

# Att åldras med intellektuell funktionsnedsättning

[www.gunaremyr.se](http://www.gunaremyr.se)





# Utvecklingsnivåer

**Grav intellektuell funktionsnedsättning –**  
*(tänkandet hos spädbarn)*

Behöver hjälp med allt; personliga behov  
(inkontinens), kommunikation, förflyttning

**Svår intellektuell funktionsnedsättning –** *(tänkandet hos förskolebarn 1-2 år)*

Behöver stöd och hjälp på heldygnsbasis. Man klarar enkla färdigheter med stöd.

Kommunikationsstöd.

Intelligenskvot under 50

## Måttlig intellektuell funktionsnedsättning – *(tänkandet hos förskolebarn 3–6 år)*

Uttalade svårigheter med abstrakt tänkande och problemlösning.

De flesta kan inte läsa och skriva. Många klarar vissa personliga behov.

Begränsad talförmåga, och behov av kommunikationsstöd.

De flesta har enklare sysselsättning, ofta på dagcenter

Intelligenskvot 50–69

## **Lindrig intellektuell funktionsnedsättning–** *(tänkandet hos skolbarn 7–12 år)*

Inlärningssvårigheter men kan ofta läsa och skriva  
De flesta har arbete, men oftast inom skyddad verksamhet

Ett fåtal klarar körkort

Upprätthåller sociala relationer, men socialt omogna

## **Marginell intellektuell funktionsnedsättning** *(tänkandet hos ungdomar 12–18 år)*

Intelligenskvot 69–100

# Downs syndrom

- ▶ 1920 – överlevnad 3 år
- ▶ 2002 – medellivslängd 55 år
- ▶ Demensutveckling kan starta i 30 årsåldern
- ▶ Efter 50 års ålder uppges 50 –65 % ha en demensutveckling

Lätt	utvecklingsstörning	– överlevnad	80 år
Medel	utvecklingsstörning	– överlevnad	70 år
Svår	utvecklingsstörning	– överlevnad	60 år

# Nationella riktlinjerna

- ▶ Redan i 40-årsåldern har samtliga individer med Downs syndrom neuropatologiska förändringar som vid Alzheimers sjukdom
- ▶ Kliniska symtom på Alzheimers sjukdom är ovanliga före 40 års ålder.

[www.socialstyrelsen.se](http://www.socialstyrelsen.se)

Demenssjukdom är upp till fem gånger vanligare bland 60–65 åringar ur gruppen personer med intellektuell funktionsnedsättning jämfört med övriga befolkningen

Viktigt att särskilja från det normala åldrandet

Strydom, Chan, King m.fl. Incidence of dementia in older adults with intellectual disabilities, 2013



# Äldre med intellektuell funktionsnedsättning

- ▶ Behöver oftare komma till vården för ett snabbt omhändertagande jämfört med övrig befolkning
- ▶ Ordineras mycket mer psykofarmaka
- ▶ Ordineras mindre smärtstillande
- ▶ Löper större risk för många sjukdomstillstånd exempelvis demens och diabetes

Forskningsprojekt initierat av Gerd Ahlström, 15 000 personer med utv störning, autism eller autismliknande tillstånd- 6 nationella register under 13 års tid

[https://www.med.lu.se/hv/nyhetsarkiv/luckor\\_i\\_vaarden\\_av\\_aeldre\\_med\\_utvecklingsstoerning](https://www.med.lu.se/hv/nyhetsarkiv/luckor_i_vaarden_av_aeldre_med_utvecklingsstoerning)



# Åldern har sin rätt

Om att åldras  
med intellektuell  
funktionsnedsättning

En avgiftsfri  
webbutbildning för  
LSS-personal och  
anhöriga

[www.demenscentrum.se](http://www.demenscentrum.se)

# Vad är normalt åldrande ?

- ▶ Långsammare – i att minnas, röra mig, reagera, plocka fram ord
- ▶ Mindre aktiv
- ▶ Färre initiativ – önskar rutiner
- ▶ Mindre sömn
- ▶ Trög mage

# Pajalagröt , 1 liter (4–6 port)

½ dl linfrö

½ tsk salt

½ dl russin

7 dl vatten

½dl katrinplommon

1 dl havrekli

½dl torkade aprikoser

2 dl fiberhavregryn

Hacka, blanda och låt stå över natt.  
Tillsätt fiberhavregryn och havrekli på  
morgonen. Koka 3–5 min. Ev mer  
vatten.

Kan förvaras i kyl i upp till 5 dagar  
och värmas i mikro.

Kan frysas.



Der Philosoph

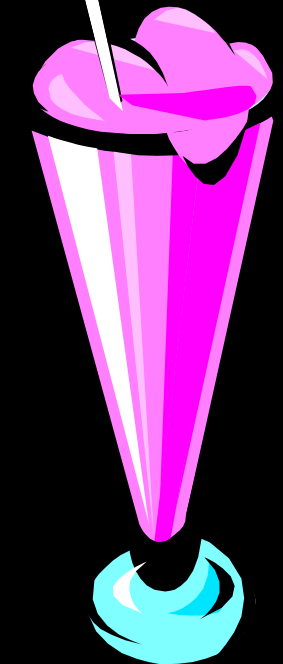
# SÄRÖBOMBER

Landstinget i Kronoberg

## Sängfösare (10 portioner)

- 4 dL standard eller mellanmjölk
- 4 dL mild yoghurt (ev med smak)
- 1 dL vispgrädde
- 1 dL rapsolja
- 1 dL socker eller till lagom sötma
- 5 dL frysta bär (tillsätts sist, mixas)

Mixa allt utom de frysta bären,  
tillsätt därefter bären och mixa igen



# Vad är normalt åldrande ?

## Balansnedsättning -

- nedsatt muskelstyrka
- svårare att titta uppåt
- sämre uppresningsreflex



# SE TILL ATT utesluta

## ▶ Hörselfedsättning

- Minst vart femte år ska hörsel undersökas
- Hörselskada finns hos 66–89 procent av vuxna med Downs syndrom
- Öronvax

