

TEMADAG 13.12.2018

ENSOMHED PÅ PLEJECENTRE – ET UKENDT FÆNOMEN?



HVAD SIGER STATISTIKKEN GENERELT IFT ENSOMHED OG DEMENS ?

- Hver femte er ensom
- Hvor det er fire procent af befolkningen, der er ensomme – så øges ensomheden blandt demenspatienter og pårørende markant til henholdsvis 23 procent og 24 procent. For sygdomsramte og pårørende generelt er tallene 18 procent og 19 procent.
- Se mig som menneske først
- Undersøgelsen viser, at 84 procent af dem, der lever med en demenssygdom mener, at det er vigtigt eller meget vigtigt at andre fokuserer på dem som mennesker og ikke på deres sygdom. Uddybende svarer 73 procent af de pårørende, at de ikke vil ses primært som omsorgsgiver.
- 73 procent af mennesker med demens mener i øvrigt, at det er vigtigt eller meget vigtigt at deltage i aktiviteter og samvær med andre, mens 76 procent af de pårørende efterspørger mere aflastning.

DEMENS OG ENSOMHED

- Spørg hvordan jeg har det.....
- Derudover siger hele 86 procent af pårørende, at det er vigtigt eller meget vigtigt, at der er nogen der lytter og spørger til dem – og 71 procent ser gerne, at andre tager initiativet til en håndsækning.
- En af dem, der har oplevet ensomhed, er Anna-Lise Kristensen, hvis mand har demens. Hun har tidligere sagt følgende til Livet med Demens:

Jeg er aldrig alene, men tit ensom. Jeg har skiftet rolle fra at være sparringspartner til at være mor og omsorgsperson for min mand. Det er svært at blive ved med at give uden at få igen, og ind imellem kører jeg en omvej på arbejde eller bliver længere oppe om natten for at græde. Det skal han ikke opleve, så bliver han også bare ked af det.



SITUATIONER , HVOR MAN KAN VÆRE ENSOM

- Når sygdom gør det fysisk umuligt at være sammen med andre
- Når sygdom gør det umuligt at være sammen med andre på baggrund af sproglige vanskeligheder, blandt andet pga. sprogbarriere
- Når man har en anden kulturel baggrund end etnisk dansk
- Sorg over at man har mistet ægtefæller eller venner og savn af familiemedlemmer gør ensom
- Tanken om snarlig død gør ensom
- Følelsen af ikke at være” noget værd” gør ensom-
- Når man skal tilsidesætte sine egne behov konstant for andre- det gør ensom

UDDRAG AF KIRSTENS DAGBOG- LIVET MED ALZHEIMERS SYGDOM

- ”Der er sådan en forfærdelig tristhed i mig. Jeg er blevet usikker på min familie og mine venner, bange for at være til besvær, bange for, at de er irriterede på mig over mine bestandige mangler, mine pengeløshed, min faren omkring og besøgen dem” ”Der er angst i mig. Jeg er bange for alt hvad der ligger forude. Om aftenen er jeg bange for, om jeg kan finde ud af at stå op næste morgen og gå i bad og finde tøj og ordne hår og ansigt. Bange for om jeg får gjort hvad jeg skal”

ER DER NOGET GODT PÅ DANSKE PLEJECENTRE?

- Borger, der bor på centrene har rigtig gode muligheder for at få dækket basale behov som hjælp til personlig pleje, hjælp til rengøring og en gode boligforhold.
- Der er som regel faglig dygtig personale ansat , som er uddannet til at give støtte til ovennævnte områder
- Vores borger er det – vi anser dem som og gør dem til.....

SOCIALE RELATIONER.....

- At have fokus på en relation og ikke se borgeren som ”kunde ” i butikken- det er mennesker, der bor her og ikke personale –der ejer stedet
- At satse på at få noget tilbage fra borgeren man hjælper til dagligt
- At tør at vise empati og at vise følelser
- At tør at røre andre og at blive rørt
- At opfylde alle psykologiske behov

FRIT EFTER TOM KITWOOD

- De 5 vigtigste psykologiske behov hos mennesker med demens:
- Trøst: rummer i oprindelig betydning ord som ømhed, nærvær, lindring af smerte, sorg og tryghed. – at trøste et andet menneske, er at sørge for den varme og styrke, som kan sætte vedkommende i stand til at holde sammen på helheden, når denne er i fare for at bryde sammen.
- Tilknytning: vi mennesker tilhøre en social art. Vi knytter tætte relationer, som en form for sikkerhedsnet under os. Uden den fornemmelse af sikkerhed som tilknytning giver, er det vanskeligt for nogen person, uanset alder at fungere optimalt.
- Inklusion: Menneskelivets sociale natur har et andet aspekt at være en del af en gruppe er essentielt for at overleve. Opfyldes behovet ikke, er det sandsynligt at personen vil trække sig tilbage, og gå i forfald.

