

Demenspolitik

2020 – 2024



Kerteminde
Kommune

***'Jeg er Jens med demens,
men jeg er også Jens imens'***

1



Godkendt i Byrådet d. 19. december 2019

Forord

Kerteminde Kommune ønsker at være en demensvenlig kommune, samt efterleve "National Demenshandlingsplan 2025". Til at understøtte dette arbejde har vi udarbejdet en ny demenspolitik, som beskriver Kerteminde Kommunes indsats for borgere og pårørende, der har en demenssygdom tæt på sig.

Vision

Kerteminde Kommunes demenspolitik skal medvirke til at borgere med en demenssygdom og deres pårørende får mulighed for at opnå et trygt, værdigt og aktivt liv. Dette med udgangspunkt i den enkelte borgers baggrund, ressourcer og behov.

En kommune kan meget, men ikke alt. Derfor er det en grundlæggende forudsætning at borgeren bliver inddraget og bliver en aktiv medspiller i arbejdet med demens. Borgere i vores kommune der er diagnosticeret med sygdommen, lever og bor iblandt os. Derfor skal borgeren og deres pårørende mødes med hjælpsomhed og empati i vores lokalsamfund, så de der er ramt af demenssygdom og deres pårørende kan leve et så normalt og indholdsrigt liv som muligt. Kun på den måde kan politikken blive et dynamisk stykke papir.

Kerteminde Kommune ønsker gennem hele forløbet at støtte borgere og pårørende i at mestre de nye udfordringer, sygdommen fører med sig. Vi vægter derfor gode rammer for borgere med demens, samt faglig uddannelse af personalet meget højt. Alle medarbejdere arbejder efter disse grundlæggende værdier: Kvalitet, Nærvær, Udvikling og Trivsel (KNUT).

I tråd med Kerteminde Kommunes Sundhedspolitik ønsker vi at understøtte borgerens mulighed for at fastholde et godt hverdagsliv. En del af dette er at have mulighed for at indgå i sociale fællesskaber. Kerteminde Kommune er en kommune med en smuk natur, og der vil være fokus på at integrere naturaktiviteter og udeliv i de kommunale tilbud.

Derudover ønsker vi at udbrede viden om demens til befolkningen i kommunen bl.a. gennem Projekt Demensven. Der er på nuværende tidspunkt tilmeldt 448 demensvenner.

Demenspolitikken er udarbejdet i tæt samarbejde med borgere, pårørende, medarbejdere, samarbejdspartnere og frivillige organisationer. Alle interesserede har via arbejdsgruppen og borgermøde kunnet komme med indspark og synspunkter til politikken.

Der udarbejdes en handleplan, der omsætter demenspolitikken til konkrete handlinger. Endvidere udarbejdes der et muligheds katalog, der beskriver hvilke indsatser Kerteminde Kommune tilbyder kommunalt og på det frivillige område.



Britt Pedersen
Formand for Ældre-, Handicap- og Psykiatriudvalget

Indholdsfortegnelse

Forord	1
Indledning	3
Målgruppe	3
Fokusområder	4
Tidlig opsporing og bedre kvalitet i udredning og behandling	5
Bedre kvalitet i pleje, omsorg og rehabilitering	6
Støtte og rådgivning til pårørende til mennesker med demens	7
Demensvenlige samfund og boliger	8
Øget videns- og kompetenceniveau	9
Bilag 1: Statistik og prognose	10
Bilag 2: 10 tegn på demens	11



'En dag som i dag er rigtig god'

Citat fra borger med demenssygdom
til dialogmøde

Indledning

Demensindsatsen i Kerteminde Kommune tager i tråd med National Demenshandlingsplan 2025 udgangspunkt i tre overordnede målsætninger:

1. Kerteminde Kommune skal være en demensvenlig kommune, hvor mennesker med demens kan leve et værdigt og trygt liv
2. Behandling og pleje af mennesker med demens skal tage udgangspunkt i den enkeltes behov og værdier og tilbydes i sammenhængende forløb med fokus på forebyggelse, tidlig indsats og nyeste viden
3. Pårørende skal inddrages aktivt og have støtte i livet som pårørende

