

Stiftelsen Silviahemmet



CERTIFIERAR



för en bättre demensvård



OM STIFTELSEN SILVIAHEMMET

- Stiftelsen Silviahemmet grundades 1996, på initiativ av H.M. Drottningen som sedan dess är stiftelsens ordförande.
- Målet är att genom olika utbildningssatsningar bidra till högsta möjliga livskvalitet för de som lever med demenssjukdom och deras närstående.
- Silviahemmets vårdfilosofi är grunden i stiftelsens alla utbildningar och arbetet i dagverksamheten.
- Silviahemmets certifieringsprogram för hela vård- och omsorgsenheter innebär att alla medarbetare får en grundutbildning i demensvård. Arbetsledar- och reflektionsledarutbildning ingår även i programmet.
- Höskoleutbildningar i demensvård för vård- och omsorgspersonal ges i samarbete med Karolinska Institutet, Sophiahemmet Högskola och Marie Cederschiöld högskola.
- Anhörigföreläsningar erbjuds årligen.
- Dagverksamheten på Drottningholm tar emot yngre och äldre personer med demenssjukdom.
- Internationellt bedriver Stiftelsen Silviahemmet utbildning genom att Silviahemscertifiera hela vård- och omsorgsenheter. Utbildning av instruktörer i andra länder genomförs och en digital grundutbildning finns tillgänglig. Stiftelsen deltar även i internationella forsknings-samarbeten.
- Stiftelsen har inget vinstsyfte, alla medel används för att driva och utveckla verksamheten. Stiftelsen har inga bidrag från stat, region eller kommun. Arbetet finansieras genom intäkter från den egna utbildningsverksamheten och donationer.

Målet är livskvalitet, hela livet

Kunskap är nyckeln till god demensvård. Det säger Drottningen, som sedan 1996 har arbetat för att förbättra livet för personer med demenssjukdom. Via Stiftelsen Silviahemmet når den kunskapen i dag ut över hela världen.

”H.M. DROTTNINGEN är en nyckelperson för Stiftelsen Silviahemmet av flera skäl: Hon är initiativtagare till stiftelsen. Hon har lånat den sitt namn. Och hon är dess engagerade styrelseordförande sedan starten.

Allt började i en personlig erfarenhet. När Drottningens mamma, Alice Sommerlath, insjuknade i en demenssjukdom, upplevde Drottning Silvia själv hur haltande kunskapen kring demenssjukdom var inom vården – liksom sorgen och vanmakten som anhörig.

För att hjälpa sin mamma, och bidra till en förändring för många fler, grundade Drottningen därför 1996 Stiftelsen Silviahemmet.

Här, granne med Drottningholms slott utanför Stockholm, drivs sedan starten kvalificerade utbildningar i demenskunskap utifrån Silviahemmets vårdfilosofi. Här finns också en uppskattad dagverksamhet.

Under åren har verksamheten vuxit och breddats: certifieringar av vårdenheter över hela landet, högskole- och forskningssamarbeten, internationell expansion, och – nu senast – ett helt nytt boendekoncept för personer med kognitiv svikt, SilviaBo.

Allt för en kunnigare och värdigare demensvård, i Sverige och världen.

Stiftelsen Silviahemmet har vuxit enormt under sina första 26 år. Vad är Drottningen mest stolt över?

– Det jag tycker är underbart är förstås att kunskap om demenssjukdom verkligen har spritt sig. För 26 år

sedan trodde man ännu att kognitiva sjukdomar tillhörde normalt åldrande. Inte många undersköterskor, sjuksköterskor eller läkare hade specialkompetens om demens.

Genom att först sätta ljuset på undersköterskorna vände Drottningen och Stiftelsen Silviahemmet på hela vårdpyramiden. Varför tog stiftelsen det beslutet?

– Då, när min mamma var sjuk på 1990-talet, var statusen för undersköterskor inte så hög och mycket kunskap saknades. Men en yrkesperson som är så nära en sjuk person behöver utbildning. Vi startade därför Silvia-systerutbildningen som efter några år blev en högskoleutbildning.

Ganska snart undrade sjuksköterskor över vad de här fortbildade undersköterskorna kom med för nya idéer: ”Så här har vi inte gjort förut”. Och då fick vi också utveckla högskoleutbildningar för sjuksköterskor, och sedan för läkare, och för fysioterapeuter... och så vidare.

Vad betyder Silviahemmets arbete internationellt?

– Demenssjukdomar är en stor utmaning i hela världen, och många vill besöka oss för att inspireras: statschefer, vårdpersonal, forskare... Internationella gäster går också kurser här, för att sedan kunna utbilda vidare i sina länder.

Hur ska Stiftelsen Silviahemmet arbeta framåt?

