

## **NYHEDER**

**Køkkener i leve- bomiljøer  
Flere får stillet diagnosen demens  
Australien: Demens som epidemi  
Demensdag i Faaborg stor succes**

## **KURSER OG KONFERENCER**

**Demensdagene  
Støtteforestilling på Nørrebro Teater  
Se 'Arrangementer i Danmark'**

## **FORSKNING OG UDVIKLING**

**Refleksionsgrupper på arbejdspladsen  
Ernæringstilstand i leve- bomiljøer  
Viden om forebyggelse af demens**

---

## **NYHEDER**

### **Køkkener i leve- og bomiljøer**

Fødevarestyrelsen har udsendt en ny vejledning vedrørende indretning af køkkener i leve- og bomiljøer. Vejledningen er et resultat af en længere dialog mellem KL, ARF, Socialministeriet og Familie- og Forbrugerministeriet om principperne for indretningen af køkkenerne. Vejledningen er trådt i kraft den 1. januar 2006 og KL ser den nye vejledning som et skridt i den rigtige *retning*.

Læs mere: <http://www.kl.dk/344107>

*Kilde: Kl nyheder 7. december*

---

**Flere får stillet diagnosen demens**

Der er i dag cirka 80.000 mennesker i Danmark, der lider af en demenssygdom. Det anslås, at tallet vil være steget med 85% i 2040. Grunden skal findes i den forhøjede levealder, samt at diagnosen stilles hurtigere i dag end tidligere. Men behandlingen halter bagefter. Alzheimerforeningens formand, Aase Stær udtaler: *"Der bliver ikke stillet de samme ressourcer til rådighed for demens, som for eksempel til kræft og hjerte-kar-sygdomme. Det skyldes nok, at demens mest rammer de ældre"*.

Kilde: Jydske Vestkysten 20. januar 2006

---

## **Australien: Demens som epidemi**

I Australien er det lykkedes at gøre demens til en del af de nationale sundhedsprioriteringer, oplyste direktør Glenn Rees fra den australske alzheimerforening, *Alzheimer's Australia*, da han besøgte Videnscenter på Ældreområdet.

Den australske alzheimerforening har stået for en række kampagner om lidelsens omfang og alvorlighed. I et af initiativerne omtales demens som en epidemi med henvisning til, at der i 2002 var mere end 162.000 mennesker med demens, og at forekomsten vokser så hurtigt, at antallet anslås at være 500.000 i 2040. Det oplyses, at demens er mere hyppigt forekommende end hudkræft – men at der alligevel er investeret væsentligt færre offentlige midler i forebyggelsen.

Det er beregnet, at demens allerede nu koster Australien 6,6 milliarder \$, og at demens i 2002 kostede mere end 117.000 tabte gode leveår for australske borgere. En anden beregning dokumenterer en stor samfundsmæssig gevinst ved at forebygge eller udsætte demens med henholdsvis fem måneder og fem år.

Dertil kommer en kampagne kaldet "Mind your mind", hvori der gives en række gode råd om, hvad man kan gøre for at reducere risikoen for demens. Syv symboler viser hen til, hvorledes man skal passe på kroppen, på diæten, på hjernen, på helbredet, på det sociale liv, på hovedet og på sine vaner angående tobak og alkohol.

Desuden har alzheimerforeningen holdt et nationalt topmøde om demens, med deltagelse af regeringen, borgere med demens og deres pårørende samt fagfolk. Som et resultat af mødet, blev der opstillet en syv-punkts aktionsplan for at forbedre indsatsen for mennesker med demens, for at hjælpe kommunerne til bedre at forstå de samfundsmæssige og personlige dimensioner og for at initiere til forskning.

