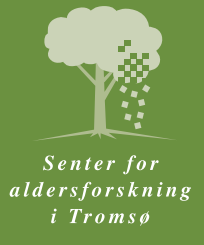


Nyhetsbrev



Senter for
aldersforskning
i Tromsø

Undervisningssykehjemmet og Senter for aldersforskning i Tromsø. Nr. 5 - 2005

I dette nyhetsbrevet:

- De gamle skjønner det nok selv" v/
Liv Wergeland Sørbye
- Nasjonal konferanse
om beinskjørhet og
fysisk aktivitet hos eldre
- Årets Peter Hjort pris
- Midler som utløser
øyeblikkets gleder
- Frie midler 2006

Orienteringer:

- Vårkonferansen
21. mars 2006



Redaksjon og foto:
Pål Vegar Storeheier,
Kirsti Hagen og
Toril B. Mobakken

"De gamle skjønner det nok selv"

– Hvorfor er det da så vanskelig å snakke om døden?

Liv Wergeland Sørbye førsteamanuensis ved Diakonhjemmets Høgskole, Oslo.

Brukemedvirkning er et sentralt begrep i dagens eldreomsorg. De gamle som har behov for sammensatte tjenester har rett til å få en Individuell Plan. I denne planen skal vedkommende selv være aktivt med i utformingen og de pårørendes ønsker skal også bli hørt. Hvilken plan legges så for omsorg ved livets slutt? Hospicefilosofien ble introdusert i Norge på slutten av 70' tallet. Erfaringene fra Dame Ciceli Saunders og hennes team ved St. Christoffer Hospice i England ble toneangivende. Helsepersonell skulle lære seg til å observere og imøtekomme den døendes behov for fysisk, psykisk, sosial og åndelig omsorg. I utforminger av individuelle planer for kronisk syke ute i kommunehelsetjenesten er det relativt lett å sette opp behov, mål og tiltak.

Kjernen i planen kan for eksempel være rettet mot rehabilitering etter et lårhalsbrudd, språkopplæring etter et hjerneslag eller sårstell på grunn av arteriellsvikt. Tiltak i forhold til alkoholmisbruk og voldelig atferd kan også åpent drøftes og konkret beskrives i planen. Det er viktig med kontinuitet i pleiestaben enten det er i hjemmetjenesten eller i sykehjem. Når pleierne kjenner den gamle ser de om det skjer en klinisk endring. Pleierne observerer når matlysten avtar, kreftene svikter eller den gamle er mindre interessert i det som skjer rundt seg og sover mye av dagen. Erfarne sykepleiere skjønner at nå begynner det å gå mot slutten, men det blir sjelden laget en plan for dødspleien. De gamle blir også sjelden konkret spurt om hvilke ønsker de har for den siste tiden. Det er derfor vanskelig å vite om de tiltakene som personalet setter i verk er det de gamle selv ønsker. Tverrfaglighet som er et viktig prinsipp i utformingen av en Individuell Plan er lite synlig.



Liv Wergeland Sørbye

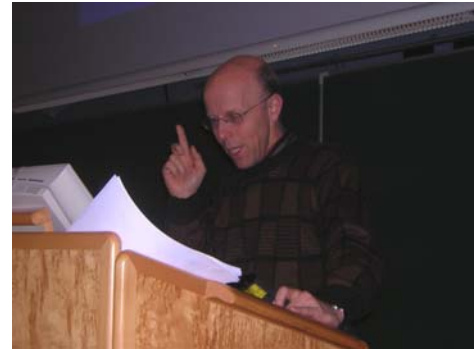
I høst har jeg hatt samarbeid med Kroken sykehjem om bruken av et internasjonalt vurderingsskjema Resident Assessment Instrument for palliativ "care" (RAI-PC). Dette er ikke et intervju-skjema, men som navnet sier, skal det gjøres en vurdering. De ansatte skal fylle ut skjemaet ut fra den gamles helhetlige situasjoner; symptomer, behandling og pleie. Et spørsmål omhandler forventet levetid. Her er det igjen personalets vurdering som skal registreres. På skjemaene blir det oftest fylt ut "vet ikke".

For å kunne svare på enkelte av spørsmålene kreves det at de ansatte har snakket med den gamle om dette. Dersom de gamle ikke er kognitiv intakt, bør en i samtale med de pårørende komme frem til hva de gamle selv hadde ønsket. Det viser seg at konkrete spørsmål i forhold til døden er vanskelige å fylle ut. For å kunne legge en plan for pasientens siste levedager, må de ansatte selv erkjenne at nå er tiden inne. "Det er unødvendig å snakke om døden, de gamle skjønner det jo selv," har mange sagt til meg. Ja, jeg også tror at de gamle ofte skjønner det selv. I respekt for den gamles integritet bør de gamle få dele sine tanker angående døden med en som er villig til å lytte. Det er de gamles erfaringer som gir oss yngre mulighet for videre utvikling og visdom.

