

DEMENSPLAN 2025

– et demensvenligt Vejle



Vejle
...med vilje

DEMENSPLAN 2025

– et demensvenligt Vejle

Vi lever heldigvis længere og er mere raske end tidligere. Det er selvfølgelig glædeligt, men udviklingen betyder også, at vi bliver flere ældre i Vejle Kommune, og at flere bliver ramt af demens.

Mange får derfor også demens helt tæt på og vil opleve, at sygdommen rammer både den, der er syg, og de mennesker, der er helt tæt på den demensramte. Det er hårdt at se, at ens pårørende glider ind i demenssygdommens glemsel.

Vejle er nået langt som demensvenlig kommune. Medarbejdere og frivillige gør hver dag en stor indsats for, at demensramte og deres familier har et trygt liv. Sådan skal det også fortsat være.

Derfor har vi med afsæt i regeringens nationale demenshandlingsplan lavet denne demensplan. Planen er til borgere, pårørende, fagpersoner og beslutningstagere i Vejle

Kommune. Den skal sikre, at Vejle også i fremtiden er en demensvenlig kommune, hvor borgere, der har demens tæt inde på livet, har en tryk og værdig hverdag.



Holger Gorm Petersen

Formand for Seniorudvalget, november 2017



10 tegn på demens



Hvis du eller dine pårørende oplever, at disse tegn optræder ofte eller tydeligvis bliver værre, er det en god idé at bestille tid hos lægen.

1. Glemsomhed

Det er normalt at have brug for huskesedler eller glemme en aftale for senere at komme i tanke om det. Det er ikke normalt at spørge om det samme flere gange eller glemme noget, man har lært for kort tid siden.

2. Besvær med at udføre velkendte opgaver

Det er normalt at skulle have hjælp til at indstille fjernsynet. Det er ikke normalt at have problemer med at følge en opskrift, man har brugt mange gange tidligere.

3. Problemer med at finde ord

Det er normalt ikke at kunne finde det rette ord ind imellem. Det er ikke normalt at gå i stå midt i en samtale uden at ane, hvordan man kommer videre eller at kalde tingene noget helt forkert (f.eks. at sige 'viserklokke' i stedet for 'ur').

4. Forvirring vedrørende tid og sted

Det er normalt at komme i tvivl om, hvilken ugedag det er. Det er ikke normalt ikke at vide, om det er forår eller efterår eller glemme, hvor man er, og hvordan man kom derhen.

5. Svigtende dømmekraft

Det er normalt at træffe en dårlig beslutning af og til. Det er ikke normalt at tage sandaler på om vinteren eller gentagne gange lade sig overtale til at købe ting, man åbenlyst ikke har brug for eller råd til.

6. Problemer med at tænke abstrakt

Det er normalt at have lidt svært ved at forstå en talemåde eller ordsprog som f.eks. „det er som at slå i en dyne“. Det er ikke normalt at tro, at musene bogstaveligt talt danser på bordet, når katten er ude.

7. Vanskeligheder med at finde ting

Det er normalt at glemme, hvor man har lagt fjernbetjeningen. Det er ikke normalt at lægge brillerne i køleskabet eller anklage andre for at stjæle de ting, man ikke kan finde.

8. Forandringer i humør og adfærd

Det er normalt at have en dårlig dag eller blive irriteret, når ens vaner bliver brudt. Det er ikke normalt at tabe fatningen, blive mistænksom, bange, vred eller forvirret uden nogen oplagt grund.

9. Ændringer i personlighed

Det er normalt at ændre holdning over tid og kunne sige undskyld, hvis man er gået over stregen. Det er ikke normalt at sige alt, hvad man tænker, uden at tage hensyn til andres følelser.

10. Mangel på initiativ

Det er normalt, at man nogle gange ikke orker arbejdet, familien og sociale forpligtelser. Det er ikke normalt ofte at trække sig fra fritidsaktiviteter, sociale sammenkomster eller sport, som man ellers plejer at gå op i.

Vejle
...med Vilje

Udfordringer på demensområdet

Antallet af borgere med demens stiger

Der er sammenhæng mellem alder og demens. Jo længere vi lever, des større er risikoen for at få demens. Da flere lever længere, forventer vi, at flere bliver ramt af demens fremover.

