Falkenberg 2020-04-03

**Tips & Råd vid hantering av personer med demenssjukdom under Covid-19**

* Vid misstänkt/konstaterad smitta stäng mellan avdelningar och försök uppmuntra brukare att stanna i sina lägenheter frivilligt. Arbeta som om hela avdelningen är smittad.
* För att få brukare att stanna i sina lägenheter måste det kännas motiverande, d.v.s. något som personen tycker är intressant, måste hända inne i lägenheten. Använd *Levnadsberättelsen* som stöd! Extra viktigt med meningsfull aktivering för att förebygga oro och ge tillfredställelse.
* För att undvika orosutbrott kan smittad brukare och symtomfri brukare växelvis vistas ute på avdelningen, med längre intervall och att ytor och dörrhandtag desinfekteras mellan.
* Användning av skyddsutrustning kan skrämma, tänk extra mycket på **hur** du rör dig. Undvik hastiga rörelser och gå långsamt på avdelningen. Prata med dämpad röst, långsamt och tydligt, undvik att höja rösten.
* Tänk på att andas lugnt, du kan lugna en orolig person genom att förmedla/smitta med en lugn andning.
* Minimera tiden som brukare är ensamma i sina lägenheter, se till att de får tid med personal och täta tillsyner, för att minska BPSD-symtom som oro, ångest och motorisk rastlöshet.
* Använd aktiviteter som att hjälpa till att torka/städa, desinficera ytor. Föreslå att spola upp vatten i handfat eller diskvatten för att förbättra handhygien. Diska och damma tillsammans, med brukare som klarar det.
* Servera mellanmål eller dryck inne i lägenheten om möjligt, för att sysselsätta brukaren med, vilket kan göra att hen kommer till ro och sitter ner.

Hör av er med frågor eller funderingar!

Wiveka Rickskog, Demenssamordnare, 0346-88 53 96,

wiveka.rickskog@falkenberg.se

*Juli 2013*

*NPI-skalan*

*Resultatet av grupparbeten kring symtom,*

*orsaker och åtgärder*

*Sammanställt av Sigrid Kulneff, BPSD-registret*

*Detta dokument är resultatet av två workshops där omvårdnadspersonal från tre*

*särskilda boenden (Stella, Holmagården och Silverängen) deltog. Deltagarna satt i*

*mindre grupper (blandade från de olika enheterna) och varje grupp fick två symtom*

*att diskutera kring.*

*De började med att fundera över på vilket sätt symtomet kan*

*yttra sig, därefter vad det kan bero på och till sist vilka omvårdnadsåtgärder man*

*skulle kunna prova för att minska symtomet.*

*Man fick i uppgift att utesluta alla tänkbara medicinska orsaker samt läkemedel och*

*bara fokusera på omvårdnad. Uppgiften innefattade inte hur man går tillväga för att*

*finna bakomliggande orsaker, så som utredningar, beteendeschema etc Det kommer*

*kanske i en framtida workshop?*

*Därefter delgav grupperna sina funderingar till varandra och då kom ytterliggare*

*underlag fram. Resultaten sattes upp i personalrummen och där kunde sedan*

*deltagarna fylla på med ytterliggare idéer.*

*Detta kan vara en metod för att inspirera till att prova nya omvårdnadsåtgärder och*

*djupdyka i symtom och tänkbara orsaker.*

*Det finns en stor vinst med att deltagare från olika enheter arbetar tillsammans på*

*detta sätt – det ökar kreativiteten, man delar kunskaper och erfarenheter.*

*Vanföreställningar*

*Symtom (kan yttra sig som): Ilska, Misstänksamhet, Rädsla*

***Orsaker:***

*Psykisk sjukdom*

*Fysisk sjukdom*

*Hjärnsvikt*

*Hög ålder*

*Tidigare upplevelser/händelser i livet*

*Miljön*

*Fel verklighetsuppfattning*

*Infektioner*

*Smärta*

***Åtgärder:***

*Byta vårdare*

*Få en stund för sig själv*

*Avledning*

*Backa tillbaka*

*Bekräfta, ta på allvar*

*Kroppsspråk*

*Närvaro*

*Ta bort det som stör*

*Låta personen få äta först*

*Dra ner persienner eller dra för gardiner så att det inte blir speglingar i fönstret*

