

# Velferdsteknologi til tjenestemottakere med mild kognitiv svikt og demens

Torhild Holthe,  
Ergoterapeut Phd, forsker



**Aldring og helse**  
Nasjonalt senter

# Hva vet vi?

## ◆ Demografi

- ◆ De eldste kohortene øker – «grand challenge»
- ◆ Antall personer med demens øker

## ◆ Teknologi

- ◆ Håp om at teknologi kan hjelpe personer med demens til mer trygghet og mer selvstendighet
- ◆ Økende interesse for forskningsfeltet eldre og teknologi, men krevende å lage teknologien tilstrekkelig robust og brukervennlig

## ◆ Ansatte i hjemmetjenesten

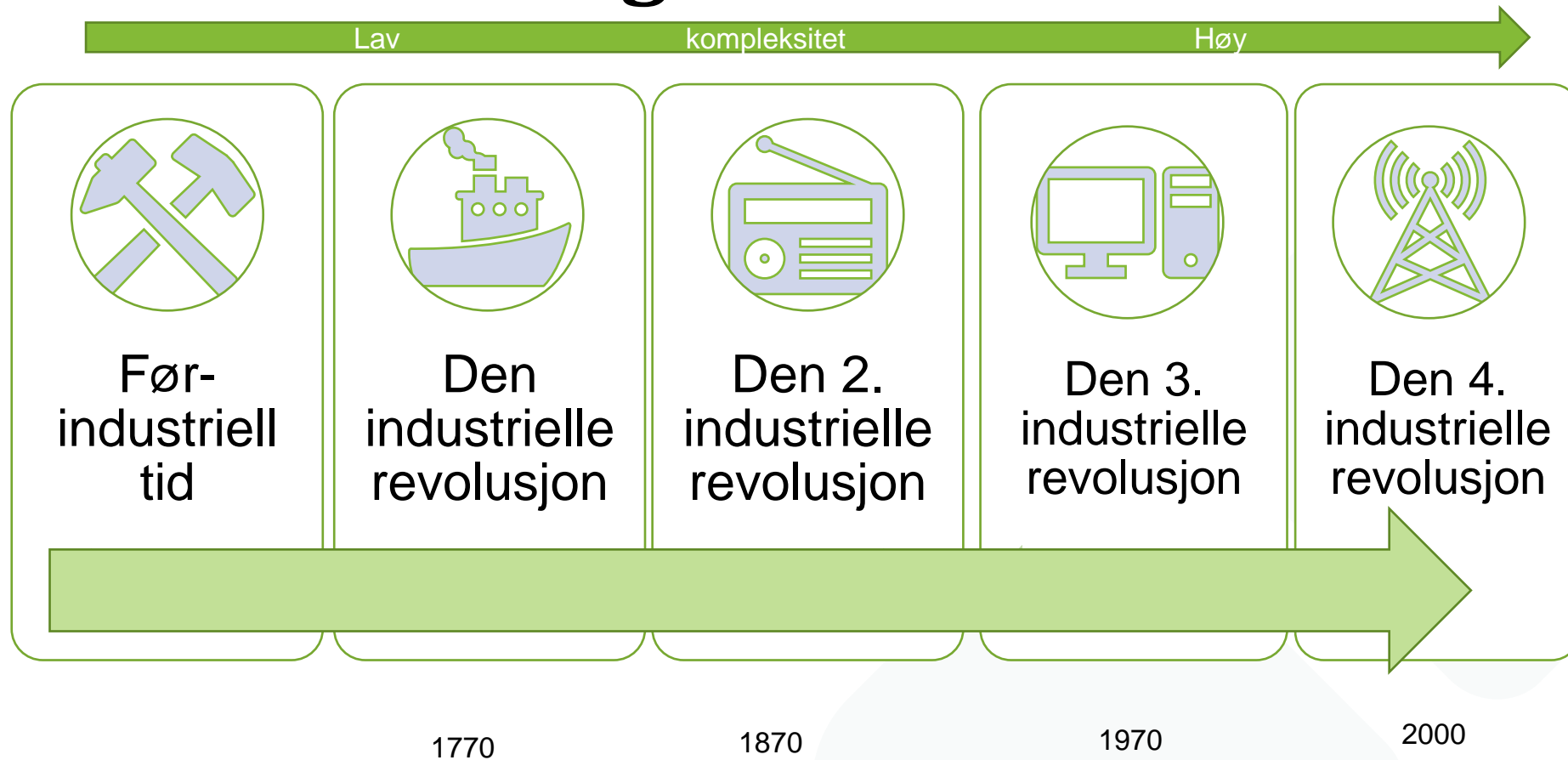
- ◆ Vegring mot å ta i bruk velferdsteknologi
  - ◆ Usikkerhet om teknologien er pålitelig
  - ◆ Frykt for at teknologi vil fjerne menneskelig kontakt
- ◆ Varierende, men generelt lav kunnskap om og praktisk erfaring med teknologi

