

**VIDENSCENTER PÅ ÆLDREOMRÅDET  
DEMENS NR. 2  
Elektronisk Nyhedsbrev  
12. november 2004**

**INDHOLD:**

**Dementia Care Mapping – kurser i samarbejde mellem Daniæ og Videnscentret**

**Kampagne om demens**

**Hvordan fungerer hjernen i aldringen og ved depression og demens?**

**Udvikling af ældreinstitutioner efter konceptet 'The Eden Alternative'**

**Demenslidende gør en indsats for fællesskabet**

**Netværkscafeer i Odense, Århus og Rønde**

**Ægtepar har gavn af modelindlæring, guidning og gruppesamvær**

**Debatten om chips i skoene fortsætter**

**Det rigtige personale, forståelse af livshistorien og tålmodighed giver ro**

**Statslige og kommunale bøger og pjecer bestilles via nettet**

**Demens, hjælpemidler, boliger og omgivelser**

**Plejetestamente til demente**

**Demenslidende og deres ægtefæller**

**Kroppens naturlige forsvar kan måske bruges til behandling af demens**

**Dementia Care Mapping – kurser i samarbejde mellem Daniæ og Videnscentret**

Videnscenter på Ældreområdet vil fremover i samarbejde med Daniæ (Danmarks Institut for Ældrepedagogik) udbyde kurser i Dementia Care Mapping (DCM). DCM er en relativt ny metode (udviklet på University of Bradford af den nu afdøde psykolog Tom Kitwood), der sætter fokus på kvaliteten af den omsorgsrelation, der er mellem borger og personale. Metoden omfatter detaljerede og systematiske observationer af, hvad der foregår eller ikke foregår mellem borgere og personale i fællesrum på for eksempel plejehjem, i demensenheder og dagcentre.

Observationsresultaterne kortlægger blandt andet:

\* Omsorgskvaliteten i forhold til hver enkel borger;

- \* Fordelingen af omsorgen blandt borgerne;
- \* Karakteristika ved omsorgskulturen;
- \* Omsorgskvaliteten generelt.

Uddannelsesforløbet består af en række selvstændige moduler, som hver især kvalificerer kursisterne til at bruge DCM-metoden på forskellige niveauer, fx som basisbruger, supervisor, evaluator eller underviser. Det samlede uddannelsesforløb er på cirka 400 timer. Alle moduler følger nøje de retningslinjer, som er lagt fra University of Bradford. Det er muligt at gennemføre hele uddannelsesforløbet i Danmark. Det er Daniæ, der er godkendt af University of Bradford, som er den officielle strategiske DCM-partner i Danmark og dermed har rettighederne til at undervise fagfolk i metoden. Man kan også som kursist vælge at tage dele af uddannelsen i de andre lande, som er godkendt som officielle DCM-partnere (Australien, Tyskland, USA. og selvfølgelig England). Kursets indhold er ens i alle lande.

DCM-uddannelsen henvender sig til personer, som arbejder med mennesker, der har demens, for eksempel ledere, psykologer, demenskoordinatorer og omsorgspersonale.

### **Basiskursus i januar 2005**

Første modul er et intensivt tre-dages basiskursus, som afsluttes med en skriftlig eksamen. Alle kursister, som består, vil få udstedt et bevis, hvor det fremgår, at kurset er bestået efter University of Bradford's regler. Til eksamen må alle udleverede materialer og egne noter medtages. Kursusholdende er små med cirka 12-20 deltagere. Hjemmearbejde under kurset må påregnes.

Basiskursus giver deltagerne ret til at anvende metoden inden for egen organisation. Det anbefales, at mindst to personer fra hver organisation deltager. Efter dette kursus vil deltageren være i stand til at lave DCM-observationer i sin egen organisation. (se nærmere om hele forløbet på Daniæ's hjemmeside [www.daniae.dk](http://www.daniae.dk) <<http://www.daniae.dk/>> )

Basiskursus afholdes på Videnscenter på Ældreområdet i Hellerup d.17.-19. januar 2005 . Kursuspris er 5.500 kr. der inkluderer manual, kursusmaterialer, formiddagskaffe, frokost samt eftermiddagskaffe. Overnatning og aftensmad er ikke inkluderet.

