

Hverdagens dimensjoner i livet til en hjemmeboende Alzheimerpasient

Observasjonene og struktureringen er basert på samvær med Alzheimerpasient i 3 uker.

Riitta Hellman
Karde AS
Juli 2008

**ALDERN-forprosjekt
IT Funk**

Noter

- Observasjonene er gjort med pasientens fulle samtykke.
- Pasienten er en mann. En kvinnes liv vil kunne være annerledes på mange punkter.
- Dialogene er autentiske, men noe forkortede.
- Situasjonene har gjerne vært preget av ”demensadferd” i tillegg til selve temaet (se neste side).
- Mange kategorier har overlapp med andre kategorier.
- Poenget er å formidle hverdagens utfordringer som påvirker mestring, velvære og trivsel når pasienten bor hjemme – kanskje kan teknologi hjelpe?

10 tidlige tegn på demens (www.geria.no)

- 1. Hukommelsestap som påvirker arbeidsevnen**
- 2. Problemer med å utføre vanlige oppgaver**
- 3. Språkproblemer**
- 4. Desorientering i forhold til tid og sted**
- 5. Svekket dømmekraft**
- 6. Problemer med abstrakt tenkning**
- 7. Feilplassering av gjenstander**
- 8. Forandringer i humør og atferd**
- 9. Atferdsforandringer**
- 10. Tap av initiativ**

Utfordringer knyttet til hukommelse og hverdagslivet
*Å huske å gjøre ting
Å huske hvordan ting gjøres*