TOM KITWOOD

- **Beskæftigelse:** at være beskæftiget betyder at være involveret på en måde, som trækker på personens evner og kræfter. Allerede som barn tilegner man sig en erkendelse, at det er muligt at fremkalde respons fra andre, og få ting til at ske. Fratager man mennesket muligheden for beskæftigelse, svinder deres evner hen, selvværdet forsvinder og kedsomheden, apati og håbløshed træder i stedet.
- **Identitet:** at have en identitet er at vide, hvem man er. Det betyder at have en fornemmelse for kontinuitet med fortiden en beretning at fortælle andre. Identiteten opstår i et samspil.



LEDELSESMÆSSIGE TILTAG

- Af institutionalisering- bør vi tænke mere bo-fællesskaber for et mere meningsfyldt liv på et center?
- Til rettelse af vagtplaner- at kigge på hvad har borgerne brug for og tilrette ressourcerne
- Hvorfor er det at alt skal forgår mellem kl 7-15?
- At inddrage borgerne i opgaveløsning- vi taler rehabilitering – men rehabiliterer vi?
- Hvad med madlavning? Vask af tøj? Gør rent.....
- Se billedet

LEDELSESMÆSSIGE TILTAG

- At tør at sætte ord på at vores opgave er andet end ”passe på nogen”
- Vi giver omsorg- hjælp til personlig pleje op vi kan yde praktisk bistand
- At inddrage pårørende og frivillige aktiv i daglig dagen og bruge deres ressourcer
- At høre borgerne om deres ønsker i et tidligt forløb og opfordre til at holde fast i egen identitet
- Hjælp til relations dannelse
- Hvordan gør man det?

KONTAKT-ØER

- Udsprunget af demensrejseholds deltagelse
- En kort intensiv kontakt mellem 5-10 minutter dagligt, hvor medarbejderen har tiden til at være alene omkring borgeren og man gør noget sammen, som man har enten aftalt på forhånd eller noget der er akut opstået
- Indholdet af kontakt øen kan variere , men måden , den starter på og slutter er altid den samme
- Et kort eksempel:

EN GODE HISTORIE

- Ellen og hendes højbed.....



ENDNU EN GOD HISTORIE

- Bentes reol.....

AT TÆNKE ALTERNATIV

- Alternativ behandlingsmetoder:
- NADA- akupunktur – lindrer bl.a. smerter og stress, hjælper mod angst og depression
- Geriatrisk massage- massage som er særlig tilrettelagt til ældre mennesker
- Snoezel-rum

AT TØR AT UDFORDRE

- At være imperfekt.....og stå frem med det....
- Hvad betyder det?

- Brugen af Danmarks statistik.....nogen ,der har hørt om det?
- Faldgrube: Sovepude....
- Spørgsmål?

OG HVEM ER JEG?

KATHRIN TERKELSEN

UDDANNET SSA I DANMARK- BOSAT I DK SIDEN 2008

EN ANDEN UDDANNELSE FRA TYSKLAND

DIPLOM I LEDELSE

GIFT MED MARTIN OG MOR TIL TRE BØRN

DANMARKS STØRSTE HÅNDBOLD-FAN

MEN FØRST OG FREMMEST : MENNESKE

GRUPPEARBEJDE

- Hvilke af ovennævnte metoder har du/i prøvet af på jeres arbejdsplads og hvad er gået godt og hvad er gået knap så godt?
- Hvilke af disse tiltag kunne du/ i se ville fungere på jeres arbejdsplads? Hvad kunne være udfordringer?
- Hvilke tiltag ville kræve særlig ledelsesopbakning og hvorfor? Hvad kunne ledelsen støtte op omkring og hvordan kunne det gribes an?
- Gerne som walk and talk 20 min