

dolgoročno spremljanje starejših – za razliko od storitev, ki zagotovijo določeno izboljšavo, po njej pa so ljudje odpuščeni in ponovno prepuščeni samim sebi. Centri zmanjšujejo število starejših oseb, ki »padejo« skozi vrzeli med posameznimi storitvami.

Glede na to, da so bili v raziskavi izpostavljeni številni pozitivni učinki, ki jih ima obiskovanje dnevnega centra za starejše (in to ob upoštevanju podatka, da tri četrtine v raziskavi udeleženih starejših oseb obiskuje dnevni center le enkrat do dvakrat tedensko), Orellana meni, da bi morale oblasti bolj podpirati dnevne centre ter poskrbeti za njihovo širitev po državi in prepoznavnost med starejšimi osebami oziroma njihovimi oskrbovalci. Predlaga tudi raziskave, ki bi primerjale stroške delovanja dnevnih centrov, ki omogočajo vsakodnevno spremljanje zdravstvenega stanja starostnikov, s stroški primarnega in sekundarnega zdravstvenega varstva zanje.

*Blažka Kolenc*

*Anamarija Kejžar in Nika Jenko (2021). Vsak dan znova, 274 strani, Radovljica: Založba Didakta.*

## **VSAK DAN ZNOVA**

Monografija *Vsak dan znova* je knjiga o demenci. Njeni avtorici sta dr. Anamarija Kejžar in dr. Nika Jenko; pri posameznih poglavjih so sodelovale še študentke Fakultete za socialno delo in Pedagoške fakultete Univerze v Ljubljani: Simona Nahitgal, Ajda Puzin, Nika Tomše, Veronika Predovnik, Marija Keserović, Lana Lavrih, Brina Biličič in Mateja Vončina.

Monografija je nastala v okviru projekta *Po kreativni poti do znanja – demenca med generacijami za večjo kakovost življenja*, ki

ga je vodila dr. Anamarija Kejžar. Pri njem sta sodelovali zgoraj omenjeni fakulteti Univerze v Ljubljani, kot partnerja pa sta ga podprla Gerontološko društvo Slovenije in založba Didakta. Knjiga je bila izdana leta 2020, ponatis knjige je bil leta 2021, ko je izšla tudi audio izdaja.

Njen namen je predstaviti demenco, kako jo prepoznamo in kako živeti s to boleznijo. Zelo pomembno je, da prepoznamo že prve znake in ustrezno ukrepamo. Pogosto se zgodi, da se ob pojavu prvih znakov postavi diagnoza izgorelost, kasneje pa se izkaže, da so to že bili začetni znaki demence in ne izgorelosti.

Knjiga je sestavljena iz štirih glavnih poglavij. Uvod je napisala Anamarija Kejžar, spremno besedo pa predsednica društva Spominčice – Alzheimer Slovenija, *Štefanija L. Zlobec*. Pred prvim poglavjem je zgodba Helge Rohra, ki opisuje njeno poklicno pot, kako so se začeli pojavljati znaki demence in kako so diagnosticirali bolezen.

V prvem poglavju je opisan razvoj možganov, anatomija in fiziologija možganov ter delovanje spomina. Na koncu poglavja so opisane tudi vaje za ohranjanje in spodbujanje kognitivne sposobnosti.

Sledi obsežno poglavje o demenci. Avtorji predstavijo to bolezen, njene znake, vrste demence in kako poteka. Predstavijo tudi dejavnike tveganja, ki pripomorejo k nastanku bolezni, kako bolezen odkrijejo, zdravijo in obravnavajo. Nazorno opišejo s kakšnimi težavami se srečujejo osebe z demenco. Predvsem prihaja do težav s komunikacijo ter do duševnih in vedenjskih sprememb. Najbolj znana in najpogosteje diagnosticirana je Alzheimerjeva demenca.

Tretje poglavje je posvečeno temu, kako živeti z demenco. Opisane so vsakdanje

težave, s katerimi se soočajo svojci oseb z demenco, in nasveti, kako te težave reševati oz. se z njimi spoprijeti. Zelo priporočljivo je, da *živi* oseba z demenco čim dlje v domačem okolju in da se ji bivalne prostore prilagodi tako, da bo varna, da ga bo obvladovala ter se v svojem okolju čim bolje znašla. Avtorji opišejo tudi, kako izbrati ustrezen dom za starejše občane in pravice, ki pripadajo osebam z demenco. Bolniki, ki imajo diagnosticirano demenco in je bolezen že napredovala, težko pridejo do informacij, zato je pri tem ključna vloga svojcev, bližnjih oseb in lokalne skupnosti.

Zadnje poglavje je namenjeno preprečevanju demence. Bolezni ne moremo popolnoma preprečiti. Lahko pa z zdravim življenjskim slogom in drugimi pozitivnimi dejavniki vplivamo na njen razvoj in potek. Pomembno je, da imamo že v mladosti zdrav življenjski slog in da ga ohranjamo tudi v starosti.

Avtorici s soavtoricami predstavijo vsebino na strokoven in zanimiv način. Knjiga je obogatena z ilustracijami in slikovnim gradivom.

Demenca je vedno pogosteje diagnosticirana bolezen, ki prinaša veliko breme tako za svojce kakor za družbo. Zelo pomembno je, da so svojci in zaposleni, ki delajo z obolelimi z demenco, ustrezno poučeni o tej bolezni – da imajo dovolj znanja in da ga znajo uporabljati pri delu z dementskimi osebami. Poleg tega je pri delu s takšnimi osebami potrebno zelo veliko potrpežljivosti, umirjenosti in empatije. Demenca ni problem samo svojcev osebe, ki zbolijo za demenco, ampak je to družbeni problem, ki močno obremenjuje zdravstvo. Knjigo bi priporočila svojcem oseb z demenco in vsem zaposlenim, ki delajo s starejšimi ljudmi in z ljudmi, pri katerih je diagnosticirana demenca.

*Bojana Sečnjak*