Målgruppe

- Borgere i Kerteminde Kommune der er berørt af en demenssygdom
- Medarbejdere i Kerteminde Kommune
- Samarbejdspartnere, herunder frivillige

Indsatserne på demensområdet i Kerteminde Kommune tager afsæt i fokusområderne i den Nationale Demenshandlingsplan og bygger på værdierne: ¹

- Værdighed
- Tryghed
- Indflydelse på eget liv
- Respekt for forskellighed og det levede liv
- En individuel, helhedsorienteret tilgang i behandling, pleje og omsorg med udgangspunkt i mennesket bag sygdommen
- Meningsfulde aktiviteter og gode oplevelser i hverdagen.

At have fokus på værdighed ligger implicit i de værdier medarbejdere i Kerteminde Kommune arbejder ud fra og er beskrevet i kommunens værdighedspolitik ². Kerteminde Kommune har i udarbejdelsen af demenspolitikken inddraget borgere med en demenssygdom og deres pårørende bl.a. ved at afholde et dialogmøde i samarbejde med Alzheimerforeningen med følgende temaer:

- Et aktivt liv med en demenssygdom
- Det demensvenlige samfund

Yderligere er viden fra projektet 'En fleksibel og sammenhængende demensindsats – et trygt valg' inddraget i demenspolitikken og det videre arbejde med demenshandleplanen i Kerteminde Kommune.

Fokusområder

1. Tidlig opsporing og bedre kvalitet i udredning og behandling
2. Bedre kvalitet i pleje, omsorg og rehabilitering
3. Støtte og rådgivning til pårørende til mennesker med demens
4. Demensvenlige samfund og boliger
5. Øget videns- og kompetenceniveau

National Demenshandlingsplan 2025



Tidlig opsporing og bedre kvalitet i udredning og behandling

(Fokusområde 1)

Symptomerne på en demenssygdom kan komme snigende, og der kan gå lidt tid før bevidstheden om, at der er sket en ændring opstår.

Hos mennesker med udviklingshæmning kan symptomerne skjules af de problematikker, der eksisterer i forvejen.

Kendskab til symptomerne giver mulighed for at reagere på de tidlige tegn. Udbredelse af viden om demens, i lokalsamfundet og kommunalt, er derfor en væsentlig faktor i forhold til tidlig opsporing (se bilag 2, s. 11).

Når en demensdiagnose er stillet, er der mulighed for at give den rette behandling og tiltag af høj kvalitet. Yderligere kan tidlig opsporing og tidlig udredning være med til at forbygge forværring af demenssygdommen.

Nationale mål for demensindsatsen:

- Flere mennesker med demens skal udredes, og 80 procent skal have en specifik diagnose
- En forbedret pleje- og behandlingsindsats skal nedbringe forbruget af antipsykotisk medicin blandt mennesker med demens med 50 procent frem mod år 2025

National Demenshandlingsplan 2025

Kerteminde Kommune vil sætte fokus på:

- At udbrede viden om demens til borgere i Kerteminde Kommune bl.a. gennem projekt Demensven
- At sikre en tidlig og målrettet indsats for borgere med demens og deres pårørende
- Samarbejde med praktiserende læger, udredningsenheder og kommunale samarbejdspartnere
- Udredning af demenssygdomme hos borgere med udviklingshæmning
- At nedbringe forbruget af antipsykotisk medicin

'En rejse ind i ukendt land'

Citat af Ghita Nørby

Bedre kvalitet i pleje, omsorg og rehabilitering

(Fokusområde 2)

Medarbejdere i Sundhed, Handicap og Rehabilitering arbejder ud fra en rehabiliterende tilgang.

Det er vigtigt, at indsatserne tager højde for den enkelte borgers individuelle behov, ønsker og ressourcer samt at de er sammenhængende og koordinerede.

Kendskab til borgerens behov og livshistorie er afgørende. Der skal være fokus på trivsel, livskvalitet og værdighed.

Forskning viser, at fysisk træning og aktivitet forbedrer trivslen og livskvaliteten hos borgere med en demenssygdom.