– Vårt huvudfokus är att fortsätta



FOTO: YANAN LI

utbilda personer i olika yrkesroller, anhöriga och hela vårdenheter. Det gäller både i Sverige men också i andra länder som behöver mer kunskap.

Personer med demenssjukdom finns i alla länder och i alla sammanhang, inte bara i vården utan i den närmaste omgivningen som i affären eller på banken. Då behövs kunskap i hela samhället och därför finns det mycket kvar att utveckla.

Min förhoppning är att det fortsatta arbetet i stiftelsen kan bidra till denna kunskapsspridning så att fler kan leva sitt liv med hög livskvalitet trots demenssjukdom.



”

*Utbildad personal, tydligt ledarskap och en gemensam
vårdfilosofi är tre viktiga delar för att uppnå hög kvalitet
i vård och omsorg.*

FEM STEG TILL CERTIFIERING

Silviahemscertifiering innebär en kunskapscertifiering genom att all personal på en vård- och omsorgsenhet får utbildning i demensvård utifrån Silviahemmets vårdfilosofi.



Utbildad personal, tydligt ledarskap och en gemensam vårdfilosofi är tre viktiga delar för att uppnå hög kvalitet i vård och omsorg. Silviahemmets certifieringsprogram har högsta fokus på dessa tre områden. Utbildningen genomförs i fem steg.

1. Grundutbildning

Samtliga medarbetare (även enhetschefer, arbetsledare, kökspersonal, vaktmästare med flera) på enheten genomgår Silviahemmets grundutbildning. Utbildning ges på arbetsplatsen, fördelas över tre dagar och leds av en kursledare från Silviahemmet. Efter utbildningen genomgår alla deltagare ett kunskapstest. Minst 70 % måste klara provet.

2. Arbetsledarutbildning

Ytterligare en heldag för arbetsledare som genomgått steg 1, med betoning på att leda teamet i förändringsarbetet. Utbildningen ges på Silviahemmet eller på arbetsplatsen.

3. Reflektionsledarutbildning

Minst två medarbetare per avdelning går tre utbildningsdagar på Silviahemmet eller på arbetsplatsen. Den tredje dagen hålls efter att deltagarna har provat på att leda ett reflektionssamtal på sin enhet.

4. Certifieringsceremoni

När utbildningen är genomförd erhåller enheten ett numrerat certifikat signerat av H.M. Drottningen. Certifikatet är giltigt under tre år. Till varje avdelning utdelas ett duplikat av certifikatet. Samtliga utbildade på enheten får individuella kursbevis av en representant från Silviahemmet.

Nu börjar arbetet med att kontinuerligt använda kunskapen i det dagliga arbetet.

- Att samtliga medarbetare – varje dag – arbetar utifrån vårdfilosofin och de fyra hörnstenarna: *symtomkontroll, anhörigstöd, teamarbete och kommunikation.*
- Att varje arbetslag minst var 6:e vecka håller reflektion i 1,5 timme. Reflektionen leds av reflektionsledare, och gruppen försöker genom ömsesidigt kunskapsutbyte och djupgående reflektion uppnå högsta möjliga livskvalitet för de personer som teamet möter i sitt dagliga arbete.

5. Uppföljning, förnyad certifiering och nätverk

Silviahemmet kontakter regelbundet enheten för att höra hur reflektionsgrupperna fungerar, och om ny personal behöver utbildas. Nya tider för utbildning bokas och enheten följs därefter upp regelbundet på samma sätt.

Om enheten uppfyller alla kriterier erhålls ett förnyat certifikat vart tredje år. Uppföljning sker som tidigare.

Silviahemmet har även skapat sociala nätverk för certifierade enheter, arbetsledare och reflektionsledare.

Det är härligt att se folk växa

Fingertoppskänsla. Lagarbete. Hjärnkunskap.
Det är några av de saker som krävs för att ge en värdig demensvård.
Eva Jönsson är expert på att lära ut precis det.

EVA JÖNSSON försöker räkna på fingrarna: Hur mycket har hon rest i Sverige och andra länder de senaste dryga 20 åren för att utbilda och certifiera åt Silviahemmet?

– Oj... väldigt mycket! Och det är fortfarande lika roligt. Inte minst på ställen där personalen har jobbat tillsammans i många år, där kan man verkligen höja ribban.

Utbildning är – jämte dagverksamheten – själva hjärtat i Silviahemmets verksamhet. Det räcker inte med att utbilda några få som brinner. En riktigt god vård och omsorg, som håller över tid, kräver att alla är med.