*Yderligere oplysninger og tilmelding til kurset:*

*Daniæ, Degnemose Allé 83, 2700 Brønshøj*

*Tlf.: 3860 6091 - Fax 3880 8094*

*e-mail: [ebn@daniae.dk](mailto:ebn@daniae.dk)*

### **Kampagne om demens**

En storstilet oplysningskampagne om demens er i gang. Bag står Styrelsen for Social Service sammen med Sundhedsstyrelsen og Alzheimerforeningen. Der udsendes foldere om advarselstegn på demens, TV- og radiospots, togreklamer, en særlig hjemmeside på nettet samt ni gratis åbent-hus arrangementer rundt i landet. Målet er at øge befolkningens viden om demens generelt. Som en pårørende, nu Amtsforsmand for Alzheimerforeningen i Ribe Amt, Hanne Knudsen fortæller: *"Vi kunne godt se, at mor ikke var så frisk længere og at hun vist heller ikke altid fik noget at spise. Men vi vidste simpelthen ikke, at årsagen kunne være demens"*. Hanne Knudsen og hendes familie overså i flere år moderens demens fordi de ikke kendte symptomerne. Se mere om kampagnen på <http://www.demens2004.dk>

*Kilde: Berlingske Tidende den 1. november*

## **Hvordan fungerer hjernen i aldringen og ved depression og demens ?**

Bogen *"Hjernen bag erfaring"* af Henning Kirk har også undertitlen: *"use it – or lose it"*. Hjernen har det som resten af kroppen: den har det bedst hvis den bliver brugt - og det gælder gennem hele livet.

I bogen beskrives på let (og godt) dansk, hvordan hjernen er bygget op og om, hvad

forskningen har vist om dens funktion. Bogen består af 11 kapitler, for eksempel om aldringen, om samspil mellem krop og hjerne og om motionens gavnlige virkning, om at lære, at huske og om at mestre livet. Alder er ifølge bogen ingen hindring for at lære og at huske – og det positive ved at have erfaring trækkes frem: *" hver gang du indlærer nyt, er det i virkeligheden aldrig helt nyt. Der vil altid være noget af det, som er på dit lager i forvejen, noget, som det nye skal bygge på.... Med alderen er det muligt fortsat at udvide lagerkapaciteten. Afgørende er, hvordan lageret opbygges og hvor flittig du er med at finde hukommelsen frem fra lageret – og til at bruge den"*.

Demens og depression omtales i samme kapitel og også her fremhæves budskabet, at et aktivt liv har betydning. Både som forebyggelse og behandling. Blandt mennesker, der var fysisk og / eller psykisk og socialt aktive, viste det sig, at omkring 40% færre udviklede demenssygdom. Ligeledes skulle en god demensomsorg med fysisk aktivitet, alsidig kost, og en dagligdag med aktiviteter og kontakt med andre, kunne forhale eller afbøde sygdommens symptomer. Også effekten af sanseoplevelser er undersøgt i forbindelse med demens, og det ser ud til, at visse velduftende æteriske olier (balsam og lavendel) skulle kunne give mere rolig adfærd. Diagnosticering af demens diskuteres og der argumenteres

for at få stillet diagnosen tidligt. Både af hensyn til eventuel medicinsk behandling og for at man har mulighed for at indrette sig med situationen og lære at kompensere.

*Henning Kirk: "Hjernen bag erfaring" Akademisk Forlag 2004. 197 sider pris: 249,- Kr.*

## **Udvikling af ældreinstitutioner efter konceptet 'The Eden Alternative'**

'The Eden Alternative' er ifølge kursusomtalen "en opskrift på at ændre ældreinstitutioner til små samfund, hvor hver især kan vokse og gro". Lederforum har fået arkitekterne bag konceptet, Bill Thomas, læge fra Amerika og Jane Verity, ergoterapeut og prisbelønnet foredragsholder fra Australien, til at holde et tre dages kursus i Danmark. Det foregår i næste uge den 17., 18. og 19. november 2004 på Sørup Herregaard i Ringsted, og der er stadig ledige pladser. Kurset er primært rettet imod ledere indenfor ældreområdet, demenskoordinatorer, læger, medlemmer af Ældreråd og kommunalpolitikere.