MAT

KONTAKTER

PERSONER

PERSONLIG HYGIENE

HELSESTELL

PENGER

MEDIER

TID

KLÆR

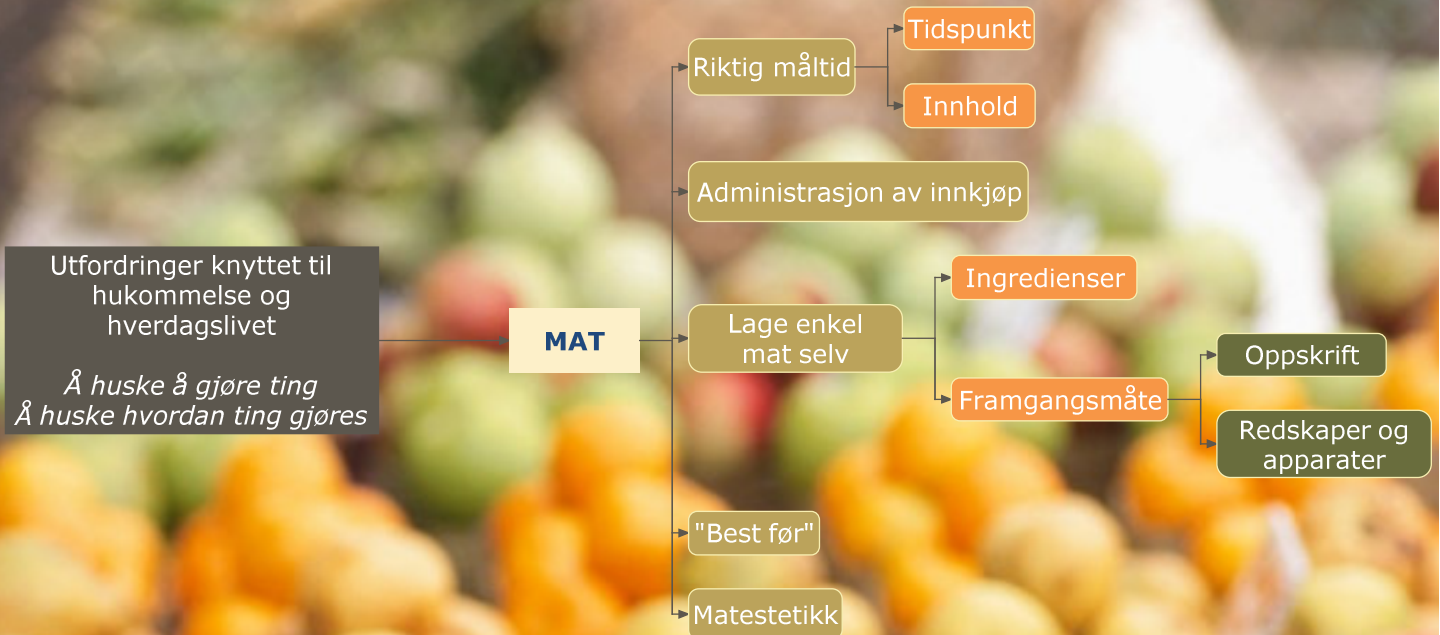
BOLIG

MOBILITET

DAGSRYTME

OMSORGSAPPARAT

Mat



"Riitta, spis nå noe du også."

"Jeg kan ta en youghurt."

"De er i kjøleskapet."

"Jeg finner det jeg skal ha, bare sitt.

Du far, disse er jo vel modne. Når kjøpte du disse? Og pålegget også, dette ser ikke bra ut. Spiste du av denne skinken i dag?"

"Jeg gjorde vel det. Jeg merket ikke noe. Jeg har vært i butikken flere ganger og returnert dårlige varer."

"Kanskje du kjøper for mye av gangen?"

"Man kan ikke kjøpe to skiver savelat."

"Far, hei, drikker du melk rett ut av kartongen?"

"Det er jo bare meg som drikker melk her. Jeg bor alene."

"Likevel. Vil ikke det være hyggeligere å dekke bordet og sette seg ned og spise litt pent?"

"Det er den samme melken uansett. Alt blir rørt sammen i magesekken."

Kontakter

Utfordringer knyttet til hukommelse og hverdagslivet

*Å huske å gjøre ting
Å huske hvordan ting gjøres*

KONTAKTER

Viktige telefonnumre

Nødnumre

Hjelpende nabo

”Far, hvor er arket med alle dine viktige telefonnumre?”

”I en perm.”

”Perm? Bankpermen?”

[perm med salig kaos i]

”Ja, med alle andre viktige papirer.”

”Det er litt dumt. Da finner du det ikke når du trenger det.”

”Har ikke hendt.”

”Det er ikke lenge siden du ringte til meg for å få tak i nummeret til tante Leila. Fant du ikke arket?”

”Hvordan tror du jeg kunne ringe til deg da?”

”Fordi nummeret mitt er teipet på bordet ved siden av telefonen.

”Hmh.”

”La arket ligge ved siden av telefonen.”

”Hvorfor?”

”Riitta, har jeg gitt deg en nøkkelen til leiligheten.”

”Nei, det er vel én av naboene dine som har den.”

”Det er det ikke.”

”Ikke det? Det skulle jo være noen her i oppgangen som kan slippe deg inn om du glemmer nøkkelen.”

”Neeih. Da kan jeg ringe vaktmesteren.”

”Hvordan da, du kommer jo ikke inn? Men uansett, jeg har ikke nøkkelen.”

”Nummeret til vaktmesteren står på oppslagstavlen i nederst i oppgangen.”

”Hvilken telefon bruker du da?”

”Naboens, skjønner du.”

”Du fikser det sikkert.”

Personer

Utfordringer knyttet til hukommelse og hverdagslivet

*Å huske å gjøre ting
Å huske hvordan ting gjøres*

PERSONER

Navn

Alder

Sted

Slekt

Yrke

Vennskap

Tjenesteyting

Kontakt

”Far, hva heter hun hjemmepleiekontakten din igjen?”

”Mener du ... nåh ... hun der ... Herre Gud, ... si det nå ...”

”Maiju ett eller annet. Jeg skal ringe til henne. Hva er etternavnet hennes?”

”Kurppa. Samme som mannens selvfølgelig. Han er jo tannlege. Jeg har riktig nok aldri gått til ham for vi brukte jo vår tannlege i Helsingfors, du husker, hun med oppskriften for enkel makaronigrateng. Man kunne ikke mislykkes selv om man aldri hadde laget mat før. Husker du, jeg laget jo denne retten ofte etter at mor døde. Mor ...”