Så föddes idén till att utbilda och certifiera hela verksamheter. Efter en grundkurs för samtliga anställda får arbetsledare fortbildning i konsten att leda ett team. Två undersköterskor per avdelning utbildas sedan i att regelbundet reflektera med kollegor kring jobbet: Vad gjorde vi bra i dag? Vad gick sämre? Hur kan vi göra annorlunda?

FAKTA EVA JÖNSSON

Undersköterska, Silviasyster samt utbildningsansvarig vid Stiftelsen Silviahemmet.

Har arbetat inom demensvården sedan 1984.

Tillhör den andra kullen Silviasysstrar, utexaminerad 1998.

Arbete framåt:
Certifiera ännu fler enheter.

Vid varje kurstillfälle slås Eva Jönsson av suget efter kunskap och behovet av att prata om det roliga, svåra och utmanande i att jobba inom äldreomsorgen.

– Nästan det härligaste är att se hur folk växer i sin yrkesroll när de lär sig mer om hjärnans funktioner, hur demensdiagnoser drabbar och om hur de bäst kan bemöta olika beteenden, säger Eva Jönsson. Men också hur de blir bekräftade i allt de redan kan.

EVA JÖNSSON BETONAR gång på gång att omsorg vid kognitiv sjukdom även kräver ett väloljat

lagarbete. Liksom insikten att de som arbetar närmast den som lever med kognitiv sjukdom – främst undersköterskorna – besitter en specifik kunskap:

– Det är fantastiskt när man övar reflektion, och kursdeltagare går in på riktiga finlirs-diskussioner och inser att minsta, lilla justering i bemötandet kan göra stor skillnad för en person med demenssjukdom.

Under samtalen med kursdeltagarna växer också stoltheten hos många, när de tillsammans sätter ord på allt de redan kan:

– Speciellt på demensavdelningar tycker jag att det märks att anställda överlag är mer stolta i dag. För att inte tala om hemtjänsten, som kanske är den omsorgspersonal som får minst uppmärksamhet av alla. Samtidigt utför de ett så svårt jobb. Man ska hem till någon, som kanske inte ens förstår att den behöver hjälp. Ofta jobbar man helt själv, och måste fatta svåra beslut under tidspress.

EFTER ATT HA REST över hela Sverige kan Eva Jönsson tydligt urskilja framgångsfaktorer i verksamheter som lyckas arbeta utifrån en helhetssyn för varje person med demenssjukdom.

– Det är där personalen känner sig stolt, och inser vilket viktigt jobb de gör. Det hörs både i hur de reflekterar och hur de utstrålar stolthet.

Allra bäst fungerar de verksamheter där cheferna är ”med på tåget”, och satsar på att genomdriva en vård och omsorg utifrån Silviahemmets vårdfilosofi. Och – där teamet tillsammans lägger sig vinn om att alltid vara nyfikna på minsta förändring och noggrant justerar bemötande och vårdinsatser utifrån person, demensdiagnos och specifika fas i diagnosen.

– Det undersökande arbetet ska sedan pågå varje dag, och hela tiden utan att kränka personen. Det är klart att det är en enorm utmaning, som kräver utbildning.



” Det är en sak att säga att man utgår från en personcentrerad omsorg. Att verkligen göra det kräver både vilja och uthållighet. Och en tydlig vårdfilosofi att utgå ifrån. Det bygger på att alla i personalen har utbildning.



Det är vi som ska vara kameleonten



EL: Elvira Lukovic,
undersköterska och
reflektionsledare



HW: Helle Wictor,
sjuksköterska



SL: Susanne Larsson,
undersköterska och
reflektionsledare



AH: Ann-Charlotte Hanke,
enhetschef

Hur fungerar omsorgen på ett äldreboende efter sju år med Silviahemscertifiering? Det vet den samspelta personalen på Fullriggarens vårdboende i Råå i Helsingborg. Foto: Daniel Nilsson

Hur påverkar certifieringen ert arbete på Fullriggaren?

SL: – Just basen i jobbet med Silviahemmets vårdfilosofi – alltså att försöka skapa högsta möjliga livskvalitet, livet ut – jobbar vi med hela tiden. Det är inget jag tänker på aktivt, det bara finns med mig; från det första goa mötet på morgonen när jag rullar upp gardinen hos en hyresgäst till att jag sätter på den personens favoritskiva... Och så fortsätter det under dagen.

EL: – Tidigare har jag varit på arbetsplatser där man jobbat mer mekaniskt, men utan att fråga sig: Gillar personen ens det här? Jag tycker att jag själv har utvecklats mycket genom certifieringen. Men framför allt är det roligt att arbeta på ett djupare plan, och se att det blir bra för våra hyresgäster.