Se programmet på <http://www.lederforum.dk>  
Yderligere oplysninger: Stig Enevoldsen telefon 7581 4088 eller [uddannelse@lederforum.dk](mailto:uddannelse@lederforum.dk)

## **Demenslidende gør en indsats for fællesskabet**

Selvom demens kan sætte familien på en hård prøve, kan det også føre godt med sig. En demensramt kvinde ved navn Lise siger, at hendes ægteskab er stærkere nu end nogensinde. Følelserne er vokset. Faktisk kan hun ikke være væk fra sin mand i ret mange timer, før hun savner ham. Carl, som også har demens, fremhæver problemet med at sygdommen ikke er synlig. "Man kunne jo ikke se på mig, at jeg havde demens... Når man glemmer at møde op, bliver folk sure og tror man bliver væk med vilje". Fem demensramte holder foredrag mod betaling - og pengene bruges til gavn for fællesskabet i "Rådgivnings- og kontaktcentret for demensramte og pårørende" i Odense. Centret drives, som det første af sin art i Danmark, af 40 pårørende og frivillige samt en ansat sygeplejerske. Åbenhed er et af nøgleordene omkring centret i Odense. Ulla Thomsen udtaler: "Vi skal helt væk fra det enhedsbillede, der er i samfundet om, at alle demente er sådan og sådan. En dement er et individuelt menneske, der har sine egne problemer og sine egne holdninger, akkurat som alle vi andre. Men de fleste demente føler sig stemplet. De føler, omgivelserne ikke mener, de er troværdige, fordi de

*har svært ved at huske. Med centret har de fået en stemme."*

*Yderligere oplysninger om Rådgivnings- og kontaktcentret for demensramte og pårørende, Kallerupvej 58, 5230 Odense M. Telefon 6619 4091*

*Kilder: Ældresagen, oktober 2004 & Lederforum 13/03*

## **Netværkscafeer i Odense, Århus og Rønde**

Inspireret af centret i Odense, startede Lokalcenter Toftegården i Århus V en café for yngre personer med demens i august 2003. Udover netværkscafé består projektet også af demensskole og pårørendeforum. Også i Rønde kommune startede man i år en samværscafé for borgere med hukommelsesbesvær og demenssygdomme samt for pårørende og andet netværk. Det er Rønde kommunes demenskoordinatorer og Alzheimerforeningen i Århus Amt, der står bag initiativet. Der er møde to aftener månedligt og man benytter sig også her af frivillige hjælpere til at drive stedet.

*Yderligere oplysninger:*

*Demenskoordinatorerne Søs Larsen, telefon 5155 2119 og Anne-Grethe Birkebæk telefon 5134 3683*

*Kilder: Redaktionen af DEMENS har modtaget en folder om det nye tilbud i Rønde & Lederforum 13/03*

## **Ægtepar har gavn af modelindlæring, guidning og gruppesamvær**

I Frederiksberg kommune har der været iværksat et projekt for at afprøve, om modelindlæring, guidning og strukturerede samtaler kunne være egnet til at styrke ægtefællers mestring af situationen og få øget viden om demens. "*Der mangler steder i nærmiljøet hvor ægtefæller kan få kontakt med andre i samme situation*" udtaler sygeplejerske og stud. psyk. Susanne Kaagaard og gerontopsykolog Ingrid Lauridsen og de uddyber: "*pårørende har meget store praktiske og følelsesmæssige problemer i hverdagen, som de er meget alene om - og vi har mødt demensramte, som har følt sig meget alene med sygdommen og som har lidt under at føle sig unormale - eller isolerede*".