## ◆ Brukermedvirkning

- ◆ Viktig for å utvikle brukbare og akseptable løsninger

«Samskaping av kunnskap»

# Teknologiens historie



# Velferdsteknologi

- ♦ Velferdsteknologi er en fellesbetegnelse på tekniske installasjoner og løsninger som kan **bedre den enkeltes evne til å klare seg selv i egen bolig**, og bidra til å **sikre livskvalitet og verdighet** for brukeren
- ♦ Velferdsteknologi kan også gi mer **effektiv bruk av ressurser** i helse- og omsorgstjenestene i kommunene

<https://ehelse.no/velferdsteknologi/velferdsteknologi>



## 10. Velferdsteknologi

- ✓ **Kommunen bør gi informasjon om velferdsteknologi og tilby velferdsteknologiske løsninger til personer med demens og deres pårørende.**

STERK ANBEFALING

Kommunen bør gi råd og informasjon til personer med demens og deres pårørende, om hvordan velferdsteknologi kan bidra til bedre mestring av egen livssituasjon og helse. Kommunen bør ved behov tilby velferdsteknologiske løsninger og tjenester som kan gi bedre egenmestring for personer med demens og avlaste pårørende og omsorgspersoner.

[Se Helsedirektoratets temaside om velferdsteknologi med anbefalinger til kommunene om hvilke teknologiområder som bør inngå i tjenestetilbudet.](#)

Lukk

Sist faglig oppdatert: 27. november 2019

# Nasjonal faglig retningslinje demens

- ♦ <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/demens>

# Velferdsteknologi

- Med velferdsteknologi menes **mestringsteknologi** - som skal muliggjøre at personer med demens kan mestre egen sykdom og helse,
- og **trygghetsskapende teknologi** - som skal muliggjøre at personer med demens og deres pårørende kan føle trygghet.