AH: – Jag tänker att Silviahemscertifieringen främst är en utbildning i bemötande. Det är ju bemötandet allt handlar om, och

som på ett sätt finns med i alla fyra hörnstenar. Går vi in till en hyresgäst ska vi veta hur den mår bäst av att ha det. För hur ska personen orka möta personal som alla jobbar på olika sätt? Det är vi i personalen som måste vara kameleonten, inte hyresgästen.

Hur fungerar ert teamarbete?

HW: – Från mitt perspektiv som sjuksköterska kan jag se att omvårdnadskunskapen verkligen har utvecklats. Men framför allt har certifieringen skapat en kultur. Det här är ingen fabrik. När en boende ska få duscha är det vår uppgift att se till att det sker på ett värdigt sätt för den personen. Och vi tänker aldrig att något måste bli färdigt på en viss tid. Jag blir nästan röd över hur bra vi jobbar tillsammans, och hur öppna alla är för att ständigt ompröva hur vi tänker och gör.

SL: – Jag känner mig jättestolt och tacksam över vad certifieringen står för, och för att jag är en del av att driva det arbetet. Jag vill vara en del av det goda. För nya i perso-

FAKTA FULLRIGGARENS VÅRDBOENDE

Silviahemscertifierades 2015. Boendet har sedan recertifierats 2018 och 2021.

Läge: Med utsikt över Öresund i stadsdelen Råå, Helsingborg.

Avdelningar: Totalt 64 hyresgäster bor på fem avdelningar, varav två är demensavdelningar.

Personal: 70.

Övrigt: Trädgård och stora balkonger. Promenadvänlig strandväg.



”

Det är ju bemötandet allt handlar om, och som på ett sätt finns med i alla fyra hörnstenar.

nalen blir det också tydligt. Det finns inget utrymme att göra på sitt eget vis – det är så här vi jobbar.

EL: – För alla oss som kommer från andra länder är certifieringen också ett sätt att få bättre förståelse för hur omvårdnaden ser ut i Sverige. Det skiljer sig så mellan länder.

HW: – Att vi respekterar varandras olika kunskande gör också något med arbetsklimatet. Allt handlar om hur vi gör jobbet, inte om vi eventuellt också har en brytning.

Hur har reflektionssamtalen utvecklats under de sju år ni har varit certifierade?

SL: – Från början var de såklart lite trevande, det tar tid innan alla känner sig trygga att prata på det sättet i grupp. Men i dag har vi verkligen byggt upp en tillit och mod att våga blotta olika känslor kring jobbet. Vi undersköterskor stöttar varandra på ett tydligare sätt i dag.

EL: – Jag tycker det är intressant hur ofta vi landar i att lösningen är att alla jobbar åt samma håll. Till exempel om någon hyresgäst vill att man knackar mycket lätt på dörren, då bör alla göra det. Våra genomförandeplaner är också mycket detaljerade och levande.

AH: – Och jag har som chef aldrig fått höra vad det pratats om på reflektionssamtalen i huset, om det inte bestämts att en fråga ska lyftas till mig. Det tycker jag är lite coolt. Det skapar verkligen tillit och tilltro till samtalen.

Hur jobbar ni med ert anhörigarbete?

AH: – Vi investerar mycket i våra anhöriga. Faktum är att vi ibland kan behöva lägga mer tid på den anhöriga när en ny hyresgäst flyttar in. Det finns ofta så mycket ångest och oro över att ha ”satt sin närstående på hem”. De anhöriga vet att vi finns för dem, och att de kan ringa oss när de vill eller boka in ett stödsamtal med den personal de känner mest förtroende för.

