

Situationsbestemt stimuli har stor effekt på mennesker med demens

Ane Eskildsen, Brand- and Communications Manager

DemensCentrum Aarhus arbejder aktivt med stimuli i en ny kombination af både lys, lyd og billeder til at berolige udadreagerende demensramte borgere. Resultatet af en analyse viser, at de skræddersyede stimuli bl.a. får den demensramte til at falde til ro, reducerer vandring og øger nærvær og glæde.

Mennesker med demens er ofte urolige og kan have en udadreagerende, agiteret adfærd. De kan opleve en forstyrret døgnrytme og søvnforstyrrelser. Udfordringer som kan være svære at tackle for den demensramte, personalet og de pårørende.

Når personalet leder efter en behandling er svært ofte medicin, men det kan skabe nye problemer på grund af en række bivirkninger.

På DemensCentrum i Aarhus Kommune har man derfor det sidste år arbejdet målrettet med stimuli, for at reducere brugen af medicin og samtidig opnå en effekt i forhold til de demensrelaterede udfordringer. I 2015 etablerede centeret en stimulistue, hvor lys, lyd og billeder er skræddersyet til demensramte. Det har givet et non-farmakologisk redskab, som kan afprøves før medicin.

Praktisk evidens gennem systematiske målinger

Personalet mærkede en øjeblikkelig effekt på borgerne med den nye stimulistue, og over en periode på et halvt år har personalet systematisk registreret brugen af stuen samt effekten. Det har ført til multiple registreringer på 46 demensramte borgere.

"Den effekt vi mærkede i hverdagen, ville vi have dokumenteret. Derfor lavede vi analysen, og resultaterne taler for sig selv – stimulistuen har en klar effekt. For eksempel på de demensramte, som er vrede og urolige, altså både fysisk og psykisk reagerende. Med stimulistuen kan de fin-

de et sted, hvor de falder til ro og kan have det godt. Og for nogle kan det ellers være meget svært," forklarer projektleder for Stimulistuen, ergoterapeut, Jeanette Jepsen.

"Vi har også mange borgere med psykisk uro, som vandrer hvileløst rundt og måske råber, eller

Praksisevidens

Baseret på multiple observationer på tværs af 46 borgere er følgende effekter registreret:

- 100 pct. - alle 10 borgere med nedsat stemningsleje oplevede positiv effekt af opholdet i stimuli-stuen.
- 93 pct. - 13 ud af 14 borgere som var meget passive, oplevede de at blive mere vågne og aktive af stimuleringen. Oplevelsen af tristhed forsvandt i kortere eller længere tid.
- 86 pct. - hos 12 ud af 14 borgere med vrede og udadreagerende adfærd har der været effekt
- 83 pct. - hos 25 ud af 30 borgere med fysisk og psykisk uro (indbefattet vandring og råben) har sanserummet haft positiv effekt
- 75 pct. - hos 3 ud af 4 borgere som var dørsøgende sås effekt
- 63 pct. - hos 5 ud af 8 borgere med søvnproblemer og døgnrytmeforstyrrelser oplevede man positiv effekt - at de kunne falde til ro og i søvn i stimulistuen.

går ud. Det er meget forstyrrende også for medbeboerne. Nu kan vi tilbyde dem stimulistuen, og når vi har siddet der lidt sammen med dem, så kan vi ofte gå igen og de kan sidde selv. Det er en stor lettelse i forhold til ressourcerne," tilføjer Jeanette Jepsen.

Samtidig peger hun på positive effekter i forhold til for eksempel humør og energi på op imod 100 pct. I situationer, hvor en borger er ked af det, har personalet nu en god mulighed for at afhjælpe det.

Positive afledte effekter

Ud over de registrerede effekter af stimulistuen har personalet noteret en række afledte effekter af stor betydning. Rapporten peger for eksempel på, at stuen kan støtte den svære proces omkring indflytning, udtrapning af medicin og fremme positive oplevelser sammen med pårørende.

"Vi har haft en borger som ikke kunne genkende sin egen familie. Hverken på gangen eller egen stue. Men når han kom ind på stimulistuen og havde været der i noget tid, så kunne han genkende sin familie, sin søn igen," fortæller Jeanette Jepsen.

