

# Grunnleggende demensomsorg

---



**Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester**  
Agder

# Innhold i presentasjon

Undervisningen inneholder refleksjonsoppgaver, link til aktuelle nettsider og filmer

- Overordna planer, retningslinjer og meldinger
- Hva er demens?
- De ulike demenssykdommene
- ICD- 10 diagnosekriterier
- Kognitive funksjoner og symptomer
- NPS – nevropsykiatriske symptomer ved demens
- Personsentrert omsorg
- Miljøbehandling
- Kommunikasjon



# Overordna planer, retningslinjer og meldinger

- Demensplan 2020

Regjeringens 5 års plan for demensomsorg i Norge, vedtatt i 2016

Link: [Demensplan 2020](#)

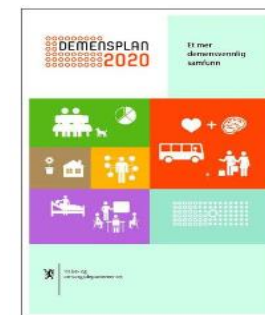
**Mål:** skape et samfunn som tar vare på og integrerer personer med demens i fellesskapet

- Nasjonalfaglig retningslinje om demens (2017)

Link: [retningslinje](#)

- Stortingsmelding 15; Leve hele livet

Link: [dokument stortingsmelding 15](#)



Demensplan 2020



Helsedirektoratet



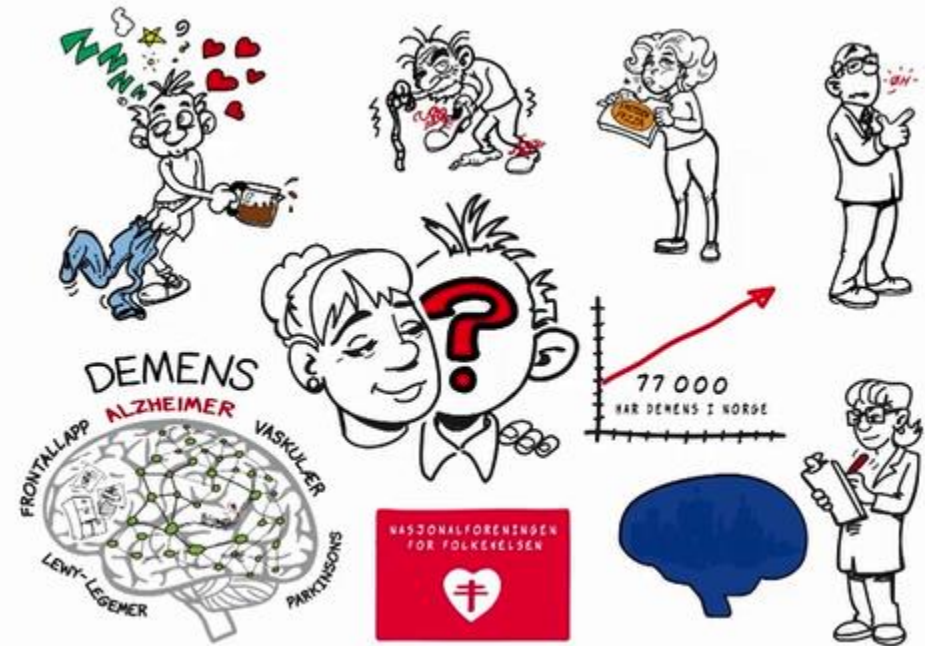
**Leve hele livet**  
- en kvalitetsreform for eldre



Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Agder vest

# Hva er demens?

- Demens er en alvorlig og dødelig sykdom, som medfører gradvis og økende funksjonstap.
- Vi vet stadig mer om hvordan vi kan legge til rette for at personer med demens skal kunne leve best mulig med sykdommen. Men vi vet ennå ikke hvordan den kan kureres.
- Se film: Hva er demens



[Film](#)

Tid 03:34



Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Agder vest

# Hva er demens?



[Film](#)

Tid: 03:00



Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Agder vest

# De ulike demenssykdommene

- Knut Engedal, Prof. Dr. Emeritus,  
Film: Hva er demens – Tid: 34:00
- Innhold:
  - Demenstyper
  - Alzheimer demens
  - typiske symptomer
  - forekomst
  - risikofaktorer
  - Vaskulær demens
  - Pannelappsdemens (eller «frontallappsdemens»)
  - Levy Legeme demens



# Kriterier for demens – ICD-10

1.

- **Svekket hukommelse**, især for nyere data
- **Svikt av andre kognitive funksjoner** (dømmekraft, planlegging, tenkning, abstraksjon)
- Mild grad: Virker inn på evnen til å klare seg i dagliglivet
- Moderat grad: Kan ikke klare seg uten hjelp fra andre
- Alvorlig: kontinuerlig tilsyn og pleie er nødvendig

2.

- **Klar bevissthet**



3.

- **Svikt av emosjonell kontroll, motivasjon eller sosial atferd;** minst ett av følgende

1. Emosjonell labilitet

2. Irritabilitet

3. Apati

4. Unyansert sosial atferd

4.

