

Dansk Psykolog Forenings input til den nationale handlingsplan for demens 2025

Dansk Psykolog Forening hilser den kommende nationale handlingsplan for demens velkommen. Det stigende antal borgere med demenssygdomme udfordrer arbejdsgangene på især ældreområdet og stiller krav om nye metoder, indsatser og kompetencer. Noget viden eksisterer i forvejen, men er ikke implementeret i tilstrækkelig grad, mens der i andre henseender mangler forskning, der kan give svar i forhold til forebyggelse og behandling af demens.

Dansk Psykolog Forening har opstillet fire nedenstående fokusområder som vi mener bør indgå i den nationale handlingsplan for demens 2025. På de efterfølgende sider begrundes og uddybes de fire områder.

Dansk Psykolog Forening foreslår fire fokusområder

- 1. Praksisnær kompetenceudvikling** - Plejepersonale skal klædes bedre på til at arbejde med borgere, der er ramt af demens. Kompetenceudvikling gennem praksisnær opkvalificering vil skabe bedre tilbud til borgere med demenssygdomme og deres pårørende samt et bedre arbejdsmiljø, der reducerer sygefravær og magtanvendelser.
- 2. Inddragelse og støtte af pårørende** - Pårørende skal inddrages igennem *hele* forløbet, både i udredningsfasen og efterfølgende i omsorgsforløbet, hvor hverdagen tilrettelægges. Der skal være mulighed for at give kliniske indsatser over for pårørende, der udvikler stress, depression og social isolation.
- 3. Individuelt fokus på den demensramte borger** - Kvaliteten af demensindsatsen skal højnes, således, at alle der berøres af en demenssygdom har lige adgang til forebyggelse, udredning, behandling og psykosociale interventionstilbud på best practice-niveau. Dette kræver etablering af individuelt tilpassede, evidensbaserede og cost-benefit orienterede tilbud, der kan understøtte den enkelte borger, som rammes af demens.
- 4. Fokus på forskning og implementering af viden i dansk kontekst** - Der er behov for forskning i forebyggelse, behandling og metodeudvikling samt validering af eksisterende viden og ikke mindst i hvordan man udsætter sygdomsdebut og forsinker sygdomsudviklingen, hvis Danmark skal blive førende på demensområdet.

Praksisnær kompetenceudvikling blandt frontpersonale og ledelse

Dansk Psykolog Forening foreslår følgende fokuspunkt

- Den nationale handlingsplan for demens 2025 bør inkludere et fokus på kompetenceudvikling gennem praksisnær opkvalificering af frontpersonale og ledere.

Uddybende

Det kræver særlige kompetencer hos plejepersonale, der skal drage omsorg for borgere med demenssygdomme, at skabe en meningsfuld hverdag. Dette gælder både plejepersonale ansat i hjemmeplejen og på plejehjem. Derudover kan der ved svær demens forekomme svære adfærdsforstyrrelser - for eksempel i form af uro, rastløshed, formålsløs vandren og meningsløs råben eller apati og svigtende initiativ. Også depression, angst, vrangforestillinger og hallucinationer kan opstå.

Plejepersonalet står derfor over for en udfordrende opgave, og er i dag mange steder ikke klædt på til at håndtere de konfliktsituationer, der kan udvikle sig. Det vidner blandt andet Ankestyrelsens opgørelse over kommunernes håndtering af magtanvendelsesreglerne over for borgere med demens om. I størstedelen af de sager Ankestyrelsen har gennemgået er det således styrelsens vurdering, at den pågældende kommune kunne have peget på pædagogiske tiltag som et alternativ til magtanvendelsen. Dette til trods for, at 98 pct. af de adspurgte 84 kommuner har retningslinjer, som indeholder vejledning om brug af magtanvendelse¹.

De konflikter, der opstår mellem demensramte borgere og plejepersonale, og den deraf følgende udadreagerende adfærd, opstår ofte, fordi der stilles for høje krav til borgeren. Derfor er det afgørende, at medarbejderne ved, hvordan man tilrettelægger en hverdag, der svarer til den enkelte borgers funktionsniveau og kan trække på socialpædagogiske tilgange, når der opstår konflikt. Der er endvidere behov for at sikre god faglig ledelse på området, så ledere kan støtte deres medarbejdere i at integrere nye metoder og tilgange. Godt faglig lederskab kan blandt andet understøttes ved hjælp af ledersupervision og undervisning i demensfaglig viden.

