

## Hvor kan du få mere information og hjælp?

Demenssygdomme udvikler sig over tid og behovet for støtte og pleje ændrer sig løbende. Demenskoordinatorerne kan rådgive og støtte mennesker med demens og deres familier.

Kommunens demenskoordinatorer er sundhedsfagligt uddannede. De har stor viden og erfaring med de demensproblematikker, der kan være ved at have en demenssygdom og er klar til at hjælpe både dig, der har en demenssygdom og dine pårørende.

I samtalen med en demenskoordinator kan I sammen finde ud af, hvordan du kan leve dit liv bedst muligt. Du kan også få støtte til at finde de tilbud, der er de rigtige for dig og demenskoordinatoren kan hjælpe med at koordinere de forskellige aktiviteter.

## Kontakt

Det kræver ingen henvisning at have et forløb hos kommunens demenskoordinator. Du har altid mulighed for at ringe ved spørgsmål om demens.

Ring til demenskoordinatorerne for at aftale en tid, hvor demenskoordinatoren kan komme og besøge dig/jer. Det er også muligt at få en samtale i Hvidovre Sundhedscenter.

Du kan kontakte demenskoordinatorerne mandag til fredag.  
Tlf. 2543 8124, tlf. 4132 0640 og tlf. 6191 6881



### Hvidovre Sundhedscenter

Hvidovrevej 272  
2650 Hvidovre  
Tlf: 36 39 37 37  
[Sundhedscenter@hvidovre.dk](mailto:Sundhedscenter@hvidovre.dk)

Åbningstider:  
Mandag-onsdag kl. 8.00-15.00  
Fredag kl. 8.00-14.00

Sundhedscenteret 4/2026

# DEMENS

**Til dig som har mistanke om demens  
eller har en demens diagnose**



## Hvad er demens?

Demens skyldes sygdom i hjernen. Den mest udbredte demenssygdom er Alzheimers, men demens dækker over en stor gruppe af sygdomme.

Ofte mister man hukommelsen, men man kan også opleve udfordringer med bla. sprog, overblik, koncentration og rumlig orientering.

Mange demenssygdomme kan behandles, så symptomerne mindskes. Derfor er det vigtigt at få stillet en diagnose.

Ikke to liv med demens er ens. Sygdommens forløb og udvikling er nemlig forskellig fra person til person, men for de fleste påvirker sygdommen hverdagen både som syg og som pårørende.

Demens kan være vanskelig at skelne fra andre sygdomstilstande præget af kognitiv svækkelse og påvirkning af bevidstheden. Samtidig er det vigtigt at skelne mellem normal aldring og sygdom.



## Hold øje med disse 10 advarselstegn

Gå til lægen, hvis du eller dine pårørende ofte oplever dette, eller hvis der sker en tydelig forværring:

1. Glemsomhed
2. Besvær med at udføre velkendte opgaver
3. Problemer med at finde ord
4. Forvirring vedrørende tid og sted
5. Svigtende dømmekraft
6. Problemer med at tænke abstrakt
7. Vanskeligheder med at finde ting
8. Forandringer i humør og adfærd
9. Ændringer i personlighed
10. Mangel på initiativ