- **Tilstanden må ha en varighet av minst seks måneder**

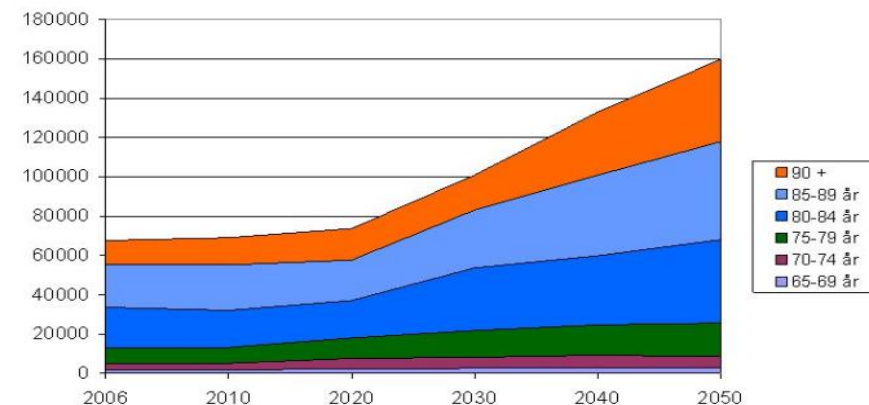
(World Health organization, 1994)





# Hvor mange har demens i Norge (forekomst)


- 2018: 80 000.
- Ca 5000 under 65 år.
- Doblet om 40 år.
- Nysyke årlig: 10 000
- Halvparten bor hjemme og halvparten på sykehjem
- Av de som mottar hjemmesykepleie har 2 av 5 demens
- På sykehjem: 4 av 5 har demens
- Mørketall.



# Hva er kognitive funksjoner

- Det er en samlebetegnelse på en rekke funksjoner vi bruker hver eneste dag
- Hos personer med demens blir disse funksjonene svekket
- Hvilke funksjoner avhenger av hvor i hjernen skaden rammes
- Kognitiv svikt er hoved symptomet på demens
- Sykdommen er i de fleste tilfeller progredierende, dvs. at den kognitive svikten vil øke over tid. Etter hvert som sykdommen utvikler seg, blir større og flere deler av hjernen rammet, og derav funksjoner berørt.





# Vanlige symptomer

---

- Hukommelsessvikt
- Forvirring
- Språkproblemer
- Sviktende handlingsevne
- Endring i atferd og personlighet
- Motoriske symptomer



# Nevropsykiatriske symptomer (NPS) ved demens

= det samme som APSD- atferdsmessige og psykologiske symptomer ved demens

To hovedkategorier:

- Psykiske symptomer: depresjon, angst og psykosesymptomer  
video: 4 minutter
- Atferdsmessige symptomer: agitasjon og apati  
video: 4 minutter



# Personsentrert omsorg og miljøbehandling

## Film

Tid: 17:01



The video player shows a woman, Janne Røsvik, speaking. The background is a presentation slide with a teal header containing the title 'Personsentrert omsorg og miljøbehandling'. Below the title, it lists 'Janne Røsvik, Sykepleier, PhD' and 'Forsker ved Aldring og helse'. A logo for 'Aldring og helse' is also visible. A play button is overlaid on the slide. A name tag at the bottom left of the video frame identifies the speaker as 'Janne Røsvik'.

Personsentrert omsorg og miljøbehandling

Janne Røsvik  
Sykepleier, PhD  
Forsker ved Aldring og helse

Aldring og helse

Janne Røsvik

Psyk-IT

**Personsentrert omsorg og miljøbehandling**

Foreleser er Janne Røsvik, sykepleier, cand.polit, PhD, Aldring og helse.

# Personsentrert omsorg

- Verdsette mennesker med demens
- Har fokus på **personen** og ikke sykdommen
- Vektlegger støttende sosialt miljø
- Viktig med kjennskap til persons levde liv-  
«Min livshistorie»
- [Link til "min livshistorie" skjema](#)



# Refleksjonsoppgave



Personsentrert omsorg er verdigrunnet i demensomsorgen, og nasjonalfaglig retningslinjer om demens vektlegger prinsippene i personsentrert omsorg.

- Snakk sammen med de på arbeidsplassen din – **hvordan jobbe målrettet med personsentrert omsorg?**



# Miljøbehandling

Miljøbehandling; legge omgivelsene til rette for at pasienten kan fungere best mulig

## Tar utgangspunkt i hver enkelt pasient/brukers:

- Aktiviteter
- Vaner
- Interesser
- Livshistorie
- Stadium i demensutvikling

Målet med miljøbehandling er å hjelpe personen med demens til å bruke sine ressurser maksimalt og bidra til å opprettholde selvstendig så lenge som mulig. Målsettingen tilpasses den enkelte pasient/brukers forutsetninger.





# Refleksjonsoppgave



## Eksempel:

Pleier Signe er stresset da hun kommer på jobb etter å ha forsovet seg hjemme. Hun kommer stresset inn på vaktrommet og rekker ikke morgenrapporten. Da hun skal hjelpe Per med morgenstellet har hun ingen oversikt og er mer fokusert på neste arbeidsoppgave, enn på å samhandle med Per.

