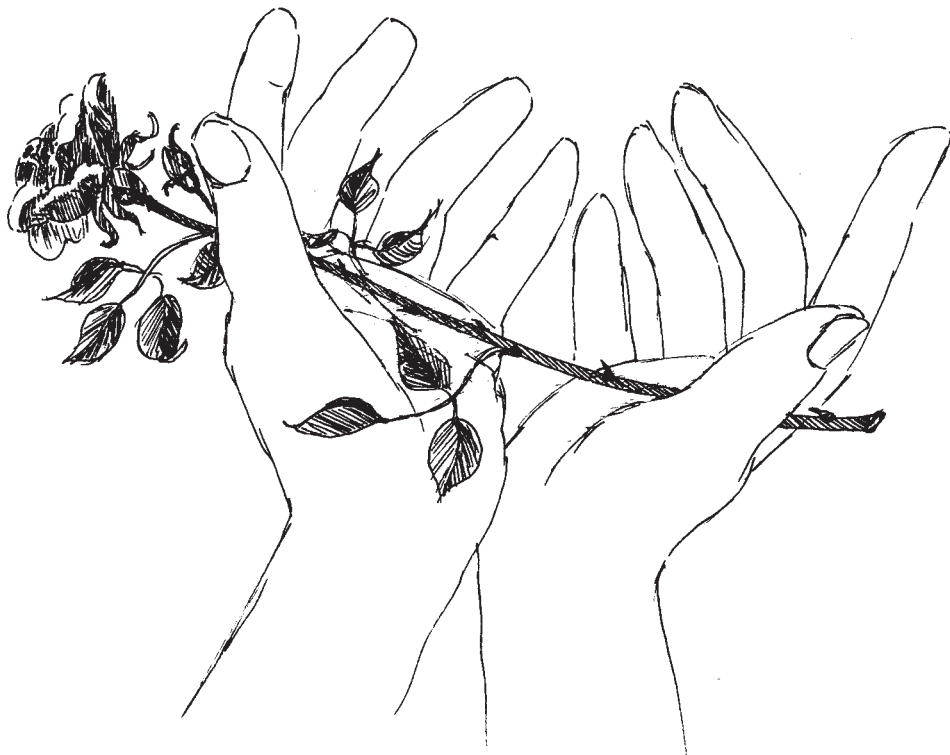


Omvårdnad vid demens



i samverkan med Värmlands kommuner

Grundläggande synpunkter

I dagsläget finns det inte någon medicin som kan bota demenssjukdomen. Därför blir en god omvårdnad den huvudsakliga behandlingen i demensvården.

God omvårdnad och ett adekvat bemötande av den demenssjuke är A och O för den enskildes välbefinnande och livskvalitet. Avgörande är inte alltid **vad** man gör utan **hur** man gör. Omvårdnaden sker i det dagliga omvårdnadsarbetet, i mötet mellan den som vårdar och den demenssjuke.

För en god demensvård krävs att vi individualiserar vården. Vården måste utgå från varje enskild persons sjukdomsbild men också från individens tidigare levnadshistoria. Olika demenssjukdomar ställer olika krav på bemötande. Den demenssjuke är en unik människa med sina alldeles egna erfarenheter och behov. För detta krävs att vårdaren har färdigheter kring sjukdomsbilden och hur den påverkar den enskilde personen. Vårdaren behöver kunna vara lyhörd, flexibel och empatisk. Allt för att vi ska kunna skapa en så optimal livsmiljö som möjligt för den demenssjuke. Hon eller han ska uppleva trygghet, tillit och respekt för den egna integriteten.

Vanliga begrepp inom demensvården

Apraxi – oförmåga att utföra tidigare inlärd rörelser.

Agnosi – oförmåga att känna igen föremål eller personer.

Anomi – svårigheter att hitta ord antingen vid ett samtal eller när man ska namnge ett föremål.

Afasi – förlust eller störning av språkförmågan.

Bemötande

För att kunna möta den demenssjuke på rätt omvårdningsnivå gäller det att ta vara på det som är friskt. Samtidigt måste man vara lyhörd för svårigheter. För att kunna möta henne eller honom på rätt sätt krävs kunskap om sjukdomen och kännedom om personen. Levnadsberättelsen kan vara till god hjälp i bemötandet. Vad som är god omvårdnad i den aktuella situationen måste man komma fram till genom att tolka, sedan handla och därefter noga observera hur hon eller han reagerar på den speciella situationen.