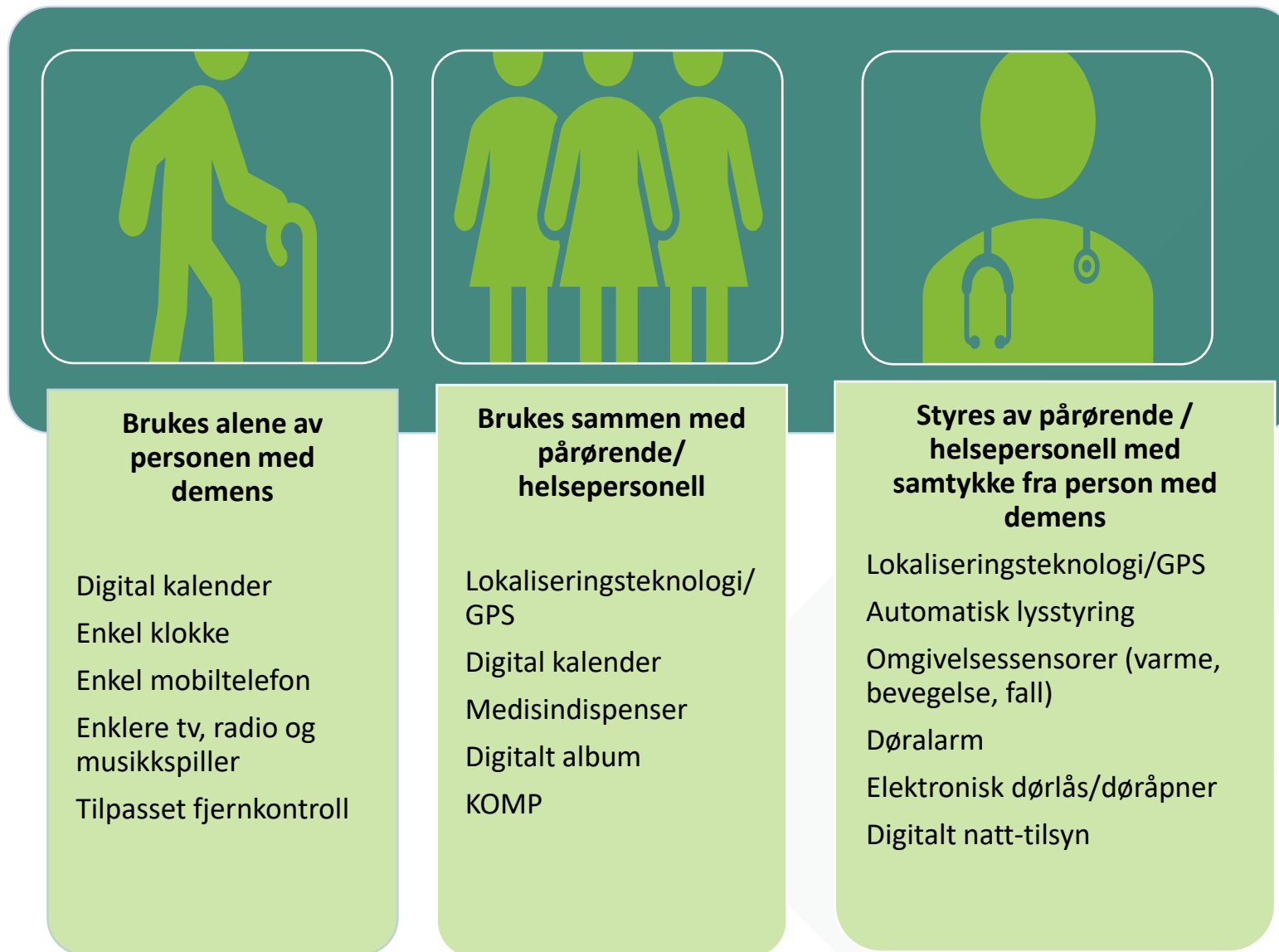
Nasjonal faglig retningslinje demens

**Tabell 11.1. Andel som tilbød velferdsteknologi for personer med demens. Antall kommuner (%).**

Sist faglig oppdatert: 24. mai 2019

	Nei	Ja, til hjemmeboende	Ja, i tilrettelagt bokollektiv	Ja, på sykehjem
<b>Digital trygghetsalarm</b> (uten GPS-lokalisering), n=394	54 (13,7)	331 (84,0)	77 (19,5)	71 (18,0)
<b>Varslings- og lokaliseringsteknologi</b> (med GPS-lokalisering), n=390	171 (43,8)	171 (43,8)	63 (16,2)	152 (39,0)
<b>Digitalt tilsyn/sensorteknologi</b> (natt-kamera, fall/bevegelsessensor, dørsensor eller sengesensor, n=390)	117 (30,0)	153 (39,2)	83 (21,3)	217 (55,6)
<b>Elektronisk medisineringsstøtte</b> (medisindispenser), n=380	239 (62,9)	140 (36,8)	19 (5,0)	12 (3,2)
Annet, n=148	111 (75,0)	32 (21,6)	7 (4,7)	9 (6,1)