I 2017 var der 1.665 borgere i vores kommune med demens, og i 2025 anslås dette antal at være steget til over 2.000 borgere.

Ca. 35.000 har på landsplan fået en demensdiagnose, men Sundheds- og Ældreministeriet skønner, at ca. 80.000 har demens. Det betyder, at over halvdelen af borgere med demens ikke har fået en diagnose.

Yngre får også demens

Mennesker under 65 år bliver også ramt af demens. Et skøn fra Sundhedsstyrelsen viser, at 4-7 procent af alle med demens i Danmark er under 65 år.

For meget antipsykotisk medicin

Cirka 20 procent af de demensramte bliver behandlet med antipsykotisk medicin, selv om Sundhedsstyrelsen anbefaler, at de som udgangspunkt ikke skal behandles med antipsykotiske lægemidler pga. øget risiko for bivirkninger. I Vejle Kommune behandler vi 14-16 procent af vores demente borgere med antipsykotisk medicin.

Demens berører hele familien

At have et nært familiemedlem med demenssygdom er hårdt. Ægtefællen eller samlever kommer ofte til at leve den demensramtes liv. De tager sig ofte af mange praktiske forhold omkring plejen af den demensramte. Undersøgelser viser, at pårørende oftere går til læge, og demensramte og deres nærmeste er i større risiko for at være ensomme, da sygdommen fylder meget og har betydning for relationer til andre mennesker.

Vision og mål

Demensplanen skal være med til at håndtere disse udfordringer, så „Vejle i år 2025 fortsat er en demensvenlig kommune, hvor mennesker berørt af demens har et trygt og værdigt liv.“ Derfor har vi 7 mål for vores indsats på demensområdet:

- Borgeren oplever, at der tages afsæt i hans eller hendes behov og ønsker
- Borgeren med demens udredes og får en specifik demensdiagnose
- Borgeren med demens føler sig tryk i sin bolig
- Andelen af borgere med demens, der får antipsykotisk medicin, bliver mindre
- Pårørende har en hverdag, hvor egne ønsker og behov tilgodeses – de pårørende inddrages i sygdomsforløbet
- Viden om demens udbredes i Vejle Kommune
- Demensvenlig kommune – demensvenligt samfund



Mål 1



Borgeren oplever, at der tages afsæt i hans eller hendes behov og ønsker

At få en demenssygdom betyder forandringer både for den syge og de pårørende. Demens er en sygdom, der ikke kan kureres i dag, og som vender op og ned på det liv, man kender. Alligevel lever mange et langt og godt liv på trods af demensen.

Selv om hukommelsen måske svigter, evnen til at formulere sig forringes eller dømmekraften forstyrres, så er mennesket med demens stadig et menneske med følelser, tanker og identitet. Et menneske, der har samme behov for tryghed, anerkendelse, respekt, oplevelser og nærvær som alle andre mennesker.

Det sikrer vi ved at:

- Tilbyde individuel hjælp og støtte i hjemmet
- Opkvalificere medarbejdernes viden om demens
- Koordinere indsatsen for borgeren med demens og nærmeste pårørende
- Anvende og udvikle teknologi og hjælpemidler, der understøtter borgerens behov
- Tilbyde fysisk træning og sociale aktiviteter til borgeren med demens

Eksempel på indsatser

- Demenskonsulenten har den koordinerende funktion fra første kontakt med borgeren
- Tilbyde undervisning og aktivitetstilbud i samarbejde med eksempelvis CVS, Biblioteket, Kunstmuseet eller Aktiv Klub, Daghøjskole for par og dagcenter
- Fysisk holdtræning for mennesker med demens
- Vejlede i og anvende teknologi, der understøtter selvbestemmelsen, f.eks. GPS, elektroniske kalendere, mobile tryghedsalarmer m.v.
- Kontinuerligt at efteruddanne medarbejderne, således at deres faglige viden om demens er opdateret og tilpasset deres arbejdsopgaver
- Anvende borgerens livshistorie, der kan være en fortælling i musik, ord og billeder, som redskab til både at hjælpe sig selv til at huske og andre til at forstå, hvem man er

„Efter at have talt med demenskonsulenten har jeg fået blik for det, min kone kan, frem for det, hun ikke kan“

Sagt af en ægtefælle i Vejle Kommune

Vejle
...med Vilje

Mål 2



Borgeren med demens udredes og får en specifik demensdiagnose

Demens er betegnelsen for den tilstand, man kommer i, når de mentale færdigheder svækkes af sygdom. Et fælles-træk er, at hjernen påvirkes, så de mentale og kognitive færdigheder svækkes. Det kan bl.a. komme til udtryk ved hukommelsesbesvær, ændret dømm- og handlekraft eller manglende initiativ.

