta hand om sig själv

- Hallucinationer är vanliga symtom vid Alzheimers sjukdom och det kan hjälpa att undersöka orsaken. Exempelvis kan fenomenet att se "främlingar i huset" vara en effekt av speglar (vilka kan täckas över eller flyttas undan för att undvika detta) och vissa läkemedel kan förvärra hallucinationssymtomen.
- En person med Alzheimers sjukdom kan börja gömma sina tillhörigheter eller kasta bort dem och sedan glömma det eller anklaga andra för att ha stulit dem. Att ta reda på deras favoritgömmställen eller kontrollera papperskorgar kan hjälpa till att hantera detta beteende.
- Begränsa tillgången till tv eller vissa program om det behövs.



- Vissa personer med Alzheimers sjukdom kan förväxla uppdiktade händelser på tv med det verkliga livet och det kan orsaka rädsla eller förvirring.
- Försök att inte bli generad eller att överreagera om det förekommer olämpligt sexuellt beteende eller avklädning. Vänliga försök att **förhindra** eller distrahera är de bästa sätten att hantera situationen.
  - Även om personen med Alzheimers sjukdom kan vara förvirrad och ha dåligt minne, bör man inte avfärda allt de säger som inbillning. Se också till att ingen drar fördel av deras dåliga minne.

Det är en viktig och mycket tärande uppgift att vårda en annan person och det är därför mycket viktigt att vårdaren även kommer ihåg att ta hand om sig själv och sina egna behov. Vid hanteringen av de dagliga erfarenheter som Alzheimers sjukdom medför, kan en vårdare vara tvungen att klara av många fysiska och känslomässiga utmaningar. Därför uppmuntras alla vårdare att lära sig sina egna gränser och se till att deras livskvalitet inte blir lidande i onödan. Slutligen finns några användbara idéer angivna nedan.



### Praktiska åtgärder

- **Håll kontakt** med familj, vänner och yttervärlden.
- Se till att du får tid för dig själv genom att regelbundet arrangera perioder då andra vårdare, familjemedlemmar eller vänner kommer och tar över vårdplikterna.
- Lär känna **dina egna gränser** och var inte rädd för att ta emot eller be om hjälp från familj, vänner eller Alzheimer-organisationer.
- Gå med i en stödgrupp för vårdare.
- Se till att alla fysiska uppgifter, som att lyfta personen, inte enbart är beroende av dig – det kan orsaka allvarlig fysisk skada.



- Besök regelbundet en **läkare** för att kontrollera din egen hälsa – särskilt om du känner dig mycket trött, nedstämd eller slutkörd.
- Om bördan blir för stor, är det naturligt att ordna så att personen kan tillbringa tid på ett vårdhem. Känn dig inte skyldig för att du var tvungen att fatta detta beslut.
- Ge dig själv tid att anpassa dig till förändringen om personen tas in på ett hem. Även om du kommer att vilja göra regelbundna besök på hemmet, ska du försöka passa in dem i ditt liv istället för att anpassa ditt liv till besöken.



## Känslomässiga behov

- Ta dig tid att ta hand om dina egna personliga behov **utan att känna skuld**.
- Acceptera att dina känslor ofta kommer att ändras och att du har goda dagar och dåliga dagar.
- Behåll inte dina känslor för dig själv. Se till att du har någon som du kan tala om dina känslor och behov med – familj, vänner eller en stödgrupp.
- Det kan hjälpa att lätta på spänningen genom att låta dina känslor komma ut och ibland gråta eller skrika, när du är utom hörhåll för personen med Alzheimers sjukdom.
- **Klandra aldrig dig själv** för beteendet hos personen med Alzheimers sjukdom eller för din reaktion på det. Det är ingens fel.
- Försök undvika att ta ilska och anklagelser personligt – beteendet är inte avsiktligt.
- Om du känner dig generad för det offentliga beteendet eller tillståndet hos personen med Alzheimers sjukdom, kan du förklara situationen för de människor som du träffar regelbundet.
- Ge dig själv beröm för dina insatser som vårdgivare.

Slutligen kan nämnas att en person med Alzheimers sjukdom ibland kan ha korta klara ögonblick då han eller hon tycks ha normalt uppförande och förståelse. Dessa ljusa ögonblick är en del av sjukdomen och innebär tyvärr inte att personen plötsligt har förbättrats, så var försiktig och fäst inte för stort avseende vid sådana ögonblick.