Projektet viste sig at gavne særligt de pårørende, som både var belastede af fysiske symptomer og af sorg over "tab af ægtefællen". De havde glæde af samvær med andre pårørende, de fik bremsset en begyndende nedslidning og fik samtidig øget forståelse for den stempling og umyndiggørelse, deres ægtefæller kunne opleve. Også de demensramte nød godt af det sociale samvær, hvor der både var plads til at få sat ord

på svære følelser, og hvor der også var latter og humor. Projektet løb over ti måneder og indeholdt tema-undervisning med diskussioner og gruppesamvær, og der anvendtes psykologiske arbejdsmetoder fra kognitiv terapi og social færdighedstræning.

Også børn til demensramte har brug for at støtte sig til andre i samme situation. *"Hvis en yngre forælder får demens, rammer det børnene særligt hårdt. De overtager et ansvar så stort, at det for mange af dem næsten ikke er til at bære"* udtaler demenskonsulent Marianne Engel, som har været med til at starte selvhjælpsgrupper for unge, der har en dement forælder. Hun fortsætter: *"En nærmest kronisk dårlig samvittighed går igen hos børn til demensramte. Det er vigtigt at håndtere den dårlige samvittighed, så den ikke styrer det hele"*.

Rapporten fra projektet "Modelindlæring og guidning" kan fås via e-mail: [Aeldrecentret@diakonissen.dk](mailto:Aeldrecentret@diakonissen.dk)

Kilder: Ældresagen, oktober 2004 & Gerontologi og Samfund nr. 3, September 2004

## **Debatten om chips i skoene fortsætter**

Hovedparten af Københavns 62 plejehjem har ikke særlige demensafdelinger, og kommunen vil hurtigst muligt indføre elektronisk overvågning. Det er besluttet som en del af ældrepakken i København. Sundheds- og omsorgsborgmester Inger Marie Bruun-Vierø siger: *"Der har været modstand mod ideen fra personalet på plejehjemmene, men det handler om tryghed og omsorg i forhold til de ældre. Og de pårørende er utrygge ved, at de ældre kan forvilde sig væk."* Ældresagen og Pårørende-gruppen for svage ældre støtter planen. Formand for Alzheimerforeningen i København, Mette Klüver peger på det vanskelige i at få de ældre til at sige ja til at få chips i skoene og udtaler: *"Der kan siges både for og imod overvågning. Hvis man i forvejen har svært ved at finde rundt, bliver det ikke lettere af, at der er en lang gang med en masse døre. Man kunne også sørge for at der sker nogle ting, at de er under opsyn og bor i overskuelige rammer."*

Kilde: Jyllandsposten København, den 30. oktober

## **Det rigtige personale, forståelse af livshistorien og tålmodighed giver ro**

*"Der stilles store krav til både professionalisme og til at arbejde efter gehør"* siger Birgith og Lone, som har arbejdet henholdsvis fire og otte år i

Gug plejeboliger for ældre med demens eller psykiatriske problemer. Og de ser det som et område med masser af udfordringer. To beboere, som ofte forlader stedet er udstyret med chips i skoene og det giver et signal til personalet, som så kan nå at indhente dem. Birgith og Lone fortæller om vigtigheden af at kende det enkelte menneskes forudsætninger. "At kunne snakke med, for eksempel om et af de navne, der dukker op i en beboers talestrøm, kan virke beroligende". Og hvis vi lader os inspirere af livshistorien, kan det skabe ro og forebygge uhensigtsmæssig adfærd. Som eksempel nævnes en mand, der havde arbejdet på et mejeri i hele sit liv, og nu vandrede hvileløst omkring og skubbede til alle møblerne. Han fik et rullebord, som han kunne køre rundt med, og det fik ham til at falde til ro.

*Kilde: Foa Bladet, november / 2004*

## **Statslige og kommunale bøger og pjecer bestilles via nettet**

Næsten alle bøger og pjecer, der er udgivet af statslige myndigheder i Danmark kan bestilles i "Danmarks netboghandel". Netboghandlen er en del af [www.danmark.dk](http://www.danmark.dk) og drives af IT- og telestyrelsen. Bruger man for eksempel søgefunktionen og efterlyser udgivelser om demens får man 24 forskellige titler, hvoraf de seks er udgivet i 2004. Blandt andet en såkaldt pixi-bog om omsorg og magt (se omtale i FOREBYGGELSE nr. 33) eller en pjece om hjælpemidler og demens ( se omtalen nedenfor). Har man spørgsmål kan man også ringe til netboghandlen på telefon nummer 1881 hverdage mellem kl. 9 og 16 eller skrive til [sp@itst.dk](mailto:sp@itst.dk)

<http://www.netboghandel.dk> eller telefon 1881.

