



Politi og vakter møter personer med demens

Tips og
gode råd for
ditt arbeid



© Forlaget aldring og helse, 2020

1. utgave / 1. opplag 2020
ISBN 978-82-8061-536-7 (trykt)
ISBN 978-82-8061-537-4 (PDF)

Omslag og øvrige illustrasjoner: Stein Likvern/Headspin AS
Illustrasjon av hjerne: Splæsh

Layout: Headspin AS
Trykk: ETN Grafisk

Denne brosjyren tar utgangspunkt i *Polis och ordningsvakt möter personer med demenssjukdom – tips och goda råd för ditt arbete*, © 2017 Svenskt Demenscentrum.

Politi og vekter møter personer med demens – tips og gode råd for ditt arbeid er utarbeidet av Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse på oppdrag fra Helsedirektoratet.

Brosjyren er oversatt til norsk av Samtext Norway AS og bearbeidet til norske forhold av fagpersoner hos Aldring og helse.

Det må ikke kopieres fra denne brosjyren i strid med åndsverkloven eller i strid med avtaler om kopiering inngått med Kopinor, interesseorgan for rettighetshavere til åndsverk.



Alle henvendelser om brosjyren kan rettes til:

Forlaget aldring og helse
Postboks 2136, 3103 Tønsberg
Tlf: 33 34 19 50
E-post: post@aldringoghelse.no
www.aldringoghelse.no



Innhold



Side 4	1. Innledning
Side 5	2. Hva er demens?
Side 8	3. Hvordan gjenkjenner du demens?
Side 10	4. Forklaringer på typisk atferd
Side 13	5. Slik møter du personer med demens
Side 16	6. Søk etter en forsvunnet person
Side 18	7. Om helsehjelp, tvang og taushetsplikt
Side 19	8. Vil du lære mer om demens?

1 | Innledning

En utsatt gruppe

Personer med demens er en utsatt gruppe. De kan ha vanskelig for å klare seg på egen hånd og kan lett gå seg bort og på ulike måter utsette seg selv for fare. De kan få vrangforestillinger og andre alvorlige symptomer som er krevende for omgivelsene å håndtere. De kan lett la seg overtale av telefonselgere og utsettes ofte for ulike typer bedrageri. Demens kan også føre til at personen begår lovbrudd, for eksempel nasker i en butikk, uten at han eller hun skjønner at det er ulovlig.

Hvordan kan du hjelpe?

Som politi eller vokter har du sikkert møtt personer med demens i ulike situasjoner. Kanskje har du av og til følt deg usikker og utilstrekkelig i slike møter? Du har prøvd å hjelpe til, men personens atferd og reaksjoner har gjort det vanskelig å vite hva du kan og burde gjøre.

Vi er alle ulike, også de som får demens. Med litt kunnskap om sykdommen vil du få et bedre grunnlag for å forstå og kommunisere med personer med demens, noe som er helt nødvendig for at du skal gjøre jobben din best mulig.

Råd og tips

I denne brosjyren får du informasjon om demens og hvilke tegn som kan tyde på demens. Det er ikke politiets eller vekteres oppgave å diagnostisere demens, men her får dere kunnskap om noen typiske atferdsmønstre. Dere får også råd og tips om hvordan disse kan håndteres i møte med personer med demenssymptomer. Selv om eksemplene i dette heftet tar utgangspunkt i politiets oppgaver, så vil beskrivelsene av hvordan man bør nærme seg personer med demens, være relevant også for vektere.

2 | Hva er demens?

Demens forårsakes av sykdommer og skader i hjernen

Demens er en samlebetegnelse på en rekke uheldelige sykdommer som forårsakes av sykdommer og skader i hjernen.

Ved demens vil forbindelsen mellom hjerneceller bli ødelagt, og dette fører til at hjernecellene dør. Resultatet blir at ulike kognitive funksjoner svekkes, for eksempel hukommelse, innlæringsevne, tidsoppfatning, impuls kontroll og språk. Symptomene kan variere fra person til person avhengig av hvilken del av hjernen som er rammet, men samlet sett bidrar sykdommen til at personen får problemer med å klare seg selv.

Symptomene blir stadig flere og tydeligere

Demens er en tiltakende sykdom som ofte har et langt forløp, som regel over mange år. Symptomene kommer gjerne snikende, og mange vil derfor få symptomer på demens lenge før de får en demensdiagnose. Personen kan for eksempel først oppleve å få konsentrasjonsvansker, så begynne å glemme avtaler og etter hvert ikke finne veien hjem.