Velfærdsteknologi til borgere med demenssygdom kan være medvirkende til øget velvære og deltagelse i hverdagens aktiviteter.

Rehabilitering til borgere med en demenssygdom:

- Formålet er, at borgeren, der har eller er i risiko for at få betydelige begrænsninger i deres fysiske, psykiske og/eller sociale funktioner, opnår og oplever at have et (så) selvstændigt og meningsfyldt liv (som muligt)

Rehabilitering ved demens

3

'Andre kan ikke mærke, at der er sket en forandring, når de snakker med hende'

Citat fra pårørende til dialogmøde

Kerteminde Kommune vil sætte fokus på:

- Rehabiliterende indsatser der tager udgangspunkt i borgere med demens og deres pårørendes individuelle ønsker og behov for at sikre en meningsfuld og medinddragende hverdag for den enkelte
- At borgere med demens og deres pårørende oplever nemt tilgængelige, fleksible og vidensbaserede forløb
- Træning og aktivitet for borgere med demenssygdomme
- At understøtte mulighed for frivillig drevne aktiviteter og træning i nærmiljøet
- Velfærdsteknologiske løsninger til træning, sansestimuli, aktivitet, struktur og kommunikation
- At alle medarbejdere er bekendt med magtanvendelsesreglerne

Støtte og rådgivning til pårørende til mennesker med demens

(Fokusområde 3)

Når en borger får en demenssygdom, er det ikke kun borgeren selv, der bliver ramt. Familien og det øvrige netværk bliver også påvirket.

Familier til yngre med en demenssygdom kan være særligt udfordrede idet der kan være hjemmeboende børn og arbejde.

Det kan være en fysisk og psykisk belastning at være pårørende og det øger risikoen for sygdom hos de pårørende. Pårørende kan have brug for hjælp og støtte, men samtidig også at blive inddraget og anerkendt på baggrund af deres viden og indsats.

Pårørende er en vigtig samarbejdspartner og kan bidrage med værdifuld viden.¹

Tre vigtige ting at vide om demens:

- Demens er ikke en naturlig del af alderdommen, men skyldes sygdom i hjernen
- Mennesker med demens mister andet end hukommelsen
- Det er muligt at leve et godt liv med demens

Demensven Alzheimerforeningen

4

'At glædes ved de lyse timer sammen'

Citat fra pårørende til dialogmøde

Kerteminde Kommune vil sætte fokus på:

- At mulighederne for støtte, rådgivning og aflastning er synliggjort mundtligt og skriftligt
- Tidlig indsats i forhold til rådgivning og undervisning
- At tilbyde pårørendekurser og -samtalegrupper
- At tilbyde samtalegrupper til borgere med en demenssygdom
- At henvise børn- og ungepårørende til eksisterende tilbud udenfor kommunen
- At fortsætte udvikling af meningsfulde tilbud til yngre borgere med en demenssygdom
- Understøtte aflastningsmuligheder i samarbejde med frivillige
- At frivillige støttes i at være frivillige og har tydelig rolle og opgave

Demensvenlige samfund og boliger

(Fokusområde 4)

Øget viden om demens kan være med til at ændre fordomme om demenssygdom.

Viden medfører forståelse og åbenhed. Denne åbenhed går begge veje. Er borgeren med demens, og dennes pårørende, åbne omkring deres situation vil familie, venner og bekendte have nemmere ved at håndtere situationen.

En stor del af beboerne på plejecentre har en demenssygdom.

3 overordnede tiltag for demensegnet indretning af plejeboliger

- Små overskuelige, genkendelige og skærmede miljøer, hvor den demensramte lettere kan orientere sig.
- Rige, men samtidig afpassede, sanseoplevelser ved hjælp af lys, lyd, farver, dufte og materialer.
- Gode muligheder for at komme udendørs og i kontakt med dags- og sollys, naturen, planter, vind og vejr.