# Velferdsteknologi til personer med demens



# Case 1 - Torvald

- ◆ Bodde på sykehjem
- ◆ Fysisk sprek
- ◆ «*Jeg har Alzheimer. Fysisk trening kan hindre at jeg blir verre. Jeg vil ut og gå!*»
- ◆ Personalet hadde ikke anledning til å følge ut

- ◆ GPS med geofence (elektronisk gjerde)





# Case 2 - Rigmor

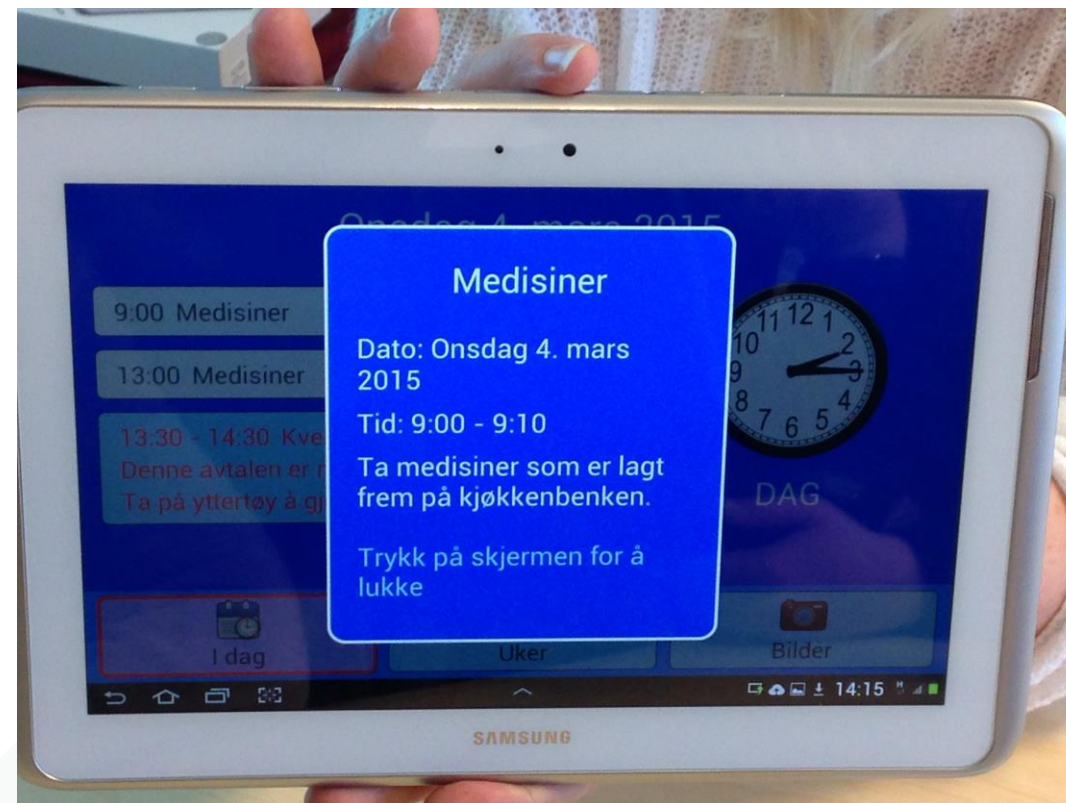
- ◆ Alzheimer
- ◆ God hørsel, fysisk sprek
- ◆ Tidlig i 60-årene
- ◆ Bodde hjemme
- ◆ Vansker med å lese analog klokke
- ◆ Vansker med å følge med på tida / døgnet
- ◆ Mannen sier hun maser om tida