Når demenssykdommen utvikler seg, blir symptomene tydeligere og flere. Angst, hallusinasjoner og utagerende atferd er vanlig i sykdomsforløpet. Fysiske funksjoner vil ofte svekkes litt senere i sykdomsforløpet. Personen vil gjerne få problemer med å gå, og senere bli sengeliggende og svært pleietrengende.

Den vanligste demenssykdommen er Alzheimers sykdom. Andre sykdommer er vaskulær demens, frontotemporal demens og demens med lewylegemer. Hjernesvulst og langvarig stort og skadelig alkoholforbruk kan også forårsake demens.

Antallet personer med demens øker

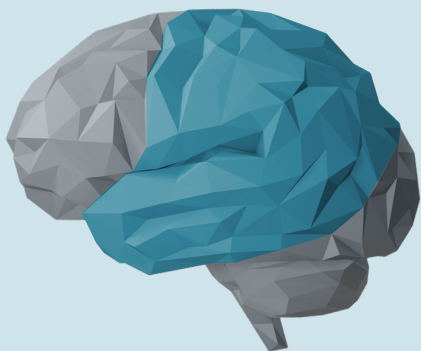
Du som har jobbet lenge som politi eller vokter, synes kanskje at du stadig oftere møter personer med demens. Det stemmer nok.

Demenssykdom er en raskt voksende folkesykdom. Grunnen til det er at vi lever lenger, og at risikoen for å få demens øker med alderen. I Norge anslås det at mellom 70 000 og 104 000 personer har en demenssykdom. Antallet er forventet å øke kraftig i årene som kommer.

De fleste med demens bor hjemme

I dag bor personer med demens som regel lenge i eget hjem før de får plass på sykehjem eller flytter til en omsorgsbolig.

Noen er enslige, mens andre bor sammen med en partner som hjelper dem. Mange mottar mye hjelp av kommunale hjemmebaserte tjenester mens de bor hjemme.



Tegningen forestiller hjernen hos en person med Alzheimers sykdom. Det blå området, tinninglappene, er skadet. Dette fører blant annet til at personen glemmer ting og har vanskelig for å orientere seg og ta initiativ. Etter hvert blir også andre deler av hjernen skadet, og symptomene blir flere og tydeligere.

Yngre personer får også demens

Et typisk bilde på demens er gjerne en gammel, forvirret dame som ikke finner veien hjem. Eller en eldre mann som forgjeves prøver å telle pengene sine i butikkøen. Demens forbindes stor sett med alderdom, og risikoen for å få demens øker riktignok med alderen, spesielt etter 70 år. Likevel er det noe over 2000 personer under 65 år som har en demenssykdom. Mange av disse er yrkesaktive når de første symptomene viser seg – noen har kanskje barn i skolealder.

Demens hos yngre personer er ikke vanlig, og vi vet at det ofte tar lengre tid før disse får en demensdiagnose.

Det kan være nyttig å huske på at demens kan oppstå midt i livet når du møter en middelaldrende, forvirret person som oppfører seg annerledes. Hos yngre vil tidlige tegn på for eksempel Alzheimers sykdom ofte være vansker med konsentrasjon, hukommelsessvikt og en usikker, nølende væremåte.



3 | Hvordan gjenkjenner du demens?

Demenssykdom vises ikke utenpå, og symptomene kan lett forveksles med annen sykdom som rusmiddelavhengighet og psykiske lidelser. Så hvordan kan du vite at en person har demens? Her er noen tegn du kan være oppmerksom på.

Tegn på demens

Opptrer forvirret og urolig

Personen virker hjelpeløs og finner kanskje ikke veien hjem. Vedkommende kan ikke gjøre rede hva han eller hun nettopp har gjort, eller hvor han eller hun er på vei. Personen er utelåst, finner ikke husnøklerne sine og trenger hjelp til å komme seg inn.

Gjentar samme spørsmål flere ganger

Sykdommen gjør at det ofte er vanskelig å huske ny informasjon. Derfor kan personen gjenta spørsmål som du nettopp har svart tydelig på.

Kommunikasjonsproblem

Personen forstår tilsynelatende ikke hva du sier, og har selv problemer med å uttrykke seg og snakker usammenhengende.