”Riitta, hvor gammel er Meri nå egentlig? Husker du?”

”Hun ble 19. Du husker vi ordnet gave til henne?”

”Ja ja, selvfølgelig. Hvor gammel ble hun nå?”

”19 år.”

”Enn han høye gutten?”

”Mener du Ask?”

”Ja, han høye.”

”Ask er 17. Han er 2 år yngre enn Meri.”

”Det er greit, men hvor gammel er Meri nå?”

”19.”

Personlig hygiene

Utfordringer knyttet til hukommelse og hverdagslivet

*Å huske å gjøre ting
Å huske hvordan ting gjøres*

PERSONLIG HYGIENE

Dusje

Tannpuss

Velge og skifte undertøy

Skifte sengetøy

Stelle negler og hår

Barbere seg

”Riitta, trenger jeg å barbere meg?”

”Tjaah, kanskje det. Skjegget er blitt litt langt.”

”Synes det? Det er jo hvitt?”

”Jo, det synes ganske godt.”

”Jeg finner ikke strømledningen til barbermaskinen. Jeg må til bensinstasjonen for å spørre om de har sånne. ”

”Bensinstasjoner selger ikke strømledninger til barbermaskiner.”

”Jeg kjenner eieren. Han kan ordne det. Han ordnet alt med bilen også når ...”

”Far, når dusjet du sist?”

”Det er ikke så lenge siden.”

”Var det i dag?”

”Neei. Husker ikke.”

”Kanskje du gjør det nå?”

”Nei, ikke akkurat nå.”

”Hvorfor ikke?”

”Jeg hadde tenkt å lese avis akkurat nå.”

”Etterpå da?”

”Vi får se.”

”Jeg synes du burde.”

”Vi får se.”

Helsestell

Utfordringer knyttet til hukommelse og hverdagslivet

*Å huske å gjøre ting
Å huske hvordan ting gjøres*

HELSESTELL

Riktige medisiner
til riktig tid

Tabletter

Salver

Øyedråper,
nesespray

Medisinering ifm. mat og drikke

Selvtesting

Vekt

Blodtrykk

Blodsukker

Sårstell

”Far, jeg ser du har en blodtrykksmåler i skapet. Skal du måle blodtrykket selv?”

”Nei, den er mors.”

”Men mor er jo død for mange år siden. Når har denne dukket opp da?”

”Jeg aner ikke.”

”Kan du ha fått apparatet av helsesøsteren?”

”Nei. Jeg har ikke høyt blodtrykk. Aldri hatt.”

”Riitta, har jeg har tatt dagens lunsjtabletter?”

”La meg se på dosetten. Jada, det er tomt i tirsdagens klokken-12-rom.”

”Hvilken dag er det i dag?”

”Far, det er tirsdag.”

”Tok jeg pillene i går?”

”Jada, det er tomt der også.”

[og om og om igjen]

Penger

Utfordringer knyttet til hukommelse og hverdagslivet

*Å huske å gjøre ting
Å huske hvordan ting gjøres*

PENGER

Saldo i banken

Nok penger i lommeboken

Regningene betalt

"Nei!"

"Riitta, kunne du gjøre meg en tjeneste. Jeg får ikke stoppet abonnementet av partiavisen. Jeg leser den ikke mer. Jeg har sagt fra, men det hjelper ikke."

"Har du ringt og sagt opp abonnementet?"

"Nei, jeg har bare ikke betalt regningene."

"Jeg ringer og forklarer saken."

"Si at jeg ikke skal betale regningene."

[i butikken].

"Ja, da blir det 28,80 €."

"Hva?"

[tilbyr bibliotekskort, bensinkort osv.]

"Kortet med tre blå rundinger – det er det riktige kortet."

"Hvorfor sa De ikke det med én gang da!"

"Du har, far, ganske mange ark med saldspøringer her. Hvorfor går du så ofte i banken og spør om saldo? Har du rot i økonomien?"