Nasjonal konferanse om beinskjørhet og fysisk aktivitet hos eldre

Den 21-22 november ble den 8. nasjonale konferansen om eldre avholdt i Tromsø. Temaet for årets konferanse var: "Beinskjørhet, brudd og generelle effekter av fysisk aktivitet hos eldre". I overkant av 100 personer deltok på konferansen som samlet både pensjonister, forskere og fagfolk som arbeider med og/eller underviser i feltet aldring og eldreomsorg.

Under konferansen fikk vi en grundig innføring i hvordan man kan undersøkes for beinskjørhet, hva som skjer ved beinskjørhet og hvem som blir rammet av sykdommen. Vi fikk videre forklart viktigheten av et riktig kosthold og hvordan sykdommen kan behandles medikamentelt. En av foredragsholderne så på hvilke faktorer som kan være med på å forklare hvorfor Norge er på verdenstoppen når det gjelder osteoporotiske brudd. Temaet beinskjørhet ble rundet av med en innføring i behandling og rehabilitering etter osteoporotiske brudd. Konferansen samlet også ledende forskere innen feltet eldre og fysisk aktivitet. I tre foredrag ble viktigheten av trening for alle aldersgrupper understreket. Det ble poengtert at trening er en "ferskvare" og at alle, også sykehjemsbeboere, bør være i jevnlig aktivitet.



Haakon Meyer

Etter tilbakemeldingene å dømme, fant tilhørerne konferansen både interessant og nyttig. For alle som ønsker å se nærmere på hvilke temaer og hva som ble presentert på konferansen, så er presentasjonene til mange av foredragsholderne lagt ut på Senter for aldersforskning sine hjemmesider:

<http://uit.no/172/6578/>



Årets Peter Hjort-pris

Peter Hjort-prisen ble i år tildelt Sigurd Sparr. Han er seksjonsoverlege ved geriatrik avdeling ved UNN og leder for styringsgruppen til Senter for aldersforskning i Tromsø. Det ble fremhevet i begrunnelsen for nominasjonen, at Sigurd Sparr, siden han ble tilknyttet Geriatrik Seksjon, Medisinsk avdeling, RiTØ i 1986, har gjort en fremragende innsats for utviklingen av det geriatrike tjenestetilbudet i Nord-Norge. Før sin tilknytning til UNN var han mangeårig leder v/ Medisinsk Avdeling, Kirkenes Sykehus, og gjorde også da en flott innsats for befolkningen i Nord-Norge.



Peter Hjort og Sigurd Sparr

Sigurd har gjennom flere år gjort en stor innsats som aktivt medlem i Nasjonalforeningen for Folkehelsen. Sparr har sittet i styret og engasjerte seg tidlig i problemene rundt demenspasienten. Han ble leder av den nyopprettede Demensforeningen i Nasjonalforeningen, og sitter også i styret til Alzheimer Europe, en internasjonal gruppe som arbeider med demens. Sparr har vært et aktivt medlem i Styringsgruppen til Senter for Aldersforskning siden dette ble opprettet og er nå leder av gruppen. Sigurd har alltid og med stor styrke kjempet de eldres sak og har særlig vært opptatt av å utvikle kompetanse på alle nivåer i eldreomsorgen. Han har i tillegg vært en stimulerende lærer for medisinerstudentene. Prisen ble også i år overrakt prisvinneren av Peter Hjort selv. Vi gratulerer med tildelingen.

Midler som utløser øyeblikkets gleder

Red.: Sidsel Figenschow



Elisabeth Meløy viser fram bilder fra prosjektet "Vi fargelegger livet".

Undervisningssykehjemmet i Tromsø fikk i møte med Sosial- og helse-direktoratet den 23. november vist fram noen av sine fargerike prosjekter. Leder Elisabeth Meløy ved avdeling Minde ved Kroken sykehjem har fått i gang malergrupper for pasientene på avdelingen ved hjelp av midler fra undervisningssykehjemmet. – Det er viktig at disse midlene blir fordelt ut til de ansvarlige i avdelingene og utløser aktiviteter for brukerne, sier seniorrådgiver Grethe Løken i Sosial- og helsedirektoratet.

Maleprosjektet **"Vi fargelegger livet"** har vist seg å ha svært så positiv innvirkning på pasientene og skaper også god kontakt mellom pleier og pasient.

- Det å skape noe er viktig for mennesker og det øker også egenverdien for den enkelte. De maler gjerne fra barndommen sin, som igjen utløser en historie som skaper gode minner og god dialog. Det gjør også noe med personalet når man i hverdagen kan møte beboerne på en annen måte, det skaper mer forståelse, sier Elisabeth Meløy.