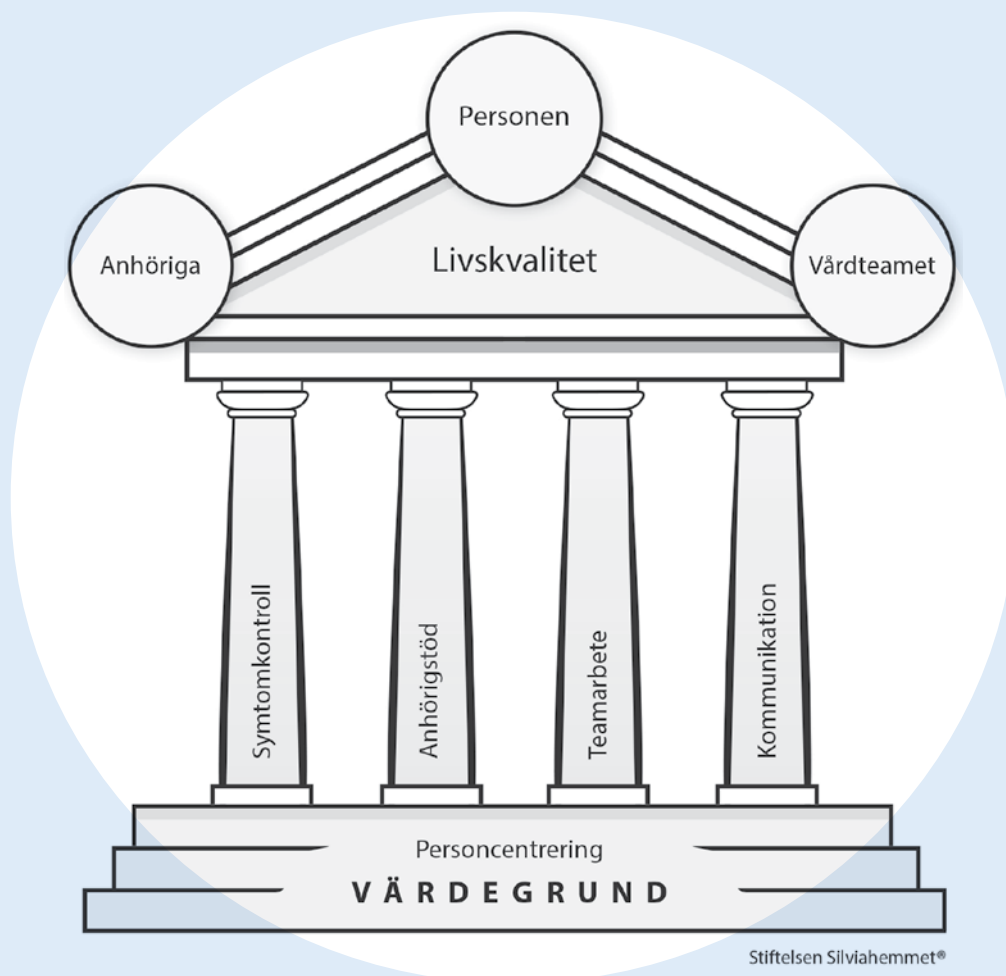
SL: – Ja, och vi har pratat jättemycket om att se anhöriga som en resurs, och några vi kan få viktig information ifrån. Vi gör exempelvis alltid hembesök hos en ny hyresgäst.

HW: – ... och det är en verklig gåva att få komma hem till någon och se den personens hemmiljö och tidigare liv – vanor, möbler, vad som hänger på väggarna ... Det är en bakgrundsbild som man inte klarar sig utan för att kunna ge en riktigt god, personcentrerad vård.

DE FYRA HÖRNSTENARNA

– från tidiga symtom till vård i livets slut

Allt hör ihop, och alla delar är lika viktiga. Här är de fyra hörnstenar som Silviahemmets vårdfilosofi vilar på.



1.

SYMPTOMKONTROLL

Varje enskild individ betraktas – oavsett sjukdomsgrad – alltid ur ett fysiskt, psykiskt, socialt och existentiellt perspektiv. Det kräver god kunskap om de kognitiva sjukdomarnas utveckling, liksom om behandling samt olika vård- och omsorgsstrategier.

2.

ANHÖRIGSTÖD

Att tillägna sig kunskap i anhörigas/närståendes situation är nödvändigt för att kunna ge rätt stöd under hela processen. Det är också viktigt att via kunskap, lyhördhet och erfarenhet kunna förmedla stödet.

3.

TEAMARBETE

Samarbete är nyckeln för att få till en god vård och omsorg. Alla professioner i vårdkedjan fungerar som lagspelare. Anhöriga, med sitt engagemang och sina specifika kunskaper, liksom personen själv är självklara delar i teamet.

4.

KOMMUNIKATION

För personen med demenssjukdom är rätt bemötande A och O. Det handlar om kommunikation på olika sätt när språksvårigheter och andra kognitiva symtom gör det svårt för personen. Lika viktigt är god kommunikation med anhöriga och de andra i teamet. Redskap för en god vård och omsorg är levnadsberättelsen, dokumentation och inte minst regelbunden reflektion i teamet.



PLATS FÖR SKRATT, RÖRELSE OCH VILA

I en vit villa på Drottningholm finns Silviahemmets dagverksamhet. Hit kommer yngre och äldre personer med demenssjukdom för att vara aktiva – eller bara vara.

Foto: Yanan Li och Lena Granefelt



Silviahemmets dagverksamhet riktar sig till yngre och äldre personer med demenssjukdom. Dagverksamhet ger en viktig stimulans och sysselsättning för gästerna samt är en avlastning för anhöriga. **8-10 gäster** är på plats samtidigt. Vissa kommer flera dagar i veckan.

