

Velferdsteknologi og Demens

Orkland kommune mars 2020

«Velferdsteknologi er teknologisk assistanse som bidrar til økt trygghet, sikkerhet, sosial deltakelse, mobilitet og fysisk og kulturell aktivitet, og styrker den enkeltes evne til å klare seg selv i hverdagen til tross for sykdom og sosial, psykisk eller fysisk funksjonsnedsettelse» NOU 2011:11

Formålet

Formålet med velferdsteknologi er å gi enkeltmennesket mulighet til å bedre mestre eget liv og helse. For personer med demenssykdom kan det være teknologi som minner om det er morgen eller kveld, om å ta medisiner, varsler hvis vedkommende forlater hjemmet, lokaliseringsteknologi hvis vedkommende ikke kommer hjem fra tur til vanlig tid m.m.

Velferdsteknologi er tatt i bruk i de kommunale helsetjenestene for å bedre kunne møte de demografiske utfordringene. Det blir flere eldre og yngre med hjelpebehov, men mindre i arbeidsdyktig alder. Det er meningen at velferdsteknologi skal styrke det offentliges oppgaveløsning og samtidig bidra til økt selvstendighet, frihet og trygghet i eget hjem.

Ulike former for velferdsteknologi

Velferdsteknologi er teknologiske løsninger som kan hjelpe personer med en demenssykdom og deres pårørende å mestre hverdagen. I tillegg kan slike løsninger være en god hjelp for pårørende og ansatte i helse- og omsorgstjenesten. Velferdsteknologi deles gjerne inn i fire områder;

Trygghetsskapende teknologi

- Trygghetsalarm, røykvarsler, komfyrvakt osv.

Mestringsteknolog

- Hukommelseshjelpemiddel, medisindispenser osv.

Teknologi for sosial kontakt

- Facetime, Skype osv.

Utrednings- og behandlingsteknologi

- Avstandsoppfølging med nettbrett og målinger som blodtrykk, blodsukker, respirasjon osv.

Demenssykdommen kan gjøre det vanskelig å utføre daglige gjøremål. Det kan for eksempel være vanskelig å bruke fjernkontroller til TV, mobiltelefon og PC, eller å huske avtaler. For personer med demens er det særlig to av disse områdene som er aktuelle:

Trygghetsskapende teknologi

Teknologiske løsninger som skal hjelpe til å føle trygghet. Slike hjelpemidler kan gi økt mulighet til selvstendighet i hverdagen. Det kan for eksempel være å bruke GPS når man går tur, slik at pårørende eller andre, for eksempel helsetjenesten, kan finne og hjelpe hvis man går seg bort.

Mestringsteknologi

Teknologiske løsninger for å ivareta egen helse og opprettholde selvstendighet og mestring i hverdagen. Dette kan for eksempel være en elektronisk medisindispenser som hjelper med å holde orden på hvilke medisiner som skal tas til hvilken tid.

