

# Demens

Forekomst – ulike demenssykdommer

- omsorgstilbud - pårørende

- kommunikasjon



Kløveråsen

Utrednings- og kompetansesenter for demens i Nordland

Vi skal gjøre hverdagen bedre

# NKS Kløveråsen as

- et utrednings og kompetansesenter i Nordland

2 avdelinger:

-Utredningsavdeling

(4 sengeplasser)

-Hukommelseklinikk og Alderspsykiatrisk Poliklinikk

- Ambulant poliklinisk virksomhet.
- Undervisning, veiledning og rådgivning.
- Videreutvikling og drift av demensnettverkene

35 ansatt med ulike kompetanser



Kløveråsen

Utrednings- og kompetansesenter for demens i Nordland

Vi skal gjøre hverdagen bedre

# DEMENS

## fakta og utfordringer

- 80 000 personer med demens i Norge
- 9 000 – 10 000 rammes hvert år
- 350 000 personer er berørt
- 1500 under 65 år, 120 nye tilfeller pr år
- Flere eldre med minoritetsetnisk bakgrunn
- 80 % av beboerne i sykehjem har demens
- Ca 33 000 bor i eget hjem
- Antallet personer med demens vil fordobles i 2040
- 40,7 % over 90 år utvikler demens
- Kostnader demensomsorg ca 14 mrd i 1995 – 18 mrd i 2020(*Anders Wimo*)



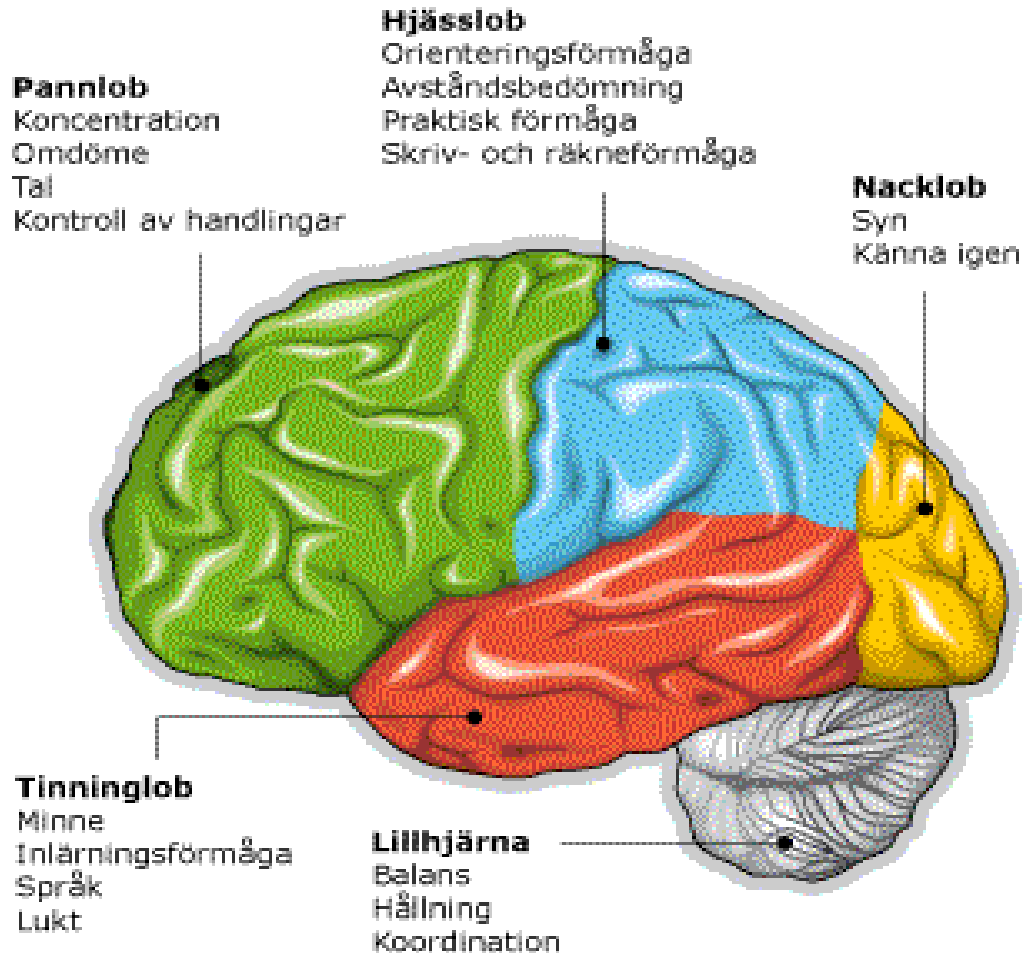
# Demensforekomst i Nordland fylke

<b>2020</b>	<b>2030</b>	<b>2040</b>	
997	1172	1259	<b>Personer 65 – 79 år</b>
3268	4532	6073	<b>Personer over 80 år</b>
4265	5704	7332	<b>Totalt</b>