Også kommunale udgivelser kan købes eller læses via nettet på:  
<http://www.kommuneinformation.dk> eller telefon 3311 3800.

## **Demens, hjælpemidler, boliger og omgivelser**

"En lettere hverdag for mennesker med demens" hedder en pjece om redskaber, der kan hjælpe mennesker med demens i hverdagen. Når situationer er vanskelige at tackle, kan man komme til at vælge løsninger, der betyder begrænsninger i borgerens daglige aktiviteter, og det kan gå ud over hans eller hendes selvværd, funktionsevne eller trivsel. Det betones i pjecen, hvor vigtigt det er at analysere situationen før der vælges løsninger, og her kan for eksempel livshistorien være et godt redskab.

Pjecen, der er på 18 sider, er skrevet i kort oversigtlig form og indeholder

afsnit om "Indretning og tilrettelæggelse", "Livshistorien som hjælperedskab" og "Fysiske hjælperedskaber". For eksempel mærkning af vinduer og trapper, opsætning af automatisk tænding og slukning af lys, el-vagt til sikring af kaffemaskine, komfurvagt, tidsorienterende hjælperedskaber, bånd eller CD med yndlingsmusik, eller en telefonsluse, der kun lader kendte numre komme igennem og derved forebygger at fejl-opkald eller telefonsælgerne skaber uro og bekymring. Pjecens sidste afsnit indeholder eksempler på produkter og links til Hjælpe-middelbasen.

Pjecen findes ikke i trykt udgave, men kan downloades på <http://www.servicestyrelsen.dk/log/pdf/hjaelpemidler.pdf>

En tidligere publikation i samme genre "Ældreboliger for demente" af Dorte Høeg, Videnscenter på ældreområdet og udgivet af By & Boligministeriet i 2001 beskriver, hvordan optimale bygnings- og boligmæssige forhold kan være essentielle i forhold til at fremme livskvalitet og give demente mennesker bedre mulighed for at være selvhjulpne. Der gives overordnede indretningsprincipper, men det understreges samtidigt, at indretning alene ikke kan gøre mirakler. "Dementes omgivelser formes i et samspil mellem den fysiske udformning, aktivitetsmuligheder og ikke mindst det tilknyttede personale". I et godt plejemiljø er der behov for personale med god uddannelsesmæssig baggrund for at tackle de problemer der opstår for mennesker med demenssygdomme. I publikationen kan man også se konkrete råd om blandt andet valg af møbler og indretning af de enkelte rum. Det anbefales for eksempel at vælge genkendelige armaturer og gulvafløb på badeværelser, så oversvømmelse kan forebygges, og det beskrives, hvordan lysvirkninger og farver opleves. Således vil mørke mønstre og stænk-mønstre i bordplader eller tæpper kunne se ud som huller eller niveauforskelle, hvis man ikke længere kan tolke synsindtryk korrekt.

"Ældreboliger for demente" 32 s. kan købes gennem <http://www.kommuneinformation.dk> eller telefon 3311 3800

Yderligere oplysninger om hjælpemidler og demens -se Hjælpe-middel-instituttets hjemmeside: <http://www.hmi.dk>

## **Plejetestamente til demente**

Socialminister Eva Kjer Hansen har bebudet, at hun i indeværende folketings-samling vil fremsætte lovforslag om plejetestamente for demente.

Dette indebærer en ændring af lov om social service og lovforslaget hedder

'Respekt for plejetestamenter udfærdiget af personer med en demensdiagnose'.

Forslaget indebærer, at der i loven indsættes en bestemmelse om, at et plejetestamente, som indeholder tilkendegivelser om fremtidige ønsker for omsorg, pleje m.v., skal respekteres af plejepersonalet m.fl. i det omfang, det kan lade sig gøre. Plejetestamentet kan alene være af vejledende karakter.