Yderligere oplysninger: <http://www.alzheimers.org.au>

---

## **Demensdag i Faaborg stor succes**

Mere end 250 gæster mødte op til en stor demensdag arrangeret af Faaborg Kommune. *"Det er utroligt - i morges tænkte jeg: Mon der kommer 25?"* lød det fra demenskoordinator Lene Buchvardt, som står bag arrangementet. Dagen bød på flere indlæg, og der var opbygget et markedsmiljø med folk og foreninger i berøring med demensebnet. Formanden for kommunens social- og sundhedsudvalg, Ernst Jørgensen, kaldte i sin officielle åbningstale demens for *"et samfundsproblem, vi i fællesskab skal løse"*. I foråret planlægges yderligere arrangementer – blandt andet forsøg på at få startet en demensskole.

*Kilde: Fyens Stiftstidende den 27. januar 2006*

---

## **KURSER OG KONFERENCER**

### **DemensDagene**

DemensDagene 2006 afholdes den 8.-9. maj i Bella Center i København. Det *overordnede tema er: Tidlig opsporing og målrettet indsats*. Der vil være et fælles symposium, to fælles foredrag og tolv parallelle, tværfaglige symposier.

H:S Hukommelsesklinikken står bag arrangementet i samarbejde med Alzheimerforeningen og Styrelsen for Social Service.

Yderligere oplysning: <http://www.demensdagene.dk>

---

### **Støtteforestilling på Nørrebro Teater**

Søndag den 7. maj kl. 15.00-17.30 afholder Alzheimerforeningen en støtteforestilling med temaet: *Alvor og glæde – humor og åbenhed* på Nørrebro Teater. Forestillingen markerer 100-året for opdagelsen af Alzheimers sygdom. En række optrædende bidrager uden honorar, og entrébilletten på 100 kr. går til fremtidens demensarbejde.

Nærmere oplysninger om program og billetsalg på <http://www.alzheimer.dk>

---

### **Se 'Arrangementer i Danmark'**

Videnscenter på Ældreområdet's hjemmeside bringer løbende nyt om arrangementer i ind- og udland.

Klik ind på

<http://www.aeldreviden.dk/aktuelt/arrangementer.dk>

---

## **FORSKNING OG UDVIKLING**

### **Refleksionsgrupper på arbejdspladsen**

Nasjonalt kompetansesenter for aldersdemens har udgivet en *publikation med titlen Vennlighetens betydning i kommunikasjon og samhandling med mennesker med medfødt og erhvervet mentalt svigt*. Temaet er kompetenceudvikling på arbejdspladsen, og publikationen kan bruges som inspiration til diskussion i personalegrupper. Høj faglig kompetence omfatter ifølge forfatteren,  *cand.mag. Marit Sjørengen, venlighed som grundlæggende princip. "Det handler om, at vi som hjælpere ser, hører og viser respekt for de mennesker, vi skal bistå.... endvidere er venlighed med til at forebygge og hindre unødige brug af ens magtposition som sundhedspersonale."*

Marit Sjørengen har deltaget i refleksionsgrupper med personale for at lave kompetenceudvikling for de, der arbejder med mennesker med mentalt svigt. Refleksionsgrupperne var på mellem fire og fem deltagere, og de varede i halvanden time. I studiet afholdtes fire møder med en til to ugers mellemrum, og alle møderne foregik på arbejdspladsen i overlappningstiden mellem dagvagt og aftenvagt. Personalet reflekterede over en række åbne spørgsmål om etiske problemer. Deres diskussioner mandede ud i, at gruppen udarbejdede et sæt miljøregler og et skrift om kommunikation og samarbejde, som de bragte videre til deres kolleger på arbejdspladsen.

Marit Sjørengen mener, at alle, som har ansvar for andres ve og vel har brug for - fra tid til anden - at reflektere over egen væremåde. Det er vigtigt at gribe fat i hverdagen på egen arbejdsplads. Refleksionsgrupper giver plads til undren og bevidstgørelse af, hvordan forskellige situationer skal håndteres i samarbejdet med mennesker med mentalt svigt.

Temahæftet indeholder afsnit om kompetenceudvikling, om kommunikation med mennesker med mentalt svigt - inspireret af Eide og Eide og Ken Heap - om verbalt og nonverbalt sprog, under- og overstimulering, containerfunktion, selvbestemmelsesret og overformynderi samt humor og glæde.