## ▶ Tänder

- tandproblem finns hos 60–100 procent av vuxna med Downs syndrom (tandlossning, tandsten)

## ▶ Synfedsättning

- Varannan person med Downs syndrom har grå starr och många har grön starr
- Ögondroppar kan ge biverkningar

# Hur är det att vara/bli äldre eller gammal ?

Intervju med 5 män 7 kvinnor

Måttlig/lindrig intellektuell funktionsnedsättning

Personal 24 tim/dygn i gruppbostad

Medelålder 64 år

3 slutat arbeta

Övriga heltid – 3 dag/veckan daglig verksamhet

Bilder som stöd – individuella intervjuer

Ida Kåhlin, arbetsterapeut

<http://urskola.se/Produkter/180605-UR-Samtiden-Institutionsvard-och-omsorg-Att-vara-aldre-ar-att-vara-som-andra>



# Att bli som alla andra

Kroppen blir trött och man får ont  
Att få hjälpmedel och medicin  
Att flytta till äldreboende



Nya pensionärsintressen: Då ska jag gå på symöten och titta på tanterna när de syr – det tycker jag om

Positivt:

Man kan säga ifrån bättre.

Jag har blivit bättre på att skala potatis.

Man slipper göra det man inte vill.

Ida Kåhlin

Man kan reflektera kring åldrandet  
att vara och bli äldre – vi måste  
bara ställa frågan

[http://urskola.se/Produkter/180605-UR-Samtiden-  
Institutionsvard-och-omsorg-Att-vara-aldre-ar-att-  
vara-som-andra](http://urskola.se/Produkter/180605-UR-Samtiden-Institutionsvard-och-omsorg-Att-vara-aldre-ar-att-vara-som-andra)

# Mannen som väsnades

- ▶ Ove tar på sig skjortan men inte byxorna
- Han går bra inomhus men behöver rollator utomhus



Vid matbordet väsnas Ove

Varför slår han näven i bordet underifrån,  
gång på gång



# Vid matbordet väsnas Ove

- ▶ Varför slår han näven i bordet underifrån, gång på gång?



# Tolkningsnivåer

**Person** – vill ha sällskap

**Hjärnskada** – ser inte nedåt

**Kropp** – tandvärk, värk/smärta, ex artros  
sköldkörteldysfunktion, infektioner, mag/tarm-  
problem, anemi, hjärtfel, diabetes m.m.

**Miljö** – störande ljus, ljud, rörelser

**Existentiell nivå** – deprimerad



# Synnedssättning

- ▶ Synsvaghet



# Synnedssättning

## Grå starr –katarakt



# Synnedstättning

## Grön starr – Glaucom





# Kvinna vill inte sova i sängen

## Förstoppning



Person  
Hjärnskada  
Kropp  
Miljö  
Existentiell nivå



Kunskapsstöd för att kartlägga/beskriva en persons utmanande beteende och analysera vad det kan bero på. Minska begränsnings- och tvångsåtgärder.

<http://funca.nu>

# Behandlingsbara orsaker till glömska och förvirring



Druckit för lite/mycket



Förstoppning  
Medicinförgiftning  
Sköldkörtelstörning  
Fästingbett/Borreli  
Urinvägsinfektion  
Över/Understimulering  
Glutenintolerans  
Värk/smärta, ex artros

Smärta  
B12 – brist  
Undernäring  
Depression  
Hjärntumör  
Hjärtsvikt  
Anemi  
Diabetes m.m.

# Depression

15–30 procent av vuxna med Downs syndrom

Somatisering, orkeslöshet, bristande livsglädje och social isolering.

Symtom, tecken	Demens	Depression
Försämrad ADL-förmåga	Ja	Nej
Minnesstörningar	Ja	Nja
Försämrad språklig förmåga	Ja	Nej
Muskelryckningar	Ja	Nej
Nyttillkommen epilepsi	Ja	Nej
Förlust av tidsorientering	Ja	Nej
Förlust av rumsorientering	Ja	Nej
Irritabilitet	Ja	Ja
Koncentrationsproblem	Ja	Ja
Nedstämdhet, sorgsenhet	Ja	Ja
Muskelstelhet, gångsvårigheter	Ja	Nej
Somatisering	Ja	Ja
Orkeslöshet	Nja	Ja

# Vad gör vårdcentralens läkare?

Förklarar/behandlar orsaker till symptom depression, hypotyreos, presbyacusi (åldersrelaterad hörselnedsättning), synnedsättning, skalltrauma eller konfusion

Vid demensdiagnos finns viss läkemedelsbehandling att få

Remitterar vidare till specialist



Vad skiljer demens från  
naturligt åldrande?



# Tidiga tecken

Försämrade funktioner och sjukdom

---

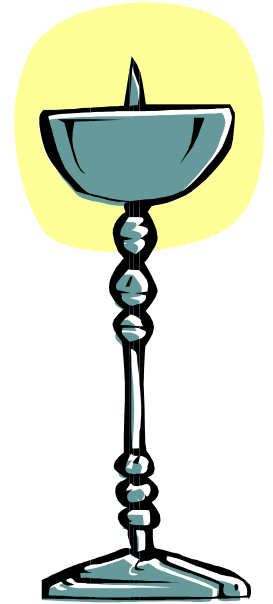
Uppföljning av äldre personer med utvecklingsstörning

[www.demenscentrum.se](http://www.demenscentrum.se)



## Tidiga symptom:

- ▶ **Ökad osäkerhet i vardagen**
  - Förlorar tidigare inlärda förmågor
  - Dyspraxi
  - Dysgnosi



# Tidiga symptom ?



# Passar inte tider

# Tidiga symptom på demens ?



**Trött**

**Mindre  
intresserad**



Här bryter man ju benen av sig!