Formålet er, at det ikke alene bliver de pårørende, der i det aktuelle plejeforløb kommer med tilkendegivelser om den dementes ønsker. Plejetestamentet vil give demente mulighed for at få nedskrevet deres ønsker inden sygdommen bliver så fremskreden, at de ikke længere selv er i stand til at formulere disse ønsker. Socialministeren tilkendegiver, at lovforslaget skal give mulighed for at tilkendegive hvilke værdier i hverdagen, der har stor betydning for én – og dermed give mulighed for et mere værdigt liv for demente. Samtidig gør socialministeren dog klart, at der kun er tale om vejledende retningslinjer, som ikke i alle tilfælde vil kunne følges. Ønskerne kan vise sig enten at være uopfyldelige eller ikke længere at være i overensstemmelse med den dementes faktiske kapacitet.

*Kilder: Socialministerens tale på den internationale Alzheimerdag d.21.sept., Folketingets hjemmeside [www.ft.dk](http://www.ft.dk) <<http://www.ft.dk/>> og Jyllands-Posten d. 6.oktober 2004.*

## **Kroppens naturlige forsvar kan måske bruges til behandling af demens**

Et tysk forskerteam har brugt menneskeligt producerede antistoffer og proteiner i behandling af sygdommen. Fem patienter med Alzheimers lidelse viste fremgang i testresultater og der forskes nu videre. Mennesker med Alzheimers sygdom udvikler stivelsesholdige depoter i hjernen, som efterhånden kan ødelægge hjernevævet. Dr. Richard Dodel og hans forsker-kolleger mener, at de har fundet en vaccine til at forebygge depoterne i at blive opbygget. I forsøget målte niveauet for Beta peptider i rygmarvsvædsken før og efter behandlingen. Beta peptidernes antal faldt med 30%, og steg med 233% i blodet. Dette tolkedes som effekt af behandlingen. Desuden fandt man en let forbedring af patienternes kognitive funktioner og ikke forværring som det ellers kunne forventes over en seks måneders periode. Hos tre personer sås der forbedring i mentale færdigheder, men ingen ændring hos to.

Professor Clive Ballard fra Alzheimer foreningen udtaler: "Selvom det ser meget lovende ud, må vi sikre sikkerheden og effektiviteten af denne specifikke behandling gennem større kontrollerede forsøg". Han henviste

til, at lignende forsøg havde vist lovende resultater afprøvet på dyr. Efterfølgende havde 200 patienter prøvet vaccinen, og her udviklede en mindre del alvorlige komplikationer i form af hjernehindebetændelse.

*Kilde: BBC News, Engelsk udgave 20.september 2004*

-----  
Annette Johannesen, Faglig medarbejder  
Videnscenter på Ældreområdet  
Aurehøjvej 24 DK-2900 Hellerup  
tlf. +45 3940 1010 fax +45 3940 4045

mail: [johannesen@aeldreviden.dk](mailto:johannesen@aeldreviden.dk)

Videnscenter på Ældreområdets elektroniske nyhedsbrev DEMENS sender hver måned mails ud, som specielt har fokus på nyheder omkring demens i forhold til ældre.

Nye brugere af DEMENS kan tilmelde sig på mailadressen:

[demenslist-on@aeldreviden.dk](mailto:demenslist-on@aeldreviden.dk)

I ordningen indbygges også mulighed for erfaringsudveksling og dialog.

Kommentarer og spørgsmål kan lægges ud til debat i DEMENS ved at

sende mail til: [johannesen@aeldreviden.dk](mailto:johannesen@aeldreviden.dk)

Send også gerne artikler og rapporter, der kan være af fælles interesse.

Vær opmærksom på at du *ikke* kan besvare denne mail ved at bruge svar/reply-funktionen.

Du er velkommen til frit at bruge og citere DEMENS. Husk dog at kreditere Videnscenter på Ældreområdet og evt. primærkilde, der er anført under oplysningen.

Ønsker du ikke længere at modtage DEMENS kan det afmeldes på mailadressen:

[demenslist-off@aeldreviden.dk](mailto:demenslist-off@aeldreviden.dk)