

Kapitel 9

Använda hjälpmedel

Gösta ska gå till affären. Hans fru Marit ser till att han har med sig den nya, lättsköta mobiltelefonen med bara några få knappar på. De har tränat så att Gösta kan svara när Marit ringer honom och han kan även själv ringa hem till henne. Förut blev Marit orolig så fort det dröjde några minuter längre än vanligt innan han kom hem. Gösta har gått vilse ibland och hon är förstärdd att det ska upprepas. Mobiltelefonen ger dem båda större trygghet och gör att Gösta kan fortsätta gå ut och handla på egen hand.

– Hejdå! Ska jag handla nåt gott till kaffet också? säger Gösta och går ut genom dörren.

När en person drabbas av en demenssjukdom kan teknik ha både positiv och negativ inverkan på livskvaliteten. Ofta får personen så småningom allt större problem att klara den vanliga vardagstekniken. Bankomat, banktjänster med hjälp av knapptelefon, fjärrkontroller och portkoder är exempel på teknik som kan ställa till svårigheter när minnet och tankeförmågan försämras.

Samtidigt kan teknik som anpassats för ändamålet vara till hjälp och stöd i olika stadier av sjukdomen. Hjälpmedel som är avsedda att kompensera för kognitiva problem, till exempel minnessvikt och nedsatt orienteringsförmåga, kallas *kognitiva hjälpmedel*.

Lite forskning om effekterna

Det finns än så länge inte mycket forskning om effekterna av kognitiva hjälpmedel för personer med demenssjukdom. Socialstyrelsens rekommendationer på detta område bygger därför till stor del på den erfarenhet som hittills finns.

Rekommendationer om hjälpmedel

Hälso- och sjukvården och socialtjänsten bör:

- ge stöd i användningen och följa upp all användning av hjälpmedel. Prioritet 2.

Hälso- och sjukvården och socialtjänsten kan:

- erbjuda kognitiva hjälpmedel till personer med mild till måttlig demenssjukdom. Prioritet 4.
- erbjuda elektroniska trygghetssystem i form av såväl individuella (Prioritet 4) som generella larm (Prioritet 5).

Hjälpmedel som är avsedda att kompensera för till exempel minnessvikt och nedsatt orienteringsförmåga kallas kognitiva.

För vems skull? Det kan vara en bra fråga att ställa sig när man funderar på att införa ett tekniskt hjälpmedel i vardagen för en person med demenssjukdom. Tekniska hjälpmedel kan öka personens självständighet och livskvalitet. Hjälpmedel kan ge trygghet för både personen själv och för anhöriga. Men de kan också vara ett intrång i den personliga integriteten och upplevas negativt på andra sätt. Om hjälpmedlet exempelvis upplevs som svårt att förstå sig på, kan det bli en smärtsamt påminnelse om försämringar som orsakas av sjukdomen. Det finns också en risk att teknik används för att minska antalet vårdare och kortsiktigt spara pengar utan hänsyn till de berördas livskvalitet.

Med andra ord, det gäller att ta vara på de positiva möjligheter till förbättrad livskvalitet som tekniska hjälpmedel kan innebära – och samtidigt vara medveten om riskerna.

Fortlöpande uppföljning av hjälpmedel

Den fortskridande demenssjukdomen gör att situationen förändras för personen med demenssjukdom och de anhöriga. Ibland försämras tillståndet snabbt, ibland långsamt med små knappt märkbara steg. Denna ständigt pågående förändring gör att personens användning av teknik och hjälpmedel måste följas och utvärderas.

Ett hjälpmedel som fungerade bra och var till glädje och nytta för fyra månader sedan kanske idag bara är ett irritationsmoment. Det som nyligen fungerade som minnesstöd kanske behöver kompletteras med ett nytt hjälpmedel eller bytas ut när minnet försämras.

En person med demenssjukdom kan givetvis ha nytta av olika hjälpmedel som inte har med de kognitiva problemen att göra. Det kan handla om exempelvis gånghjälpmedel, glasögon och hörapparat.