Kler seg rart

Personen kan ha på seg en vinterjakke midt på sommeren eller tøfler på vinteren. Kanskje har hun tatt på seg en nattkjole utenpå klærne. Personen kan ha dårlig hygiene.

Uhemmet atferd

Personen fornærmer folk rundt seg, bruker grovt språk, viser dårlig dømmekraft og er påtrengende. Personen kan være voldelig.

Tegn når sykdommen har pågått over lengre tid

Befinner seg i en annen tid

Personen snakker og opptrer som om han eller hun er i en annen tid, kanskje i sin ungdom, eller på et helt annet sted.

Gjenkjenner ikke personer

Personen gjenkjenner ikke boligen sin eller nære familiemedlemmer.

Rastløshet og gjentakelser

Personen vandrer fram og tilbake og gjentar samme bevegelse om igjen og om igjen, for eksempel stryker hånden over bordplaten, river i stykker servietter eller vrir hendene.



4 | Forklaringer på typisk atferd

Her følger noen eksempler på situasjoner du kan komme opp i, og forklaringer på typisk atferd og vanlige reaksjoner ved demens.

Forteller detaljert om hendelser langt tilbake i tid

Du blir kontaktet av butikkansatte som har tatt en person for nasking. En middelaldrende kvinne har tre ubetalte kjøpapakker i jakkelommen. I stedet for å forklare seg begynner hun å fortelle detaljert og overbevisende om noe som skjedde på bryllupsreisen hennes. Når du spør hvorfor hun ikke har betalt for varene, blir hun stille og får et urolig blikk. Hun husker rett og slett ikke.

Forklaring:

Demenssykdommen rammer ulike hukommelsesfunksjoner i forskjellig grad. Korttidsminnet svekkes ofte tidlig, mens andre hukommelsesfunksjoner, som det å huske hendelser langt tilbake i tid, kan fungere bra ganske lenge. Det nytter ikke å prøve å presse personen til å huske, det skaper bare stress og vil ofte forverre situasjonen.

«Ta T-banen, den ligger rundt hjørnet»

En kald vinterkveld møter du en lettkledd eldre mann som står og tramper for å holde varmen på en holdeplass. Han har nettopp mistet en buss, og neste buss går ikke før om en halvtime.

Du råder ham til heller å ta T-banen hjem. «Det ligger en nedgang rett rundt hjørnet», sier du vennlig og peker. Enkel og tydelig informasjon, synes du, men ikke for en som har demens. Selv om du skriver ned informasjonen på en lapp, kan vedkommende ha vanskelig for å følge veiledningen.

Forklaring:

Demens påvirker som regel evnen til å planlegge og utføre forskjellige aktiviteter. Det kan være snakk om tilsynelatende enkle oppgaver, som å koke kaffe eller velge et annet transportmiddel, som beskrevet i eksempelet. Disse omfatter flere elementer som personer med demens kan ha vanskelig for å utføre. Demens medfører ofte passivitet og vansker med å ta initiativ. Dette er atferd som kan føre til sosial isolasjon.

Uroer seg for sin far

Du snakker med en kvinne som virker forvirret, men hun snakker tydelig og forståelig. Etter en stund blir hun plutselig innesluttet og begynner å mumle utydelig. Du får med deg at hun er urolig for sin gamle far. Hun vil hjem til ham, til tross for at han sannsynligvis må være død for mange år siden.

Forklaring:

Oppfatningen av tid og sted svekkes ved demens. Det er ikke uvanlig at personen av og til opplever at han eller hun befinner seg i en annen tid eller på et annet sted.

En aggressiv mann blir påtrengende

En mann på et kjøpesenter blir plutselig aggressiv og påtrengende. Noen ungdommer blir reddet og lurert på hva som skjer, men de får bare mer kjeft og flere banneord til svar.

Forklaring:

De fremre delene av hjernen, frontallappene, styrer blant annet dømmekraft, impuls kontroll og empatiske evner. Disse områdene kan bli skadet, for eksempel ved frontotemporal demens. Da kan personen bli aggressiv og utagerende og på andre måter oppføre seg upassende. Personen mister evnen til å bedømme hva som er sosialt akseptabelt. Han eller hun forstår ikke at andre mennesker blir opprørte og urolige over denne oppførselen.