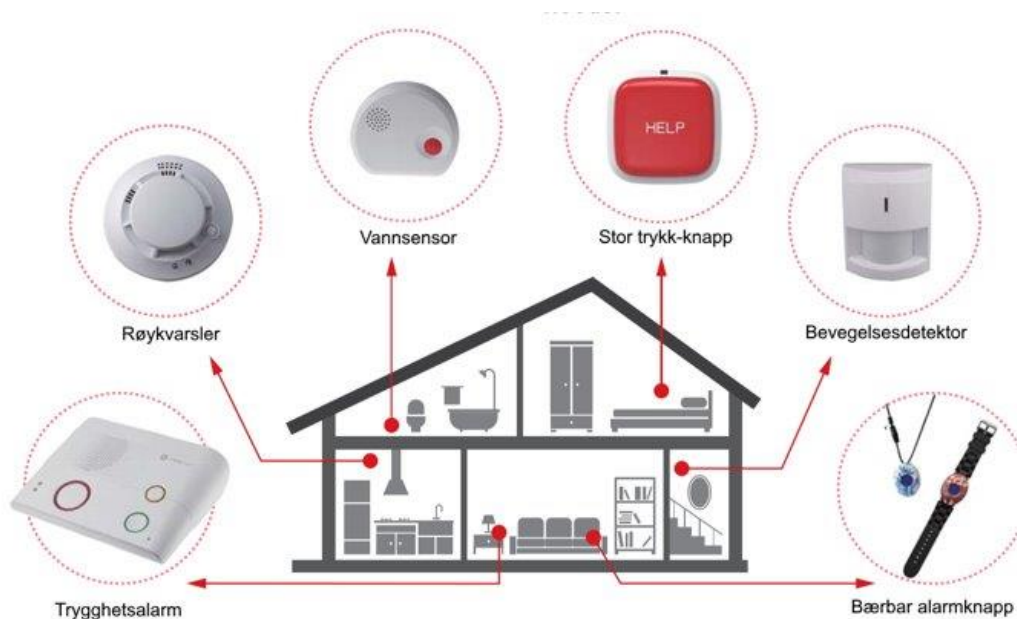
Om du ikke ser behovet i dag – tenk fremover

Etter hvert som demenssykdommen utvikler seg, kan det bli vanskelig å lære nye ting. Selv om man i dag tenker at man ikke har bruk for velferdsteknologiske løsningene er det nå man må ta det i bruk for å ha nytten av det senere. Da får vedkommende god tid til å lære seg hvordan det fungerer og sannsynligheten er større for at vedkommende har endret sine rutiner og vaner til å inkludere bruken av velferdsteknologi. Det kan gjøre det enklere å bruke teknologien senere, også når sykdommen blir mer alvorlig.

Orkland kommune

Orkland kommune har nylig ansatte en prosjektleder for implementering av velferdsteknologi. Det vil derfor jobbes effektivt med implementering av ulike teknologier de neste to årene. Kommunen tilbyr i dag digital trygghetsalarm og jobber med implementering av elektroniske medisindispensere. Kommunen oppfordrer pårørende til å se hva som finnes på det åpne markedet og se nytteverdien av teknologier man kan få kjøpt hos for eksempel Clas Ohlson. Desto tidligere man begynner å benytte seg av ulike teknologier desto større nytteverdi vil det ha for den med demenssykdom, pårørende og de kommunale helsetjenestene.

Eksempler på velferdsteknologi i ett hjem



Illustrasjon: Atea

Velferdsteknologi som kan være til god hjelp

Løsninger som kan brukes alene av personen med demens, kan være:

- Elektronisk kalender
 - Påpeker hvilken tid på dagen det er og kan være et godt hjelpemiddel for pårørende for å vise at det for eksempel er natt og at man må legge seg igjen.
- Enkel klokke
- Enkel mobiltelefon, TV og radio
- Tilpasset fjernkontroll
 - Kan fås kjøpt eller så kan man teipe over de knappene vedkommende ikke trenger å bruke slik at for eksempel kun på/av, skifte kanal og lyd er tilgjengelig.
- Komfyrvakt
 - Sikkerhet for personen med demenssykdom, pårørende og eventuelt andre som skulle bo i samme eller i nærheten av boligen. Kan forhindre brann og være et tegn på utvikling i sykdomsforløpet hvis vedkommende ikke lenger håndterer og lage mat.