Erfarenheten visar att personer med demenssjukdom ofta får allt svårare att använda sådana hjälpmedel ju längre sjukdomen fortskrider. Det är viktigt att vårdaren är uppmärksam på sådana problem och försöker ge personen det stöd som behövs för att hon ska kunna använda hjälpmedlen.

Exempelvis kan man på ett respektfullt sätt behöva påminna om hjälpmedlen och om hur de ska användas.

Ökade satsningar på kognitiva hjälpmedel

Hittills har det inte varit särskilt vanligt i Sverige att personer med demenssjukdom får hjälpmedel som kan minska olika problem som har att göra med försämrade kognitiva funktioner. Satsningar görs dock för att öka användningen av kognitiva hjälpmedel och kunskapen på området har ökat, inte minst bland arbetsterapeuter. Samtidigt har nya produkter utvecklats.

Med kognitiva hjälpmedel menas till exempel hjälpmedel som ger stöd för minnet, tidshjälpmedel och teknik som ska hjälpa personen att orientera sig. Det kan bland annat handla om anpassade handdatorer, olika typer av kalendrar, klockor och fickminnen med inspelade påminnelser och information av olika slag.

Det saknas än så länge vetenskapligt underlag för att bedöma effekten av kognitiva hjälpmedel för personer med demenssjukdom. Men det finns en hel del fallbeskrivningar och mindre studier som tyder på att sådana hjälpmedel kan vara till nytta. Tydligast är detta i den tidiga sjukdomsfasen då personen bor kvar hemma.

Det är viktigt att ta reda på vilken nytta kognitiva hjälpmedel kan ge, för vilka personer de är bra och hur de bäst kan användas.

Elektroniska trygghetssystem kan öka tryggheten

Personer med demenssjukdom kan långt in i sjukdomen vara i god fysisk

form. De kan ha ett stort behov av att få röra på sig och den fysiska aktiviteten är viktig för hälsa och välmående.

Samtidigt kan rörlighet och rörelsebehov ställa till problem eftersom den kognitiva funktionsnedsättningen ofta drabbar orienteringsförmågan. Det är inte ovanligt att personer med demenssjukdom går vilse även i tidigare välkända omgivningar.

Risken för att personen ska gå vilse och kanske råka ut för en olycka skapar otrygghet för anhöriga och för personen själv. Även för vård- och omsorgspersonal är detta ett problem som skapar oro och osäkerhet.

Det finns ett flertal olika elektroniska trygghetssystem som kan förhindra att personer med demenssjukdom går vilse eller underlättar sökandet om detta ändå sker. Några exempel är passagelarm vid ytterdörren, larmmattor, säng- och rörelsevakter. En person med demenssjukdom som tycker om att vara ute och gå, men lätt går vilse, kan få en bärbar GPS-sändare som liknar en armbandsklocka. Sändaren kan aktiveras om personen inte kommer tillbaka som väntat och därmed kan den sjuke lokaliseras av polisen.

Användningen av denna typ av elektroniska trygghetssystem föutsätter ett godkännande från personen med demenssjukdom.

Forskningen om effekterna av elektroniska trygghetssystem för personer med demenssjukdom är knapphändig. Studier pekar på att de kan minska anhörigas oro. Beprovad erfarenhet tyder även på att GPS-sändare kan öka säkerheten för personer med demenssjukdom.

Reflektera och diskutera

- 1 Vilka problem har dina vårdtagare med att använda vanlig vardagsteknik?
- 2 Har ni på din arbetsplats något tekniskt system för att förhindra att personerna med demenssjukdom går ut och går vilse? Ser du någon risk att ett sådant system inkräktar på den personliga integriteten? Diskutera!
- 3 Ibland kan samma hjälpmedel öka eller minska livskvaliteten för en person med demenssjukdom, beroende på hur det används. Ge exempel!