I tillegg kommer de som får demens før de fyller 65 år



# Demens – en skade i hjernen

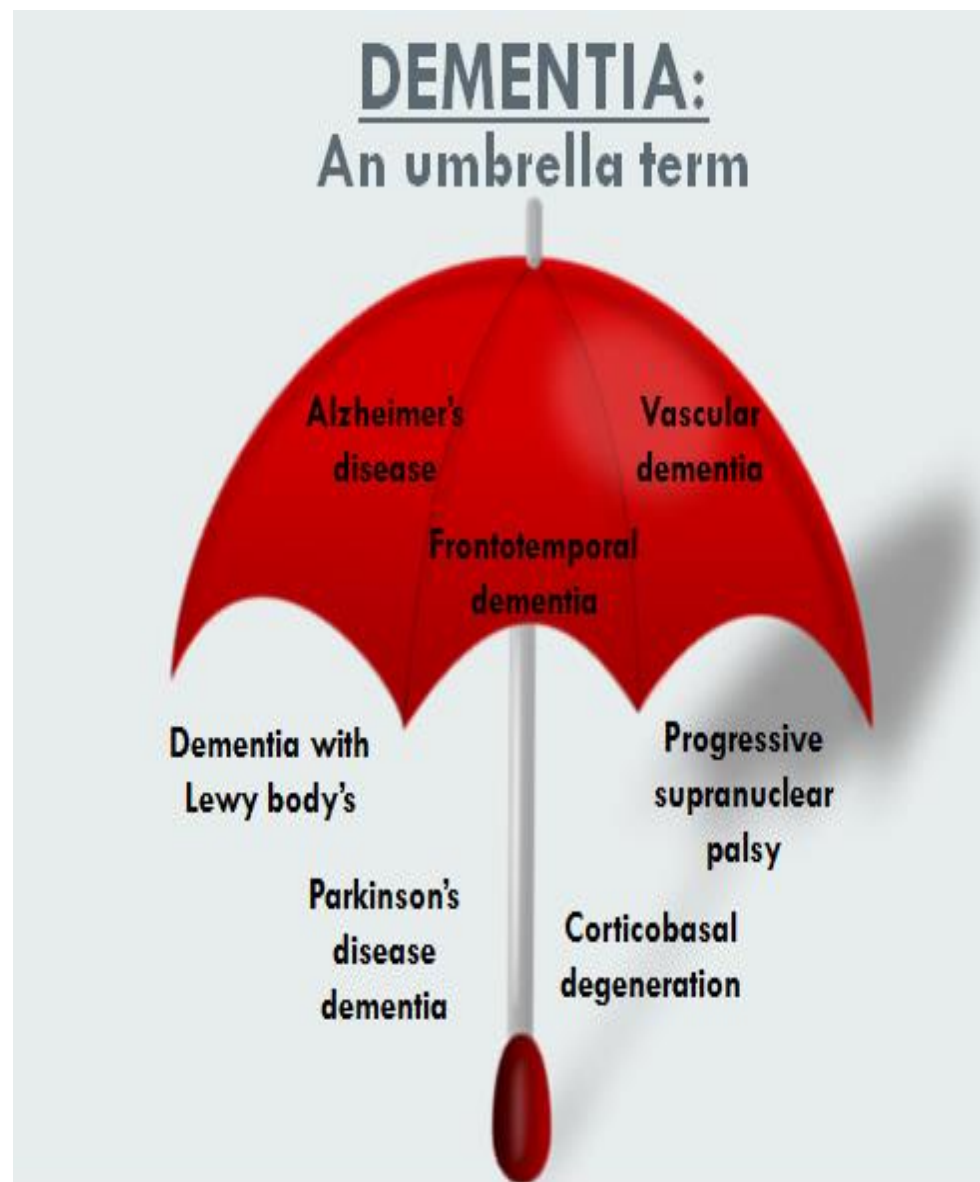


Definisjon:

Demens

er et hjerneorganisk syndrom og en fellesbetegnelse på en rekke sykelige tilstander som er kjennetegnet ved ervervet kognitiv svikt, svikt av emosjonell kontroll og sviktende funksjonsevne i forhold til dagliglivets funksjoner

Knut Engedal, 2008



Kløveråsen

Utrednings- og kompetansesenter for demens i Nordland

Vi skal gjøre hverdagen bedre

# De vanligste demenssykdommene

- Alzheimers sykdom m/tidlig eller sein debut –  
ca 60% av demenstilfellene
- Frontotemporal demens
- Demens med Lewy legemer
- Parkinson sykdom med demens
- Vaskulær demens -  
ca 20 % av demenstilfellene
- Alkoholbetinget demens
- Vitaminmangel-demens
- Demens etter store hjerneskader

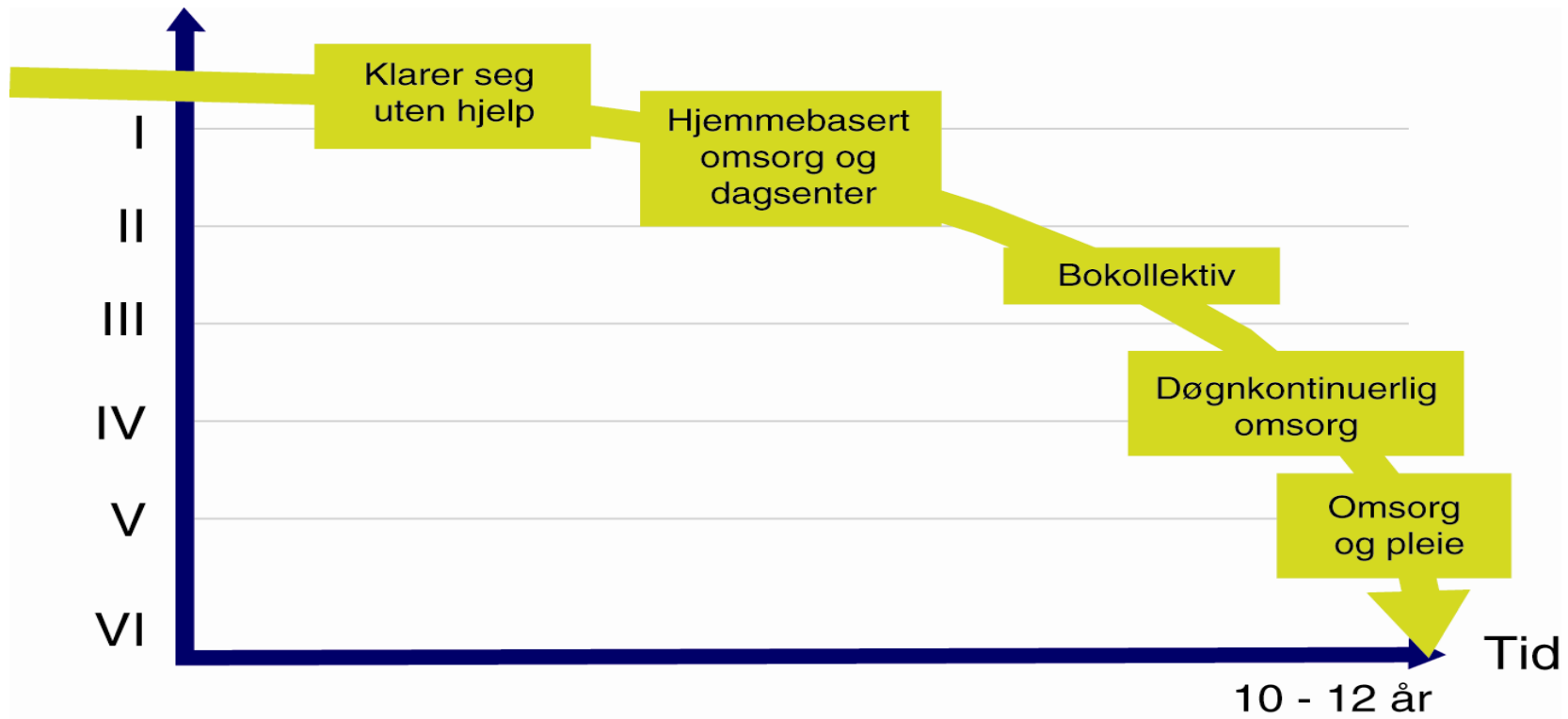
# 10 tidlige tegn

1. Hukommelsestap påvirker arbeidsevnen
2. Problemer med å utføre vanlige oppgaver
3. Språkproblemer
4. Desorientering i forhold til tid og sted
5. Svekket dømmekraft
6. Problemer med abstrakt tenkning
7. Feilplassering av gjenstander
8. Forandring i humør
9. Adferdsendring
10. Tap av initiativ