# Tidiga symptom:

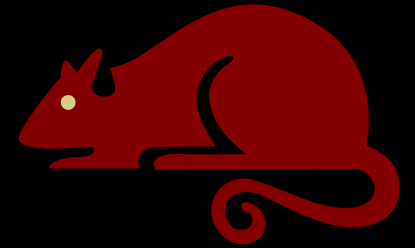
- ▶ **Sociala kompetensen minskar**
- ▶ **Dysfasi –**
  - spontan kommunikation minskar, anomi, ordflöde minskar, meningsbyggnad försämras

- ▶ **Gångsvårigheter**
  - Ostadig vid vändning, långsammare
- ▶ **Mer vandrande**
- ▶ **Passivitet**
- ▶ **Inkontinens**
- ▶ **EP-anfall i ökad grad**
- ▶ **Hyperreflexibilitet – att omotiverat ”spritta till”**
- ▶ **Förändringar i sömnrytm – sömnbehov ökar**

# Exempel på symptom:

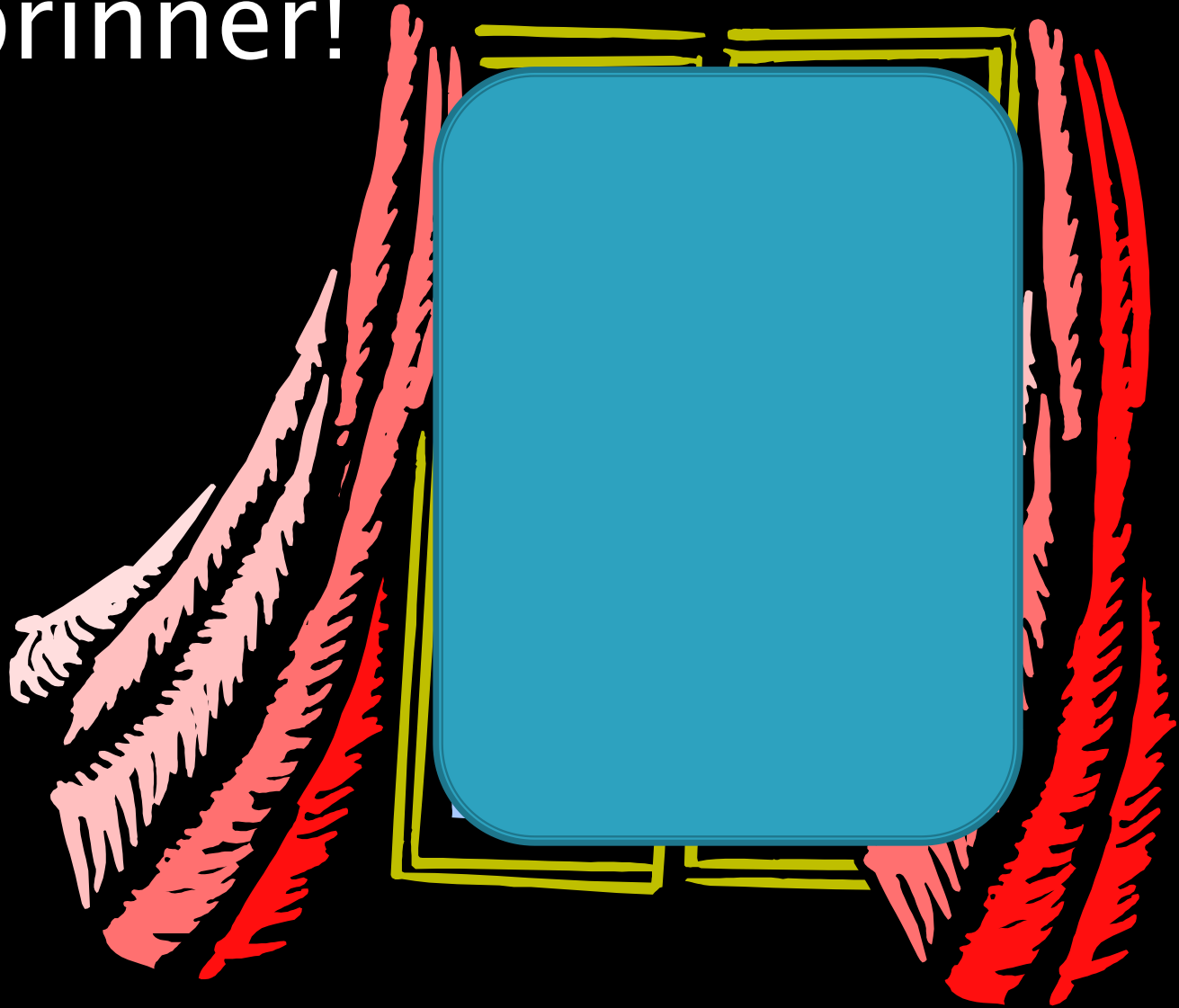
- ▶ **Minnesnedsättning**
  - Ex: Köper saker hon redan har i kylskåpet
  - tidigt inlärt – lättare att minnas
  - tappar bort sig i sekvens av händelser
- ▶ **Nedsatt förmåga att överblicka** egen kompetens
- ▶ **Uppmärksamhetstörning** –upptäcka, bibehålla, växla
- ▶ **Labilitet, irritabilitet, rädsla**
- ▶ **Viktförlust**