- ◆ Talende armbåndsursur



# Case 3 - Thomas

- ◆ Parkinson + hjerneslag
- ◆ Bor hjemme, enkemann
- ◆ Ønsker å bo hjemme og være selvhjulpen
- ◆ Aktivitetsproblemer:
  - ◆ Finne telefonnummer
  - ◆ Slå av og på TV
  - ◆ Huske å slå av komfyren
  - ◆ Regulere varmtvannet
  - ◆ Huske å ta medisiner



MEMAS digital kalender, og oppfølging fra hjemmetjenesten

# Case 4 - Ruth

- ◆ Alzheimer
- ◆ Fysisk sprek, liker å gå tur
- ◆ Bor alene
- ◆ Alder ca 80
- ◆ Har hjemmetjenester
- ◆ Gått ut tynnkledt i –18 grader
- ◆ Frykt for at Ruth skal gå ut om natta

- ◆ **Dørtaler** med alarm til hjemmetjenesten



App-sender til smarttelefon

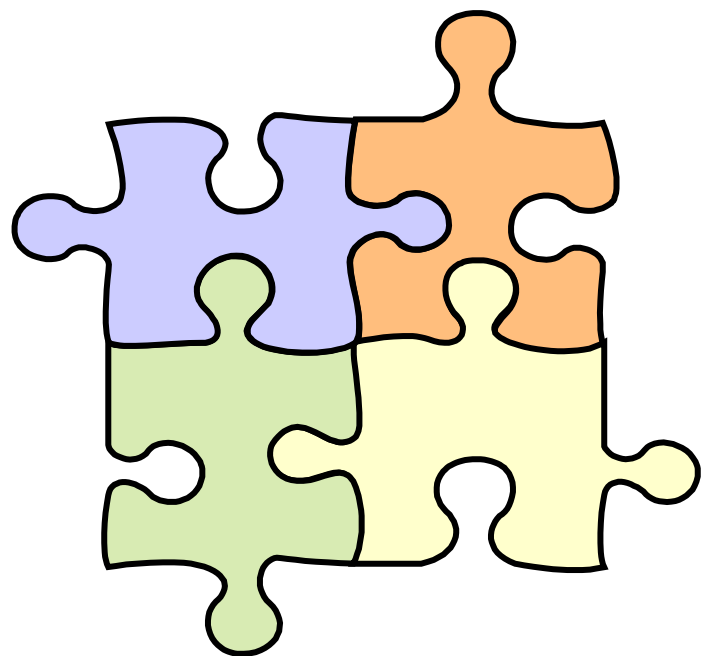


Bevegelsessensor

# 19 typer hjelpemidler/strategier

Sikkerhet og trygghet	Forenklede grensesnitt	Digitale fjernstyrte	Påminnelser (visuelle og auditive)	Visuelle strategier (ikke teknologi)
Komfyrvakt	Enkel mobiltelefon (2 ulike)	Digital kalender, to ulike typer	Beskjed-boks	Kontrastfarger
Tidsbryter til kaffetrakter	Enkel fjernkontroll til TV	Multidose-dispenser	Huskeklokke m/talepåminner	Merking av komfyr, kjøleskap o.l.
GPS	Elektronisk dørlås		Medisindosett med alarm	7. sans
	Tingleter		Automatisk kalender (2 typer)	White board /døgntavle
	Talende klokke		Lese klokkeslettet (tiden min)	