SBI-anvisning 259

5

'Hvis man kan tage det humoristisk, er det nemmere'

Citat fra borger med demenssygdom til dialogmøde

Kerteminde Kommune vil sætte fokus på:

- At øge antallet af demensvenner i Kerteminde Kommune
- Samarbejde med erhvervslivet, civilsamfundet og frivillige om en demensvenlig Kerteminde Kommune
- At frivillige på demensområdet har den fornødne viden om demens
- At skabe tryghed for borgere med demenssygdomme og deres pårørende gennem et rummeligt og vidende civilsamfund
- Demensvenlig indretning af nybyggeri indenfor plejeområdet

'Handler om selv at være åben om sin sygdom'

Citat fra borger med demenssygdom til dialogmøde

Øget videns- og kompetenceniveau

(Fokusområde 5)

Forskningsindsatsen på demensområdet er øget. Der er bl.a. meget fokus på hvordan demens forebygges, hvilke tiltag der virker når et menneske får en demenssygdom, samt hvordan viden og kompetencer blandt medarbejdere omsættes i praksis til gavn for borgerne.¹

Forskning viser, at det er muligt at mindske risikoen for at få en demenssygdom gennem sund livsstil.⁶

Udviklingen på demensområdet følges tæt for at anvende de bedste metoder og redskaber i forebyggelse og behandling af demens.

Nationalt Videnscenter for Demens beskriver følgende fem gode råd til forebyggelse af demens:

1. Hold hjernen aktiv – lær nyt og hold dig i gang hele livet
2. Vær social – dyrk oplevelser og gode grin med venner og familie
3. Bevæg dig – motion er sjovt og godt for både hjernen og vægten
4. Drop tobakken, drik mindre alkohol og spis sundt – det er godt for hele dit helbred
5. Kontrollér blodsukker, kolesteroltal og blodtryk – det gavner både hjerne og hjerte

Kerteminde Kommune vil sætte fokus på:

- At alle medarbejdere i Sundhed, Handicap og Rehabilitering har den fornødne viden om demens, som gør dem i stand til at handle i mødet med en borger med en demenssygdom
- At kompetenceudviklingen indeholder målrettet praksisnær læring og refleksion
- At sikre løbende opdatering i forhold til ny viden og forebyggelse af demens

'Det er kun mig der kan ændre mit liv. Ingen andre kan gøre det for mig'

Citat fra borger til borgermøde

Bilag 1: Statistik og prognose

I Danmark

- Der er registreret 36.000 personer over 65 år med en demensdiagnose
- Det anslås, at der er ca. 89.000 personer i Danmark, der har demenssygdom
- Kvinder udgør to tredjedele af ældre med demens
- Demens rammer oftest personer over 65 år, men kan ses helt ned i 40-59 årsalderen
- Ca. 3.000 personer under 65 år er registreret med en demensdiagnose
- Op imod 300.000-400.000 personer i Danmark er nære pårørende til en person, der lever med en demenssygdom
- Hvert år registreres ca. 7.700 nye tilfælde
- Demenssygdom er den 5. hyppigste dødsårsag i Danmark ⁷
- Antallet af personer med demens forventes at være steget til 149.882 i 2040 ⁸

I Kerteminde Kommune:

- 215 borgere anvender kommunens indsatser på demensområdet. Ud af disse anvender 45 dagcentertilbuddene og 41 demenstræning (juni 2019)
- Der skønnes at være knapt 450 borgere i Kerteminde Kommune, der har demens
- Af de 450 udgør ca. to tredjedele kvinder
- Flere end 1.800 borgere i Kerteminde Kommune lever i dag som pårørende
- Antallet af borgere med demens i Kerteminde Kommune forventes at stige til 772 i 2040

Bilag 2: 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 ⁹.

1. Glemsomhed

Det er normalt at have brug for huskesedler eller glemme en aftale for senere komme i tanke om det. Det er ikke normalt at spørge om det samme flere gange eller at 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 at glemme, hvor man er, og hvordan man kom derhen.

