

**Videnscenter på Ældreområdet
Elektronisk Nyhedsbrev
DEMENS NR. 13
April 2006**

FRA LÆSERNE

**Forebyggelse af magtanvendelse på Frederiksberg
Demensprojektet '*Glem ikke*' i Ikast**

NYHEDER

**Digte om at leve med demens
Flere yngre med demens i Nyborg
Norske tal
Øget samarbejde og mindre vold
Demenscaféer
Ægtefællen er også ramt
Pjece om FTD**

KURSER OG KONFERENCER

Demenskoordinatorernes årsmøde 2006

FORSKNING OG UDVIKLING

**At holde forbindelsen
For meget uddannelse kan være farlig**

Forebyggelse af magtanvendelse på Frederiksberg

På plejehjemmet Østervang på Frederiksberg har man med enkle midler forbedret de fysiske rammer på to plejeafdelinger. Dagligstuerne er skærmet af med mobile skærme, hvorpå der kan hænges aktuelle plancher og billeder, belysningen er ændret, og der er anskaffet gyngestole med lammeskind. På de to afdelinger har man også lavet personlige dækkeservietter til beboerne. De er lavet ved at laminere små plakater med navn og et enkelt motiv på den ene side og med en slags livshistorisk planche på den anden side. Familien har været inddraget i dette arbejde. Samtidig er personalet blevet undervist om aktivitet og omgivelsernes betydning og er orienteret om reglerne om magt og

omsorg.

Det konkluderes i evalueringen af projektet, at beboernes samspil med hinanden og med personalet er forbedret, og at personalet har fået større forståelse for betydningen af de sociale rammer. Indretningen af dagligstuerne er blevet overskuelige og genkendelige, og beboernes identitet er blevet styrket, så de har fået lyst til at blive frem for at forlade stedet.

Projektet "*Forebyggelse af magtanvendelse, de optimale rammer for demensramtes livskvalitet*" er støttet af Socialministeriet, Styrelsen for Social Service.

Yderligere oplysninger: Demenskoordinator Johnna Baggers telefon 3821 3532 eller <mailto:joba01@frederiksberg.dk>

Demensprojektet 'Glem ikke' i Ikast

Med et tre-årigt projekt har Ikast kommune, Sygekassernes Helsefond og Styrelsen for Social Service investeret i at styrke demensindsatsen i kommunen. Formålet er, at mennesker med demens og deres pårørende får mulighed for en bedre hverdag. Indsatsen gøres på tre udvalgte indsatsområder: 1. et samlingssted med daghjemsaktiviteter, café og forskellige mødeaktiviteter; 2. læringsforløb med skræddersyet efteruddannelse i samarbejde med amtes social- og sundhedsskole og 3. tidlig indsats med blandt andet borgeroplysning, samarbejde mellem hjemmepleje og praktiserende læger og særlig indsats i de forebyggende hjemmebesøg.

Projektet har været i gang siden 2003, og der er blandt andet arrangeret møderække for pårørende og frivillige, støttegrupper for pårørende til demente og café for mennesker med hukommelsesbesvær og demens, deres pårørende, venner og frivillige.

Yderligere oplysninger

på <http://www.ikastkommune.dk/Default.aspx?ID=1009> eller ved kontakt til demenskoordinator og projektleder Lena Baungård telefon 9960 4461 eller <mailto:let@ikast.dk>

Digte om at leve med demens

Den 8.marts var Rådgivnings- og kontaktcentret for demensramte og pårørende, Kallerupvej i Odense stuvende fuldt af brugere og af gæster fra fjern og nær, som ønskede at fejre udgivelsen af digtsamlingen

"Franks digte - En livshistorie om et Alzheimer-forløb". Digtsamlingen er skrevet af en af husets brugere, Frank Eriksen i samarbejde med Lene Iversholt. Digtene er skrevet af Frank de første år, efter han fik stillet diagnosen Alzheimer i 1999. Det er der blevet en sjældent ærlig, følsom og tankevækkende bog ud af.