Neste dagvakt viser Per motstand når Signe skal hjelpe han.

**Hva tror du/dere dette skyldes?**



# Emosjonell hukommelse

- Personer med demens utvikler intellektuell svikt, men ikke nødvendigvis følelsemessig svikt.
- Det vil si at følelsene sitter igjen i kroppen fra tidligere opplevelser.
- Den emosjonelle hukommelsen er ofte godt bevart
- Negative og positive følelser lagres

**Eksempel:** preferansemusikk kan bidra til å skape gode følelser som kan bli bevart lenge

[Film: Helene sjekker inn](#)

Tid: 04:53



# Kommunikasjon til personer med demens

- Gjennom bevisst kommunikasjon er det mulig å **styrke pasientens identitet og følelse av mestring**. Ett av de vanligste problemene mange med demens opplever, er **vansker med å finne ord** og problemer med å oppfatte hva andre sier. Derfor er det viktig å være rolig og gi tid til samtalen.
- Gjennom pårørende kan pleiepersonalet kartlegge hva pasienten vanligvis liker å bli kalt. Har pasienten for eksempel et **kallenavn**, eller liker han å bli titulert med **etternavnet**? Personen med demens husker kanskje ikke hva pleiepersonalet heter, så det er viktig å **presentere seg ofte**.



- I kommunikasjonen med personer med demens anbefales det at man bruker **korte setninger**, og at man **snakker langsomt og tydelig**. Språket bør være enkelt.
- I en samtale med et menneske med demens benytter man gjerne **reminisens**. Det vil si å arbeide bevisst med pasientens minner. Ved å be pasienten om å snakke om familien sin, krigen eller andre ting fra «gamle dager» hjelper pleiepersonalet pasienten til å huske og føle mestring i kommunikasjonen.
- Samtalen bør foregå i en rolig atmosfære **uten for mye bakgrunnsstøy**.
- I samtaler med personen er det viktig å **unngå spørsmål som «Husker du da ...?»**. Det er vondt for personer med demens å bli minnet på at han/hun ikke husker selvfølgeligheter.



- Spørsmål bør heller **ikke** begynne med «**Hvorfor ...?**» og «**Hvordan ...?**». Ved slike spørsmål man tenke logisk for å svare, noe personer med demens sjelden mestrer. Man må heller ikke **spørre om to ting samtidig**, for personer med demens evner ikke å velge mellom flere alternativer. Hvis det er nødvendig å repetere noe man har sagt tidligere, er det viktig å bruke nøyaktig de samme ordene.
- Personer med demens er svært var for andres sinnsstemninger og kroppsspråk. Personalet må derfor være **bevisst på kroppsspråket sitt** og ikke dobbeltkommunisere. Det er viktig å vise et vennlig ansikt, et varmt smil og å bruke en vennlig stemme.



# Refleksjonsoppgave



Tenk over hva du selv uttrykker med kroppsspråket ditt.  
Hvordan virker du på andre?



# Råd ved kommunikasjon til personer med demens

- Snakk langsomt
- Bruk enkle ord
- Enkle, korte setninger
- Plasser deg i øynehøyde
- Ta bort distraksjoner (f. eks. skru av TV/radio)
- Bruk substantiv/egennavn, ikke pronomener (***Berit*** kommer og hjelper deg i stedet for ***Hun*** kommer og hjelper deg)
- Still ett spørsmål om gangen
- Ikke bruk "husker du...."
- Hjelp til med ord, ikke ta over samtalen
- Gi få valgmuligheter
- Del opp "kommandoer"



# Husk; fokus på mestring!

Bekreft den andre – nærvær!!

Tilrettelegg for mestring og overse det som ikke mestres

Det er omgivelsene som må tilpasse seg pasient/bruker, og ikke motsatt





# Litteraturliste:

- Haugen P.K. (Red) (2018). *Demens- sykdommer, diagnostikk og behandling*. (1.utgave). Forlaget aldring og helse.
- Kitwood, T. (2018). En revurdering af demens- personen kommer i første række. (1. utgave, 8. opplag). Munsgaard.
- Helsedirektoratet (2017) *Nasjonal faglig retningslinje om demens*.  
<https://helsedirektoratet.no/retningslinjer/nasjonal-faglig-retningslinje-om-demens>
- Solheim, K., (2015). *Demensguiden. Holdninger og handlinger i demensomsorgen*. (3. utgave). Universitetsforlaget.
- Regjeringen (2015). *Demensplan 2020*  
[https://www.regjeringen.no/contentassets/3bbec72c19a04af88fa78ffb02a203da/demensplan\\_2020\\_kortversjon.pdf](https://www.regjeringen.no/contentassets/3bbec72c19a04af88fa78ffb02a203da/demensplan_2020_kortversjon.pdf)
- Tretteteig, S. og Røsvik. (2016) *Demensboka. Lærebok for helse- og omsorgspersonell*. (2. utgave). Forlaget aldring og helse.
- Nettside: Aldring og helse  
<https://www.aldringoghelse.no/>
- <https://nhi.no/sykdommer/eldre/demens/demens-hvorfor-blir-noen-demente/>