*Plocka bort speglar*

*Att som personal utstråla lugn och att ha kontroll*

*Följa med vårdtagaren*

*Skapa tillit genom att ge samstämmiga svar på frågor*

*Lägga upp maten så att vårdtagaren ser det och äta med henne/honom*

*Ta bort eller begränsa vad den sjuke ser på*

*Undvika tidningar eller begränsa vad den sjuke läser*

*Bekräfta känslan*

*Hallucinationer*

***Symtom (kan yttra sig som):*** *Ser och upplever djur, människor och föremål (någon med relation till dendemenssjuka), Rädsla, oro, Ilska, Upprymda*

***Orsaker:***

*Rädsla/ångest*

*Konfusion*

*Smärta*

***Åtgärder:***

*Validera deras känsla*

*Acceptera*

*Ta med sig hallucinationen när man går*

*Acceptera positiva hallucinationer*

*Ge synlig hjälp att få bort det obehagliga*

*Avleda exempelvis genom att bjuda på något gott*

*Gå igenom miljön, kan den orsaka hallucinosen?*

*Vara medveten om att delar av närminnet kan finnas kvar och osanningar kan*

 *orsaka oro och ilska istället*

*Spela med för att ordna upp situationen*

*Viktigt att vårdtagaren litar på vårdaren*

*Agitation/upprördhet*

***Symtom(kan yttra sig som):*** *Ilska, Slåss, Skrik, Fula ord, Kasta saker, Sparkar, Spottar*

***Orsaker:***

*Sjukdom*

*Maktlöshet*

*Vantrivsel*

*Uttråkad*

*Depression*

*Oro*

*Urin/ avföringsproblem*

*Vilseledd*

*Hunger*

*Personkemi*

*Smärta*

*Kulturella skillnader*

*Höga ljud*

*Nedsatt hörsel*

*Rädsla*

*Tycker ej om maten*

***Åtgärder Agitatiopn/upprördhet;***

*Meningsfull dag*

*Promenader*

*Fysisk aktivitet*

*Enskildhet*

*”Hålla med” inte argumentera*

*Individuellt bemötande*

*Ta bort det som stör ex. vis tavla, spegel eller växt*

*Personalen stöttar varandra, avlöser varandra*

*”Vara steget före”*

*Ensamtid med personal*

*Fasta rutiner*

*Anpassa miljön*

*Bekräfta känslan*

*Gå ifrån och sedan komma in igen*

*Lyssna*

*Ta bort saker som kan skada*

*Försöka tolka vad personen vill uttrycka*

*Aktivera för att ge naturlig trötthet*

*Hålla vårdtagare som inte kommer överens, åtskilda*

*Låta vårdtagaren få göra saker på sitt eget vis i möjligaste mån, för att kunna*

 *känna större frihet*

*Iaktta situationen med beteendeschema för att se mönster eller speciella*

 *situationer etc*

*Ta hjälp av anhöriga*

*Inge lugn*

*Låta vårdtagaren vara delaktig*

*Depression/Nedstämdhet*

***Symtom(kan yttra sig som):*** *Minskad aptit/viktminskning, Ledsen, Gråtmild, Isolerar sig -minskat intresse för omvärlden, Sömnproblem, Nedsatt mimik, Irriterad, ökad labilitet, Känslan av att vara misslyckad, Initiativlös, Vill bara sova, Dödsönskan*