Digtene indeholder følelser og tanker i forbindelse med for eksempel arbejdsophør, identitet og sygdom, hverdagen, forholdet til familien og det sociale liv. Lene har hjulpet med at sætte de enkelte digte i perspektiv, ved at bede Frank mindes situationen, som førte til, at han skrev hvert enkelt digt, hvad det betød for ham at skrive digtet, og hvordan han ser på det i dag, flere år efter. For eksempel er der et digt som hedder "ønskepleje". Det er skrevet i anledning af, at Frank skulle fortælle om at have demens for plejepersonale fra et plejehjem, og Frank siger: *"Det var meget magtpåliggende at fortælle dem, at de skal være nysgerrige på at forstå os demensramte, så de kan behandle os ordentligt og værdigt, når vi ikke længere kan udtrykke os... Jeg er bange for at opleve nedværdigelse. Sådan er det også, når jeg er ude at holde foredrag. Hvis jeg ikke har styr på foredraget, så opleves det nedværdigende på en måde som at udstille sig selv... I dag tænker jeg, at digtet har hjulpet personalet til at forstå, hvordan en demensramt kan tænke om det, at skulle plejes af andre."*

"Franks digte" af Frank Eriksen og Lene Iversholt (80 sider) er udgivet på Munksgaard Danmark og koster 118,- kr. Se mere på <http://www.munksgaarddanmark.dk/Datterforlag/MunksgaardDK/medicin.nsf/bog/30297E21F5B24EE1C12570D8001605B5?OpenDocument>

Ved receptionen deltog også Gerda Hansen som fortalte, at hun for fire år siden, i en alder af 57 år, fik diagnosen Alzheimers demens. På trods af den alvorlige diagnose, var den besked faktisk en lettelse forklarer Gerda Hansen: *"For nu vidste jeg hvad der var årsag til min manglende hukommelse og de andre gener jeg havde haft i flere år. Jeg havde nu noget at forholde mig til, og kunne opsøge oplysninger om tilstanden. Jeg indså hurtigt det vigtige i at bevare mit positive livssyn, samt min evne til at bruge humor og selvironi for at bløde op på besværlighederne, ligesom jeg også har for vane at bruge naturen som lindring. I naturen kan jeg ofte få vendt svære ting til noget positivt og genfinde glæden. Det er med dette som udgangspunkt, at jeg nu skriver mine rim og digte."*

Redaktionen af DEMENS har fået lov til at bringe eet af Gerdas digte:

Naturen er min bedste ven

*Når ord i tanker hænger fast
og løsnes af forkerte ord
som blande sig i panisk hast*

så si'r jeg ikke det jeg tror.

*Men på en tur i mark og lund
der finder jeg mig selv igen
og tanke bli'r til ord i mund.
Naturen er min bedste ven.*

Flere yngre med demens i Nyborg

Socialforvaltningen i Nyborg har på eet år registreret en stigning på 40 % i antallet af demente borgere i kommunen. Sidste år kendte man 120 demente borgere. Nu er tallet oppe på 166, hvoraf de 7 er under 60 år. Socialudvalgsformand Peter Sejersen mener, at stigningen primært hænger sammen med, at man har fået ansat en demenskoordinator. Men desuden mener han også, at der faktisk er blevet flere demente i byen, og siger, at han vil drøfte i socialudvalget, om man bør oprette et særligt dagtilbud til demente under 60 år.

Kilde: Fyns Amts Avis 22-3-06

Norske tal

Nationalt kompetancecenter for aldersdemens i Norge har for tredje gang gennemført en landsdækkende undersøgelse af både former og indhold i de norske kommuners tilbud til personer med demens. Materialet er hentet fra alle landets 434 kommuner og Oslo.

Man har bl.a. ønsket at få belyst, i hvilket omfang de norske kommuner har særligt tilrettelagte botilbud til de demente. Det viser sig, at hvor man i 1996-97 havde en dækningsgrad på 72 % er man nu oppe på 90 % af landets kommuner. Kun nogle af de allermindste kommuner har ingen særlige botilbud til demente. I samme periode er antallet af pladser øget 74 %, svarende til at der i dag er 9.300 pladser til demente. Samtidig konstaterer man dog også, at mellem 70 og 80 % af beboerne på de norske plejehjem har en demenssygdom. I alt mener man at der nu er ca. 66.000 mennesker med demens, - en forøgelse på 11 % på 10 år. Så man er stadig langt fra at have særlige botilbud til alle demente.