Psykologer kan som faggruppe bidrage til opkvalificeringen af plejepersonale ved at undervise i kommunikation og pædagogik knyttet til de specifikke problemstillinger personalet til dagligt gerne vil løse bedre. Man har flere steder anvendt psykologer til at skabe en signifikant forbedring af arbejdsmiljøet for personalet ved uddannelse og praksisnær læring (Holmegårdsparken, Ordrup; Vejle kommune; Århus kommune).

Et bedre rustet personale skaber højere livskvalitet for demensramte borgere og et bedre arbejdsmiljø for plejepersonale, hvilket betyder mindre nedslidning og overbelastning af den enkelte medarbejder og dermed en nedbringelse sygefravær på arbejdspladserne. For at håndtere udfordringen er der i lige så høj grad behov for bedre metoder og løbende praksisnær kompetenceudvikling som flere hænder.

¹ Ankestyrelsens undersøgelse af Kommunernes håndtering af magtanvendelsesreglerne over for borgere med demens, november 2015.

Inddragelse og støtte af pårørende

Dansk Psykolog Forening foreslår følgende fokuspunkter

- Inddragelse og støtte gennem *hele* forløbet, både i udregningsfasen og efterfølgende i omsorgsforløbet.
- Kontinuitet i kontakten til pårørende i forløb. Kontaktpersoner på området bør være tværgående, så den pårørende ikke oplever sig hægtet af hver gang forløbet skifter mellem institutioner/sekto-
rer.
- Kliniske indsatser over for de pårørende, hvis stress, depression og social isolation udvikles på trods af forsøget på forebyggelse.

Uddybende

Nationalt Videnscenter for Demens anslår, at op imod 500.000 danskere er nære pårørende til en person, der lider af en demenssygdom. Involvering af de nærmeste pårørende er i de fleste tilfælde afgørende, når det handler om at skabe gode, værdige og omkostningseffektive forløb for demensramte borgere. Især ægtefæller og børn befinder sig dog samtidig i en sårbar situation, da man udover nyheden om, at ens nærmeste er blevet diagnosticeret med en uhelbredelig sygdom, skal indstille sig på en anerledes tilværelse.

Kvalitative studier i Danmark har vist, at pårørende grundet omsorgsopgaven har mindre tid til arbejde, hvile og fritidsaktiviteter. Den langvarige belastning kan føre til forringet helbred, social isolation, stress og depression og konflikter i familien. Internationale studier viser endvidere, at angstlidelser og depression forekommer 2-3 gange hyppigere end hos normalbefolkningen.

Undersøgelser viser, at målrettede samtaler med en psykolog giver pårørende de nødvendige mestringsstrategier og derigennem øger livskvaliteten for den enkelte. Derudover er der evidens for effekt af psykologisk behandling i forhold til forebyggelse af depression samt reducere angst og depressionssymptomer. Metoderne er i mange tilfælde omkostningsneutrale og kan medvirke til at sænke de samlede udgifter til behandling og pleje².

Det engelske projekt Strategies for relatives (START) viser eksempelvis, at psykologisk intervention over for pårørende med blot 8 sessioner gav signifikante resultater ift. øget livskvalitet og forbedring af helbred. Der sås i modsætning til hos kontrolgruppe en reducere i angst- og depressionssymptomer, mindre irritation overfor dement partner og deres selvopfattelse var mere positiv³.

² Livingston et al (2005): *Systematic Review of Psychological Approaches to the Management of Neuropsychiatric Symptoms of Dementia*

Scott et al (2015): *Caring for the carer: a systematic review of pure technology-based cognitive behavioral therapy (TB-CBT) interventions for dementia carers.*

³ Livingston et al (2013): *Clinical effectiveness of a manual based coping strategy programme (START, STRategies for RelaTives) in promoting the mental health of carers of family members with dementia: pragmatic randomised controlled trial.*

Individuelt fokus på den demensramte borger

Dansk Psykolog Forening foreslår følgende fokuspunkter

- Udvikling og afprøvning modeller for forebyggelse, udredning og diagnostik af personer med demenssygdomme med den målsætning, at alle borgere skal have lige adgang til tilbud på best practice - niveau.
- Etablering en palet af evidensbaserede tilbud, der kan sammensættes fleksibelt og dermed imødekomme individuelle behov.
- Samarbejde mellem tilbud på tværs af sektorer, herunder fleksibel anvendelse af ressourcer og viden deling.