Året om finns möjlighet till olika utomhusaktiviteter. Vår och sommar kan det vara vedhuggning, plantering, gräsklippning eller fika under pergolan. Inomhus kan gäster och personal exempelvis spela pingis och boule, yoga, gympa, sjunga och dansa eller bara krypa ner i en djup fåtölj och vila.

Promenader i omgivningarna erbjuds dagligen, året om. För vissa gäster räcker det med att ta en promenad i trädgården.

Läs mer om hur Silviahemmets vårdfilosofi omsätts i praktiken på nästa sida!



Här ser vi personen framför sjukdomen

På den egna dagverksamheten för yngre och äldre med demenssjukdom används Silviahemmets vårdfilosofi i praktiken. Här finns inga ”vi” och ”dem”, bara ett självklart ”vi”.

MORGONSTILLHET råder på Silviahemmets dagverksamhet utanför Sockholm. Snart ska färdtjänstbilarna rulla in framför den stora, vita tegelvillan, men ännu silar sig ljuset försiktigt genom trädgården utanför. Vid bordet i vardagsrummet sitter Lotta Roupe med sina kollegor och en rad lappar framför sig på bordet.

Kvaliteten i verksamheten förutsätter noggrann planering. Med utgångspunkt från vilka gäster som kommer just i dag går de tre Silviasystrarna Lotta Roupe, Andreas Melkersson och Carina Parmenfälvh igenom omsorgen på individnivå. Någon har behov av särskilt stöd; Lotta ska vara nära hela dagen. En annan har ett stort rörelsebehov och ett nytt beteende som stör de andra – kanske Andreas kan ta gästen på en lång förmiddagspromenad? Carina ska initiera pussel för en av demerna, och locka tre andra att spela inomhusboule. Ytterligare en gäst vill helst lyssna på sin favoritmusik i hörlurar, sittandes i en av de sköna fåtöljerna som är vända ut mot trädgården.

Även bordsplaceringen för fika och lunch görs om från dag till dag, allt för att gästerna ska få det så bra och givande som möjligt. Personalen sitter självklart med, alla tre, för att stötta, lyssna och initiera samtal.

Personalen känner väl till de pyttesmå och ibland stora försämringer av olika funktioner som sker inom de olika demensdiagnoserna – och hos de specifika individerna. Hela tiden utgår personalen från Silviahemmets vårdfilosofi och de fyra hörnstenarna: *Personcentrerad vård/symtomkontroll, anhängigstöd, teamarbete och kommunikation/relation.*

– Det är väldigt mycket tyst kommunikation i vårt team om dagarna, säger Lotta Roupe.

”Skratt är en behandling i sig för personer som har börjat gå vilse i sig själva.”

DESSUTOM SKRATTAS DET mycket, och hjärtligt.

Skratt är en behandling i sig för personer som har börjat gå vilse i sig själva. Skratt smittar, bygger relationer och kan mota bort oro och mindervärdeskänsla för en stund.

– Vi pratar om allvarliga saker också, självklart, säger Lotta Roupe. Flera av dem som kommer hit har till exempel frågor om hur deras sjukdom kommer att fortskrida: Hur ska det bli för mig och för mina anhöriga, längre fram? Men sedan är det viktigt att vrida samtalet till glädje och något hoppfullt, eftersom personer med demenssjukdom ofta har svårt att reglera och själva förändra sitt känsloläge.

Lotta Roupe skrattar ofta. Från ena änden av Silviahemmet kan hennes skratt höras till den andra. Det är stort och varmt. I nästa stund sitter hon i soffan jämte en gäst som oroar sig och vill åka hem. Lotta sjunker i tempo, lägger armen om, tröstar och klappar: ”Det är tio minuter tills din bil kommer. Vi klarar det, tillsammans.”

SAMHÖRIGHETEN ÄR OCKSÅ SUPERVIKTIG, poängterar Lotta. Här bärs inga personalkläder, och inte heller namnskyltar.

– Många av gästerna, och kanske speciellt de yngre, vill inte bli behandlade av en vårdare. De vill bli bemötta som medmänniskor. Men då måste man också vara nyfiken och ta reda på vem den personen är och har varit. Sådant lägger vi mycket kraft på.

Lotta Roupe är också mån om att matcha människor inom grupperna.

– Jag är nog ganska bra på att se kärnan i en människa. Två personer, som på ytan sett inte verkar passa ihop, kan upptäcka varandra och få en jättefin vänskap.



FOTO: LENA GRANEFELT

”

Det är väldigt mycket tyst kommunikation i vårt team om dagarna.

DEN NÄRA KONTAKTEN med anhöriga är viktig. Dels för att lära känna daggästen och hans historia via de anhöriga, dels för att erbjuda stöd.