# Hallucinationer/Illusioner

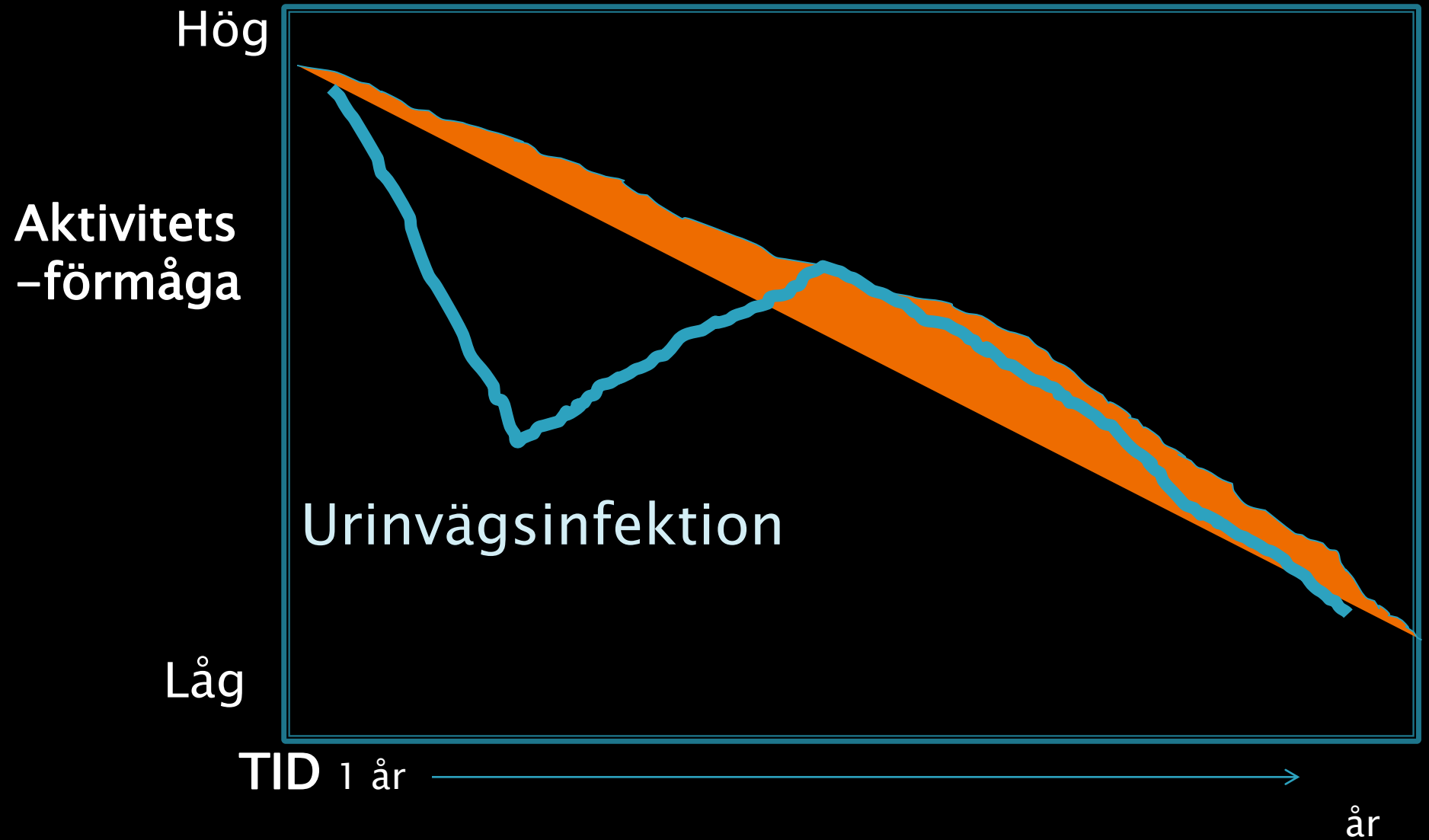




Det brinner!



# Demensutveckling



# Sena symptom

- ▶ Svår dyspraxi/dysgnosi hindrar ADL inkl att äta o dricka – Risk för vätskeförlust, sätta i halsen
- ▶ Tilltagande viktförlust
- ▶ Inkontinens
- ▶ Minnesförmågan allt sämre
- ▶ Risk för fler EP-anfall
- ▶ Stappligare gång, som vid Parkinsons sjukdom inklusive balansproblem
- ▶ Känner inte igen omgivning och personer runt sig
- ▶ Mer tid i säng då det blir svårt även att sitta upp – risk för trycksår

# Vad kan vi göra?

- ▶ Stödja minnet

FÄRG  
och  
*FORM*  
stödjer  
minnet



# Sakfinnare



[www.kjell.com](http://www.kjell.com)

# Memoday med talstöd



[www.abilia.se](http://www.abilia.se)

# Dag- och tidklocka



[www.demensbutiken.se](http://www.demensbutiken.se)

# Vad kan vi göra?

- ▶ Erbjudna balans mellan stimulans och vila





**Foto: Aktivitetssamordnare Monica på Söndagsgården  
Vardaga, Solna**

# Vad kan vi göra?

- ▶ Erbjuda balans mellan stimulans och vila



<https://inmutouch.com>

# Bolltäcke Kedjetäcke



# Bollväst

[www.komikapp.se](http://www.komikapp.se)

[www.gunaremyr.se](http://www.gunaremyr.se)





[www.actileg.se](http://www.actileg.se)

[www.trident.se](http://www.trident.se)

[www.mgbstarbridge.se](http://www.mgbstarbridge.se)







Rörmokar-  
mekano

[www.svedinrehab.se](http://www.svedinrehab.se)

# Artur musikbjörn



[www.funkamera.se](http://www.funkamera.se)

# Musikdocka



[www.musicdoll.se](http://www.musicdoll.se)