***Orsaker:***

*Sorg*

*Fysisk sjukdom/hjärnskada/minskad serotoninhalt*

*Saknad*

*Bråk*

*Problem*

*Missnöje*

*Smärta*

*Beroendeställning*

*Miljön*

***Åtgärder:***

*Samtal*

*Egentid*

*Promenader*

*Aktivitet*

*Taktil massage, beröring som bekräftar att personen är sedd*

*Göra maten mer aptitlig t ex mindre portioner, mer gemenskap*

*Vid sömnproblem ge varm mjölk med honung*

*Guldstunder*

*Meningsfulla dagar*

*Validation*

*Bekräfta*

*Önskekost*

*Husdjur*

*Skriva avtal*

*Ställa krav anpassade efter förmåga*

*Rutiner, strategier*

*Låta småbarn komma på besök*

*Avleda genom att nynna, titta i fotoalbum etc*

*Förekomma*

*Säga positiva saker som man menar*

*Pyssla om händer och hår etc*

*Ångest*

***Symtom:*** *Gråt, Vandring, Oro, Rädsla, Lättirriterad, Minskad matlust, Aggressivitet*

*Plockig, Rastlös, Sökande*

***Orsaker:***

*Förstoppning*

*Desorienterad*

*Smärta*

*Ensamhet*

*Förlust*

*Sömnlöshet*

*Kommunikationshinder*

*Nedsatta sinnen*

*Nya miljöer/personer/rutiner*

*Brist på/eller för mycket aktivitet/stimulans*

*Vilseledd*

*Hunger, törst*

*Otrygghet*

*Miljön, personal, medboende, möblering*

*Saknad efter närstående*

*Dåligt bemötande*

***Åtgärd:***

*Aktivering, ex vis musik och promenad*

*Toalettbesök*

*Mat/dryck/sömn*

*Använda sig av Levnadsberättelsen*

*Massage/beröring*

*Prata om emotionella saker*

*Åtgärda vaxproppar eller liknande problem*

*Ensamtid/Avskildhet*

*Kravlös medverkan*

*Närhet*

*”Andningshjälp” om personen hyperventilerar, andas ihop*

*Byta ställning(Sitt-Ligg)*

*Stimulera plockande med garnnystan, riva papper etc*

*Mentex spel (tex bingo, kort, ordspråksspel)*

*Minneslådor*

*Aktiv, kravlös närvaro*

*Dela lugnet*

*Lyssna på vad personen vill förmedla*

*Smärtlindring tex riskudde*

*Plockförkläde*

*Gemensamma måltider, servera maten synligt för att undvika oro*

 *och misstänksamhet*

*Utevistelse*

*Musik*

*Sitta i skön fåtölj*

*Beröring, massage*

*Aktiviteter så som: Baka, diska, vika tvätt, hårvård, nagelvård, läsa. Följa med*