– Det jag har lärt mig genom åren är att inte vara sådär klämkek: ”Allt går bra här!” Istället är det ärligare – och ofta mer stöttande för den anhöriga – att säga: ”Det är lite svårt för din närstående här också”. Det blir en bekräftelse för den anhöriga, som drar ett tungt lass hemma, att vissa saker är svåra till och med för oss proffs.

SÅ KOMMER TILL slut en dag när en gäst för-sämrats så av sin sjukdom att dagverksamheten inte längre är meningsfull.

– Målet är ju att de som kommer ska trivas och ha roligt här. I en senare fas av demenssjukdom blir ofta miljöombyten och förflytt-

ningar för jobbigt. Då måste vi ta ställning till: För vems skull ska den här personen komma hit? Vi ser ju redan tidiga tecken på när det kan vara dags att avsluta. Då samråder vi med anhöriga.

En gäst som lämnar Silviahemmets dagverksamhet är ändå kvar. Minnen av människor fäster hos Lotta Roupe:

– Jag kommer ihåg nästan varenda gäst vid vår dagverksamhet som jag har träffat genom åren. Kanske beror det på att det är så utmanande och häftigt att skapa relation med en person som inte kommer ihåg vad vi pratade om eller gjorde igår, och hur man ändå blir mer och mer kompis. Det bygger istället på en grundmurad tillit – att den personen känner att den blir lyssnad på av någon som verkligen bryr sig. Och att man har roligt ihop!

FAKTA LOTTA ROUPE

Biträdande verksamhetschef och ansvarig för dagverksamheten på Silviahemmet.

Undersköterska inom äldreomsorgen sedan början på 1980-talet.

Färdig Silviasyster 2001.

Pappa längtade till Silviahemmet

Lindas pappa Hans Granestrand var bara 61 år när han drabbades av demenssjukdom. Tack vare Silviahemmet fick både han och familjen ett ovärderligt stöd under de sista åren.

AVEN OM SJUKDOMEN kom smygande blev diagnosen en chock. Från att ha varit en älskad make, pappa, farfar och morfar, bror, vän och kompetent narkosläkare blev Hans Granestrand en person med demenssjukdom. Alla runt omkring blev i ett svep anhöriga.

För dottern Linda Granestrand kom de följande åtta åren att kantas av konstant oro och omtumlande känslor – sorg, förtvivlan, maktlöshet, kärlek, ömhet och stunder av fantastisk närhet.

– Det är så fruktansvärt tungt att se hur en älskad människa förändras. Som barn till en person med demenssjukdom bär man både på oro för den sjuke föräldern, och för hur den andra föräldern ska orka.

Den erfarna läkaren Hans Granestrand insåg tidigt vad som väntade.

– Han och mamma pratade väldigt ärligt redan från början. Han förstod hur motoriken skulle försämrans – som hur svårt det blev att gå ner för en trottoarkant, ta på vinterhandskar eller åka rulltrappa. Samtidigt fanns det saker han inte ville se. Som att han efter ett tag fick ett sådant behov av att vara nära mamma, som en skugga. Eller hur gråtmild och irriterad han kunde bli. Han tyckte alltid att vi i familjen var så hetsiga: "Varför stressar ni hela tiden?"

EFTER 1,5 ÅR FICK Hans Granestrand plats på Silviahemmets dagverksamhet, tre dagar i veckan.

– Pappa var jättenegativ först: "Jag behöver inte det här!" Men ganska snart hittade han några andra gäster att prata med. Och framför allt älskade han personalen! Det dröjde inte länge förrän han längtade efter att vara där. Han åkte till och med dit under en period på sommaren, trots att han fick pendla 20 mil varje dag.

Hemma med familjen kunde Hans ha svårt att hänga med i vardagslivet. På Silviahemmet utgick tempo och umgänge ifrån gästerna: långsamt, lugnt, tillåtande – och utan att kantas av såriga känslor från de anhörigas sorg.



Pappa Hans vid favoritplatsen, bryggan vid stugan på Vätö.
FOTO: PRIVAT

– Jag tror att pappa upplevde att han blev sedd och lyssnad till på Silviahemmet. Dessutom efterfrågade de kvaliteter som han fortfarande hade kvar, som exempelvis kunskap i medicin. Och han fick laga mat, som alltid har varit ett stort intresse för honom.

– Med dem kunde han också vara helt ärlig och prata om saker som han kanske inte tog upp med oss i familjen. Vi försökte nog ofta att dämpa hans oro. Med personalen på Silviahemmet kunde han få ösa ur sig, och bli bekräftad i vad han kände. Och han behövde aldrig känna sig dålig eller skämmas där.

Som anhörig blev Linda och resten av familjen också en del av teamet kring Hans Granestrand.