5. Svingtende 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.

Henvisninger og links

- ¹ National Demenshandlingsplan 2025. Et trygt og værdigt liv med demens. Sundheds- og Ældreministeriet, januar 2017
<http://www.sum.dk/Aktuelt/Publikationer/~-/media/Filer%20-%20Publikationer%20i%20pdf/2017/Demenshandlingsplan-2025-Et-trygt-og-vaerdigt-liv-med-demens/Demenshandlingsplan-2025-Et-trygt-og-vaerdigt-liv-med-demens.ashx>
- ² Værdighedspolitik. Kerteminde Kommune. Sundhed, Handicap og Rehabilitering
<https://kerteminde.dk/politik/vedtagne-politikker>
- ³ Rehabilitering ved demens. Forståelser og evidens for rehabilitering og komponenter i rehabilitering. REHPA Videnscenter for Rehabilitering og Palliation. Velux Fonden, notat nr. 13, marts 2019. <http://www.rehpa.dk/2019/03/20/nye-rehpa-udgivelser-om-udvikling-af-rehabilitering-ved-demens/>
- ⁴ Demensven Alzheimerforeningen. <https://demensven.dk/jeg-vil-vide-mere/viden-til-demensvenner/fakta/>
- ⁵ SBI-anvisning 259. Plejeboliger for personer med demens – indledende spørgsmål. Statens byggeforskningsinstitut, Aalborg Universitet, Kbh.
<https://sbi.dk/anvisninger/Pages/259-Plejeboliger-for-personer-med-demens-indledende-spoergsmaal-2.aspx>
SBI-anvisning 263. Plejeboliger for personer med demens – detaljer og eksempler. Statens Byggeforskningsinstitut, Aalborg Universitet, Kbh.
<https://sbi.dk/anvisninger/Pages/263-Plejeboliger-for-personer-med-demens-detaljer-og-eksempler-2.aspx>
- ⁶ Sandt eller falsk? Test din viden om forebyggelse af demens. Nationalt Videnscenter for demens. Senest opdateret 16. november 2018.
<http://www.videnscenterfordemens.dk/forebygquiz/>
- ⁷ Tal og statistik om demens. Nationalt Videnscenter for demens. Tal fra 2015.
<http://www.videnscenterfordemens.dk/statistik/>
- ⁸ Forekomst af demens hos ældre i Danmark. Region Syddanmark og 22 kommuner 2017-2040. Nationalt Videnscenter for Demens.
<http://www.videnscenterfordemens.dk/media/1269235/region-syddanmark-og-kommuner-2017.pdf>
- ⁹ 10 tegn på demens. Nationalt Videnscenter for demens. Senest opdateret 7. februar 2019. <http://www.videnscenterfordemens.dk/advarselstegn/>

Øvrige relevante referencer

- Faktaark. Nationalt Videnscenter for demens. Senest opdateret 27. september 2018. <http://www.videnscenterfordemens.dk/faktaark/>
- Husketest – test din hukommelse. Senest opdateret 18. februar 2018. <http://www.videnscenterfordemens.dk/husketest/>
- BASIC – et nyt værktøj til udredning af demens. Nationalt Videnscenter for Demens. <http://www.videnscenterfordemens.dk/forskning/forskningsnyheder/2019/03/basic-er-et-nyt-vaerktoej-til-udredning-af-demens/>
- Der er noget, du skal vide om mig... Et hæfte til dig, der hjælper mig med det, jeg ikke kan klare selv længere. Ergoterapeutforeningen 2013. https://www.etf.dk/uploads/uploads/public/documents/Publikationer/der_er_noget_du_skal_vide_om_mig_0.pdf
- Håndbog for demensvenlig idrætsforening. <http://www.e-pages.dk/dgi/1281/html5/>
- Guide til fysisk aktivitet og træning for mennesker med demens. Sundhedsstyrelsen 2018. <https://www.sst.dk/da/aeldre/demens/traeningsguide>
- Alzheimerforeningen: Livet med demens – Alzheimer. <https://www.alzheimer.dk>
- Ældresagen. www.aeldresagen.dk . Blandet andet nedenstående materiale:
 - Pårørendeguide. En stifinder for pårørende til personer med demens
 - 10 veje til 100 oplevelser. Guide til frivillige, som vil skabe liv og glæde med ældre

Demenspolitik



Kerteminde
Kommune

Hans Schacks vej 4
5300 Kerteminde
Telefon: 65151515

kommune@kerteminde.dk
www.kerteminde.dk