Videre har man søgt at få et overblik over personaleforbruget til demente. Man har ikke skilt efter fag, men blot set på antal hænder. Det har vist sig, at der om formiddagene i gennemsnit er een medarbejder på vagt pr. tre beboere. I weekender og om aftenen er der een medarbejder på vagt pr. 4 beboere. I enkelte kommuner har man lavet såkaldt "forstærkede

skærmede enheder", hvor der i dagtimerne kun er to beboere pr. ansat.

Der er mange flere interessante sammenligningsmuligheder i artiklen, som kan læses som pdf-fil på følgende adresse:

<http://www.nordemens.no>

Øget samarbejde og mindre vold

På Ceres Centrets demensafsnit i Horsens kommune er antallet af indberettede voldsepisoder (verbale trusler til slag, spytning, spark m.m.) faldet fra 40 i 2004 til 8 i 2005. Faldet i voldsepisoder har flere årsager, men personalet peger især på tre medvirkende faktorer: Nye medarbejdere bliver klædt bedre på til at omgås beboere med demens gennem et introduktionsforløb. Dertil kommer, at man bruger en såkaldt makkermetode, hvor kollegerne observerer hinandens måder at omgås de demente beboere på, og derudover holder man månedlige supervisionsmøder, hvor der sker en kollegial udveksling af erfaringer og en vurdering af, om nogle ting kunne have været gjort anderledes. De nye tiltag er et led i "*Projekt godt arbejdsmiljø i demensafsnittet*".

Yderligere oplysninger: assisterende områdeleder for demensafsnittet, Birgit Møller telefon 7629 2835

Kilder: Lederforum 05/06

og <http://www.horsenskom.dk/default.asp?s=86&k=0&u=84&o=9&nyhed=774>

Demenscaféer

Alle hverdage holder Århus kommune og Alzheimerforeningens café åbent hus i lånte lokaler på Marselisborgcentret. Man kommer der af egen lyst – ingen kan visiteres dertil. Der er ingen registrering af navne etc., og også pårørende er velkomne. Udover cafeen er der et undervisningslokale i kælderens, hvor man kan arbejde med hukommelses- og ordtræning. Der kommer angiveligt mellem 10 og 30 mennesker hver dag.

Mere om cafeen: <http://www.aarhuskommune.dk/demenscafe>

Kilde: Alzheimerforeningens Magasin Demens nr 1, 2006

Også Ikast kommune har åbnet en café, hvor demenskoordinator Lena Baundgård og frivillige kan træffes hver onsdag eftermiddag. Demenscafeen er et fristed hvor man kan deltage i uforpligtende samvær og hygge. Cafeen giver mulighed for, at deltagerne selv kan være med til at præge indhold og aktiviteter. I cafeen kan man træffe andre i lignende situation, og man kan få information og støtte til at leve livet med

hukommelsesproblemer og demens.

Yderligere information:

<http://www.ikastkommune.dk/Default.aspx?ID=1009>

Kilde: Konferencen "Empowerment giver Livskvalitet", Seminarer i Amter og kommuner

Ægtefællen er også ramt

Et projekt ved ældrepsykiatrisk poliklinik ved Molde Sygehus i Norge har demonstreret betydningen af at inddrage især de yngre dementes ægtefæller i omsorgen. Når ægtefællerne regelmæssigt møder på sygehuset, går de demensdiagnosticerede først i en gruppe for sig sammen med et par fagfolk, mens partnerne går i en anden gruppe med en psykolog og en sygeplejerske. Erfaringen har vist, at mange nye spørgsmål og problemstillinger dukker op fra ægtefællerne til de demensramte – spørgsmål som aldrig ville blive stillet, hvis begge parter var til stede. Bagefter samles parrene til kaffe og fælles afslutning.

Kilde: Norske Demens, Vol 9/nr.3 2005

Pjece om FTD

Alzheimerforeningen har udgivet en pjece om frontotemporal demens (FTD), som tidligere blev kaldt Morbus Pick eller frontallapsdemens. Det er betegnelsen for en gruppe kroniske og fremadskridende hjernesygdomme, der rammer de forreste dele af hjernen.