Åpenhet om sykdommen

Noen er åpne om diagnosen og kan ganske enkelt si: «Unnskyld, jeg har Alzheimers sykdom og har glemt hvordan jeg kommer meg hjem. Kan du hjelpe meg?» For deg som skal hjelpe, er det en fordel å få vite at personen har demens. Det er imidlertid sjelden mulig, fordi mange også vil ha glemt at de har demens.

Forklaring:

I begynnelsen av et demensforløp er personen som regel klar over at han eller hun ikke fungerer som før, og har kanskje selv mistanke om en begynnende demens. Andre vet at de har demens fordi de har fått diagnosen av legen sin.

Det er vanlig både å være uvitende om sykdommen sin og å prøve å skjule den for omgivelsene ved å bortforklare problemene. Grunnen er ofte at personen skammer seg over at han eller hun ikke lenger klarer seg selv, til tross for at det ikke er noe den enkelte kan noe for. En demensdiagnose kan virke stigmatiserende, og noen vil derfor holde denne informasjonen for seg selv. Det er altså ganske vanlig å skjule problemene sine, selv for fastlegen. Derfor er det mange som har demens uten at de selv vet om det, siden de ikke blir utredet eller får en diagnose.

Når sykdommen forverres, mister personen helt innsikt i sin egen sykdom og kan ikke redegjøre for hva som er galt.



5 | Slik møter du personer med demens

Som politi eller vokter havner du i mange vanskelige situasjoner. Når du skal hjelpe en person med demens, kan det være vanskelig å vite hvordan du skal gå fram. Personen har kanskje problemer med å uttrykke seg og husker ikke hva som har skjedd.

Demenssykdommen gjør at det er nytteløst å presse personen til å huske. Det fører bare til at personen blir mer stresset og fungerer enda dårligere. Her er noen råd om hvordan du kan møte en person med demens.

Skap tillit

Du bør nærme deg forfra, slik at personen kan se deg. Forklar hvem du er, og at du er der for å hjelpe til. Snakk rolig på en måte som skaper tillit, og med lavt toneleie. En høy eller streng stemme kan framkalle stress og oppleves truende.

Unngå å virke stresset

Det er lettere sagt enn gjort, men dersom du blir stresset av situasjonen, må du prøve å unngå å vise det. Stress smitter lett og kan forsterke demenssymptomene, slik at personen fungerer enda dårligere.

Bekreft personens opplevelser

Vis at du er på denne personens side. Du kan for eksempel si til den som er redd og sint at «Jeg ser at du er opprørt. Kan du fortelle meg hva som er galt?» eller «Ikke vær redd. Jeg er her for å hjelpe deg.»

Hvis en 80-åring forteller at han vil hjem til foreldrene sine, har det ingen hensikt å prøve å argumentere imot. Be i stedet personen om å fortelle om dem, og spør hvordan du kan hjelpe. Da blir det ofte lettere å komme videre.

Snakk langsomt og med korte setninger.

Personer med demens har vanskelig for å ta til seg informasjon. Du må derfor ikke gi for mye informasjon på én gang. Spør om én ting om gangen og gi personen lengre tid til å svare enn du normalt gjør. Det kan godt hende han eller hun kan svare på spørsmålene, men trenger mer tid til å få orden på tankene.

Prøv å bruke alternativer til spørsmål, for eksempel: «Familien din er nok urolig for deg», istedenfor «Vil du hjem?»

Bruk kroppsspråk

Hvis personen ikke kan svare på et spørsmål, hjelper det sjelden å gjenta det. Det fungerer heller ikke å forsøke å presse personen til å huske. Det vil sannsynligvis bare gjøre situasjonen verre, og personen blir mer urolig eller opprørt. Prøv i stedet å aktivt bruke kroppsspråk for å vise hva du mener.

Hvis du for eksempel spør om personen har en mobiltelefon, kan du samtidig vise fram din egen. Ledetråder kan også hjelpe personen med å huske. Du kan for eksempel spørre: «Handler du ofte på denne butikken?» samtidig som du peker på butikken.

Respekter personens integritet

Ingen liker å miste verdigheten. Dette gjelder også for den som har demens. Respekter personens integritet og privatliv. Det å føle at man mister kontrollen fordi noen trenger seg på, kan oppleves som en trussel og forsterker ofte symptomene. Personen har kanskje ganske enkelt glemt hvilken funksjon en politi eller vokter har. Vedkommende kan da reagere voldsomt og begynne å slå rundt seg.

