

## Seminar 3 – Trivselsfaktorer i plejeboligen

Karen Tannebæk, specialergoterapeut og demenskoordinator, Ballerup kommune



Demens medfører mentale svigt, som igen medfører at der stilles særlige krav til omgivelserne for at kunne leve et meningsfuldt liv med udfoldelsesmuligheder. Plejeboliger og udemiljøer må derfor indrettes, så der tages højde for de behov som beboere med demens har, herunder stimuli, genkendelighed og aktivitetsmuligheder.

- Hvordan skabes rammer for et godt liv?
- Hvilke faktorer har indvirkning på beboernes trivsel?
- Hvordan indrettes et demensvenligt miljø?
- Hvad er havens betydning, muligheder og udfordringer?

Dette var nogle spørgsmål som Karen Tannebæk kom ind på, i sit interessante seminar om trivselsfaktorer i plejeboligen.

En god model til at vurdere disse spørgsmål, er modellen for trivselsfaktorer. Modellen illustrerer den ældres trivsel, habitus samt faktorer som har indvirkning på trivslen. Disse faktorer er f.eks. pårørende, personale, ernæring og ikke mindst boligen.

I seminaret fokuseredes på en enkelt af de indvirkende faktorer på trivslen, nemlig plejeboliger.

Principperne for et demensvenligt boligmiljø, er blandt andet; mange ledetråde, stor synlighed, brug af kontrastfarver, rummenes funktion skal være tydelig, brug af piktogrammer, valg af farver, lys og reminiscens

Demens har stor indvirkning på de mentale funktioner, herunder personlighed, hukommelse, sansendeindtryk, sprog og praktiske færdigheder.

I seminaret talte Karen Tannebæk eksempelvis om aldringens betydning på synet. Ved aldring bliver synet bliver mere følsomt over for blænding, skarheden nedsættes og det bliver svært at skelne farver. For at illustrere dette udførte Karen Tannebæk en lille synsprøve med deltagerne. Deltagerne fik udleveret et gult plastikstykke, som skulle bruges som briller. Dette slørede teksten. Samtidig lagde Karen Tannebæk noget mørkt på en mørk stol. Dette var meget svært at se. Demonstrationen illustrerede hvorfor det er godt at bruge kontrastfarver i plejeboligen.

Et andet eksempel i forhold til synets betydning for trivslen er at sansbearbejdningen kan gå galt ved eksempelvis lakerede overflader, idet

disse flader kan medføre usikker gang, da det for beboeren kan opleves som værende vådt. Af andre beboervenlige ting at huske på er eksempelvis, at døre let kan åbnes og kørestolsbrugere kan se sig selv i spejlet m.m.

Karens Tannebæks viden og erfaringer bygger på Development Centre på Stirling University Scotland samt The Dementia Services Centre, hvor der anvendes ledetråde, synlighed og farver.

Dette center, som startede i 1989, har til formål at udbrede forståelsen af demens gennem forskning, uddannelse og konsulentbistand. Centret fokuserer på det ikke-medicinske og i 2002 åbnede centret Iris Mudoch Building, som er bygget, som et demensvenligt hus.

Det er muligt at leje sig ind i deres demensboliger og selv opleve et demensvenligt miljø. Det demensvenlige miljø fremmer den demente beboers sikkerhed, tryghed og tager hensyn til det handicap det er at leve med en manglende hukommelse og ændret sansbearbejdning. Dermed understøttes den demente beboers mulighed for at kunne klare sig selv bedst muligt.

### Havens betydning for trivsel

Forskningsprojektet "Trivsel og boligform" ved Syddansk og Ålborg universitet dokumenterer, at udearealer udgør en af de vigtigste faktorer for beboernes trivsel både fysisk og psykisk.

Fysisk får beboerne dagslys og sollys som fremmer D-vitamin og søvnrhythme. Haven har endvidere en social funktion. Man kan tale med hinanden og lave aktiviteter, som er med til at fremme oplevelsen af selvbestemmelse og frihed.

En deltager spurgte, hvad Karen Tannebæk mener om, at Esehuset havde glas fra gulv til loft? Til dette svarede Karen Tannebæk, at hendes erfaring ikke er god, men at det kan være nok at sætte sprosser i glasset. Dog skal man være opmærksom på at brede sprosser kan give skygge.