

Moderne demensbehandling

LIV I DET FRI

De to venninnene har vært på handletur og skal ut og spise. En barnefamilie bestiller pannekaker. Utenfor vinduene ser de en kvinne pusle med blomsterbedene. En helt dagligdags situasjon, bortsett fra at både de to venninnene og den hageinteresserte har en tung demensdiagnose.

TEKST: Anne Lise Gjetvik FOTO: Vivium

Landsbyen Hogeweyk i Nederland har 27 hus med 6–7 beboere i hvert hus. I dette boligområdet har de eget teater, supermarked, pub og restaurant. Alle de 169 innbyggerne kan gå fritt omkring og benytte seg av alle tilbudene i nabola- get. Men husene utgjør et naturlig stengsel og det er bare én dør ut til resten av verden. For beboerne er den døren stengt.

Grunnleggerne av denne helt spesielle landsbyen hadde en visjon om at det måtte finnes et alternativ til de tradisjonelle sykehjemmene. Demente måtte få en mulighet til å leve livet slik de var vant til og likte, selv om de ikke lenger kunne bo hjemme.

BEHANDLES MED RESPEKT

– Personen er jo den samme som tidligere, selv om de kognitive evnene er reduserte, sier Iris van Slooten-Klarenbeek, som jobber her.

– Vi er opptatte av at også demente er «vanlige» mennesker, men med en diagnose. De skal behandles med respekt. Det betyr at menn-

esker ikke skal presses inn i én og samme form. Vi vil tilrettelegge for den livsstilen man liker, både når det gjelder mat, stil, musikk og aktiviteter. Noen er opptatt av tradisjoner og de nære ting. Andre liker å møte venner ute på puben. Noen liker enkel husmannskost, andre foretrekker et franskinspirert kjøkken og formell borddekkning.

FIRE STILER

Tilbudet i Nederland består av fire ulike stiler; den tradisjonelle, den urbane, den formelle og den kulturelle.

Hvor den enkelte beboer vil finne seg mest til rette, blir kartlagt på forhånd.

– Vi finner ut hva man foretrekker av mat, stil, påkledning og musikk. Liker du å lese avisen hver dag? I så fall – hvilken?

Da det var klart at Marike De Brijn hadde fått Alzheimer og ikke kunne bo hjemme lenger, besøkte datteren Mariette to sykehjem, Hogeweyk og et annet. Det siste lå vakkert til ute i en skog, men hun oppdaget at

Du er et menneske som har fått en demensdiagnose, men har likevel rett til å være deg selv.

IRIS VAN SLOOTEN-KLARENBEEK

beboerne aldri fikk gå ut av bygningen.

– Mange satt hele dagen i en rullestol i bare nattøyet. De fikk som regel ikke dusje mer enn en gang i uken. Det var forskrekkelig, forteller Mariette Dicker-de Brijn i et intervju med nederlandsk TV.

I Hogeweyk er det er lagt stor vekt på fellesområdene, varierte hustyper og utendørsområder.

Beboerne har sine egne rom med en felles, romslig stue. De deler på to bad. Hvert hus har to ansatte som ivaretar dagliglivet i huset,

med alt som hører med; omsorg, husstell, klesvask, matlaging og rengjøring.

Innenfor landsbyen er det mer enn 30 klubber og mange frivillige hjelper til med å drifte aktivitetene.

Når det er behov for medisinsk hjelp, er det basert på hjemmebesøk.

– Hva med ektepar, kan man få bo sammen med ektefellen sin her de siste årene av livet?

– Det er mulig, men bare hvis begge har en alvorlig demensdiagnose, svarer Iris.

OFFENTLIG TILBUD

– Men er det trygt, både for den enkelte og for andre beboere å la alle gå fritt rundt? Og er dette bare for velstående mennesker som kan kjøpe seg plass?

– Det er håndterbart, sier Iris, men det krever vilje og kreativitet. Hun forteller at Hogeweyk er en del av det offentlige helsevesenet, med samme budsjetter som tradisjonelle sykehjem.

– En person med alvorlig demens kan ha andre, psykiatriske diagnoser. Vår policy

GENERASJONER
MØTES: Beboere og
besøkende har mange
uformelle møteplasser.





INSPIRASJON: –Mange har latt seg inspirere av måten vi har laget vår demenslandsby, sier Iris van Slooten-Klarenbeek

BLOMSTERGLEDE: Denne kvinnen har alltid likt å stelle med blomster, og det gjør henne godt å få fortsette med det selv om hun har fått en alvorlig demensdiagnose.

Forutsigbarhet og bevegelsesfrihet er viktige stikkord for Strømmehaven i Kristiansand.

HEIDI MITCHELL

er minst mulig medisiner og vi er imot bruk av tvangsmidler. Det at beboerne er samlet i små grupper, gir også bedre oversikt og mulighet for individuell oppfølging. En person kan bli svært urolig om han eller hun ikke har noe meningsfylt å ta seg til. Kanskje vedkommende er veldig glad i å stelle i hagen, for eksempel – og at uroen avtar når hun får lov til det.

I det hele tatt utfordrer teamet i landsbyen vante forestillinger og smale definisjoner. Hva er «innafør» det vi kaller normalt?

– Du er et menneske som har fått en demensdiagnose, men har likevel rett til å være deg selv, sier Iris.

Hun forteller at samhandlingen mellom Hogeweyk og nabolaget utenfor er stadig økende. Teatret leies ut til møter og skoleforestillinger, forretningsmennesker spiser lunsjen sin i restauranten og barnefamilie tar med barna på pannekakemiddag og lek i parken.

