



Senter for Gerontologi

Rådgivning og undervisning for helsesektoren.
Faglig leder: psykolog Lise Næss. Spesialist i Eldrepsykologi N.P.F.

KURS: DEPRESJON I ELDRE ÅR **Symptomer, - årsak og behandling.**

**Kurset har hovedvekt på
svaktfungerende beboere i sykehjem
og hjemmeboende.**

**-Depresjon er en av våre største
utfordringer i eldreomsorgen –**

Kurset omhandler:

**Demens og depresjon
Symptomer på depresjon hos eldre
Ulike årsaker
Risikofaktorer
Ulike behandlingsformer
Miljøterapi
Kognitivterapi
Reminisens terapi
Sansestimulering**

Foreleser: Spesialpsykolog Lise Næss har bakgrunn som universitetslektor i gerontopsykologi, konsulent og miljøplanlegger i sykehjem og planlegger for Hordaland fylke ved Geriatrisk seksjon, Diakonissehjemets sykehjem i Bergen. Hun har i de siste år hatt ansvar for oppbygging av psykiatriske utrednings- og behandlingsavdelinger for aldersdemente med vanskelig adferd. Hun er nå fagkonsulent i kvalitetssikring for sykehjem og hjemmetjenester.

Strandgaten 6, 5013 Bergen, tlf. 55900663, mob.90109662, sentergerontologi@online.no,
www.sentergerontologi.no
Foretaksregisteret: NO 958 420 420



KOM PÅ DETTE KURSET OG BLI MOTIVERT!

1. Depresjon i eldre år:

Hvordan arter det seg?

Beskrivelse av symptomer og adferd.

70% av beboere i sykehjem er så deprimerte at de ikke vil leve. Utfordringen er at beboeren er svakt fungerende og makter ikke lenger å uttrykke sine behov i språk.

Hvordan skal vi registrere det vi ser?

Diskusjonstema: ”Institusjons søvnen og stillheten”.

2. Ulike årsaker til depresjon hos eldre:

Institusjonalisering og fremmedgjøring.

Livskriser. Tap.

Angst for døden.

Dårlig nettverk.

Personlig disposisjon.

Fysiologiske forklaringsmodeller.

Demens og depresjon.

3. Behandling:

Hvordan skal vi møte den deprimerte, svakt fungerende eldre?

Den gode 5-minutters samtalen:

Innledning, oppbygging og avslutning.

Kroppsspråkets betydning.



Erindringsterapi:

Vi setter fokus på gode minner, opplevelser og mestringskapasitet.

**Hvordan kan vi starte og lede en erindringsgruppe?
Eksempler fra daglig arbeid med demente og åndsfriske.**

Sansestimulering:

Selv med tap av minnet, språk og fysiske funksjoner er der restfunksjoner i sansene.

Vi bygger opp et sansestimuleringsprogram for beboerne.

Miljøplanlegging og tilrettelegging for den enkelte pasient.

Bruk av psykofarmaka.

Stimulerende og til hjelp?

- **Eller et nedsløvende hinder?**

Diskusjon.

Hvordan skal vi få tid til alt dette i en travel hverdag?

Endring av gamle rutiner kan være løsningen til det beste både for beboerne og personalet.

Vi retter fokus mot en ny døgnrytmeplan og ny organisering av institusjonshverdagen.

Diskusjon.

***I dette kurset er dine tanker og ideer viktige.
Våre felles ideer kan vi sammen gjøre om
til praktisk handling.***