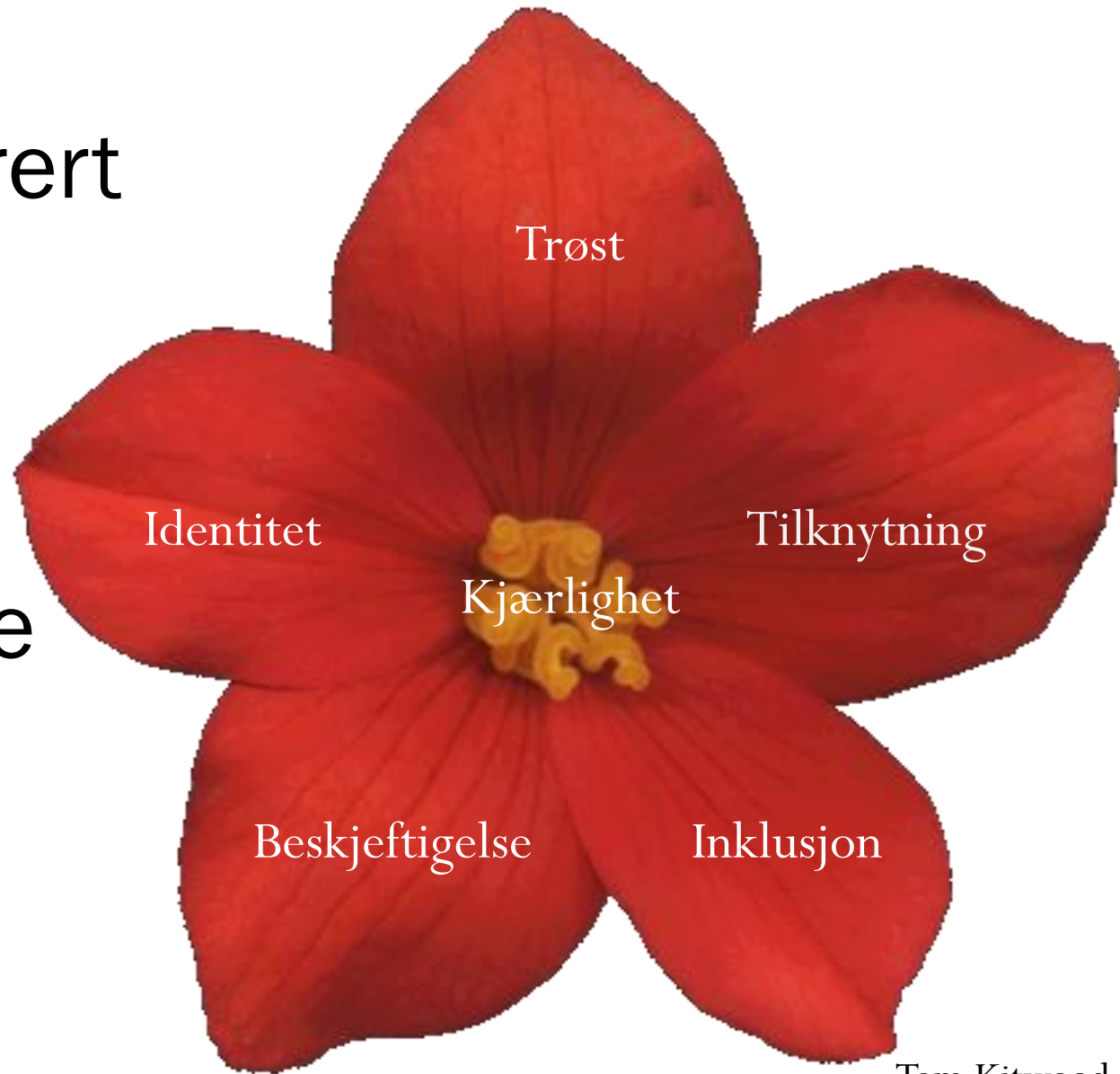


# Omsorgstrapp, Bergers trapp



Personsentrert  
omsorg –

Psykologiske  
behov



Tom Kitwood



Kløveråsen

Utrednings- og kompetansesenter for demens i Nordland

Vi skal gjøre hverdagen bedre

# Menneskets aktivitetsbehov

- Aktiv deltaker i eget liv
- Behovene endrer seg med alder og omstendigheter
- Ønske om å bestemme selv
- Ønske om involvering / råd
- Ønske om at andre bestemmer



# Pårørende

## Hvordan er det å være:

- reserve-hukommelse?
- tilrettelegger?      - støttespiller?
- oppmunttrer?      - grensesetter?
- en som ser verden med den andres briller?
- en som skaper mest mulig orden i kaos?



