

Demensskolen: Oppsiktsvekkende gode resultater

Nedgang i depressive symptomer, bedre helse, økt livskvalitet og stabilitet i kognitiv funksjon er de svært positive og oppsiktsvekkende resultatene fra Demensskolen. Det viser en forskningsstudie ved Stavanger Universitetssykehus (SUS).



Demensskolen er et tilbud som gir mennesker med demens i tidlig fase opplæring i hvordan de kan mestre hverdagen. Skolen er en del av Helsedirektoratets Demensplan, og mange kommuner i Norge har Demensskolen som et tilbud. I løpet av 12 uker samles en gruppe personer med demens to timer i uken for gruppeundervisning.

“ Deltagernes oppmerksomhet, konsentrasjon og hukommelse holdt seg stabil i løpet av de fire månedene med Demensskole. Det forventer vi egentlig ikke hos personer med demens i en tidlig fase.

Uvanlig tydelig resultat

– Funnene er oppsiktsvekkende. Det er få studier på personer med demens som har et så tydelig resultat, sier forsker og professor Ingelin Testad til Stavanger Aftenblad. Hun er senterleder ved Regionalt kompetansesenter for eldremedisin og samhandling (SESAM) på sykehuset.

– Deltagernes oppmerksomhet, konsentrasjon og hukommelse holdt seg stabil i løpet av de fire månedene med Demensskole. Det forventer vi egentlig ikke hos personer med demens i en tidlig fase. Vanligvis er det en rask nedgang i de kognitive funksjonene, fortsetter Martine Kajander, en av forskerne bak studien.

– Hovedfokuset er at personen med demens er i førersetet og får nødvendig kunnskap om sykdommen. Slik kan de bestemme selv hvordan diagnosen skal håndteres, legger hun til.

Tilbud ved SUS siden 2014

Demensskolen har vært et tilbud ved SUS siden 2014. Tidligere har ikke personer med demens fått opplæring og undervisning. Denne var da utelukkende rettet mot de pårørende.

En av grunnene til det var at sykdommen ofte ble oppdaget senere og personer med demens i større grad var avhengige av sine pårørende.

– Det er viktig å huske på at de som får en demensdiagnose er oppegående mennesker med aktive liv som klarer seg selv. Derfor er det viktig at de lærer seg hvordan de skal leve med sykdommen best mulig, påpeker Ingelin Testad overfor avisen.

Viktig sosial arena

Ellis Grayston er en av dem som har deltatt på Demensskolen og slik vært en del av studien. Ektemannen Haldor Grayston forteller at Demensskolen betydde mye for kona som er glad i å snakke med andre. Da hun fikk diagnosen, trakk folk seg litt unna. Demensskolen ble for henne en viktig sosial arena.

Ekteparet begynte å merke at noe var annerledes for rundt sju år siden. De første symptomene de la merke til var trøtthet, svekket retningsans og glemsel i hverdagen. Haldor mener det er viktig å få frem at man fortsatt er et menneske med ønsker, drømmer og behov, selv om man får en vanskelig diagnose.

“ Det er vanlig at personer med demens trekker seg unna sosiale sammenhenger. Gjennom kurset møter de andre mennesker og har samtaler som ufarliggjør det å være sosial.

– Planen er å starte opp så fort det er mulig. Vi ser at tilbudet er positivt og gir økt motivasjon. Det er vanlig at personer med demens trekker seg unna sosiale sammenhenger. Gjennom kurset møter de andre mennesker og har samtaler som ufarliggjør det å være sosial. Det er viktig, sier forskeren Kajander.

Etter Demensskolen, hva da?

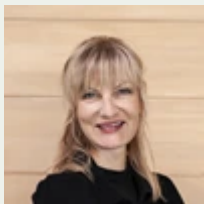
– Vi ser at kurset har vært viktig for deltakernes liv. Men helt konkret hva som skjer i tiden etter Demensskolen er ett av spørsmålene vi ønsker å se nærmere på, sier forskningsleder Ingelin Testad til avisen.

Totalt 108 personer med demens har så langt deltatt på Demensskolen ved SUS. 59 prosent av disse mottok ikke hjelp fra det kommunale hjelpeapparatet før Demensskolen.

– Mange trenger ikke nødvendigvis kommunal hjelp, men har behov for informasjon om diagnosen og trenger en arena hvor de møter andre i samme situasjon. Der kommer Demensskolen inn som et godt tilbud, mener Testad.

Studien *“Self-management and Health Promotion in Early-stage dementia with e-learning for carers (SHAPE)”* finner du [her](#).

Mer om Shape-prosjektet leser du [her](#).



Tekst:

Bethi Dirdal Jåtun

Journalist