Skjerm for sanseintrykk

Personer med demens kan ofte konsentrere seg i korte perioder, men blir lett distraheret av forstyrrende bakgrunnslyd og sanseintrykk. Demenssykdommen gjør det vanskelig å sortere inntrykk. Snakk derfor helst på et rolig sted, slik at personen kan konsentrere seg om å forstå det du sier. Slå om mulig av kraftige lyskilder, for eksempel billys. Be kolleger om å gå litt unna hvis de må snakke i mobiltelefon.

Vær tålmodig

Hvis én ting ikke fungerer, prøv noe annet. Prøv ut nye strategier, og prøv å finne et samtaleemne som kan fungere som en nøkkel til personens hukommelse. Det er viktig at personen hele tiden føler seg trygg. Vær forberedt på at det kan ta mye lenger tid enn normalt å hjelpe en person med demens.

EKSEMPEL

Anna er politi og kjører Birgit hjem. Birgit ble funnet tustlende forvirret rundt i byen. Anna mistenker at hun har en demenssykdom. I bilen roer Birgit seg, og hun lar Anna finne fram husnøkkelen i vesken hennes. I heisen opp til leiligheten blir hun urolig igjen. «Jeg bor ikke her,» sier Birgit når Anna åpner ytterdøren. «Men nøkkelen passer jo, og det er ditt navn som står på døren», sier Anna. Birgit rister bestemt på hodet.

Anna tenker. Så slår hun på lyset i gangen. Hun ser seg omkring og oppdager noen bilder på en kommode. Hun tar et bryllupsbilde og viser det til Birgit. «Se så fin jeg var i den kjolen. Men dressen til Rune er jo for kort, ser du det?» sier Birgit. Anna nikker og ler. Etter å ha sett på et par bilder til, føler Birgit seg tryggere og innser at hun er hjemme.

6 | Søk etter en forsvunnet person

Det å lete etter en forsvunnet person med demens kan by på spesielle utfordringer. Én utfordring er at personen kan opptre som om han eller hun ikke ønsker å bli funnet. Det kan skyldes at de har svekket evne til å påkalle oppmerksomhet og be om hjelp. Det kan være snakk om manglende bevissthet om at han eller hun bør snu og gå tilbake, men det kan også hende at personen faktisk er redd og gjemmer seg.

I mange tilfeller er personer med demens uvitende om at mennesker rundt dem er bekymret og leter etter dem. Isteden føler de seg kanskje jaget og forsøker å gjemme seg. Derfor er det langt fra sikkert at de svarer når noen roper navnet deres.

Personer med demens har problemer med å ta strategiske beslutninger, så de vil kanskje ikke oppsøke folk for å få hjelp. De kan derimot ha en klar idé om hvor de skal. Ikke sjelden er dette et velkjent sted for personen, for eksempel en tidligere bolig.

Når du søker etter en forsvunnet person med demens, kan du altså ikke gå ut ifra hvordan du selv ville opptrådt i tilsvarende situasjon. Ikke ta noe for gitt når du leter!

Dersom du som politi har funnet en savnet person med demens, er det ikke nok å kjøre personen hjem. Selv om personen virker klar i øyeblikket, kan han eller hun raskt bli forvirret igjen. Det å svinge mellom forvirring og klarhet er ikke uvanlig ved demens.

Det er derfor svært viktig at du forsikrer deg om at han eller hun får tilstrekkelig hjelp i etterkant. Du må altså forsikre deg om at personen er trygg og godt ivaretatt før du forlater stedet. Dette kan innebære at du kontakter pårørende, eller helse- og omsorgstjenesten. Underrett dem om situasjonen som har oppstått, og få bekreftet at personen blir tatt hånd om.



EKSEMPEL

Nils er politi og får øye på en eldre mann som går raskt over en åpen plass. Signalementet stemmer godt på Åge, en mann med demens som ble meldt savnet samme morgen. Nils parkerer bilen, og sammen med kollegaen Mats forter han seg ut for å ta igjen mannen.