Løsninger som kan brukes sammen med pårørende eller helse- og omsorgspersonell, kan være:

- Lokaliseringsteknologi/GPS
 - Hvis man alltid har gått tur så vil det være av stor verdi for vedkommende å kunne fortsette med det til tross for en demenssykdom. Blir man vurdert til å være trafiksikker så kan det være stor trygghet for vedkommende og pårørende å bruke GPS. Hvis vedkommende ikke kommer tilbake innenfor en viss tidsperiode kan pårørende sjekke på GPS og se om han/hun er på tur hjem eller har rotet seg bort fra sine vanlige turrunder.
- Bevegelsessensor seng
 - Pårørende kan få varsel hvis personen med demenssykdom står opp eller når vedkommende har vært borte fra sengen over en gitt tidsperiode. På denne måten kan man avverge at vedkommende faller ved forflytning ut av seng eller på tur til badet, står opp og starter dagen eller går ut midt på natten. Dette kan være en trygghet spesielt for pårørende og de får mulighet til å avverge en situasjon tidlig.
- Elektronisk dørlås
 - En elektronisk dørlås kan gjøre det lettere for pårørende og helsepersonell å komme seg inn i boligen. Hvis det monteres av kommunen vil døren fortsatt benyttes på vanlig måte med nøkkel, men det monteres et låsstykke på innsiden av døren. Mange privatpersoner har i dag montert elektroniske dørlåser med koder og/eller chip. Dette gjør at man slipper nøkkelhåndtering og er en økt trygghet og avlastning for mange i hverdagen.
- Elektronisk kalender
- Medisindispenser
 - Elektroniske medisindispensere kan sørge for at riktige medisiner blir tatt til riktig tid. Det vil kunne føre til økt livskvalitet, økt selvstendighet og økt trygghet. Det vil samtidig kunne virke avlastende til pårørende og helsepersonell hvis vedkommende ikke vil ta medisinerne sine, er sinte og synes disse personene maser.

Løsninger som styres av pårørende / helse- og omsorgspersonell, kan være:

- Lokaliseringsteknologi/GPS
- Automatisk lysstyring
- Varmesensor og bevegelsessensor

- Døralarm
 - Alarm/sensor som kan settes i gitte tidspunkt for å varsle at ytterdøren åpnes. Dette kan gjøre at man henter inn personen med demenssykdom før de har kommet for langt for eksempel med lite klær på vinterstid.
- Digitalt tilsyn
 - Digitalt tilsyn er når det gjennomføres tilsyn via skjerm og uten at noen fysisk er inne og sjekker vedkommende. Dette kan føre til bedre kvalitet på søvnen og påvirke hverdagen. Det kan også settes opp slik at helsepersonell kun tar tilsyn når det utløses et varsel for eksempel hvis personen har forlatt sengen eller ligger på gulvet.

Nettsider med nyttig informasjon

hvakanhjelp.no viser ulike hjelpemidler som kan være nyttige for personer med demens. Hjelpemidlene er et utvalg fra demonstrasjonsleiligheten Almas hus i Oslo kommune. På nettsiden kan du også få råd, tips og erfaringer som hjelp for å finne passende løsninger. På hvakanhjelp.no finner du også en Guide om teknologi og hjelpemidler for helsepersonell som skal implementere teknologi hos hjemmeboende brukere med kognitiv svikt og demens. [Gå til hvakanhjelp.no](http://hvakanhjelp.no)

[Hjelpemiddeldatabasen til NAV](http://Hjelpemiddeldatabasen%20til%20NAV) viser alle typer produkter som kan være aktuelle hjelpemidler, uavhengig av om disse kan gis via det offentlige, eller om brukeren selv må dekke utgiftene. Ved å klikke på Målgrupper og Kognisjon får man tilgang til en oversikt over hjelpemidler som kan være nyttige for personer med demens og kognitiv svikt. [Gå til Hjelpemiddeldatabasen til NAV, hjelpemiddeldatabasen.no](http://Hjelpemiddeldatabasen%20til%20NAV)

KILDER

- <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/nasjonal-kartlegging-av-tilbudet-til-personer-med-demens/velferdsteknologi-for-personer-med-demens>
- <https://www.aldringoghelse.no/demens/leve-med-demens/teknologi-og-hjelpemidler/>
- Velferdsteknologi i praksis (2017) Sigrid Nakrem og Johannes B. Sigurjonsson