

Evaluering af projekt ”Aktiv hverdag med demens”

Indhold

Baggrund for projektet	1
Formål med projektet.....	2
Projektperiode.....	2
Målgruppe	2
Evaluering målgruppe.....	2
Projektets indhold	3
Evaluering indhold.....	3
Projektets mål.....	4
Evaluering mål	5
Økonomi med mere.....	5
Opsamling og perspektivering.....	6

I juli 2018 fik Ringsted Kommune tilsagn om 1.508.713 kr. fra Sundhedsstyrelsens pulje til ”Flere og mere meningsfulde aflastningstilbud samt støtte til yngre med demens”. Midlerne kommer fra en pulje der blev oprettet i forbindelse med den nationale ”Demenshandlingsplan 2025”. Formålet med puljen var dels at understøtte afprøvning af meningsfulde indsatser til borgere med demenssygdom dels at sikre aflastning af pårørende. Det var et krav, at der skulle være tilbud om transport i projektet.

Baggrund for projektet

Antallet af personer der diagnosticeres med en demenssygdom er stigende, og dermed er behovet for tilbud til målgruppen stigende. Ifølge det Nationale Videnscenter for Demens skønnes, at ca. 500 personer i Ringsted Kommune har en demenssygdom samt at ca. 10 % af dem er under 65 år. Kommunens demenskoordinatorer er i løbende kontakt med ca. 110 borgere med en demenssygdom, der bor i eget hjem.

Demens svækker de mentale færdigheder og sygdommen har ofte store konsekvenser for livskvaliteten, både for den person der får sygdommen og for de pårørende. For langt de fleste påvirkes hukommelsen, men også færdigheder som initiativ og handlekraft, sprog og tale, evnen til at finde vej, regne-, læse- og skrivefærdigheder, overblik og problemløsning, orientering i tid (dag/nat), følelsesliv og personlighed samt evnen til at genkende andre og huske navne påvirkes. Social isolation og depression er almindelige følgevirkninger af demens. Derudover føler mange af dem der rammes af demens stor skam, ligesom de ofte har en lav sygdomserkendelse.

Demenssygdom har stor indvirkning på dagligdagen både for den syge og de pårørende. Blandt andet bliver de pårørende ofte eneste kilde til oplevelser, samtidig med at de må påtage sig en ekstra opgaver i forbindelse med alt det praktiske herunder økonomi, indkøb, rengøring samt kontakt til venner og familie, myndigheder og sundhedsvæsen med flere. Den person, der har en demenssygdom bliver afhængig af sine pårørende i næste alle livets forhold. Mangel på aktiviteter i løbet af dagen er ofte forbundet til dårlig nattesøvn, hvilket også i høj grad påvirker de pårørendes nattesøvn.

I Ringsted Kommune er der et dagtilbud på Plejecenter Solbakken (Oasen), som er rettet mod personer, som er hårdt ramt af deres demenssygdom. Derudover er der mulighed for døgnaflastning på Plejecenter Ortved og aflastning i hjemmet ved Hjemmeplejen. Der var ved projektets opstart ingen dagtilbud til personer, der ikke er så hårdt ramt af deres demenslidelse, at de er i målgruppen til Oasen.

Formål med projektet

Formålet med projektet var at afprøve et supplement til de nuværende tilbud, i form af et dagtilbud til personer med demens der ikke er så hårdt ramt af deres demenssygdom, at de er i målgruppen til Oasen. Tilbuddet skal samtidig fungere som aflastning for de pårørende.

Projektperiode

Projektet er gennemført i perioden fra 1. september 2018 til 31. december 2019.

Målgruppe

Målgruppen for projektet var hjemmeboende borgere, der var nydiagnosticerede med en demenssygdom eller i udredning for demens. Målgruppen omfattede både yngre der rammes af demens og ældre nydiagnosticerede.

Med udgangspunkt i de borgere som demenskoordinatorerne har kontakt til, var der en forventning om, at målgruppen ville omfatte ca. 20 til 30 personer ved projektets opstart.

Evaluering målgruppe

I starten var det vanskeligt at finde deltagere. Den primære årsag var manglende lyst hos deltagerne, som blandt andet skyldes manglende sygdomserkendelse, skam over sygdommen og/eller usikkerhed ved at skulle starte i noget nyt. Det er ofte de pårørende der presser på for at få den demensramte ud af døren. Denne erfaring er ens for alle de projekter, der har opnået støtte fra puljen.