Uddybende

I 2014 var 38.000 borgere over 65 år registreret med en demensdiagnose i sekundærsektoren, mens Nationalt Videnscenter for Demens i 2015 estimerer, at knap 84.000 danskere lider af en demenssygdom. Tallene afspejler med al tydelighed, at vi trods fremskridt inden for området stadig ikke er gode nok til opspore og udrede demens.

Der bør arbejdes med at højne kvaliteten af udredningsforløb og ensarte dem på tværs af landet. En ordentlig udredning er ikke bare påkrævet for, at borgeren kan tilbydes den rette behandling. En tidlig udredning giver også de bedste rammer for, at demensramte borger og dennes pårørende kan tage stilling til indrettelsen af tilværelsen og indarbejde nye vaner samt kompenserende strategier, mens vedkommende stadig har overskud til det.

Derudover bør kvaliteten af forebyggelsesinitiativer højnes, så personer med kognitive vanskeligheder og risiko for udvikling af demens samt patienter med lette grader af demens tilbydes psykoedukation, kognitiv stimulationsterapi og kognitiv rehabilitering⁴.

Udvikling og afprøvning af modeller for forebyggelse, udredning og diagnostik samt behandling kan med fordel tage udgangspunkt i National Klinisk Retningslinje for Udredning og Behandling af Demens, der blev udgivet i 2013.

Endelig skal tilbud til borgere med demens i højere grad være individuelt tilpassede, evidensbaserede og cost-benefit orienterede. Der er konsensus inden for demensforskningen om, at de bedst mulige demens-tilbud er skræddersyede til individet, består af flere komponenter og skal kunne tilpasses individuelle behov på et givet tidspunkt i sygdomsforløbet. Fælles for næsten alle psykosociale tilbud, der har vist effekt er, at der er behov for at udvikle specifikke metoder i relation til danske forhold. Dette er derfor et oplagt opmærksomhedspunkt i forhold til handlingsplanen for demens.

⁴ Clare et al (2015): *The Agewell trial: a pilot randomised controlled trial of a behaviour change intervention to promote healthy ageing and reduce risk of dementia in later life*

Quinn et al (2015): *A Review of Self-Management Interventions for People With Dementia and Mild Cognitive Impairment*

Kurz et al (2012): *CORDIAL: Cognitive Rehabilitation and Cognitive-behavioral Treatment for Early Dementia in Alzheimer Disease - A Multicenter, Randomized, Controlled Trial*

Fokus på forskning og implementering af viden i en dansk kontekst

Dansk Psykolog Forening foreslår følgende fokuspunkter

- Mere forskning i forebyggelse, behandling og metodeudvikling på demensområdet. Også i forhold til psykosociale tilbud og interventioner.
- Større fokus på validering af internationale forskningsresultater og eksisterende viden i en dansk kontekst.

Uddybende

Der er behov for mere forskning i forebyggelse, behandling og metodeudvikling, hvis Danmark skal blive førende på demensområdet. Ikke mindst er der behov for forskning i, hvordan man udsætter sygdomsdebut og forsinker sygdomsudviklingen. Nationalt Videncenter for Demens er i Danmark knudepunkt for den sundhedsfaglige forskning i demens, og centeret vil bedre end nogen anden organisation kunne bidrage til en forskningsstrategi på demensområdet.

Der er imidlertid også brug for forskning inden for psykosociale metoder, der er i hastig udvikling internationalt, men som forsat har forskningsmæssige udfordringer. Eksempelvis skriver Socialstyrelsen på sin temaside om yngre personer med demens, at der stort set ikke findes nogen danske eller internationale forsknings- eller evalueringsstudier, der belyser effekten af forskellige socialfaglige tilbud/programmer og indsatser i forhold til yngre personer med demens⁵. Jo flere ressourcer der afsættes til metodeudvikling og forskning i psykosociale metoder i Danmark, des bedre bliver vores metoder, og vi kan medvirke til at sætte væsentlige aftryk på international metodeudvikling, forskning og innovation.

Som tidligere nævnt er der også et behov for at validere og implementere den viden vi allerede har om forebyggelse, udredning, behandling og psykosociale interventioner. Det kan vi gøre ved at udvikle flere nationale retningslinjer og anbefalinger på området, strategier for videndeling og spredning af best practice. Derudover skal frontpersonale klædes på til at anvende nye metoder og løbende videreuddannes, så indsatserne bliver bedre fagligt funderede.

⁵ Socialstyrelsen: <http://socialstyrelsen.dk/aeldre/demens/videnstemaer-i-demensarbejdet/tema-om-yngre-med-demens/forskning>