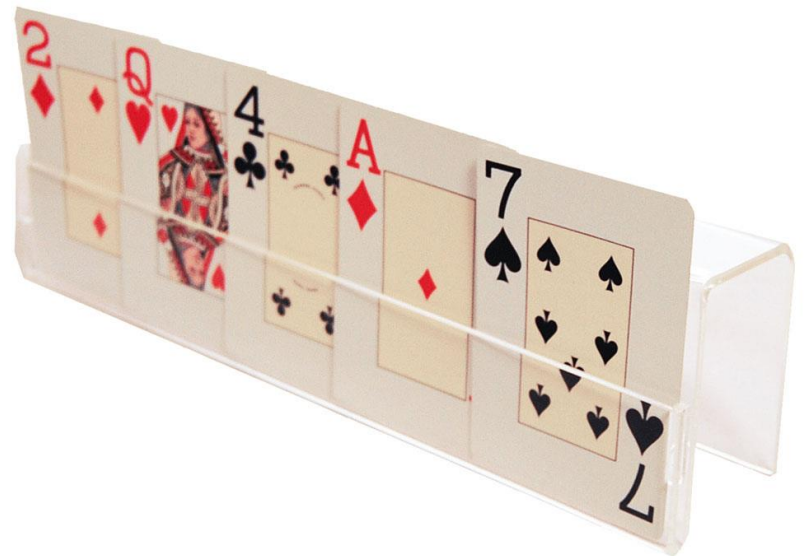
**MusicDoll® Boy**  
Art.nr.50012

# Vad kan vi göra?

## En sak i taget



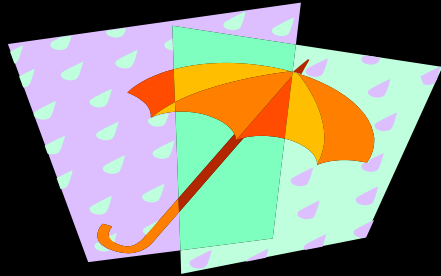
# Förenkla



Spelkortshållare  
[www.varsam.se](http://www.varsam.se)



# Göra flera saker samtidigt



Ref: Anna Pettersson, doktor i sjukgymnastik, KI  
**Motor function and cognition:** Aspects on gait and balance



# Vad kan vi göra?

- ▶ Förenkla och förtydliga miljön

# Konkret tänkande

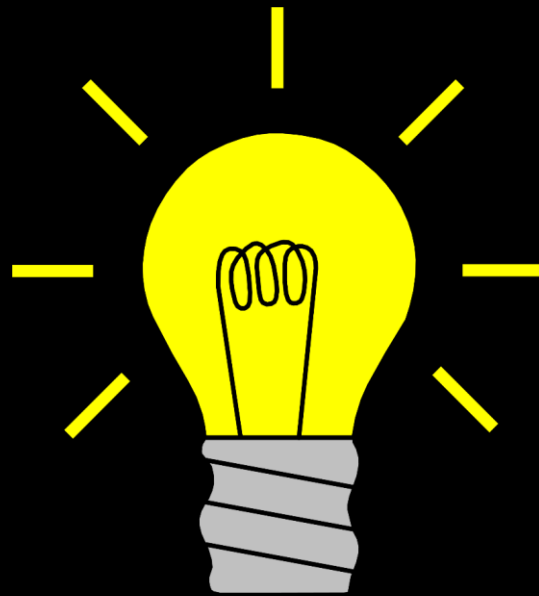
Välj rätt  
porslin



Undvik  
småmönstrad  
kant på  
porslinet

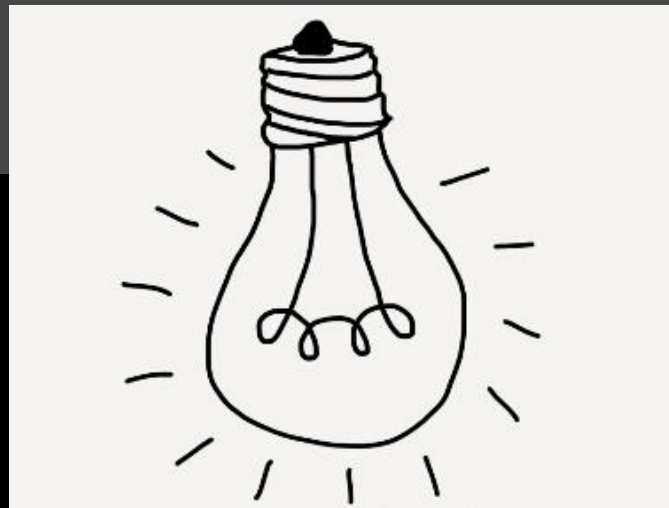


# Tända upp hjärnan



60 år= 60 watt

80 år = 80 Watt (ca 1200 lumen)



# Hjälpmedel



Näsmugg

[www.varsam.se](http://www.varsam.se)



Apotek



Collis Curve

[www.proxident.se](http://www.proxident.se)



**Medicincareouselle**  
[www.pharmacell.se](http://www.pharmacell.se)

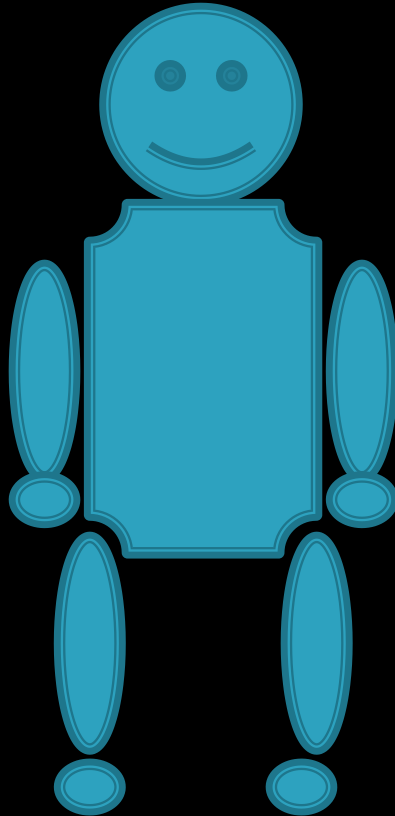


Gan

Aremyr



Blir hen ren?



