

Oplevelsen af og reaktioner på at få stillet diagnosen

**Det var en lettelse
at få klar besked.**

Oplevelsen af og reaktioner på at få stillet diagnosen

**Jeg oplever usikkerhed
og frygt for fremtiden.**

Oplevelsen af og reaktioner på at få stillet diagnosen

**Jeg føler, at jeg
er til besvær for
mine omgivelser.**

Oplevelsen af og reaktioner på at få stillet diagnosen

**Jeg er frustreret over,
at jeg har mistet opgaver
og ansvar, som jeg
ellers altid har haft.**

Oplevelsen af og reaktioner på at få stillet diagnosen

Jeg bliver ked af det
eller vred på dem,
der ikke forstår mig.

Oplevelsen af og reaktioner på at få stillet diagnosen

Nu ved jeg,
at det er en sygdom,
der er årsagen til,
at jeg glemmer.

Oplevelsen af og reaktioner på at få stillet diagnosen

Jeg er stadig mig selv
på trods af sygdommen.

Oplevelsen af og reaktioner på at få stillet diagnosen

Jeg vil helst ikke tale om,
at jeg har problemer med
min hukommelse, selvom
lægen siger, at jeg har
en demenssygdom.

Oplevelsen af og reaktioner på at få stillet diagnosen

Jeg oplevede i starten,
at mit liv blev meningsløst,
og at jeg ikke havde lyst
til at leve mere.

Oplevelsen af og reaktioner på at få stillet diagnosen

Jeg bruger humor til at klare de svære situationer, der opstår, når vi taler om min sygdom.

Oplevelsen af og reaktioner på at få stillet diagnosen

Jeg har fået et tættere
forhold til min familie,
efter at vi fik klar besked.

Oplevelsen af og reaktioner på at få stillet diagnosen

**Jeg er mere irriteret og
nærtagende end tidligere.**

Oplevelsen af og reaktioner på at få stillet diagnosen

**Jeg følte mig mere forvirret
eller urolig i den første tid.**

Oplevelsen af og reaktioner på at få stillet diagnosen

**Jeg mistede appetitten og
sov uroligt i den første tid.**

**Åbenhed er helt afgørende for,
at jeg kan komme til at trives
med min demenssygdom.**

Fordele og ulemper ved åbenhed

Der er fortsat tabu i samfundet om demens, derfor tør jeg ikke være åben om min sygdom.

Fordele og ulemper ved åbenhed

Hvis jeg fortæller om min sygdom, begynder andre at tvivle på, om det jeg siger er rigtigt.

Så vil de tale hen over hovedet på mig.

Fordele og ulemper ved åbenhed

Jeg er bange for,
at andre skal tænke,
at jeg er tosset,
hvis jeg fortæller,
hvad jeg fejler.

Fordele og ulemper ved åbenhed

Jeg kan jo ikke gøre for,
at jeg har fået demens.
Men det kan ikke ses på mig,
at jeg er syg, så derfor fortæller
jeg det, når jeg møder andre.

**Jeg har ingen problemer med
åbent at fortælle andre,
at jeg har demens.**

Fordele og ulemper ved åbenhed

Diagnosen er en svær besked,
så jeg skal lige sunde mig,
inden jeg er klar til at fortælle
andre om sygdommen.

Fordele og ulemper ved åbenhed

Diagnosen er en svær besked, så jeg vælger, hvem jeg fortæller det til, og hvor meget jeg siger.

Det afhænger af, hvilken betydning personen har for mig.

Fordele og ulemper ved åbenhed

Vi skrev en mail til familie og venner, så alle fik den samme besked om diagnosen.

Det var en befrielse, at jeg ikke mere behøvede at skjule, hvordan jeg havde det.