Den hyppigste demensform er Alzheimers sygdom, som mere end halvdelen af alle mennesker med demens lider af. Selv om sygdommen ikke kan kureres, kan den i et vist omfang forsinkes, fordi der er udviklet medicin. Medicinen kan dog ikke helbrede, men den kan for nogle demens-typers vedkommende holde sygdommen på et stabilt niveau i længere tid.

Det er vigtigt, at årsagen til demenssymptomerne bliver afklaret så tidligt som muligt, så der kan stilles en diagnose og tilbydes relevant behandling, information og støtte.

Det sikrer vi ved at:

- Vejle Kommune anvender den nyeste viden om demens-udredning
- Vejle Kommune anvender den nyeste viden inden for tidlig opsporing af demens
- Medarbejderne i Vejle Kommune er vidende om demens og symptomerne på demens
- Udbrede kendskabet til demenskonsulenterne og deres arbejde

Eksempel på indsatser

- Demensmesse og temaftener for alle kommunens borgere
- Anvendelse af simpelt værktøj til tidlig opsporing til alle medarbejdere. Her er et særligt fokus på de medarbejdergrupper, der kommer hos de ældre. F.eks. hjemmeplejen, de forebyggende hjemmebe-søg og myndighed
- Undervisning i demens tæt på borgerne, f.eks. blandt frivillige, i pensionistforeninger, sports-klubber m.v.
- Undervisning til sundhedsfagligt personale i den nyeste viden, så de kan fungere som ambassadører
- De 10 tegn på demens er nævnt i hver udgave af Velfærdsmagasinet
- Der er tilgængelig viden om demenskonsulenter-nes arbejde, og hvordan man kommer i kontakt med dem – både på hjemmesiden, i myndigheds-afdelingen, hos praktiserende læger m.v.
- Demenskonsulenten støtter og guider borgeren gennem udredningsforløbet
- Fastholde samarbejdet mellem de fagpersoner, borgeren møder gennem sit sygdomsforløb, myndighedsafdeling, praktiserende læge, syge-hus, hjemmesygepleje m.v.

*„Flere mennesker med demens skal udredes, og 80 % skal have en specifik diagnose“
Den nationale demenshandleplan*



Mål 3



Borgeren med demens føler sig tryk i sin bolig

Trygheden kan være svær at holde fast i, når demenssygdommen flytter ind. Mange tanker og spekulationer opstår hos den demensramte borger og de pårørende. Bliver jeg isoleret i min bolig? Kan jeg fortsat finde ud af at få min dagligdag til at fungere? Hvad hvis jeg ikke får spist min mad? Eller glemmer min kogeplade? Kan jeg blive i min bolig og hvor lang tid? Hvad skal jeg tage stilling til? Hvad skal min ægtefælle have hjælp til? Tør jeg gå ud, og kan jeg finde hjem igen?

Det sikrer vi ved at:

- Tilbyde individuelle tilbud til borgeren med demens og med demenskonsulenten som den gennemgående person
- Tilbyde aflastning og afløsning til de pårørende
- Tilbyde demensegnede boliger og omgivelser
- Tilbyde teknologi, der skaber tryghed og understøtter borgerens gode liv