# Tvättlapp, tvättvante, duschmössa som inte behöver vatten



[www.onemed.se](http://www.onemed.se)  
[www.nordmed.se](http://www.nordmed.se)  
[www.tenabutiken.se](http://www.tenabutiken.se)

# Hårtvätt

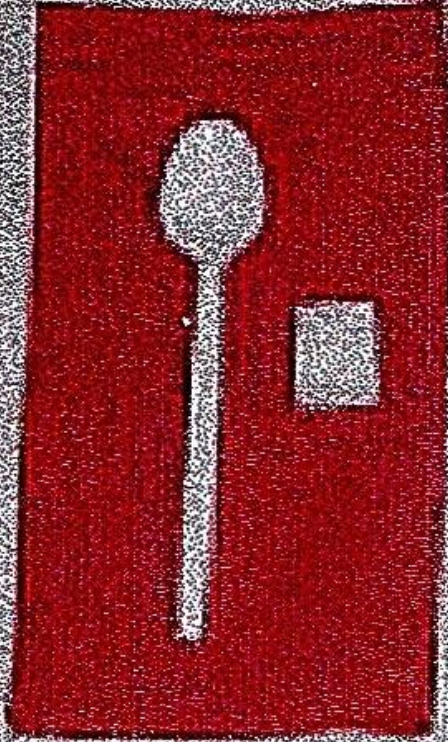


[www.svedinrehab.se](http://www.svedinrehab.se)

# Schampomössa



[www.tenabutiken.se](http://www.tenabutiken.se)











# Vad kan vi göra?

- ▶ Minska skaderisk

# Brännskador



# Golvsäng



[www.almedo.se](http://www.almedo.se)

# Sängtält



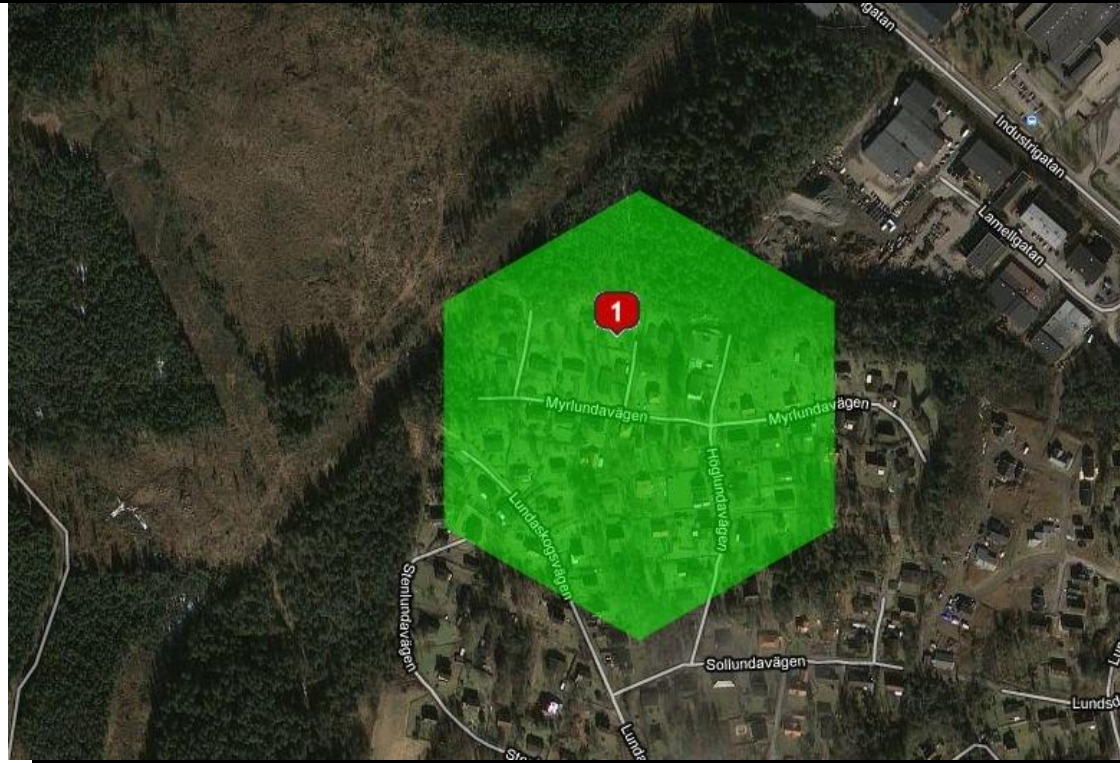
[www.almedo.se](http://www.almedo.se)

# Att hitta hem



Nödsändare  
[www.phoniro.se](http://www.phoniro.se)

[www.posifon.se](http://www.posifon.se)