– Jeg tror vi kommer til å åpne opp mer og mer, kanskje vil institusjonene forsvinne etter hvert. En integrasjon

med samfunnet rundt vil være et gode for alle.

INSPIRASJON

Hogeweyk, som åpnet i 2009, har inspirert til store endringer i behandlingen av demens, også innenfor de tradisjonelle sykehjemmene. Interessen er så stor at noen av grunnleggerne nå er rådgivere på heltid. Det kommer svært mange henvendelser fra andre land. Danmark og Frankrike har fått sine demenslandsbyer – og snart åpner den første landsbyen i Norge.

Carpe Diem heter prosjektet som Bærum kommune er i ferd med å ferdigstille. I oktober åpner Strømmehaven i Kristiansand, og i løpet av 2022 åpner to «demenshager» i Oslo kommune.

Mye er inspirert av måten Hogeweyk er driftet på, men ikke en blåkopi. Kommunene tilpasser måten å ivareta per-

soner med demens på i forhold til hva vi er vant til i eget nærmiljø.

I Kristiansand skal Strømmehaven ha plass til 42 beboere i seks bokollektiv. Disse kollektivene er organisert som omsorgsboliger, der hver beboer har en leiekontrakt med kommunen. Hver enkelt beboer har et rom med eget bad og innreder med egne møbler og lintøy. Stue og kjøkken er felles for de syv som bor i huset. Innredningen av fellesområdene kan være tilpasset én av tre livsstiler; landlig, byliv og klassisk.

BLIR GODT KJENT

Helsefagarbeiderne går langvakter slik at beboere og ansatte blir godt kjent med hverandre.

– Forutsigbarhet og bevegelsesfrihet er viktige stikkord i dette landsbykonseptet, påpeker Heidi Mitchell som



TEATERPLASSEN: Teateret er både for beboerne og til utleie for konferanser og forestillinger. Det er hyggelig å følge med på livet fra stolene foran fontenen.

VIL DU VITE MER?

Se på disse nettstedene:
bethecareconcept.com
vivium.nl

skal være avdelingsleder i Strømmehaven i Kristiansand.

– Her har vi frukthage, blomster og hønsegård. Beboerne er med på daglige gjøremål inne og ute, noe vi tror vil gi mer ro og bedre nattesøvn.

GRIP DAGEN

I Bærum kommune er de i ferd med å ferdigstille Carpe Diem (som betyr «grip dagen»).

– Hogeweyk er inspirasjonskilden, men det har vært viktig å tilpasse til norske forhold, sier Hege Fossum. Hun har vært i aktiv dialog med pårørende og fremtidige beboere.

– Vi må få lov til å leve livet vårt slik vi er vant til lengst mulig. Vi har vært opptatt av å se mest mulig av den friske personen selv om man er så syk at man ikke lenger kan bo hjemme.

INNSIKT

Samtalene med pårørende og fremtidige beboere er oppsummert i syv punkter om hvordan man ønsker livet i Carpe Diem-landsbyen:

1. Et hyggelig hjem å bo
2. Viktig med fellesskap, men ikke for mange og med mulighet for ro
3. Ønsker respekt, verdighet, være velstelt og å bestemme selv
4. God mat i trygge og hyggelige omgivelser
5. Aktive aktiviteter for kropp og sjel, hele året ute og inne, for hver især
6. Behov for trygghet, særlig om natten
7. Ønsker å være til nytte i hverdagen og ta vare på det gamle livet sitt mest mulig

ALDERSVENNLIG BY

I Oslo pågår det et stort arbeid med «aldersvennlig by». Nylig fikk byen sitt første aldersvennlige kjøpesenter,

der betjeningen har fått opplæring i å snakke med kunder som kan være litt forvirrede og kanskje ikke finner hjem. Kommunen legger også stor vekt på demensvennlige biblioteker. Oppsal bibliotek er allerede et aldersvennlig bibliotek, Røa og Torshov er under utvikling. For å gjøre byen mer tilgjengelig for alle, er flere benker, ett virkemiddel. En rekke sykehjem har de siste årene også opparbeidet sansehager der man kan lukte, se og minnes. To hagebyer for mennesker med demens skal være klare for innflytting i 2022 og 2023. Hver «hageby» har plass til 110–130 langtidspasienter.

– Mange av sykehjemmene våre er bygget da man mente at de skulle se ut som sykehus. Flere etasjer og korridorer som ser helt like ut, er nok ikke det beste for folk med kognitiv svikt, sier Unni Hembre. Hun er seksjonssjef i

byrådsavdelingen for eldre, helse og arbeid. Demenslandsbyen i Nederland har vært til inspirasjon:

– Et åtteetasjes sykehjem ble revet, i stedet ble det bygget små boliger på området. Her kan beboere med demenssykdom gå fritt omkring og få frisk luft og naturlig mosjon. Ok – så tuler man seg kanskje bort eller går inn i feil hus, men hva så? Alle som arbeider der, eller er frivillige, har kompetanse til å håndtere dem, sier Unni.

– Resultatet er at folk holder seg friskere lenger, og behovet for sykehjemsplasser blir mindre. Når man på grunn av en mild til moderat kognitiv svikt ikke lenger kan bo hjemme, er vi opptatt av at det skal være små enheter i nærområdet der man er kjent. Foreløpig er dette på utprøving og Oslo planlegger å bygge ca. 100 slike boliger i ulike bydeler. •