Lyd, lys og billeder

Stimulistuen er en hyggelig og hjemlig stue, hvor kombinationen af lyd, lys og billeder stimulerer den demensramte i svære situationer.

"På stimulistuen tager vi højde for alle sanserne på en gang. Vi har mulighed for at skrue på alle

sanserne og skræddersy et forløb ud fra det behov som en borger har i den konkrete situation. Ved målrettet at fravælge de stimuli som forstyrrer borgeren i deres opmærksomhed, og samtidig skrue op for de stimuli som er gode, skaber vi et trygt og behageligt rum for borgeren,” forklarer Jeanette Jepsen.

På væggen i stuen hænger en 110” skærm med indbyggede højtalere, så lyd og billede kommer fra samme retning og hjælper den demensramte med at holde fokus. Lyden er sammensat af en musikterapeut, og omkring skærmen er opsat gardiner, for at give et indtryk af at sidde og kigge ud ad et vindue. Skærmen viser både film og billeder – f.eks. en køretur i skolen eller stilstående billeder, som skaber ro og vækker minder.

Lyset i rummet er Ergonomisk Døgnrytmelys, som består af både døgnrytmelys og forskellige farvede lysindstillinger, som understøtter den stemning, terapi og aktivitet som foregår i rummet. F.eks. anvendes et blåt lys til døgnrytmeregulering, et hvidt lys til aktiviteter, til energi, mens det afslappende rosa lys anvendes til at få borgeren til at falde til ro.

”Mange med demens har en forstyrret døgnrytme og vandrer rundt om natten. Nu tager vi dem ind i stuen, og så tænder vi for lyset – som langsomt påvirker dem til at falde til ro, for eksempel ved at tænde et natlys eller en solnedgang. Vi har haft en borger som i en periode sov i rummet om natten – indtil hendes døgnrytme var på plads,” forklarer Jeanette Jepsen.

Lysløsningen er udviklingen af Aarhus-virksomheden Chromaviso på baggrund af erfaringer inden for somatiske og psykiatriske hospitaler samt andre plejecentre.

”Lyden, billederne og lyset på stimulistuen er designet netop til de udfordringer de demensramte har i hverdagen. Lys har en afgørende betydning i forhold til døgnrytme og søvn og til at sætte en stemning. På DemensCentrum bruges de farvede lysindstillinger effektivt til at få borgerne til at finde en rytme, finde ro og nærvær. Flexibiliteten i lyset er vigtigt for at skabe mange anvendelsesmuligheder i rummet – fra terapi, til afslapning, opvågning, samvær og andre aktiviteter,” forklarer Anders Kryger, direktør i Chromaviso.

Stimuli-stuen

Stimulistuen fremstår som en hyggelig stue, med lyd, lys og billeder, som er designet til at understøtte svært demensramte borgere og deres specielle behov. De forskellige stimuli er koordineret og integreret og styres fra en fælles betjenings-touchskærm. Alle forstyrrende stimuli som ledninger og teknik er gemt væk.

- **Billeder** – på væggen hænger en 110” skærm som afspiller film og billeder der fremkalder positive minder og skaber oplevelser.
- **Lyd** – Musikken er sammensat af en musikterapeut og her er tænkt over rytme, gentagelser samt at afspille lyde fra dyr og natur.
- **Lys** - Terapilyset indeholder forskellige farvede indstillinger, som kan vælges afhængig af om formålet er energi, muskelafslapning eller beroligelse. Når en borger har opholdt sig i stimulistuen i afslappende lys, anvendes et særlig lysprogram til opvækning, hvor lyset i løbet af 7 minutter fader op i lysstyrke og farve. Programmet starter med en gylden solopgang, og ender med kraftigt hvidt lys. Det opleves naturligt og roligt af borgerne (og personalet).