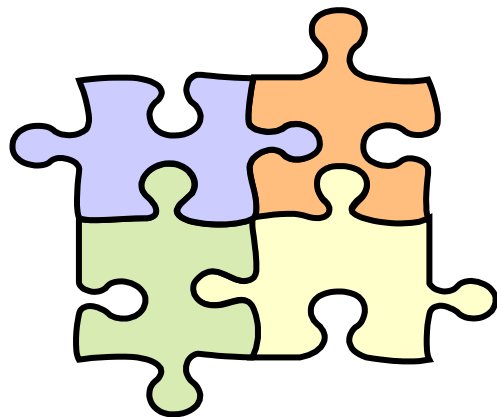
# Betydningen av å få et hjelpemiddel



- ◆ Personen mestrer egen hverdag bedre
  - ◆ Å få høre hva klokka er
  - ◆ Å kunne ringe, og svare på telefonanrop
  - ◆ Å kunne slå på TV og velge kanal
  - ◆ Kunne få påminnelser om det som skal skje

***«Og jeg som sa at vi ikke hadde noen behov! Denne fjernkontrollen her er jo bare midt i blinken!» (ektefelle)***

# Betydningen av å få et hjelpemiddel



**«Det er ikke slik at alle hjelpemidlene har vært like vellykket, men de få tinga som virket, er veldig OK. Og det å komme et lite stykke på veien, slik at hverdagen blir litt lettere – det er jo bedre enn ingenting!»  
(ektefelle)**

## ♦ Pårørende får avlastning

- ♦ Å slippe å huske på å ringe hjem for å minne mor på å ta en pille
- ♦ Å vite at ektefellen kan hygge seg med TV når en er på jobb
- ♦ Få litt ro i sjela – f.eks. å være trygg for at det ikke oppstår farer i hjemmet pga feilbruk av ulike apparater (komfyr, kaffetrakter osv.)
- ♦ Å vite at en kan finne igjen ektefellen om hun/han ikke kommer hjem til avtalt tid

# Hvor kan vi få informasjon?

- ◆ Kommunens hjemmeside
- ◆ Hukommelsesteamet / Demensteamet
- ◆ Kommuneergoterapeuten
- ◆ Pårørendeskoler
- ◆ Pensjonistforbundets hjemmeside
- ◆ NAV
  - ◆ [www.hjelpemiddeldatabasen.no](http://www.hjelpemiddeldatabasen.no)
- ◆ Almas hus / visningsleiligheter rundt om i landet
  - ◆ [hvakanhjelp.no](http://hvakanhjelp.no)

# Tar utgangspunkt i aktivitetsproblemer











Siden driftes av Senter for fagutvikling og forskning, Helseetaten Oslo kommune | [almashus@hel.oslo.kommune.no](mailto:almashus@hel.oslo.kommune.no) f

**Hvakanhjelp.no**   Forside   Hjelpemidler ▾   Video   Fysisk tilrettelegging   Aktuelt   Om nettsiden   🔍

## Velkommen til hvakanhjelp

På denne siden får du råd, tips og forslag til å finne gode løsninger. Her er eksempler på hjelpemidler, velferdsteknologi og fysiske tilrettelegging som kan gjøre det enklere å klare seg selv i hverdagen.

I visningsleiligheten Almas hus i Oslo, kan du se og teste ut produkter og løsninger. Les mer om Almas hus og hvordan du kan bestille et besøk her: [www.almashus.no](http://www.almashus.no)

 Kontakte familie og venner	 Huske tid, avtaler og medisiner	 Se på tv og høre musikk
 Fysisk aktivitet	 Stedsorientering	 Brannsikkerhet
 Råd og tips	 Varsling ved fall...	 Andre hjelpemidler
 Om nettsiden og Almas hus		



# Målet må være



[Dette bildet](#) av Ukjent forfatter er lisensiert under [CC BY-ND](#)

- ◆ Alle bør ha rett til å få vurdert sitt behov for eventuell teknologi-støtte i hverdagen
- ◆ Få rett teknologi til rett tid
- ◆ Mestring og mening bidrar til trivsel, livskvalitet og helse

# Spørsmål og kommentarer?

[torhild.holthe@aldringoghelse.no](mailto:torhild.holthe@aldringoghelse.no)



**Aldring og helse**  
Nasjonalt senter