"Nei. Jeg vil bare se hva som skjer."

"Hva tror du at skjer?"

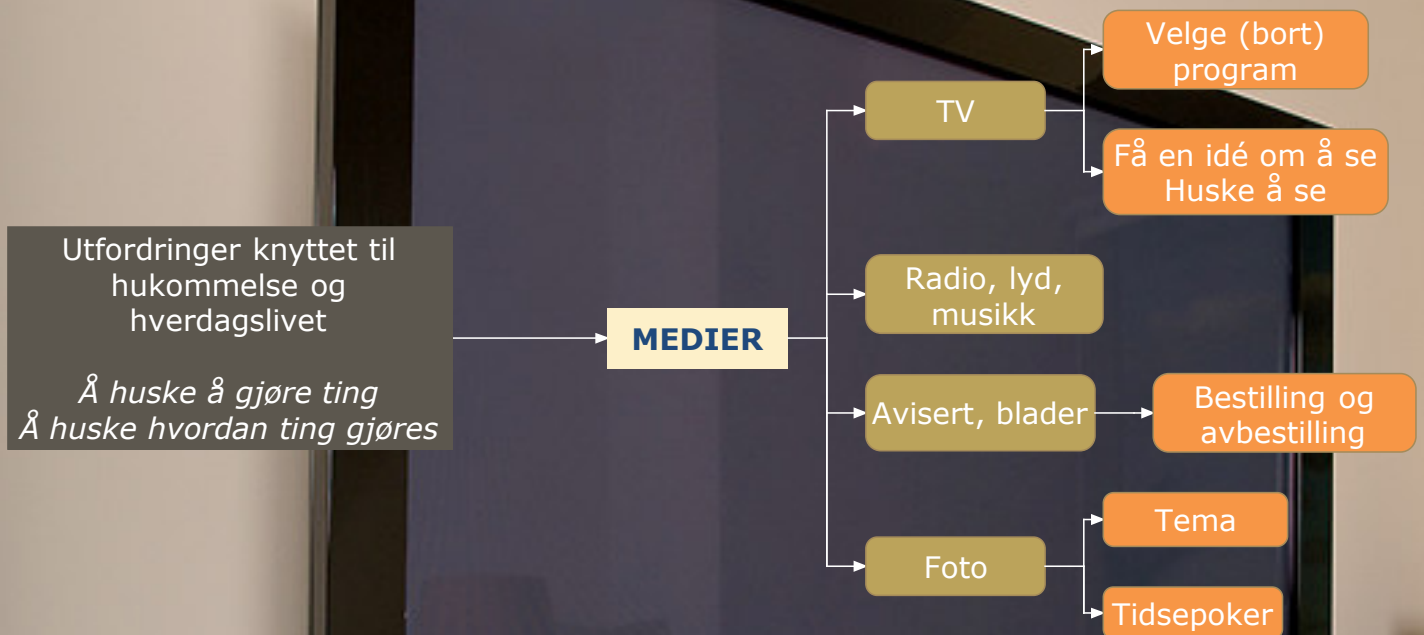
"Ikke noe. Jeg bare sjekker."

"Sikkert?"

"Ja!"

[350 € i lommeboken]

Medier



”Far, har du lyst å se på en film?”

”Ja, hvorfor ikke.”

”Hva slags film? Eller la meg gjette? En James Bond eller en episode av Hercules Poirot?”

”Riktig.”

”Hvilken da – du har jo sett alle?”

”Spiller ingen rolle, de er like gode alle sammen.”

”Riitta, kan du se hva som er galt med radioen.”

”Er det noe galt?”

”Det kommer ingen lyd.”

”Det er ikke så rart, volumknappen er jo på null.”

”Ja fordi de spiller så høyt og det er bare reklame.”

”Men hva vil du høre på da?”

”Operetter. Ikke opera altså. Operetter. Og Strauss.”

”Akk og ve.”