Eksempel på indsatser

- Tilbyde aflastning tilpasset borgerens behov og i trykke rammer
- Tilbyde pårørende afløsning i hjemmet
- Bruge den demensramte borgers livshistorie for bedre at kunne understøtte det gode liv
- Sikre, at alle medarbejdernes faglige viden om demens er opdateret og tilpasset medarbejderens arbejdsopgaver
- Teknologiske løsninger til demensramte gøres synlige og tilgængelige
- Anvende teknologier i den socialpædagogiske indsats såsom kugledyner/veste/demensdukker/dyr/spillelister/musikpuder m.v.
- Anvende faglig ekspertise ved renovering, opførelse af boliger, indretning, belysning, farvevalg, lyd miljø, tryk og udemiljø
- Motivere frivillige til støtte og ledsagelse til den dementes personlige interesser

„Jeg er Jens med demens, men jeg er også Jens imens“

Den nationale demenshandleplan

*Vejle
...med Vilje*

Mål 4



Andelen af borgere med demens, der får antipsykotisk medicin, bliver mindre

Opgørelser viser, at ca. hver femte ældre med demens får udskrevet anti-psykotisk medicin, selvom der er en markant højere risiko for bivirkninger. Der er dog en mindre andel af demensramte, der har behov for denne medicin i en periode. Vi tror på, at uro og forstyrret adfærd kan dæmpes gennem den rette pleje og omsorg.

Det sikrer vi ved at:

- De mål, der sættes for den demensramte borger, tager afsæt i veldokumenterede tværfaglige oplysninger
- Samarbejde tæt med regionen og den praktiserende læge om brugen af medicin til borgere med demens
- Dække basale behov som søvn, mad, smertelindring og stimulation
- Have data om brugen af antipsykotisk medicin til borgere med demens

Eksempel på indsatser

- Systematisk observation og struktureret dokumentation
- Indhente og aktivt anvende borgerens livshistorie
- Tilbyde faglig supervision til medarbejderne
- Tilbyde sansestimulering, anvende musikterapi og planlægge meningsfulde aktiviteter
- Arbejde struktureret med socialpædagogiske redskaber, herunder handleplaner
- Have fast mødestruktur med region og praktiserende læge
- I samarbejde med regionen gennemgå alle plejehjemsbeboeres medicinordinationer
- Anvende pædagogiske redskaber og bruge teknologier med beroligende effekt
- Anvende data om medicinforbrug i et samarbejde med regionen
- Anvende screening for smerter
- Demensteam, der vejleder og superviserer borgere tilknyttet hjemmeplejen
- Få fasttilknyttet læge til de to plejecentre forbeholdt borgere med demens

„Mennesker med demens i næsten alle aldersgrupper over 65 år køber gennemsnitligt større mængder medicin på recept sammenlignet med ældre uden demens“

Sundhedsdatastyrelsen



Mål 5



Pårørende har en hverdag, hvor egne ønsker og behov tilgodeses, og de pårørende inddrages i sygdomsforløbet

Hver gang et menneske rammes af demens, er der også pårørende, hvis livsvilkår ændres på grund af sygdommen. Pårørende er ofte en stor hjælp og støtte for den demensramte, hvilket er positivt og naturligt. Men som sygdommen skrider frem, har det stor betydning, at den pårørende ikke er alene om opgaven. Undersøgelser viser, at pårørende er i fare for at blive belastet i et omfang, hvor både deres fysiske og psykiske helbred er truet. Det er derfor vigtigt, at pårørende også sikres overskud til at varetage egne ønsker og behov.

Det sikrer vi ved at:

- Du fra første kontakt tilknyttes en demenskonsulent, der er din samarbejdspartner og indgang til kommunens hjælpemuligheder gennem hele forløbet
- Du som pårørende altid har mulighed for samtaler, råd og vejledning med demenskonsulenten
- Have en bred vifte af tilbud om undervisning, træning og sociale aktiviteter for demente borgere
- Huske de pårørende behov for undervisning og information i alle stadier af sygdommen

Eksempel på indsatser

- Demenskonsulenterne har fast træffetid på alle hverdage
- Mulighed for at få ubetinget tilstedeværelse i hjemmet af en medarbejder nogle timer hver uge
- Deltage i pårørendegrupper målrettet alder og tilhørsforhold f.eks. „Tid til at være ung“, „Pårørende til en ægtefælle med demens“, „Voksnet barn til en forælder med demens“ og „Pårørende til et menneske med demens, der bor på plejehjem“
- Mulighed for tilpassede aktivitetstilbud, dagcenterplads, aktiv klub, læsegruppe m.v.
- Aflastningsophold på plejecenter, der bevilliges ud fra individuelle behov