Nils husker forrige gang; da var det en kvinne som var meldt savnet fra en omsorgsbolig. «God dag, vi er fra politiet og har fått melding om at du er meldt savnet», hadde han sagt til kvinnen da de fant henne i et skogområde. «Ikke kom nærmere, ikke kom nærmere», freste hun. Hun så veldig redd ut, som om politiet ville henne noe vondt. Enda en politibil ble tilkalt. Nils husker hendelsen som både krevende og ubehagelig.

Nå bestemmer Nils seg for å prøve en ny strategi. Begge politifolkene tar en sving rundt Åge, slik at de møter ham forfra. Når Åge får øye på dem, sakker han farten og ser spørrende på dem. «Er du ute og går? Kanskje vi kan holde deg med selskap en stund?» sier Nils. Åge nikker, noe reservert.

De begynner å gå, og politifolkene prøver å styre turen mot bilen. Etter en stund begynner de å småprate. Mats, som har ringt Åges kone, spør om han vil snakke med henne: «Hun virker litt urolig for deg.» I telefonen sier kona at hun savner ham, og at kaffen venter hjemme. «Politiet er snille og kjører deg hjem.» Framme ved bilen åpner Nils døren. «Kjenn så godt og varmt det er her inne», sier han og hjelper Åge med å sette seg inn.

7 | Om helsehjelp, tvang og taushetsplikt

Tvangsbruk er lovregulert

All helsehjelp skal i utgangspunktet ytes med pasientens samtykke. Det vil også si at pasienter normalt har rett til å nekte å motta helsehjelp. Likevel kan helsehjelp i særlige tilfeller ytes mot pasientens vilje. Bruk av tvang i forbindelse med helsehjelp er lovregulert og krever særskilt vedtak.

Helsepersonells taushetsplikt

Alt helsepersonell har taushetsplikt i arbeidet, og taushetsplikten er svært streng. Helsepersonell kan kun videreformidle informasjon om enkeltpersoner dersom personen selv har samtykket til dette, eller dersom det for øvrig er bestemt i lov at de kan eller skal gi informasjonen videre. Som politi eller vokter kan du derfor ikke forvente å få informasjon om enkeltsaker, med mindre situasjonen har utløst helsepersonellens rett eller plikt til å gi ut taushetsbelagt informasjon. Dersom det oppstår nødssituasjoner hvor det er fare for alvorlig skade på person eller eiendom, kan helsepersonell ha en slik opplysningsrett eller opplysningsplikt til politiet eller andre nødetater.



8 | Vil du lære mer om demens

Det finnes kvalitetssikrede nettressurser hvor du kan finne mer informasjon om de forskjellige demenssykdommene og typiske demenssymptomer.

Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse driver kunnskapsutvikling og kompetansespredning om demens. På www.aldringoghelse.no finner du informasjon om hele demensforløpet og om den seneste forskningen på feltet.

Nasjonalforeningen for folkehelsen er en interesseorganisasjon for personer med demens og deres pårørende.

På www.nasjonalforeningen.no finner du informasjon om demens.

Nasjonalforeningen driver også Demenslinjen.

På telefon 23 12 00 40 kan du få snakke med spesialsykepleiere om demens. Telefonen er åpen fra mandag til fredag, mellom klokken 09 til 15.

På Helsedirektoratets nettsider, www.helsedirektoratet.no, finnes også informasjon om demens. Der finnes blant annet et rundskriv med utfyllende informasjon om informasjonsdeling og samarbeid mellom helsetjenesten og politiet. Rundskrivet heter «Helsepersonellens taushetsplikt – rett og plikt til å utlevere pasientopplysninger til politiet».



Som politi eller vakter møter du personer med demens i ulike situasjoner, sannsynligvis uten at du er klar over det. Hvilke tegn tyder på demenssykdom? Hvordan bør du møte en person som har problemer med å huske og å uttrykke seg på grunn av sykdom? Dette er noen av spørsmålene vi tar opp i denne brosjyren, som gir deg mange nyttige tips og råd til ditt arbeid.

Denne brosjyren tar utgangspunkt i *Polis och ordningssvakter möter personer med demenssjukdom*, utgitt av Svenskt Demenscentrum i 2017. Aldring og helse har på oppdrag fra Helsedirektoratet, oversatt og bearbeidet innholdet til norske forhold.



Aldring og helse

Nasjonal kompetansetjeneste

Forlaget aldring og helse
Postboks 2136, 3103 Tønsberg
www.aldringoghelse.no

Digitalversjon (PDF)
ISBN 978-82-8061-537-4