Tid

Utfordringer knyttet til hukommelse og hverdagslivet

*Å huske å gjøre ting
Å huske hvordan ting gjøres*

TID

Fortid → Viktige ting som faktisk har skjedd

Her og nå → Dag og tid → Tidsramme til neste hendelse

Framtid → Om kort tid → Avtaler og frister

Om lenger tid → Avtaler og frister

Høytider

Merkedager

”Far, skulle vi ta en tur til biblioteket nå?”

”Nei, maten kommer snart.”

”Vi har god tid. Maten kommer ikke før klokken tolv. Der er halvannen time til. Det tar fem minutter å gå dit. Og du vet jo hva du vil ha. En ny Far Camillo eller Karis karikaturbok.”

”Maten kan komme tidligere. De er ikke så presise.”

”Vi har veldig god tid likevel. La oss gå.”

”Jeg vil ikke være borte når de kommer med maten.”

”Ok. Da går vi etter lunsjen.”

”Hvor hen?”

”Riitta, har vi fått beskjed om helsekontroll?”

”Ja, DU har fått beskjed. Du har skrevet det i kalenderen din. Det er i august en gang.”

”Da kan jeg ikke reise til Oslo.”

”Mener du at du ikke kan reise i august noen steder fordi du har helsekontroll? Dessuten kan avtalen flyttes om nødvendig.”

”Det er bedre senere når det ikke skjer så mye. Jeg skal til tannlegen også.”

”Når da?”

”Jeg må først bestille time.”

Klær

Utfordringer knyttet til hukommelse og hverdagslivet

*Å huske å gjøre ting
Å huske hvordan ting gjøres*

KLÆR

Klær etter vær

Knapper, lisser, borrelås

Nattøy

Rent, skittent eller kastegods

Innesko eller utesko

"Far, har du lagt deg, eller hviler du bare."

"Jeg har lagt meg. Klokken er masse."

"Ok, men da må du skifte til nattøy."

"Hæ?"

"Du har ikke skiftet til nattøy!"

[stille]

"Far?"

"Ja?"

"Skal du skifte?"

"Hva for noe?"

"Du må skifte. Du har vanlige klær på deg i sengen."

[stille]

"Far?"

"Ja?"

"Du MÅ skifte. Stå opp."

"Faen heller."

"Far, skal vi rusle en liten en tur i dag?"

"Nei – det regner."

"Det gjør det ikke. Se ut av vinduet."

"Kan hende det regner snart."

"Nei men pappa, nå går vi tur! Det er kjempefint vær!"

"Kan hende det regner snart. Det har regnet masse den siste tiden. Nesten hver dag."

"Javel. Da tar vi bare klær etter vær. Her har du dine gummistøvler. Mer trenger vi ikke, pluss paraply."

"De der er ikke mine støvler."

Bolig

Utfordringer knyttet til hukommelse og hverdagslivet

Å huske å gjøre ting
Å huske hvordan ting gjøres

BOLIG

Bruke apparater

Lukke og låse
dører og vinduer

Finne ting og
plassere ting

Slå strømmen av
og på

Rydde og vaske
(litt)

WC

Vaskebenk og
kjøleskap

Søppel og aviser

"Riitta, har du tatt nøkkelen til kjellerboden?"

"Nei, den er i nøkkelkrukken. Det står 'kjeller' på den."

"Den virker ikke."

"Jaha. Vi går ned og ser. Kom."

[tur til kjelleren]

"Hit."

"Neida, din kjellerbod er her. Se nå, nøkkelen virker som bare det. Men du må velge riktig dør.

Her var det mye rart – så mange gamle aviser. Skulle ikke disse kastes i pairinnsamlingsdunken."

"Jeg skal gjøre det senere. Jeg har et system."

"Hva slags system?"

"System bare!"

"Far, du slo ikke av lyset fra kjøkkenet i går kveld. Jeg trodde du ble veldig sen, men du hadde bare glemt lyset på."

"Jeg finner ikke lysbryteren til lysrøret."

"Den er i enden av lysrøret. Der. Helt vanlig."

"Hmh."

"Er det derfor du ikke bruker lys over kjøkkenbenken?"