Kompliserte oppgaver/ krav



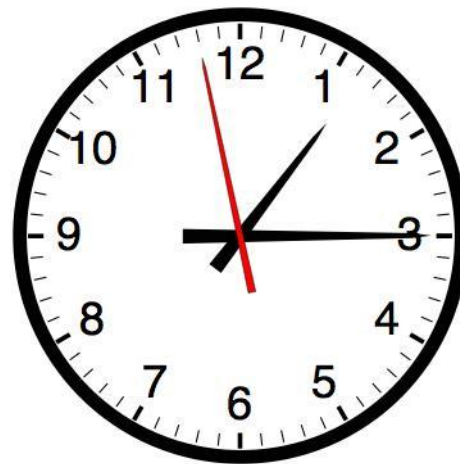
# Vanlige reaksjoner fra pårørende

- Føler at en lever i en usikker situasjon
- Er veldig bundet til hjemmesituasjonen
- Er slitne og får for lite søvn
- Møter ofte liten forståelse fra andre pårørende og hjelpeapparatet
- Sliter med dårlig samvittighet, føler at de ikke strekker til
- Klarer ikke å si fra at nå er det nok. Strekker seg stadig lengre
- Blir irritert og sint oftere enn før - også på den demensrammede.



# Om å møte utfordringene

Hukommelsessvikt  
og desorientering



Kløveråsen

Utrednings- og kompetansesenter for demens i Nordland

Vi skal gjøre hverdagen bedre

# Gjentatte spørsmål



Kløveråsen

Utrednings- og kompetansesenter for demens i Nordland

Vi skal gjøre hverdagen bedre

# Konkrete tips som kan hjelpe

- Si én ting om gangen. Spør for eksempel etter kopp, så etter kniv, i stedet for å spørre etter begge deler samtidig.
- Bruk korte, enkle, klare ord og setninger. Vær mest mulig konkret.
- Det er viktig å ta seg god tid. Ikke snakk for fort.
- Be personen om å beskrive hva han mener, hvis han ikke finner de rette ordene.
- Foreslå gjerne et ord, men for mange avbrytelser kan føre til at den andre gir opp å prøve selv.
- Det er ofte bedre å avlede enn å rette på.





# Tillitsskapende kommunikasjon

- Empati; ”lese” personens virkelighet, skape tillit, redusere angst
- Bruke personens navn, søke øyekontakt
- Vennlighet, god tid – vis ekte interesse
- Forklar underveis i samhandlingen
- Unngå ”husker-du”-spørsmål
  - si heller: ”Har jeg husket å fortelle deg...?”
- Bruk humor



# Kroppsspråk

- Vær bevisst på eget kroppsspråk
  - tydelig kroppsspråk formidler budskap
  - hvis våre ord motsies av kroppen, fører det til utrygghet
- Studer den demenssykes kroppsspråk
  - ofte forteller det mer enn vedkommende kan formidle verbalt



# Atferd som kommunikasjon

Når de vanlige kommunikasjonsformene svikter, kompenserer personer med demens på ulike måter:

- Noen har atferd der meningen er tydelig
- Andre har en atferd som er forståelig for observante hjelpere
- En del ganger er atferden uhensiktsmessig eller umulig å tolke og oppleves vanskelig for omgivelsene – utfordrende atferd



# Personalressurser i hjemmetjenesten?



For å løse flokene i hjemmetjenesten, har en delegasjon norske politikere dratt til Nordpolen for å finne ut hvordan det er mulig å rekke over altfor mange husstander på altfor kort tid.

A landscape photograph featuring a vibrant rainbow arching across a grey, overcast sky. Below the rainbow is a wide, green field, possibly a meadow or pasture, with a line of trees and a low mountain range in the background. In the foreground, a dark asphalt road is visible, with a red marker post standing on the grassy shoulder.

Ta gjerne kontakt med oss!

NKS Kløveråsen as  
[www.kloverasen.no](http://www.kloverasen.no)  
Tlf. 75551610