Foto: © Demenscentrum Aarhus. Stimuli-stue med hhv. rosa, natlys og grønt lys

Yderligere fordele:

- **Indflytning:** Ofte er indflytningen på plejecenteret en utryk og stressende begivenhed for en ny beboer. Og for pårørende og personale. Nye indtryk, lokaler, mennesker og lyde. Her anvendes stimulistuen med stor succes til at berolige og støtte processen.
- **Pårørende:** Rummet har for mange pårørende været en positiv oplevelse. Rummet virker fremmende på evnen til nærvær og genkendelse.
- **Ernæring:** Borgerne kan her bedre finde ro til og samarbejde om at indtage mad og drikke. En kombination af beroligende lys og fokuseret opmærksomhed virker fremmende.
- **Overordnede konklusioner:** Stimulistuen har stor effekt på urolige og udadreagerende borgere, helt op til 83-86%. Den største målrettede effekt er dog på passive borgere, hvor effekten er helt oppe på mellem 93-100%.

Stimulistuen har en positiv effekt på søvnproblemer og nærmere studier og en mere målrettet indsats vil forventeligt kunne understøtte at stimulistuen kan understøtte udtrapning af medicin.

Stimulistuen bidrager til mere kvalitative hensyn som en bedre og roligere indflytning og pårørende oplevelse og dialog. Og for flere bidrager den endvidere til at understøtte mere ro og samarbejde omkring indtag af mad og drikke.

Forsker: Store perspektiver i metoden

Forsker i aldring og demens fra VIA University College, Rikke Gregersen har fulgt projektet nøje og besøgt DemensCentrum Aarhus, som del af fælles forskningsinteresser omkring netop terapeutisk sansestimulation (såkaldt snoezelen) og psykosociale interventioner.

"Der findes ikke nogen medicin mod demens. Den bedste behandling i dag er non-farmakologisk. Og her ved vi, at afgørende parametre for trivelsfremme hos borgere med demens eksempelvis med opstemt, urolig adfærd, er afhængig af personalets kompetencer og de omgivelser, som de befinder sig i," siger Rikke Gregersen og fortsætter:

"Mennesker der er udfordret på at integrere sanseindtryk, mennesker der let bliver forvirret, opstemte eller modsat apatiske kan have gavn af stimulistuer, der i nøje afstemt form tilbyder behagelige lyd, syns og berøringsindtryk. Vi har et koncept her, som har en meget positiv effekt på mange borgere, og som også tilbyder små luftlommer af rekreation, som mennesker med demens kan slappe af ved."

Noget af det Rikke Gregersen fremhæver i forhold til arbejdet med den specifikke stimulistue på Demens Centrum Aarhus, er, at den er tilrettelagt, så den indbyder til hyppig brug.

"På Demens Centrum Aarhus har de prioriteret arbejdet med stimulistuen højt og har haft en meget professionel tilgang, hvor både personale og pårørende er blevet inddraget til at bruge stuen aktivt med borgeren. De pårørende kan opleve stort nærvær og kontakt til den demente beboer på stimulistuen, og det er positivt, at de pårørende selv har lov at betjene stuen. DemensCentrum Aarhus har valgt at tilknytte ressourcer til aktiviteten. Samtidig er hele konceptet baseret på

eksisterende viden om farvers og lysets betydning for sindsstemning og reguleret vågenhed og døgnrytme, stimulation gennem afdæmpet musik, og gennem billeder og små filmsekvenser målrettet mennesker med demens, der kan vække erindringer. Det hele er tænkt sammen."

Et samarbejde mellem erhvervsliv og kommuner

Projektet er blevet til gennem et samarbejde mellem forskning, kommunen og private virksomheder – på foranledning af MTIC som bistår innovation inden for medtech, og fik bragt Solutors, Visionsig samt Chromaviso sammen.

"Vi har arbejdet med sundhedsfremmende belysning til hospitaler og psykiatri de sidste 10 år. Et projekt som dette, hvor vi arbejder tæt sammen med brugerne, kommunerne og forskere, giver os vigtig viden og åbner døre i nye segmenter, som plejen, hvor der er et stort behov for nye velfærdsteknologiske produkter til hverdagens udfordringer," fortæller Anders Kryger fra Chromaviso.

På demensvidensportalen kan du læse rapporten i sin fulde form. Find rapporten [her](#).