Dette betød, at der var medarbejderressourcer til rådighed. Det blev derfor besluttet, at afprøve en indsats for borgere med mere fremskreden demenssygdom, som ikke passede ind i Oasen. Det kunne fx være, fordi de har brug for at være meget fysisk aktive eller er vant til udendørs aktiviteter. For denne gruppe gjaldt, at deres demenssygdom var så fremskreden, at de ikke kunne deltage i aktiviteter og træning sammen med de andre deltager.

Der har således været to meget forskellige grupper deltagere i projektet. Den oprindelige målgruppe er forholdsvis selvkørende, hvilket betyder, at der kan være seks – syv deltagere sammen med en medarbejder (herefter gruppe 1). For borgerne i den udvidede målgruppe gælder, at der skal være en medarbejder til en – to deltagere (herefter gruppe 2).

I alt har 19 borgere været i kontakt med projektet, heraf har 12 været med i hele projektperioden, tre har været med i tre – seks måneder, to ca. en måned og to har været på besøg, men ville ikke starte. Der har således været 17 aktive deltagere i projektet. Heraf var 12 deltagere i den oprindelige målgruppe for projektet – gruppe 1.

Deltagernes alder er mellem 50 år og 84 år. Gennemsnitsalderen for de 17 deltagere, der har været aktive i projektet er 69 år.

Projektets indhold

Projektet blev sammensat af tre elementer:

- Aktiviteter i regi af Café Ingeborg – en til fem gange om ugen
- Træning efter ADEX-metoden samt balance og koordinationstræning – minimum to gange om ugen
- Reminiscensudflugter – en til to gange om måneden

Projektet blev etableret i regi af Café Ingeborg, fordi det gav mulighed for at tilbyde mange forskellige aktiviteter. Der blev lavet en aftale med økolandsbyen Hallingelille, for yderligere at udvide antallet af mulige aktiviteter. Der var en formodning om, at deltagerne ville opleve det som meningsfuldt, at have aktiviteter med produktion for øje.

Træningen blev gennemført i regi af Træningsfunktionen, hvor der blev ansat en terapeut med erfaring i demensområdet. Det var planen, at den enkelte deltager skulle træne to – tre gange om ugen. Træningen har taget udgangspunkt i ADEX-metoden, som er udviklet gennem et forskningsprojekt, hvor der er fundet evidens for, at højintensiv træning kan forsinke udviklingen af demenssygdom. Derudover har deltagerne trænet balance og koordination.

Reminiscensudflugterne har taget udgangspunkt i deltagerne livshistorie, erfaringer og ønsker. Udflugterne kunne både være til steder, der har eller har haft særlig betydning for deltagerne, fx barndomshjem, en skole eller arbejdsplads og til museer med udstillinger, der kunne bringe minderne frem.

Evalueringsindhold

Det viste sig hurtigt, at en del af deltagerne ikke var interesserede i de aktiviteter, der er i regi af Café Ingeborg. De havde ikke lyst til aktiviteter med produktion for øje, blandt andet angav de, at "den del af livet var de færdige med". Der blev i stedet planlagt aktiviteter med udgangspunkt i deres ønsker, som var fisketure, spil og andre aktiviteter der styrker det kognitive og sociale aktiviteter.

Træningen har generelt været en succes. Deltagerne har ikke nødvendigvis været særlig glade for motion, men de har været meget motiverede, blandt andet fordi træningen kan være med til at forsinke udvikling af demenssygdommen.

Deltagerne har deltaget aktivt i planlægning af reminiscensture, og de har været meget interesserede i, at høre om hinandens liv og tidligere arbejde. Der har således være reminiscensture til:

- Flyvergrillen på Amager
- Konditoriet La Glace
- Skovtårnet ved Rønnede
- Stevnstortet
- Radiomuseet
- Thorshavn – Danmarks samlermuseum på Møn
- Lokalhistorisk museum i Ringsted

Deltagerene i gruppe 1 har været delt i to hold med udgangspunkt i, om de har haft lyst til at deltage i Café Ingeborgs aktiviteter. Således har der været:

- Et hold med syv personer der har været i projektet tre dage om ugen. To dage med træning og en dag med andre aktiviteter som, fx gåture i naturen, fisketure, mad over bål, højtlesning, sang og spil.
- Et hold med tre personer der har været i projektet tre dage om ugen. To dage med træning og en dag i køkkenet.
- To af deltagerne har trænet fast to gange om ugen sammen med de andre og deltaget i udflugter og sociale aktiviteter, når de havde energi til det.

