

Demens kan gjøre det vanskelig å utføre daglige gjøremål, som å huske avtaler, ta medisiner, finne veien hjem, bruke fjernkontroller til TV, mobiltelefon og PC. Derfor kan personer med demens ha behov for velferdsteknologi som støtter eller kompenserer for kognitiv svikt når det gjelder å mestre dagliglivets gjøremål. Det er viktig å huske at innføring av velferdsteknologiske løsninger ikke er et mål i seg selv, men et middel som skal gi personen med demens økt trygghet, selvstendighet og mestring. Samtidig kan velferdsteknologiske løsninger også være en støtte for pårørende og/eller bidra til bedre ressursutnyttelse og kvalitet i helse- og omsorgstjenestene.

Velferdsteknologiske løsninger kan deles inn i teknologi som brukes av personen med demens, teknologi som brukes av personen med demens sammen med pårørende eller helse- og omsorgspersonell og teknologi som styres av pårørende eller helse- og omsorgspersonell. Symptomene på demens kan variere fra person til person, og teknologien må tilpasses individuelt. Fordi demens som regel forverrer seg over tid, kan det være behov for ulike teknologi med ulike formål på ulike stadier av sykdommen.

Eksempler på ulike teknologiske løsninger

Teknologi som brukes alene av personen med demens

- elektronisk kalender
- enkel klokke
- enkel mobiltelefon
- enkel tv, radio og musikkspiller
- tilpasset fjernkontroll

Teknologi som brukes av personen med demens sammen med pårørende eller helse- og omsorgspersonell

- lokaliseringsteknologi/GPS
- elektronisk dørlås
- elektronisk kalender
- medisindispenser
- digitalt album

Teknologi som styres av pårørende eller helse- og omsorgspersonell

- lokaliseringsteknologi/GPS
- automatisk lysstyring
- elektronisk dørlås
- varmesensor
- bevegelsessensor
- fallsensor
- døralarm
- digitalt tilsyn

Eksempel på at personer med demens benytter teknologi alene

Anna strever med å ha oversikt over dagens gjøremål og avtaler. Hun spør datteren mange ganger om hva som har skjedd, og hva som skal skje. Hun husker ikke avtaler. Målet er å gi Anna støtte slik at hun klarer å ha oversikt over dagens gjøremål. En elektronisk kalender kan være en løsning i dette tilfellet.

Det finnes forskjellige typer elektroniske kalendere som viser klokkeslett, dag og dato samt avtaler som er lagt inn. I tillegg vises det om det er dag eller natt. Innholdet på skjermen kan tilpasses personens behov og ønsker.



Eksempel på å bruke teknologi sammen med pårørende

Hans strever med å finne hjem når han er ute og går sine daglige turer. Han spør ofte fremmede om veien hjem, men det er ikke alltid han husker hvor han bor. Kona blir bekymret når han er borte lenge. Målet er å støtte Hans til å opprettholde sine daglige turer. En GPS kan gjøre at kona kan se hvor Hans er, og han selv kan varsle om hjelp om han ikke finner veien hjem.

En GPS kan lokalisere hvor personen befinner seg. Den kan se ut som en trygghetsalarm, et armbandsur eller være installert i en mobiltelefon eller i en såle.



Eksempel på at helse- og omsorgspersonell bruker teknologi i tjenestene

Sigrun bor alene og er ofte oppe om natten for å gå på toalettet. Hun har falt et par ganger og er redd for å falle igjen. Hun synes også det kan være vanskelig å finne tilbake til sengen sin etter å ha vært på toalettet. Sigrun har fått vedtak om tilsyn en gang per natt etter fallepisodene. Dette opplever hun som forstyrrende for nattesøvnen. Målet er å støtte Sigrun, slik at hun føler seg trygg, og ikke avbryte nattesøvnen hennes unødige. En løsning kan være digitalt tilsyn ved at sensorer fanger opp når hun går ut av sengen. Lyset slås på, og i tillegg går en alarm til kommunens helse- og omsorgstjeneste dersom hun ikke er tilbake i sengen etter en gitt tid.

Anskaffe velferdsteknologiske løsninger

Personen med demens kan selv søke om velferdsteknologiske løsninger. Det anbefales likevel at hjemmebaserte tjenester, ergoterapeut eller hukommelsesteamet i kommunen kartlegger, foreslår og eventuelt søker på vegne av personen med demens om aktuelle velferdsteknologiske løsninger.

Det er flere måter å gå frem for å anskaffe velferdsteknologi

- søke kommunen
- søke Navs hjelpemiddelsentral
- kjøpe produkter i vanlig handel

Det er viktig å huske at kommunen ikke har ansvar for teknologiske løsninger som er anskaffet privat. Velger kommunen likevel å ta slike teknologiske løsninger i bruk, har de ansvar for at teknologien fungerer forsvarlig.

Ta i bruk velferdsteknologiske løsninger

Det kan være nyttig å ta i bruk velferdsteknologi tidlig når et behov oppstår. For personer med demens kan det være lettere å bruke teknologien når den tidlig blir en del av personens vaner og rutiner. Når velferdsteknologi gis som en del av helse- og omsorgstjenesten, har kommunen ansvar for opplæring og oppfølging og for å sikre at teknologien til enhver tid fungerer forsvarlig. Pårørende og/eller helsepersonell må ofte støtte og motivere personen med demens til å bruke denne typen teknologi i hverdagen. Det er derfor viktig at både personen med demens og pårørende får god opplæring.

Behovene til personer med demens vil endre seg samtidig som sykdommen utvikler seg. Derfor må nytten av de velferdsteknologiske løsningene vurderes jevnlig. Drøft og rådfør dere gjerne med helse- og omsorgspersonell, og meld fra til kommunen dersom dere opplever at velferdsteknologien ikke er til hjelp eller nytte.

Utvikling av demens vil kunne påvirke personens samtykkekompetanse. Når det skal tas i bruk nye tjenester, for eksempel velferdsteknologi, må det vurderes om personen med demens er samtykkekompetent og selv kan si ja eller nei til tilbudet. Samtykke er situasjonsbetinget, og personen med demens kan være samtykkekompetent i spørsmål som gjelder bruk av trygghetsalarm, men ikke når det gjelder medisiner.

Tips til litteratur: Aldring og helse: www.aldringoghelse.no/demens/velferdsteknologi/, Hva kan hjelpe?: www.hvakanhjelp.no, Nasjonalforeningen for folkehelsen: <https://nasjonalforeningen.no/demens/etter-diagnosen/tekniske-hjelpemidler/>

Tema-arket er utviklet av Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse på oppdrag fra Helsedirektoratet, som en del av Demensplan 2020.

Bidragstere: Margit Gausdal Strandenæs og Ida Wulff Jensen

Foto: Martin Lundsvoll/Aldring og helse.

Publisert: 19.12.19

Revidert: 24.06.20