Sjørengen M. *Vennlighetens betydning i kommunikasjon og samhandling. Nasjonalt kompetansesenter for aldersdemens 2004,*  
<http://www.nordemens.no>

Publikationen, der er på 30 sider, kan bestilles på <mailto:post@nordemens.no> og betales nemmest med VISA kort.

---

## **Ernæringstilstand i leve- og bomiljøer**

Antropolog og ph.d. studerende ved Danmarks Fødevareforskning, Jens Kofoed har undersøgt ernæringstilstanden blandt beboere i leve- og bomiljøer for at se, om disse er over eller under landsgennemsnittet for beboere i andre plejecentre. Ligeledes er det undersøgt, om beboere og personale oplever samværet ved måltidet og ved tilberedning som positivt eller negativt.

Undersøgelsen omfattede fire leve- og bomiljøer af forskellig størrelse i Danmark. Der blev målt BMI på i alt 43 beboere og foretaget kvalitative interviews af 19 beboere og syv personaler. Desuden observerede forskerne aktiviteter i og omkring tilberedning af maden, og de spiste med i enhederne før interviewene.

Samlet set er ernæringstilstanden for de undersøgte beboere lidt bedre end landsgennemsnittet for plejecentre i Danmark (24% undervægtige imod et landsgennemsnit på 33%). Det var ikke muligt at påvise en egentlig sammenhæng mellem en positiv oplevelse af måltiderne og en god ernæringstilstand.

Der er ikke en udelukkende positiv oplevelse af måltidet i de undersøgte leve- og bomiljøer: I fire af de seks grupper der blev undersøgt, var der en positiv oplevelse af måltidet, mens de ældre i to enheder ikke fandt, at de havde noget til fælles med de andre beboere. I de "positive" enheder hjalp beboerne hinanden med at tage mad fra fadene, de fortsatte snakken efter måltidet og var opmærksomme på at inddrage medbeboere med dårlig hørelse i samtalen. I de "negative" enheder gik beboerne hver til sit, så snart personalet begyndte at rydde af. Det viste sig meget afgørende for et godt fællesskab, at beboerne havde omtrent samme sociale status.

Der var enighed blandt både beboere og personale om, at det var positivt, at maden blev tilberedt i bo-enhederne. En del beboere deltog i borddækning, mens antallet, der deltog i tilberedningen, var uhyre begrænset. Men det, at der var aktivitet i køkkenet, og at duften spredte sig, var alle glade for.

Det konkluderes, at der skal arbejdes mere med aktiviteten: at tilberede maden tæt på og med de ældre, ligesom det synes vigtigt at prioritere personalets tid til at skabe *et positivt samvær blandt beboerne*.

*Kilde:* Kofoed J. 'Måltider i leve- og bomiljøer'. Gerontologi, nr. 04 2005: 12-15

---

## Viden om forebyggelse af demens

I en oversigtspublikation, der er udarbejdet for den australske alzheimerforening, gennemgår et team af australske geriatere og gerontopsykiatere 60 internationale og lokale studier, der beskæftiger sig med forebyggelse af demens og præsenterer disse i kort form.

I gennemgangen peges på, at selvom der stadig behøves flere studier og bedre evidens, ser en række livsstilsfaktorer ud til at kunne reducere risikoen for at udvikle demens og tab af kognitive evner. Det anbefales, at man regelmæssigt får checket sit blodtryk, at man passer på ikke at få hovedtraumer (bruger sikkerhedssele og cykelhjelme), at man holder sig intellektuelt i gang, at man undgår stærk elektromagnetisk stråling, at man sørger for at spise sundt – ikke for fedt og får nok vitamin E og B12, at man fortsætter med let til moderat alkoholindtag, undgår rygning, at man holder sig fysisk og socialt aktiv og sørger for at få god søvn.

*Kilde: Woodward M et. al. 'Dementia: Can it be prevented?'*  
<http://www.alzheimers.org.au>