



**Referat fra felles møte med Ålesund og Omegn Demensforening, i lokalet «Naftadjupe» på NTNU, 28. september 2017**

**ALZHEIMERDAGEN 28. SEPTEMBER 2017**

Også i år gikk Ålesund og Omegn Demensforening og Pensjonistuniversitetet i Ålesund sammen om "Alzheimerdagen". Over 80 tilhørere fylte auditoriet.

Dr. Audun Myskja informerte om "musikk som terapi i behandlingen av sykdommen demens". Dr. Audun Myskja er overlege og spesialist i allmenn-medisin, og har en doktorgrad i bruken av musikk i eldreomsorgen. Han driver "Senter for livshjelp" i Ski og i Totenvika.

Musikkbasert miljøbehandling, et verktøy ved demens var overskriften: hvordan kan vi bruke musikk.

Trening av balanse det beste middelet til å holde seg frisk. Stikkordene her var «trening» og «fall-forebygging»

Livsstilsvalg: vi vet mye om hva vi må gjøre for å motvirke / forsinke utviklingen av demens.



Hva er så demens? Et absolutt symptom er at vi mister evnen til mønstergjenkjenning, å kunne «sette inntrykk sammen». Og her er det musikken kommer inn: den er det beste middel til å hjelpe med å sette sammen inntrykk. Samtidig er dette en behandling mot uro, noe som gir klart bedre livskvalitet. Musikkbehandling blir mer og mer styrket i behandlingen, også her i Norge.

Vi fikk se noen filmsnutter av oppførsel hos «pasienter» med og uten musikk. Musikken fikk snudd en nedadgående spiral i en mye mer positiv retning.

Et annet stikkord var «Use It - Or Lose It» (Bruk det – eller tap det), i den mening at folk må få lov til å fortsette med det de har gjort gjennom livet, Å LEVE MED SINE VERDIER.

Det går på å holde seg aktiv, holde seg åndsfrisk og fortsette å lære! Et lite tips til kanskje spesielt den yngre garde som var tilstede på møtet var: skaff det ferdigheter alt i ung alder.

Demensteamet i Haram kommune avløste Dr. Audun Myskja. 2 av i alt 5 personer fra Demensteamet var tilstede, Ann Cathrin Nyhammer og Sølvi Barstad, som arbeider som geriatiske sykepleiere. I tillegg er der ytterligere 3 ressurspersoner ansatt i Demens-teamet i Haram.

De to pleierne informerte salen grundig om demensteamets oppgaver i Haram kommune.

Som **stikkord** ble nevnt:

- Personsentrert omsorg
- Fra fokus på sykdom til fokus på person
- Samtaler med pasienter og pårørende
- Observasjon



- Utfylling av div. skjemaer
- Rettledning / undervisning til pårørende av til helsepersonell
- Hjelpemidler og velferdsteknologi
- Dagsenter til personer med demens
- Knytte kontakt med andre personer med demens + deres pårørende
- «Fra diagnose tik oppfølging»
- Aktivitetsvenn
- «Tiltakspakke Demens»

Det finnes mye hjelp, om enn ikke en kur (ennå).

For interesserte så skriver teamet om seg selv på hjemmesiden til Haram kommune

**<https://www.haram.kommune.no/alle-tenester/helse-og-omsorg/demensteam/>**

Siste innslag var utdelingen av årets demenspris, som ble foretatt av Sverre Fostervold.

Prisen gikk i år til Sandra Rogne.



Sandra holdt foredrag for oss på Alzheimer-dagen 2016. Fyldig referat finnes i vårt medlemsblad nr. 56, sider 5 og 6, som man finner på Pensjonistuniversitetets hjemmesider, [www.puiaa.no](http://www.puiaa.no) i menyen under «Medlemsbladet».

Som vanlig ble kvelden avsluttet med sosialt samvær, kaffe og sveler ..!