"Jeg lager ikke mat."

"Men du lager brødkiver og sånt. Du trenger godt lys til det også."

"Hmh."

Mobilitet

Utfordringer knyttet til hukommelse og hverdagslivet

*Å huske å gjøre ting
Å huske hvordan ting gjøres*

MOBILITET

"Far, har du handlelisten?"

"Ja."

"Og nøkkel?"

"Ja, begge."

"Begge?"

"Én i hver lomme."

[handletur]

"Gikk det bra, far? Jeg tømmer handleposen. Du... glemte du frukten?"

"Stod det i listen...? Ja, søren. Jeg skal skrive en ny handleliste."

"Liste med bare frukt i?"

"Det er jo det som mangler, vel."

[ny handletur, ny nøkkelkontroll]

Påkledning

Kalt

Varmt

Vått

Butikk, kiosk

Post og bank

Eldresenter

Ærend

Bibliotek

Helsesenter,
apotek

Frisør, fotpleier

Frisk luft

Framkomstmiddel

Til fots

Drosje, buss

Privat skyss

Nøkkel

Nødrutine

"Far, lurer du på noe?"

"Disse hanskene – hvem er de sine?"

"Det er dine hansker, far."

"Mine?"

"Jada. De her andre her, de er damehansker og mine."

Dagsrytme

Utfordringer knyttet til hukommelse og hverdagslivet

*Å huske å gjøre ting
Å huske hvordan ting gjøres*

DAGSRYTME

Våkentid

Tidspunkter

Innhold

Sovetid

Vekking

Tilstrekkelig hvile

Nattesøvn

Ettermiddagslur

"Far, i morgen må vi stå opp tidlig. Vi skal reise. Hvor er vekkeklokken din?"

"Jeg trenger den ikke."

"Vi kjøpte jo ny vekkeklokke til deg. Hvor er den?"

"På kjøkkenbordet."

"Vi kjøpte den for at du skal kunne stille den når du trenger vekking. Se her, her er tidspunkt, her er av og på."

"Å ja!"

"Greier du ikke å bruke den?"

"Jeg våkner alltid tids nok."

"Far, i dag er det tirsdag. Er ikke tirsdag torgdag her?"

"Jo. Er det tirsdag i dag?"

"Vi kan gå og se om de har fisk."

Og på lørdag varmer vi badstuen. Lørdag er badstuedag."

"Det er evigheter siden jeg har tatt badstue. Jeg liker bedre å dusje."

"Du må dusje ofte. Men badstue er typisk en hellegeire."

"Det spiller ingen rolle. Alle dager er jo like."

Omsorgsapparat

Utfordringer knyttet til hukommelse og hverdagslivet

*Å huske å gjøre ting
Å huske hvordan ting gjøres*

OMSORGSAPPARAT

Hjemmesykepleie

Dosering av medisiner

Legavtaler

Hjemmehjelp

Rengjøring

Luftetur

Fastlege

Velvære

Fotpleier

Frisør

”Jeg var hos Raatikainen. Du husker ham, min fastlege. Vi gjorde alle mulige tester igjen. Alt er bra. Men jeg har jo Alzheimer. Men det visste du.”

”Hva med hukommelsen, tok du en test.”

”Jada. Det gikk bra.”

”Like bra som sist?”

”Nesten bedre.”

”Mener du det, far?”

”Jeg fungerer bedre nå enn for ett år siden. Jeg får jo medisiner.”

”Kanskje ordentlig matstell hjelper også?”

”Jeg klarte i hvert fall testen fint. Jeg svarte på alt.”

[MMSE]

”Far, har du bestilt fotpleie?”

”Det er HUN som ringer meg. Det har vi avtalt.”

”Javel. Kommer hun hit eller går du til salongen?”

”Jeg går til salongen. Hun bruker utrolig mye sminke.”

”Er hun flink?”

”Hun er profesjonell fotpleier. Og så snakker hun en hel masse hele tiden.”

”Liker du henne?”

”Hun har en skikkelig neglesaks. Helt annet enn min negleklipper.”