Ifølge pjecen kan sygdommen ikke vises med tests eller scanning. Der er angiveligt ikke sygdomsindsigt, og diagnosen stilles efter klinisk vurdering af omgivelsernes beretninger om patientens adfærd, der er præget af mange sociale udfald. På et tidspunkt går sygdommen over i en mere klassisk demens med et sygdomsforløb fra diagnose til død på mellem 6-10 år.

Kilde: Alzheimerforeningen, 2006. Pjecen kan bestilles på tlf.: 39400488 eller på <mailto:post@alzheimer.dk>

Demenskoordinatorernes årsmøde 2006

Næste årskursus for demenskoordinatorer finder sted den 20., 21. og 22. september 2006 på Hotel Nyborg Strand.

DKDK - foreningen af Demenskoordinatorer i Danmark opfordrer medlemmerne til at være opmærksomme på nye og spændende tiltag, som kan være til inspiration og glæde for andre på årskurset, og de efterlyser ideer til ildsjælen, der skal kåres som "Årets demenskoordinator 2006".

Se mere på <http://www.demens-dk.dk> eller <mailto:info@demens-dk.dk>

At holde forbindelsen

Hyppig kontakt med familie og venner og med kendte fænomener i omgivelserne er i de første faser af sygdommen den kvindelige Alzheimerpatients måde at holde fast i sig selv og mindske konsekvenserne af svigtende hukommelse og orientering. Tre engelske forskere interviewede ni kvinder mellem 70 og 86 år, der var blevet diagnosticeret med Alzheimer. Det foregik med mange åbne spørgsmål ud fra kvalitative metoder. Desuden blev i hvert tilfælde også et familiemedlem interviewet.

Alle kvinderne kom – i forskelligt omfang - spontant ind på deres hukommelses- og orienteringsproblemer, og efterfølgende kunne man identificere en række gennemgående temaer, der belyste, hvordan disse kvinder overlevede i dagligdagen med deres svækkelser.

Først og fremmest stod det klart, at kvinderne gjorde meget ud af at holde forbindelsen med familie og bekendte. Der var ligefrem tegn på en omvendt sammenhæng: Jo mere velfungerende personlige relationer patienten havde, jo mindre betød hukommelsesforstyrrelserne for den enkelte. Og omvendt: Jo mere isoleret den enkelte følte sig, jo større betydning fik de kognitive svækkelser, og jo mere forlegne og skamfulde følte de sig.

Alle ni interviewede kvinder havde en arbejderklassebaggrund og var vant til – helt fra krigens tid – at tingene ikke altid gik, som man ønskede, og at livet havde sine mørkere sider. Det fælles præg ved dem var, at de tog deres svigtende mentale kræfter som noget naturligt – noget som man bare måtte få det bedste ud af. Selvfølgelig blev man da glemsom med årene! De fleste havde lært sig at kompensere for den svigtende hukommelse, for eksempel ved at dobbeltchecke, om man havde slukket elektriske apparater og låst døre.

Kilde: van Dijkhuizen M, Clare L & Pearce A. Striving for connection, appraisal and coping among women with early-stage Alzheimer's disease. Dementia 2006; vol 5 (1): 73-94.

For meget uddannelse kan være farlig

Uddannelse kan være farlig – hvis man altså lider af demens af Alzheimer-typen. Forskere fra Columbia Universitetet har i 5-10 år fulgt 312 patienter over 65 år og opdelt dem efter uddannelsesniveau. Man fandt en statistisk signifikant hurtigere nedbrydning af centrale kognitive funktioner, såsom hukommelse og orientering, hos de højest uddannede.

Forklaringen kunne, iflg. forskerne, være, at højt uddannede mennesker har flere aktive og stærke nerveforbindelser i hjernen, og at hjernen derfor i længere tid kan afvise sygdomsangreb i form af deponering af giftige proteindannelser – plaques. En anden forklaring kunne dog også være, at højt uddannede mennesker i længere tid er i stand til at skjule for sig selv og andre, at de er ved at blive neurologisk syge, og at der sker en skjult opbygning af syge celleområder. Når demensen så bryder igennem, sker funktionsreduktionen så til gengæld i et højere tempo.

Kilde: Journal of Neurology, Neurosurgery and Psychiatry, marts 2006