

Introduktion Att åldras med intellektuell funktionsnedsättning/utvecklingsstörning

Föreläsare:
Kia Mundebo



Kontaktuppgifter:
kia@kiamundebo.se
Tel: 0703-96 22 64

Generellt om åldrande

Olika typer av ålder:

- Biologisk
- Psykologisk
- Social
- Existentiellt
- Kronologisk
- Funktionell



Senare delen av livet

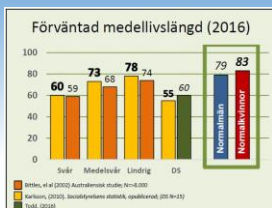
Tredje åldern



Fjärde åldern



Medellivslängd



Från Barry Karlsson, föreläsning 8 mars, Aldern har sin rätt

Conny Bergqvist, fd Klippanombudsman



Områden med utmaningar för målgrupp

- Åldrandet
- Historia och delaktighet
- Stora livsförändring, ex bli pensionär
- Sysselsättning
- Boende
- Socialt nätverk
- Palliativ vård, dö hemma
- Förlust, sorg, död
- Hjälpmedel, anpassningar
- God man/företrädare
- Anhöriga
- Hälso-sjukvård
- Ekonomi
- Krav från omgivning
- Kunskap hos omgivning
- LSS – SOL
- Stöd att förstå sitt åldrande
- Demens



Historia, delaktighet, nätverk



Forskning "Delaktig (även) på äldre dagar"

(Mellan 2007 och 2013 har antalet personer som får LSS insatser och är över 65 år ökat med 34%)

- Studien skulle besvara följande frågeställningar:
- Hur ser man på och pratar om åldrande i gruppboenden?
- Hur upplever personalen sitt arbete när allt fler boende blir äldre?
- Hur ser äldre boendes delaktighet ut i gruppboenden?
- Hur beskriver de äldre boende och personalen delaktighet bland äldre personer m IF?

Hur ser personerna själva på åldrandet?

- "Jag kallar det inte för att åldras. Jag kallar det för att bli förståndigare!"
- **IDA:** Är det något som är bra med att bli gammal?
- **Irma:** Ja ...det blir vi alla...gamla och fula och ynkliga blir vi, det blir du med...
- "Det finns inget att göra för gamla med utvecklingsstörning."
- "Hur ska jag ha råd att leva?"



Arbete/Sysselsättning

Arbete/sysselsättning till 67, men sedan då?
Ofta antingen eller – jobba eller göra ingenting
Men tredje åldern och efterrätten då?!

Planera, förbereda, möjliggöra viktigt!
Ofta oro för vad som ska hända långt innan

Rätt till en god ålderdom



Vad göra efter pension?

Hur ser livet efter pension ut?
Vad vill personerna med utvecklingsstörning själva?
Vilka möjligheter finns, jobb, träffar, hälsofrämjande?
Vad säger anhöriga?
Vilka sorters aktiviteter?
Samarbete med PRO?
Hur hålla igång nätverk?
Vilka förberedelser behövs?



Anhörigas oro

”Jag önskar att hon dör före mig: ett annorlunda föräldraskap”
av Kajsa Råhländer.



”När jag inte längre är med- förberedelser och funderingar inför
framtiden” studiecirkel Bräcke Diakoni, Studieförbundet Vuxenskolan.

Fysiskt åldrande – generellt

- Syn
- Hörsel
- Ledbesvär
- Förstoppning
- Hjärt och kärlsjukdomar
- Diabetes
- Karies och tandlossning
- Benskörhet



- Demens
- Depression
- Biverkningar av läkemedel
- Ökad cancerrisk
- Dålig balans – fallolyckor

Lika vård för alla?

- 70% högre risk att dö i bröstcancer
- Högre risk dö i hjärt-kärlsjukdomar
- Mer psykofarmaka
- Mindre smärtstillande
- Oftare akuta sjukhusbesök
- Ökad sårbarhet
- Mindre reservkapacitet

VIKTIGT! REGELBUNDNA HÄLSOKONTROLLER!



Smärta

Mindre smärta för personer m IF?

Vad är normalt för personen?

Notera, beskriv

Smärtskalor

Bra material finns på:
www.smartbojen.se



Hjälpmedel av olika slag

- Glasögon
- Hörapparat
- Rullator
- Kognitiva hjälpmedel
- Träning av balans, kondition, styrka
- Hälsokontroller
- Livsberättelse
- Livsstil



Demens

Övergripande begrepp om sjukdomar som drabbar hjärnans celler och synapser

Statistiskt i Sverige med IF

Alzheimer är vanligast	Ca 865-1000 personer
Vaskulär demens	Ca 350 personer
Frontallobsdemens	Ca 150 personer
Övriga, ex Lewi Body demens	30- 300 personer

Tidiga Tecken

- Kartläggningsinstrument
- Börja när allt är normalt:
- Vid Downs syndrom vid 40
- Övriga vid 50 år
- Årligen
- Görs av boendepersonal



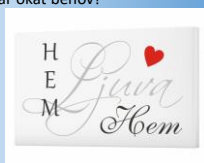
Anpassa miljö och bemötande

Exempelvis inga mörka golv eller mattor
 Märk det viktiga saker, ex toasits
 Duka med tydliga kontraster
 Täck över speglar om det behövs
 Behåll rutiner men anpassa vid behov
 Ta en sak i taget
 Ha gott om tid
 Lågaffektivt bemötande, var lugn och vänlig.
 Tänk på kroppsspråk och tonfall!



Boende – hur är det med det?

Särskilda äldreboende för personer med utvecklingsstörning?
 Den som klarat sig med lite hjälp men som får ökat behov?
 Demensboende – vanligt eller anpassat?
 LSS kontra SOL?
 Bo kvar i gruppboenden?
 Blandade boenden, unga och gamla?
 Personalens kunskap?



Livsstil och hälsa

Har ofta sämre livsstil än normalbefolkning
 - Motionerar mindre
 - Äter fel
 - Mindre nätverk och mindre möjligheter av många olika slag



Många behöver mycket stöd för att leva hälsosamt

Förlust och sorg

Många förluster när man åldras:

- Nätverk tunnare ut
- Orkar inte som förr
- Kan kanske inte längre göra saker man tyckte om
- Identitet förändras
- Kan trigga tidigare sorg
- Behöver stöd och få prata om förluster



Palliativ vård, dö hemma

- Få jag dö hemma där jag är trygg?
- Får personalen stöd?
- Vad säger anhöriga?

Hur kan man få en gott slut i livet?



Sammanfattning

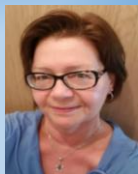
Många utmaningar som kräver mycket av omgivningen bland annat:

- Faktakunskaper inom många områden
- Personkännedom
- Flexibilitet
- Engagemang
- Uppmärksamhet
- Prestigelöshet
- Diskussion
- Reflektion
- Hjälpmedel av olika slag



Tack för mig!
Hör gärna av er om ni har frågor.

Föreläsare:
Kia Mundebo



Kontaktuppgifter:
kia@kiamundebo.se
Tel: 0703-96 22 64