Finns nu även helt utan knappar

# Yoyocare



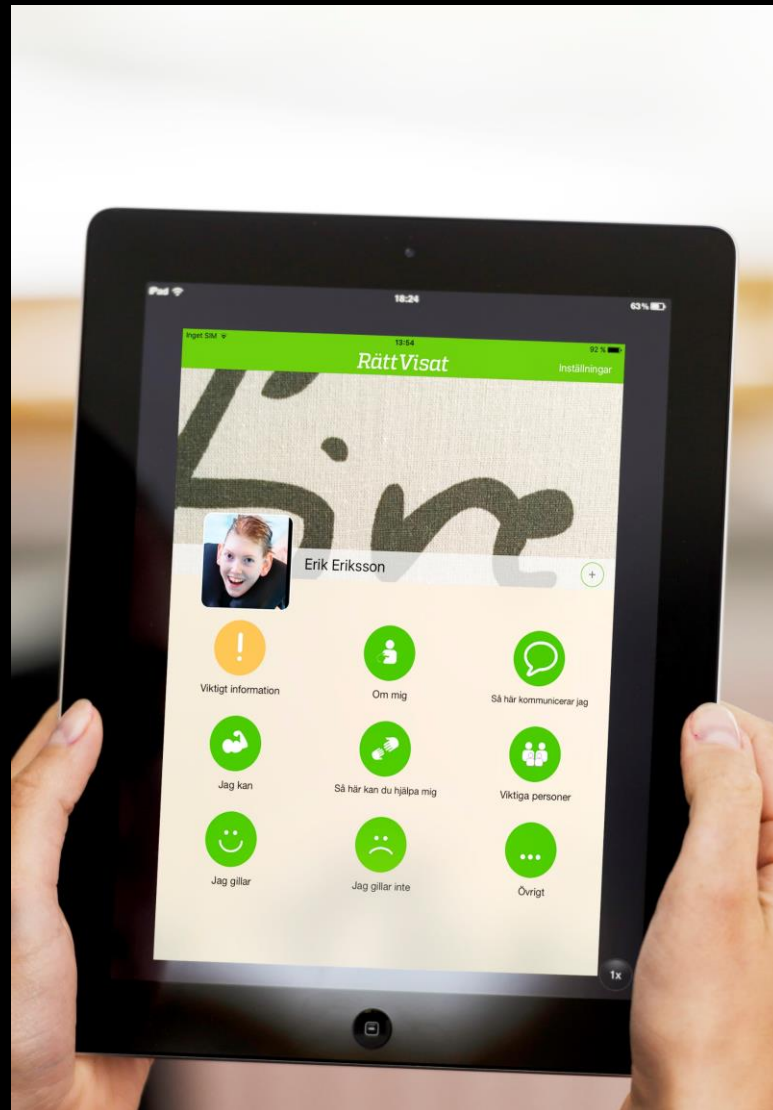
[www.yoyomotion.com](http://www.yoyomotion.com)  
[www.rehabmodul.se](http://www.rehabmodul.se)

# Vad kan vi göra?

- ▶ Fortsätta finna sätt att kommunicera

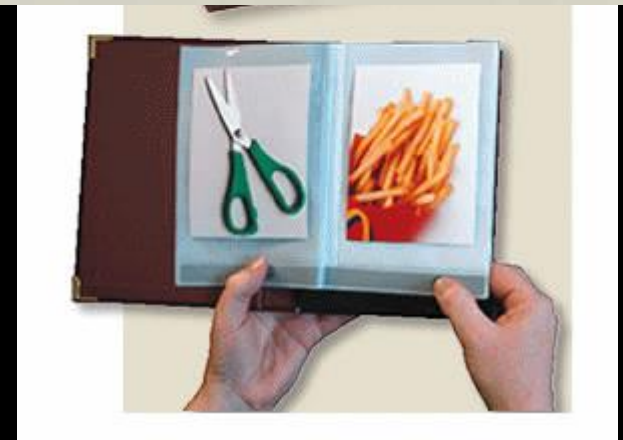
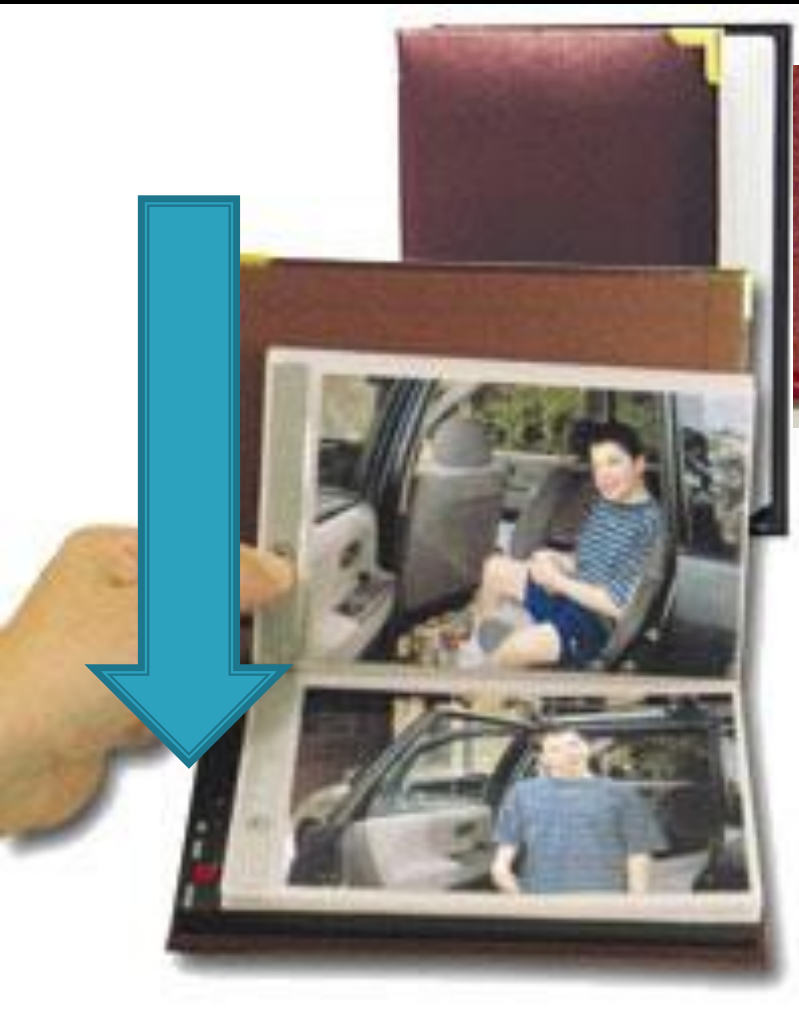


# Digitalt kommunikationspass



[www.brackediakoni.se/rattvisat](http://www.brackediakoni.se/rattvisat)

# Talande/ljudande fotoalbum



[www.komikapp.se](http://www.komikapp.se)  
[www.rehabmodul.se](http://www.rehabmodul.se)

- ▶ **Kommunikation**
- ▶ Viktiga frågor
  - Be personen upprepa svaret
  - Tala in svaret - talburk





# Stimulering av våra sju sinnen.



Syn, Hörsel, Lukt, Smak

- ▶ Berörings/Känselsinne (Taktil)
- ▶ Muskel-ledsinne (Proprioceptiv)
- ▶ Lägesförändringssinnet , (Vestibulär)

# Vi är våra sinnen

Från sinnet via olika nervbanor till hjärnan där informationen bearbetas, tolkas och registreras.

