



DEMENSPLAN 2015 I PRAKSIS I ROGALAND

Stavanger Universitetssjukehus
Helse Stavanger HF

PÅRØRENDE ARBEID

Ingrid L. Braut, psykiatrisk sykepleier, Alderspsykiatrisk poliklinikk
Siri Ueland, geriatrisk sykepleier, Geriatrisk poliklinikk

DEMENSPLAN 2015:

Pårørende skal få faglig veiledning om demenssykdommen, aktuell behandling og tilgjengelige tiltak

Innen 2015 bør pårørendeskoler og samtalegrupper være tilgjengelig i hele landet



Fakta (Demensplan 2015)

- 66 000 personer med demens
- Antall øker med stigende alder
- Hver person med demens har anslagsvis fire pårørende
- 250 000 er berørt



Pårørendes situasjon (Engedal & Haugen, 2005)

- Pårørende til personer med en demenssykdom trenger mye støtte og omsorg.
- For mange blir hverdagen fylt av angst, bekymringer, stress og depresjon.
- Fysiske sykdommer kan forverres og eksisterende psykiske plager kan øke.
- 15 -20 prosent av pårørende kan utvikle en depresjon etter langvarig belastning i forbindelse med omsorgsoppgaver.



Bakgrunn

- Utgangspunkt; kunnskapsbasert flerfamiliegruppe
- Kunnskap om sykdommen, metoder for problemløsning og erfaringsutveksling ruster familiene til å mestre praktiske og følelsesmessige situasjoner
- Metoden har vist seg å ha overføringsverdi og brukes til andre diagnosegrupper



Mål

At pårørende gjennom økte kunnskaper, støtte og hjelp fra gruppen skal stå bedre rustet til å håndtere de praktiske og følelsesmessige utfordringene de møter i hverdagen.



Metode

- Ledet av 2 personer med 60 timers kurs i kunnskapsbasert familiearbeid
- 3 samtaler før oppstart:
 - 1) informasjon
 - 2) krisesamtale
 - 3) genogram
- Undervisningsdag
- Gruppemøter



Struktur

- småprat -15 min.
- runde - 20 min.
- valg av problem - 5 min.
- problemløsning - 45 min
- småprat - 5 min.



Kvalitetssikring

Evaluering:

- NPI – nevropsykiatriske symptomer
- GHQ-12/QL – livskvalitet
- KDV- demensgrad
- Pårørende stress skala
- GDS - depresjonsmål



Hvor langt har vi kommet?

- 7 deltakere
- 3 individuelle samtaler pr. deltaker
- Undervisningsdag
- 5 gruppemøter



Deltakere

- Fra alderspsykiatrisk og geriatrik poliklinikk - SUS
- Alle er pårørende til en person med demens - forskjellige demensdiagnoser
- Kvinner
- Ektefeller
- 2 har sykehjemsplass, 5 er hjemmeboende



Innledende samtaler

1. samtale: Informasjon om kunnskapsbasert pårørendearbeid.
Gjennomgang av gruppestruktur.
2. samtale: Gjennomgang av krisen rundt sykdommen.
”Hva har sykdommen gjort med deg?”
3. samtale: Genogram, utfylling av evalueringsskjema



Undervisningsdag

Hensikt: Kunnskap gir økt evne til mestring.

Alle deltakerne hadde mulighet til å ta med venner og/eller annen familie.

En lørdag fra kl. 10.00 til 14.00



Program på undervisningsdagen

- Pårørende en ressurs v/ sykepleier
- Demens, sykdommer og medisiner v/geriater
- Kommunikasjon, mestring av stress v/ sykepleier
- Hjelpetiltak og økonomiske støtteordninger for personer med demens v/sosinom



1. og 2. gruppemøte

Gruppen møtes hver 3. uke, fast tidspunkt fra kl. 17.30 til 19.00

Målsetting: Deltakerne blir kjent med hverandre.

Deltakerne forteller hvordan sykdommen har påvirket dem

Informasjon om taushetsplikt og moralsk taushetsplikt



Fra 3. møte og utover

Gjennomført 3 gruppemøter etter problemløsningsmetoden

Gruppen avsluttes i desember 2010, deltakerne fyller ut evalueringsskjema



Våre erfaringer

- Alle deltakerne er sterkt berørt av sykdommen, og har behov for å fortelle om sin situasjon
- Viktig at gruppelederne er tydelige og holder strukturen
- Mange aktuelle problemstillinger
- Viktig at det er den enkelte pårørende som eier problemet og løsningsforslagene, ikke gruppelederne eller de andre deltakerne
- Enkelte av gruppemedlemmene har kontakt også utenom gruppemøtene



Pårørendes erfaringer

- Godt å møte andre i samme situasjon
- ”Godt å vite at noen forstår hva jeg snakker om”
- ”Endelig noen som spør hvordan jeg har det”
- ”Jeg blir trist av å høre på hvordan de andre har det, blir min mann også slik?”
- ”Det er fint å vite at jeg har noen jeg kan spør hvis det blir vanskelig”





Takk

for

oppmerksomheten !