## 6. Hantera ekonomiska och juridiska frågor

Även om det kanske inte är en självklar reaktion på diagnosen Alzheimers sjukdom är ekonomiska och juridiska angelägenheter några av de saker som man behöver ta hand om. Allteftersom sjukdomen fortskrider kommer personen med Alzheimers sjukdom att till slut bli juridiskt oförmögen att ha kontroll över sina egna affärer och detta kan medföra många problem. Det finns emellertid flera sätt att i förväg ordna framtida beslut på ett säkert sätt. Om detta görs omgående kan personen med Alzheimers sjukdom tillkännage sina egna önskningar och se till att hans/hennes framtida liv och vård sker på det sätt som personen väljer. Detta medför att familjen och vårdarna av personen med Alzheimers sjukdom slipper en stor börda.

### Ekonomi

När en person först får diagnosen Alzheimers sjukdom, är det viktigt att ordna upp hans/hennes ekonomiska angelägenheter så snart som möjligt. Om ekonomin är välordnad vid denna tidpunkt, kan det förhindra att det uppstår svårigheter när personen når sjukdomens svårare stadier. Sådana svårigheter kan innebära förlorad förmåga att hantera betalningar, besparingar och andra ekonomiska frågor. Om det dröjer för länge kan det bli svårt att juridiskt ordna att en annan person övertar dessa frågor. Dessutom kan vården av en person med Alzheimers sjukdom vara kostsam – även utan avgifter för vårdhem – och det är klokt att göra upp en plan för denna vård. Om planen görs tillsammans med personen med Alzheimers sjukdom medan han/hon fortfarande befinner sig i sjukdomens tidiga stadier, kan familjen och/eller vårdaren vara säkra på att de inte behöver bekymra sig för ekonomiska beslut eller problem i framtiden.

I alla ekonomiska frågor är det bäst att skaffa professionell rådgivning när det gäller de lämpligaste planerna och de bidrag som finns att få för de inblandade personerna. Förutom speciella ekonomiska organisationer är det även bra att tala med någon från en lokal eller nationell Alzheimer-organisation som kan förmedla sin erfarenhet inom detta område.

### Fullmakt

Personer som har fått diagnos på en fortskridande sjukdom såsom Alzheimers sjukdom använder sig vanligen av en fullmakt för att hantera sina ekonomiska angelägenheter.

En fullmakt är utformad så att en person ska kunna överlåta skötseln av sina ekonomiska angelägenheter till annan namngiven person(er) – det juridiska ombudet. Det juridiska ombudet kan vara någon person över 18 års ålder som personen väljer – de kan, men behöver inte, vara släkt med personen. De speciella befogenheter som det juridiska ombudet får beskrivs i fullmakten och kan gradvis träda i kraft när personen med Alzheimers sjukdom blir mindre förmögen att ta hand om sina egna ekonomiska angelägenheter, till exempel betala räkningar eller sköta bankärenden.

Även om sådana åtgärder kan förefalla extrema vid tidpunkten för diagnosen, är det viktigt att fullmakten ordnas **i god tid**, medan personen med Alzheimers sjukdom fortfarande anses vara kapabel (det kan krävas ett läkarutlåtande). Om det dröjer för länge kan vänner och släktingar till personen bli tvungna att vända sig till domstol för att försöka åstadkomma ett annat arrangemang.

## Förhandsdirektiv om sjukvård (eller "vårdtestamente")

Ett förhandsdirektiv om sjukvård eller så kallat vårdtestamente innehåller sjukvårdsrelaterade instruktioner som gjorts av en person som är vid sina sinnens fulla bruk och som tror att han/hon senare i livet kommer att bli oförmögen att fatta dessa beslut själv. Detta gäller speciellt för dem som har sjukdomar som Alzheimers sjukdom, vilka gradvis blir allt mindre förmögna att kommunicera beslut eller förstå de valmöjligheter som erbjuds.

Vårdtestamentet kan innehålla vilken typ av medicinering som personen föredrar eller val av långtidsvård, liksom även mer personliga vårdangelägenheter som diet eller kläder. Det kan hjälpa att diskutera valen i vårdtestamentet med en läkare för att vara säker på att personen med Alzheimers sjukdom är fullt informerad om de beslut han/hon fattar.