Sinnesstimuleringens mening:

Uppleva omvärlden  
och njuta av att man lever



# Vad kan hända...

När man har svårt att integrera sina sinnen?

Kroppsrörelse ger mig en hel mängd med fysisk feedback på mig själv, jag rör mig – något händer

Vandra, gunga, slå eller ropa för att "finnas till".



# Snoezelen

multisensorisk miljö



# Avkoppling

Utan krav på

- att förstå
- verbal respons
- att "lyckas"

# Snoezelen



# Sensit



[www.komikapp.se](http://www.komikapp.se)

# Thevochair



[www.maydayaid.se](http://www.maydayaid.se)



Ergonova

# 24-timmars Snoezelen

12 enheter i Holland

Individuell Snoezelenplan inkl. sinnespreferens



Snoezelen: [www.demenscentrum.se](http://www.demenscentrum.se)

Weert JCM van, Dulmen AM van, Spreeuwenberg PMM, Ribbe MW, Bensing JM.

*Behavioural and Mood Effects of Snoezelen Integrated in 24-h Dementia Care.*

Journal of the American Geriatrics Society (2005) Doktorsavhandling: *Stimulation in*

*24-hour Dementia Care Effects of snoezelen on residents and caregivers,*

C.M. van Weert, 2004,

# Signifikanta resultat

mindre: apati, aggressivitet,  
depression

mer: glädje, normallånga  
meningar, relaterar till personalen

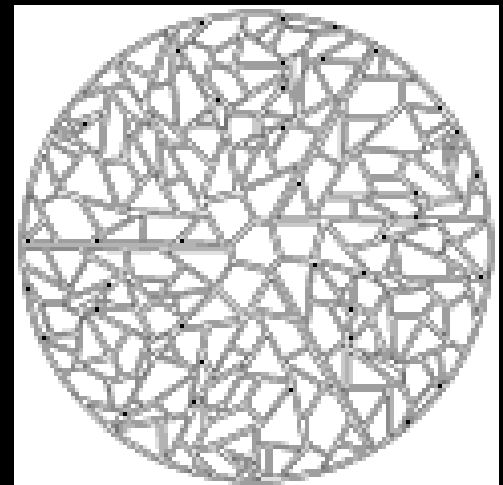
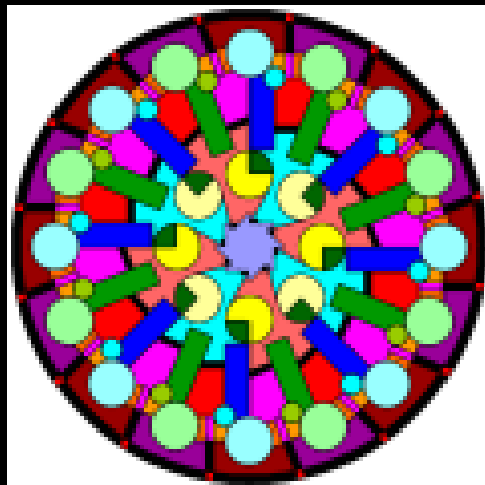
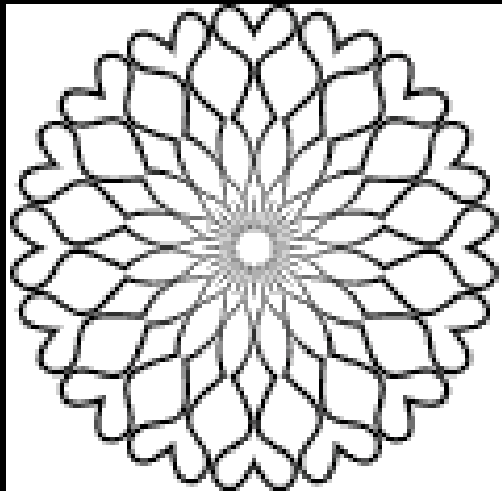
# Tovertafel





# Mandala

En sorts meditationsfigur konstruerad  
av cirklar och former.  
Ett sätt att meditera



# Vårdarsång

Eva Götell

# Tidigt i processen

- ▶ Struktur och rutin ger FÖRUTSÄGBARHET
- ▶ FÄRRE VAL – en sak i taget
- ▶ MINNESSTÖD – dagbok, scheman
- ▶ FÖRENKLA UPPMANINGAR och stöd med ex bild, gester, föremål etc
- ▶ BEKRÄFTA tid, plats, vem hen är tillsammans med, vad hen gör...
- ▶ UPPMUNTRA självkänslan
- ▶ MINDRE GRUPP
- ▶ TYDLIG MILJÖ
- ▶ DOKUMENTERA för att kunna jämföra senare



# Mellanas

- ▶ BEHÅLL FAVORITAKTIVITETER kom ihåg längre vilopausar
- ▶ STÖD REMINISCENS
- ▶ HÄLSOKONTROLL regelbundet
- ▶ Var observant på MAT o DRYCK intag
- ▶ Kontrollera SÄKERHETEN
- ▶ MER STÖD vid HYGIEN
- ▶ Hallucinationer, illusioner möts med tålamod, tröst och stöd
- ▶ INFORMERA anhöriga och ev. medboende



# Sent stadie

- ▶ VÅRD 24 tim/dygn, nutrition, lyft etc
- ▶ Var noga med HUDVÅRD
- ▶ REMINISCENS med hjälp av ljud, musik, beröring, övrig sinnesstimulering
- ▶ FÖRBERED familj, vänner, personal, medboende på terminalvård och död





**Tack för uppmärksamhet !**

[www.gunaremyr.se](http://www.gunaremyr.se)