De fem deltagere i gruppe 2 har hovedsagelig været i Hallingelille, hvor der især har været udendørs aktiviteter som, fx skovpleje og dyrkning i urtehave. Derudover har de hjulpet i gartneriet på Plejecenter Ortved, fx afleveret æbler til mosteri. Musik og sang har også været en del af de daglige aktiviteter. Deltagerne har været der mellem en og fire dage om ugen.

Der har desuden været en række sociale aktiviteter som julegløgg, påskefrokost og sommertræf, hvor næste alle deltagere fra begge grupper har været med sammen med deres pårørende. Både deltagerne og de pårørende har haft stor glæde af det netværk, der er opstået ad den vej. Det har fx betydet, at nogle af deltagerne og deres pårørende har været med til Café Ingeborgs store åbne arrangementer med musik og spisning, hvilket de har tilkendegivet, at de vil fortsætte med.

Projektets mål

1. At etablere et dagtilbud med aktiviteter som 80 % af deltagerne oplever som meningsfulde og med til at forberede deres livskvalitet. Dette måles ved et kvalitativt spørgeskema, som udfyldes af borgeren inden start i dagtilbud og igen hver 4. måned.

2. At 80 % af de pårørende oplever at dagtilbuddet er en aflastning og medvirker til at forbedre dagligdagen. Dette måles ved et kvalitativt spørgeskema, som udfyldes af nærmeste pårørende inden den dementes start i projektet og igen hver 4. måned.
3. At forsinke udviklingen i demenssygdommen for 60 % af deltagerne og dermed fastholde borgerens funktionsniveau og selvstændighed længst muligt. Dette måles ved en MMSE-test, som udarbejdes, når borgeren starter i projektet og igen hver 4. måned.
4. At medvirke til at 75 % af de deltagere, der får psykofarmaka går ned i dosis ved fx at afhjælpe risiko for depression. Dette måles ved, at forbrug af medicin noteres i forbindelse med besvarelse af spørgeskema.

Evaluering mål

For gruppe 1 gælder, at projektets fire konkrete mål er undersøgt ved test og spørgeskemaer. I forhold til mål tre er der udover MMSE-test gennemført gangtest, rejse/sætte sig test og test af balance og koordination.

For gruppe 2 gælder, at der er gennemført test i det omfang, der har været muligt. Mål 1 om effekten på deltageres livskvalitet er således vurderet af de pårørende. Ligeledes er der ikke målt på effekten i forhold til mål tre, fordi deltageres demenssygdom er så fremskreden. Det har dog været muligt at registrere små ændringer, fx øget brug af tale og bedre balance.

Resultatet for de fire mål er:

1. 80 % af deltagerne angiver, at de oplever aktiviteterne som meningsfulde, og at deres livskvalitet er forbedret
2. Alle pårørende angiver, at de er blevet aflast samt at deres livskvalitet er forbedret
3. For 90 % af deltagerne er deres fysiske funktionsniveau i forhold fastholdt i projektperioden. Det kognitive funktionsniveau er fastholdt for 50 % af deltagerne. For 20 % af deltagerne ses et bedre resultat i sidste test end i første test
4. Ingen af deltagerne fik psykofarmaka ved opstart af projektet

Det kan således konkluderes, at projektets mål er nået.

Økonomi med mere

I projektet har prisen pr. deltager været væsentligt højere end prisen pr. deltager i kommunens øvrige dagtilbud. Dette skyldes, at der blev afsat et stort beløb til personale, blandt andet for at sikre muligheden for at afprøve meget individualiserede indsatser.

I projektet har der således været en fuldtids projektleder med neuropædagogisk baggrund, en deltids træningsterapeut med særlig viden om demensområdet samt fire deltidsmedarbejdere med forskellig håndværksmæssig baggrund og viden, fx keramik, musik, køkken samt skovbrug og naturpleje.