I allmänhet är vårdtestamentet ett juridiskt bindande dokument som antingen kan vara en instruktion, där personen ger exakta anvisningar, eller en fullmakt, där en annan person utses att fatta de beslut som kan behövas. Ett vårdtestamente kommer bara till användning när personen med Alzheimers sjukdom bedöms (av sin läkare) vara oförmögen att fatta sådana beslut på egen hand.

En viktig aspekt av vårdtestamentet är att det till stor del underlättar för familjen eller vårdaren, som kan tycka att det är svårt att fatta sådana viktiga beslut utan att känna till personens

egen åsikt. Detta ansvar kan orsaka en mängd extra oro och skuld känslor – känslor som kan undvikas om personens egen vilja har skrivits in i vårdtestamentet från början.

## God man och förvaltare

God man eller förvaltare kan av behörig domstol utses för en person som på grund av sjukdom eller liknande förhållande behöver hjälp med att vårda sig eller sin egendom. Godmanskap är mindre ingripande än förvaltarskap, då den gode mannen normalt inte kan handla utan den sjukes samtycke. Den gode mannen skall bevaka den sjukes rätt, förvalta den sjukes egendom och sörja för den sjukes person. Ett förvaltarskap däremot kan sägas vara mindre personligt och mer inriktat på förmögenhetsrättslig representation.

Ansökan om god man eller förvaltare kan göras av överförmyndaren, den sjuke själv eller hans eller hennes maka/make eller närmaste släktingar. Till god man eller förvaltare kan utses en rättrådig, erfaren och i övrigt lämplig man eller kvinna. Det är inget som hindrar att en anhörig förordnas som god man eller förvaltare.

Både god man och en förvaltare har redovisningsplikt inför överförmyndaren i den kommun där den som har god man/ förvaltare har sin hemvist och står under dennes tillsyn.

## Upprätta testamente

Upprättandet av ett testamente ser till att, när personen dör, alla hans/hennes tillhörigheter (förmögenhet) fördelas på det sätt som han/hon önskar, så vida det är förenligt med svensk lag. Det bör också noteras att den avlidnes barn alltid kan hävda rätt till viss del av arvet, även om testamentet stadgar något annat. Detta är lika viktigt för en person med Alzheimers sjukdom som för någon annan, även om testamentet måste skrivas medan personen fortfarande bedöms vara i stånd att fatta rationella beslut.

Om en person dör utan att ha upprättat ett giltigt testamente fördelas förmögenheten enligt arvslagstiftningen, vilket i princip innebär att de närmast anhöriga erhåller hela förmögenheten. Detta kan vara en långdragen och smärtsam process för den inblandade familjen, särskilt om det inte överensstämmer med personens önsknings och kanske inte omfattar obesläktade partners eller vänner. Om ett testamente upprättas är det dessutom möjligt att sänka den totala skatten som betalas på arvet genom att fördela arvet på flera förmånstagare.

Det kan vara en enkel procedur att upprätta ett testamente och det finns många böcker och broschyrer som ger användbar information. För att undvika kritiska misstag är det klokt att be en jurist övervaka proceduren. Detta säkerställer att testamentet är lagenligt och gör även att man undviker dåliga formuleringar som kan förvränga personens önsknings.

## Nationella organisationer

---

*Alzheimerföreningen i Sverige*

Box 4109

227 22 Lund

tel: 046-14 73 18

fax: 046-18 89 76

e-post: [info@alzheimerforeningen.se](mailto:info@alzheimerforeningen.se)

hemsida: [www.alzheimerforeningen.se](http://www.alzheimerforeningen.se)

---

*Demensförbundet*

Drakenbergsgatan 13 nb

117 41 Stockholm

tel: 08-658 52 22

fax: 08-658 60 68

e-post: [rdr@demensforbundet.se](mailto:rdr@demensforbundet.se)

hemsida: [www.demensforbundet.se](http://www.demensforbundet.se)

---

## Internationella organisationer

---

*Alzheimer Europe*

145, route de Thionville

L-2611 Luxembourg

Luxembourg

tel: +352 29 79 70

fax: +352 29 79 72

e-post: [info@alzheimer-europe.org](mailto:info@alzheimer-europe.org)

hemsida: [www.alzheimer-europe.org](http://www.alzheimer-europe.org)

---

*Alzheimer's Disease International (ADI)*

45-46 Lower Marsh

London SE1 7RG, UK

tel: +44 20 7620 3011

fax: +44 20 7401 7351

e-post: [info@alz.co.uk](mailto:info@alz.co.uk)

hemsida: [www.alz.co.uk](http://www.alz.co.uk)