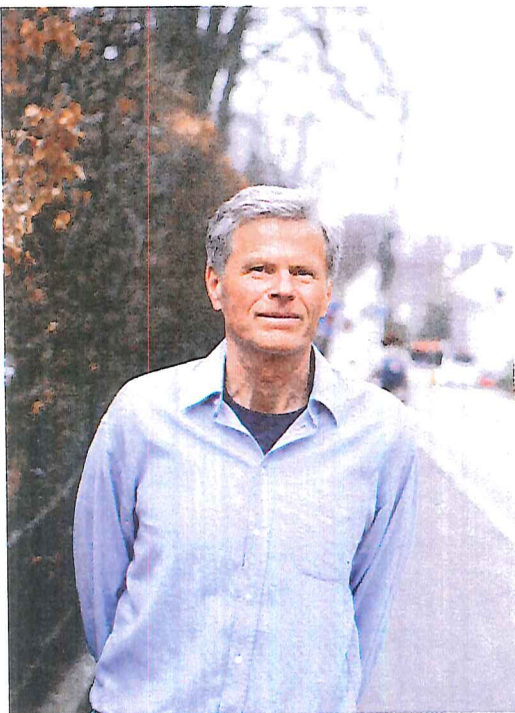


# Kronikkforfatterens oppfordring: – Ta slekt og venner i bruk

Bente Wallander (tekst) / Martin Lundsvoll (foto)

Stadig bedre tilbud i et demensforløp til tross; Uansett hvor godt yrkesaktive Rune Samdal planla familiens tid ble det mange udekkede hull i familiens kalender. Timer og dager da hans stadig sykere kone Kirsten manglet aktivitetstilbud.



▲ Rune Samdal utenfor SEFAS, der han nå arbeider som brukerrepresentant og forskerassistent.

– Alenetiden var ikke heldig for Kirsten. I sin organisering av frivillig innsats bør kommunene sende egne besøksvenn- eller støttekontakt- invitasjoner til venner og familie av personer med demens, oppfordrer Rune Samdal i sin kronikk i denne utgaven av Tidsskriftet aldring og helse.

Rune tror at mange i omgangskretsen til personer med demens i utgangspunktet ville stille seg positive til å hjelpe. Flere erfarer likevel det motsatte; at folk reduserer sin kontakt med familier der ett av medlemmene har demens. Det opplevde også Rune og Kirsten etter at hun, 62 år gammel, ble diagnostisert med demens.

– Usikkerhet og frykt for hva demenssykdommene medfører bremser nok mange, og det er synd. Personer med demens sliter med å bygge nye relasjoner, og er avhengige av andres ønske om kontakt.

## Ble sløvere

Selv erfarte Rune at Kirsten, på det tidspunktet hvor familien fikk behov for mere støtte enn det han og aktivitetstilbudene kunne gi henne, var blitt så syk at hennes reservasjon overfor ukjente mennesker ville vært et hinder i seg selv.

– Korttidsminnet var nesten helt borte. Hvis hun i denne tida hadde fått en samtalevenn hun ikke kjente fra før ville hun hatt store problemer med å kjenne han eller henne igjen fra dag til dag.

Bergenseren beskriver også hvordan hans kone, alene hjemme uten tilsyn, lett falt tilbake til det uheldige atferdsmønsteret hun hadde før hun fikk plass på et dagaktivitetstilbud:

– Det var vondt å se at hun tilbragte det meste av tiden sin i en stol; døsende, sløv og deprimeret. I Demensplan 2020 sies det heldigvis nå at man skal tilbys individuell tilpasset omsorg. Målet er at personer med demens skal leve så normalt som mulig å lenge som mulig.

## Forsker selv

Lenge forsøkte Rune å følge sin kone opp via telefonen, men etter hvert ble det en stadig større utfordring.

– Også i denne perioden savnet jeg tilbud om fleksible, persontilpassede løsninger. Det var utfordrende å få den helsehjelpen vi hadde behov for.

I sin stilling som direktør i et stort finanskonsern hendte det ofte at Rune måtte reise vekk et par dager.

– Som svar på mine søknader om to-tre dagers avlastning ble vi alltid tildelt sykehjemsopphold av en til to ukers varighet. Neste gang vi trengte avlastning var det ikke sikkert hun fikk plass, fordi hun nettopp hadde fått tilbud om flere uker. Vi klarte oss heldigvis lenge, mye takket være familie og venner med overnattingsplass. Men det var tydelig at systemet ikke var i stand til å tilpasse seg andre behov enn vedtatt standard.

Dagene fungerte etter hvert så dårlig at Rune sa opp jobben, slik at Kirsten kunne bli boende hjemme. Etter at hun fikk plass på sykehjem takket han ja til tilbudet om ansettelse som medforsker og brukerrepresentant ved SEFAS, Universitetet i Bergen. Deltidsstillingen er finansiert av Helsedirektoratet. I tillegg er han engasjert i flere studier ved andre forskningsinstitusjoner, blant annet Høgskolen på Vestlandet. Prosjektene omfatter både personer med demens som bor hjemme, og personer som bor på sykehjem.

Det er kjempespennende! Jeg holder og en del foredrag for helsepersonell og pårørende, forteller han.