Hygien och påklädning

Att börja den nya dagen är en mycket komplicerad procedur som kräver en förmåga till samordning av flera olika moment. För den som inte är sjuk sker det automatiskt men för den som har en demenssjukdom kan det vara mycket svårt. När man t.ex. ska tvätta sig måste man känna igen

och veta hur man ska använda olika saker: tvålen, handduken och kaminen. Man kan behöva hjälp av vårdaren för att komma igång och få veta i vilken turordning de olika sakerna ska användas och hur. Förmågan att imitera är ofta bättre än förståelsen för en instruktion. Man kan förenkla tillvaron genom att ta bort allt som inte behövs för tillfället och hitta en rutin som fungerar.

Dusch kan vara ett problem, försök att avdramatisera detta.

Måltider

Små grupper, placerade vid flera bord är att föredra framför ett stort gemensamt bord, då få äldre människor är vana att sitta och äta i stora grupper till vardags. Dukningen bör anpassas så att den underlättar för den demenssjuke. Ha gärna olika färg på duk och tallrik och inte för många olika saker framme på bordet samtidigt.

Demenssjuka är mycket känsliga för stämningar. Det är därför viktigt att skapa lugn och ro samt en positiv atmosfär i samband med måltiden.

Sömn och vila

Det är inte ovanligt att den demenssjuke får problem med dygnsrytmen och vänder på dygnet. Fasta rutiner kan underlätta förståelsen av att det är dags att sova. Några tips: mörkläggning av sovrummet, ett glas mjölk eller en kopp kaffe före sänggåendet, lagom tystnad, dörren på glänt, någon som sitter på sängkanten en stund. Det är viktigt att komma ihåg att alla har olika dygnsrytm, t.ex. en extrem kvällsmänniska kan inte för-

väntas bli morgonpigga och vice versa. Så långt det är möjligt bör vi tillåta och acceptera olika vanor.

Toalettbesök

Den demenssjuke får ofta svårt att känna igen de signaler kroppen har och svårt att uttrycka sina behov verbalt. Vårdaren måste lära sig att uppfatta andra uttryck. Oro och aggressivitet kan bero på en fylld blåsa eller förstoppning. Så långt det är möjligt bör den sjuke få vara ifred på toaletten. När toalettbesöket inte fungerar längre måste den sjuke självklart få hjälp.

Gemenskap och aktivitet

Det finns gemenskap i den delade tystnaden. Gemenskap är också att göra saker tillsammans. Aktiviteten, för att den ska upplevas som meningsfull ska utgå från varje persons förmåga och personlighet. För vårdaren gäller det att locka fram och stimulera de förmågor som finns kvar och vara lyhörd inför hur mycket och vad den enskilde orkar med.

Personer med en demenssjukdom reagerar fysiskt på samma sätt som andra men har en större stresskänslighet. Demenssjukas oro kan bero på att man ställer för höga krav på dem. Förändringar upplevs ofta stressande.

 **Vänd**

Att tänka på

- ★ Den demenssjuke har en hjärnskada. Ta reda på vilka skadorna är och hur dessa yttrar sig.
- ★ Den demenssjuke har en minnesstörning. Frågor som upprepas ideligen kräver ett svar varje gång.
- ★ Var tålmodig och undvik att bli arg. Prova igen efter en stund istället.
- ★ Ge klara och korta instruktioner. Upprepa och visa om det behövs. Ta en sak i taget.
- ★ Ge starthjälp.
- ★ Skapa en lättförståelig miljö.
- ★ Skapa en lugn och tillåtande atmosfär. Undvik stress.
- ★ Använd din intuition.
- ★ Stimulera känslolivet.
- ★ Ge ögonkontakt.
- ★ Beröring och närhet är viktig men kräver att en trygg relation först skapas.

För mera information gå gärna in på www.liv.se/demens

Ansvarig utgivare: Projektgruppen, demens
Layout: Ulrika Svanberg, Informationsstaben
Tryckt år: 2004
Kan beställas på tfn 054-61 40 43