Det har været til gavn for projektet og givet nyttig læring, at der har været mulighed for at afprøve mange forskellig aktiviteter.

Demenskoordinatorerne har visiteret deltagere til projektet og har bidraget med råd og vejledning.

Opsamling og perspektivering

Det vurderes, at dagtilbuddet uden tvivl har haft en meget positiv effekt for livskvaliteten for både deltagerne og de pårørende. Deltagerne er kommet hjem glade og trætte. De tilkendegiver selv, at tilbuddet har givet indhold i hverdagen. Samtidig vurderes det, at det at kunne spejle sig i andre med demenssygdom har givet en del af deltagerne en bedre sygdomserkendelse og en større accept af deres sygdom og de udfordringer den giver både for dem selv og deres pårørende.

Alle pårørende har oplevet projektet som en aflastning. De har fået frigivet tid til egne aktiviteter eller bare at være alene. Derudover angiver de pårørende, at hverdagen er bedre, fordi humøret hos deltagerne er bedre. De pårørende har været en vigtig ressource for projektet, fx ved at deltage i reminiscensudflugter og arrangementer. Derudover er dialog om aktiviteter, dagsprogram og så videre mellem pårørende og medarbejdere vigtigt, fordi deltagerne qua deres demenssygdom ofte har en dårlig korttidshukommelse.

Testene viser, at tilbuddet har været med til at forsinke udviklingen i demenssygdom hos nogle af deltagerne. Det vurderes, at resultaterne viser, at der er god grund til at tilbyde træning til målgruppen. Da perioden og antallet af deltagere er forholdsvis lavt, anbefales det, at der i et eventuelt fremtidigt tilbud indarbejdes test, fx hver 3. måned for at få et bedre billede af effekten.

Demenskoordinatorerne har været tæt knyttet til projektet, hvilket har været en styrke. De har ofte et godt kendskab til både deltagere og pårørende, som blandt andet betyder, at de kan understøtte de pårørende i forhold til at motivere den demensramte til at starte i et tilbud. Derudover har det betydet, at det har været muligt at sikre en god koordination af deltagerne og de pårørendes forløb.

Det anbefales, at demenskoordinatorerne er tæt knyttet til et eventuelt permanent tilbud på samme måde, som de også er tæt knyttet til Oasen.

I projektperioden har der, som beskrevet ovenfor, været to grupper deltagere. Projektet har vist, at kommunens nuværende tilbud om afløsning i hjemmet og dagtilbud på Oasen skal suppleres for at dække deres behov.

For gruppe 1 (projektets egentlig målgruppe) vurderes, at de kan profitere af et dagtilbud, der er bygget op om træning kombineret med sociale aktiviteter, fx fisketure og spil samt udflugter. Det vurderes endvidere, at et eventuelt permanent tilbud kan etableres inden for samme økonomiske ramme pr. deltager, som gælder for Oasen og Bonderosen, idet det vurderes, at der fremadrettet alene vil være behov for en fuldtidsmedarbejder med kendskab til demens og en deltids træningsterapeut. Derudover kan tilbud om transport fjernes.

For gruppe 2 som er i målgruppen for Oasen, men som af forskellige årsager ikke passer ind, vurderes det, at de kan profitere af en udvidelse af Oasen med en udekørende funktion.

For begge målgrupper gælder dog, at der kan tænkes mange forskellige konstruktioner, som vil give et meningsfuldt dagtilbud til deltagerne. Eksempelvis kan der inddrages erfaringer fra andre kommuners tilbud til borgere med demenssygdom, fx Kallerupvej i Odense, Daghøjskole i Holbæk og "Bussen" i Næstved med flere.

Det vurderes, at erfaringerne fra projektet kan bruges til gennemtænke kommunes tilbud til borgere med demenssygdom og deres pårørende.

Det vurderes, at et meningsfuldt dagtilbud kan være med til at udskyde det tidspunkt, hvor de borgeren med demenssygdom og deres pårørende får brug for andre typer hjælp fra kommunen, fx døgnaflastning og plejehjem. Det er således ofte, at borgere med demens må flytte på plejehjem, fordi de pårørende ikke længere magter opgaven.