 *och handla sina egna kläder, blommor, fika på stan etc*

*Upprymdhet/eufori*

***Symtom:*** *Vandring****,*** *Plockig****,*** *Pratar mycket****,*** *Uppe i varv****,*** *Fastnar i ett beteende*

*Hyperaktiv, Glättig*

***Orsaker:***

*Inne i sin egen värld*

*Nervositet*

*Osäkerhet*

*Svårigheter att tolka vad som händer och det som sägs*

*Sätt att fly påfrestande situationer*

*Rädsla*

*Alkoholproblem*

*Miljöpåverkan/ny miljö*

*Påverkan från närstående, personal, utseende etc*

***Åtgärd:***

*Bekräftelse*

*Handlingsplan*

*Lugnt bemötande*

*Promenad/Fysisk aktivitet*

*Sysselsättning*

*Djur*

*Lugn/avskild miljö*

*Minska stimuli*

*Prata med lägre röst*

*Kroppskontakt*

*Sång*

*Dans*

*Få sortera/plocka i saker*

*Utgå från personens livshistoria/levnadsberättelse*

*Aktivitetskudde*

*Låta vandrare vandra, se till att de har bra skor och anpassa kosten*

*Undvika överstimulering tex tv, radio etc*

*Avleda med samtal*

*Använda vit lögn vid behov*

*Utevistelse*

*Aktivitet så som korsord*

*Skapa trygghet genom kontaktmannaskap*

*Undvika förändringar*

*Ta hjälp av anhöriga*

*Apati/likgiltighet*

***Symtom:***

*Tom blick*

*Vill ingenting*

*Äter dåligt*

*Orkeslös*

*Tappat intresset*

*Uttrycker livsleda*

*Håglös*

*Inåtvänd*

*Tyst*

*Väljer ensamhet*

***Orsaker:***

*För höga/låga krav*

*Stimulikänslig*

*Smärta*

*Tristess*

*Ingen meningsfull sysselsättning*

*Skamkänsla*

*Nedstämdhet*

*Syn och hörselproblem*

*Livsleda*

*Närstående kommer aldrig på besök*

***Åtgärd:***

*Anpassade aktiviteter*

*Humor*

*Docka*

*Myshund (tygdjur)*

*Barn*

*16*

*Djur*

*Beröm*

*Beröring*

*Bekräftelse/visa att man bryr sig om*

*Göra saker tillsammans*

*Godsaker/önskekost*

*Frisk luft*

*Upplevelser*

*Validation*

*Tillåta att få vara ifred (vara i bubblan)*

*Föreslå men undvika för många frågor och valmöjligheter*

*Anpassa miljön efter behov*

*Taktil stimulering/massage ex vis handmassage*

*Uppmuntra självbestämmande genom frågor*

*Respektera individens önskan*

*Musik*

*Ta hjälp av anhöriga*

*Hämningslöshet*

***Symtom:*** *Språkförändringar (ex vis könsord och skällsord)****,*** *Klär av sig offentligt*

*Motoriskt rastlös, Kan inte censurera det som sägs eller görs*

***Orsaker:***

*Kroppslig smärta*

*Hjärnskada*

*Rädsla*

*Tidigare livsöden*

*Skam, skuld*

***Åtgärder:***

*Anamnes för att ta reda på livshistorian*

*Enskildhet tillsammans med personal*

*Avleda med något som är starkare än känslan*

*Handlingsplan*

*Samtala om livssituationen*

*Avled icke passande samtal utan att kränka individen*

*Visa respekt ex vis genom att knacka innan man går in*

*Ignorera situationer om det inte stör andra*

*Minska tillsägningar*

*Beakta sina egna fördomar*

*Uppmuntra positiva situationer*

*Lättretlighet/labilitet*

***Symtom:*** *Aggressiv****,*** *Gråtmild****,*** *Kort stubin****,*** *Otålig****,*** *Fula ord****,*** *Handgripligheter****,*** *Hånar*

*Skriker, Hotfullt ansiktsuttryck*

***Orsaker:***

*Smärta*

*För lite sömn*

*För lite mat och dryck*

*Behov av att urinera*

*Förstoppad*

*Klåda*

*För mycket ljud*

*För mycket/för lite intryck*

*För varm*

*Missförstådd*

*Dagsformen*

*Syn- och hörselproblem*

*Ångest*

*Vilseledd*

*Tidigare vanor som inte utförs nu*

***Åtgärder:***

*Promenader*

*Miljöbyte*

*Massage*

*Tyda kroppsspråk, visa att jag verkligen vill förstå*

*Bekräfta känslan*

*Ensamtid, få vara ifred*

*Finnas kravlöst till hands*

*Ödmjukhet*

*Tänka på kroppsspråket*

*Närvaro*

*Minska stimuli*

*Att som personal inte gå in i konflikter*

*Inte rätta, inte konfrontera*

*Inte tjata*

*Byta vårdare vid irritation*

*Inte överraska, närma sig så att personer uppfattar det*

*Bjuda armen, inte ta*

*Tolka vad personen menar*

*Gemensamma strategier, så att all personal gör lika*

*Avleda genom sång, musik, prata om gamla tider etc*

*Rutiner*

*Motorisk rastlöshet*

***Symtom:*** *Vandrar****,*** *Plockig****,*** *Banka i bord****,*** *Svårt att sitta stilla*

***Orsaker:***

*Behov av toalettbesök*

*Smärta*

*Hunger*

*Törst*

*Letar efter hemmet*

*Ångest*

*Myrkrypningar(Akatesi)*

***Åtgärder:***

*Promenader*

*Utesluta behov av toabesök*

*Goda samtal*

*Massage*

*Musik*

*Avledning*

*Tänka på miljön*

*Spa - behandling*

*Olika aktiviteter så som verktygslåda för att laga saker, jaktsaker för de som*

 *är intresserade av det*

*Aktivitetskudde eller förkläde*

*Djur*

*Låta dem vara ifred*

*Strategiskt utsatta stolar*

*Sittdyna*

*Erbjuda extra mat och dryck*

*Bolldyna*

*Ljudbok*

*Fika tillsammans*

*Tillåta rökning*

*Utevistelse*

*Sömnstörningar*

***Symtom:*** *Uppe och vandrar nattetid****,*** *Upp och ner i sängen****,*** *Ska in till andra boende*

*Bankar och drar i dörrar, Pigg och vaken om nätterna, Kissar ofta nattetid, Packar*