„Tryghed er ikke en tilstand én gang for alle. Det er nok så meget noget, vi skal sætte spørgsmålstegn ved, og tale om løbende“

Professor Ole Thyssen

*Vejle
...med vilje*

Mål 6



Viden om demens udbredes i Vejle Kommune

Det er vigtigt, at viden om demens udbredes og altid er let tilgængelig for alle borgere uanset alder. Viden og indsigt sikrer, at demens bliver mindre tabubelagt, og at man har reelle handlemuligheder, hvis man selv eller ens nærmeste er eller har en demenssygdom – eller hvis man på anden vis kommer i kontakt med et menneske med demens.

Viden om demens giver mod, tryghed og lyst til at handle. Både når det drejer sig om at opsøge hjælp og selv at tilbyde sin hjælp. Lettilgængelig viden om demens er med til skabe et demensvenligt samfund for alle, der er berørt af demens.

Det sikrer vi ved at:

- Tilbyde undervisning og oplysning til alle interesserede
- Være aktivt opsøgende på nyeste viden om demens, både nationalt og internationalt
- Samarbejde med lokale og landsdækkende patientforeninger og interesseorganisationer om en fælles og samlet indsats om demensoplysning
- Elektronisk og andet skriftligt informationsmateriale til stadighed er opdateret og relevant

Eksempel på indsatser

- Planlægge og holde folkeoplysningsaftener og demensmesse
- Tilbyde undervisning i undervisningsinstitutioner, erhvervsvirksomheder, foreninger og andre steder, hvor grupper af mennesker mødes
- Markere nationale og internationale mærkedage, Alzheimer dagen, Hjerneugen i uge 11 og Demensugen i uge 10
- Informere på sociale og trykte medier om tilbud
- Læs mere på www.vejle.dk/demens

*„Det er vigtigt, at viden om demens bliver mere udbredt. Det må ikke være sådan, at eksempelvis børn bliver bange for en borger, fordi de har hørt, at han er dement“
Sagt af en medarbejder på temadag den 8. maj 2017*



Mål 7



Demensvenlig kommune – demensvenligt samfund

Mange borgere med demens og deres pårørende kan opleve at blive socialt isolerede. Det beror ofte på uvidenhed og manglende forståelse fra omgivelserne. Viden om demens synes derfor at være nøglen til at skabe et demensvenligt samfund. Viden skaber forståelse, så der kan tages de nødvendige hensyn til de demensramte.

De fysiske omgivelser indretning har meget stor betydning for trivsel og tryghed. Design, visuelle effekter, indretning og tydelig skiltning støtter mennesker med demens i lettere at kunne orientere sig i det offentlige rum.

Det sikrer vi ved at:

- Udbrede viden om demenssygdomme i det offentlige rum, f.eks. teatre, biblioteker, butikker, busselskaber, kirker, sygehuse og foreninger, hvor mennesker med demens færdes
- Udvikle lokale aktiviteter og støtte landsdækkende aktiviteter, der understøtter et demensvenligt samfund
- Tænke demens og dens problematikker ind i byplanlægningen: Boliger, indretning af byrummet, lys, farvevalg, stier m.v.

Eksempel på indsatser

- Åbent rådgivningscenter for både borgere med demens og pårørende skal udbrede viden om demens i samfundet
- Videndeling via demensvenligt kommuneprojekt
- Holde demensmesse og temadage
- Sikre tilpasninger af plejecentrenes indretninger ude og inde, så boligerne gøres demensvenlige
- Invitere til tværfagligt samarbejder med erhverv og frivillige
- Bevare de særlige demenspladser på vores plejecentre

„Udover at få kendskab til demens, så børn har nemmere ved at omgås demensramte, lærer de også, at der er mennesker, som lever et andet liv end dem selv“

Frederik Madsen, skolepædagog om det samarbejde, der er mellem skolen og demensplejecenter Lindegården

Vejle
...med Vilje



vejle dk
altid tæt på ...

Skolegade 1 | 7100 Vejle
Tlf. 76 81 00 00 | post@vejle.dk | www.vejle.dk