Verandahagen

Ved avdeling Dalheim ved Omsorgstjenesten Jadeveien har aktivitor Aud Jacobsen fått gode resultater på sitt prosjekt "Verandahagen", hvor pasientene har fått engasjere seg med planting og passing av blomster på verandaen og i et drivhus i hagen.

- Mange av våre beboere er fysisk spreke, men har mistet evnen til å gjøre handarbeid. Pasientene er med å plukke blomster, så, prikle og plukke bort visne blader. Mange står gjerne i kjøkkenvinduet og ser ut på verandaen og opplever øyeblikkets glede ved å se at det vokser og gror, sier Aud Jacobsen.

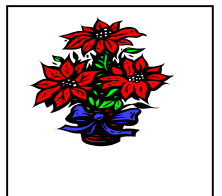
Som fisken i vannet

Psykologistudentene Kjersti Torsteinsen og Camilla Pedersen som jobber deltid på avdeling Dalheim, har vært med å få i gang et bassengprosjekt ved hjelp av de frie midlene fra Undervisningssykehjemmet. De har hatt med seg en gruppe beboere til bassenget ved Elisabethsenteret med stort hell.

- Vi opplever at det sprer mye glede blant pasientene å få bevege seg i vann, og det har også utløst noe å prate med om med de pårørende. Dette burde ha vært en fast aktivitet for eldre mennesker med demens, men vi skjønner at det blir for dyrt i den daglige drift, sier de to psykologistudentene.

- Det er viktig å ikke ha sperre på hva man kan gjøre for demente. Vårt mål er selvsagt at de aktivitetene som utøses av midler fra undervisningssykehjemmet, skal bli faste innslag på avdelingene. Uansett skaper aktivitetene mye motivasjon og glede blant beboere og personalet, vi får dobbelt opp på en måte, sier leder Kirsti Hagen i Undervisningssykehjemmet i Tromsø.

Seniorrådgiver Grethe Løken, lege Peter Hjort og representanter fra Undervisningssykehjemmet (USH) hadde senere på dagen møte med administrativ ledelse i kommunen med gjennomgang av USH Tromsø sin aktivitet 2005 og planer for 2006.

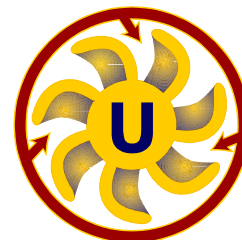


Utlysning "Frie midler 2006"

Tiltaket "frie midler" videreføres for 2006. Det kan gis økonomisk støtte til fagprosjekt fra enkeltpersoner eller flere personer sammen. Styret for Undervisningssykehjemmet i Tromsø fastsetter hvor mye av budsjettet som skal avsettes til frie midler hvert år, og har besluttende myndighet i forhold til tildeling av midlene. Små lokale prosjekt blir prioritert framfor store prosjekt og sykehjem blir prioritert fram for hjemmetjeneste og andre søkere. Søknadsfrist er **1. februar 2006**. Kriterier, satsingsområder og søknadsskjema fås ved henvendelse til Undervisningssykehjemmet. Se adresser nederst på denne siden. Bruk gjerne E-post adressen uspkrok@start.no



Orienteringer



Vårkonferansen 2006

Noen av prosjektene vil bli trykket opp eller publisert i fagtidsskrift. Et lite utvalg av prosjektene vil bli lagt fram på Vårkonferansen tirsdag 21. mars 2006.



Månedens ord:

Det jeg ser, glemmer jeg.
Det jeg hører, husker jeg
Det jeg gjør, forstår jeg.

Kinesisk ordtak

Slik når du de ansvarlige i SAT og USH

Ansvarlige ved SAT:

Daglig leder Pål Vegar Storeheier. Adresse: Senter for Alderforskning i Tromsø, Forskningsparken, 9294 Tromsø. Telefon: 776 46940 / 414 41306 e-post: sat@fagmed.uit.no. SAT sin hjemmeside er: <http://uit.no/172/>

Ansvarlige ved USH Tromsø:

Kontoret til USH er i andre etasje på Kroken sykehjem. Vi har telefonnummer; 77 67 28 50 og 77 75 73 47. Der kan medarbeiderne treffes. Undervisningssykehjemets e-postadresse er: uspkrok@start.no. Leder; Kirsti Hagen, treffes på telefon 77 67 28 50 og 77 75 73 47, e-post; kirsti.hagen@tromso.kommune.no

Fagutviklingssykepleier Toril Bülow Mobakken; treffes på telefon: 77 75 73 46 og 48 03 45 99, e-post: toril.b.mobakken@tromso.kommune.no USH Tromsø sin hjemmeside er: www.tromso.kommune.no/undervisningssykehjemmet

*God Jul og Godt nytt år
ønsker vi alle våre lesere og samarbeidsparter!*