***Orsaker:***

*Hur dagen har varit*

*Hur vi säger ”Hejdå och godnatt”*

*Ska hem*

*Gamla tidigare rutiner*

*Hungrig*

*Upplevelsen av personer på rummet*

*Upplevelsen av att det är någon annans säng*

*Upplevelsen av att ha mycket att göra ex vis besök, laga mat etc*

*Smärta*

*Värme/kyla*

*Mardrömmar*

*Aggressivitet, oro, rädsla – starka känslor som gör att man inte kan sova*

*Mörkrädd*

*Ensamhet, vill ha sällskap*

*Vänt på dygnet, sover på dagen*

*I behov av toabesök*

*Saknar närstående*

***Åtgärder:***

*Extra nattmat*

*Sitta ner och prata*

*”ta över problemet”*

*Låta personen vara*

*”ögon i nacken” sedan åtgärd*

*Avleda*

*Röka*

*Gå tills de blir trötta sedan åtgärd*

*Massage och vara tyst*

*Ge en liten snaps*

*Utevistelse, frisk luft och motion under dagen*

*Erbjuda att personen får sitta i fåtölj och sova*

*Sova där det finns andra människor*

*Bolltäcke*

*Docka, mjukisdjur*

*Sänggrindar vid rädsla att falla ur sängen*

*Erbjuda låst dörr för trygghetskänsla att inga objudna kommer in*

*Sitta och prata*

*Sjunga*

*Tända lampa exempelvis på toaletten*

*Lyssna på musik*

*Titta på tv*

*Matlust /Ätstörningar, extremt dålig aptit*

***Symtom(kan yttra sig som):*** *Sitter och tittar på maten****,*** *Går omkring****,*** *Illamående****,*** *Trötthet****,*** *Oro****,*** *Irritation****,*** *Viktminskning*

***Orsaker:***

*Proteser som passar dåligt*

*Sväljningssvårigheter*

*Tandvärk*

*Illamående*

*Förstoppning*

*Gluten- eller laktosintolerans*

*Vet ej hur gaffel och kniv ska användas*

*Ämnesomsättning*

*Dålig munhälsa*

*Depression*

*Nedsatt syn*

*Svampinfektion*

*Muntorrhet*

*Smakförändringar – det smakar illa*

*Vanföreställningar*

***Åtgärder:***

*Anpassad kost*

*Munvårdsbeömning*

*Pedagogiska måltider*

*Lägga upp maten aptitligt*

*Lugn och ro*

*Bemötande*

*Motion*

*Nyttigare, energität mat*

*Fasta tider för mat, skriva dessa på en tavla*

*Mellanmål*

*Erbjuda mat ofta*

*Regelbundna toabesök*

*Önskekost*

*Näringsdryck/Säröbomb*

*Undvika tjatande*

*Matlust /Ätstörningar, extremt god aptit*

***Symtom(kan yttra sig som):*** *Frågar ofta efter mat****,*** *Illamående****,*** *Oro****,*** *Irritation****,*** *Slänger i sig maten****,*** *Viktökning*

***Orsaker:***

*Saknar mättnadskänsla*

*Brist på sysselsättning*

*Ämnesomsättning*

*Vanföreställningar*

***Åtgärder:***

*Anpassad kost*

*Pedagogiska måltider*

*Lugn och ro*

*Bemötande*

*Ge mer mättande kost*

*Motion*

*Ge mindre portioner*

*Nyttigare mat*

*Fasta tider för mat, skriva dessa på en tavla*

*Undvika tjatande*