– Det var fantastiskt hur de kunde se och lyssna och också stötta oss i våra känslor.



Alla anhöriga ingick i teamet. Här Linda Granestrand med dottern Lilly. FOTO: LENA GRANEFELT

Det sista året som sjuk behövde Hans Granestrand hel-
dygnsvård. Den 22 september 2021 gick han bort. Familjen
sörjde, och ombesörjde Hans sista vilja – att skänka sin
hjärna till forskning om Alzheimer.

Ären som anhörig förändrade också Linda Granestrands
yrkesliv. Numera är hon utbildad till Silviafysioterapeut
efter två års högskolestudier vid Karolinska Institutet, en
utbildning som ges i samarbete med Silviahemmet.

I dag arbetar hon med att hålla kurser för personal inom
vård och omsorg, till stor del med utgångspunkt i Silvia-
hemmets vårdfilosofi. Då ingår självklart synen att bjuda
in de anhöriga i teamet och använda sig av deras kunskap
och engagemang.

– Jag säger som pappa alltid sa: Allt jag kan göra för att
sprida kunskap, det vill jag.

*” Jag tror att pappa upplevde
att han blev sedd och lyss-
nad till på Silviahemmet.
Dessutom efterfrågade de kvaliteter
som han fortfarande hade kvar,
som exempelvis kunskap i medicin.
Och han fick laga mat, som alltid
har varit ett stort intresse för
honom.*



Med kunskap blir det svåra lite lättare

Spetskompetens, stolthet och värme. Med de byggstenarna siktar Stiftelsen Silviahemmets chef på en värdigare – och roligare – demensvård, för alla.

Foto: Håkan Elofsson

WILHELMINA Hoffman kliver in i rummet på Silviahemmet med vind i håret. Hon är navet i en framåtvällande kraft – kunskapslyftet kring en av våra vanligaste folksjukdomar, demens.

– Äntligen talas det om demenssjukdom och utmaningarna vi står inför – inom forskningen, på löpsedlar, i populära tv-serier... Som jag har väntat på att det skulle hända. Samtidigt är det mycket arbete kvar. Därför måste också Stiftelsen Silviahemmet fortsätta att utbilda inom vård och omsorg.

Få har samma breda kunskap inom demensområdet som Wilhelmina Hoffman. Hon är chef och rektor för Stiftelsen Silviahemmet. Hon är dessutom chef för Svenskt Demenscentrum, som – med uppdrag från Socialstyrelsen – sprider kunskap och driver utveckling av vård och omsorg inom demensområdet. I grunden är Wilhelmina Hoffman geriatriker, och har jobbat med kognitiva sjukdomar i hela sitt yrkesliv.

Kompetensen parar hon med energi och entreprenörskap. Och tålamod:

– Jag har lärt mig under åren att om du tror på något och har en bra idé – håll fast vid den! Rätt stund kommer att dyka upp.

Bristen på rätta kunskaper – om hjärnans sjukdomar, de många olika demensdiagnoserna, ett lyhört bemötande och en tydlig vårdfilosofi – var grunden till att Stiftelsen Silviahemmet en gång grundades.

– Vi skulle väl aldrig acceptera att någon jobbade på en hjärtavdelning utan rätta kunskaper, säger Wilhelmina Hoffman. Så varför är det accepterat att arbeta utan till-

räcklig utbildning i demenskunskap inom vård och omsorg? Det finns väl heller ingen som vill jobba med något som man inte har tillräckligt med kunskap om?

– Så länge kunskap om kognitiva sjukdomar inte finns i den omfattning som behövs i grundutbildningar måste fortbildning finnas. Det vill säga det som vi förmedlar från Silviahemmet.

Att okunskap funnits så länge handlar till stor del om attityder och rädslor i samhället, menar Wilhelmina Hoffman, och jämför med cancervården:

– Tidigare var stort C, som i cancer, den stora skrällen i samhället. I dag finns både bot och lindring, även för svåra cancerdiagnoser. Nu är rädslan istället stort D, som i demenssjukdom. Många ser bara något obehagligt, som man inte har kunskap om. Vår uppgift är att skingra dimman, och förklara.

Silviahemmets svar på okunskapen har varit att sedan stiftelsens start utbilda olika yrkeskategorier och verksamheter, men också anhöriga. Silviahemscertifieringar av hela äldreboenden, hemtjänster, dagverksamheter och sjukhusavdelningar sker i dag på många håll i landet.

I samverkan med universitet och högskolor driver Stiftelsen Silviahemmet utbildningar för att öka kunskapen om hjärnans sjukdomar, men också om det goda bemötandet.

– Vi har nu också förfrågningar från till exempel kuratorer och psykologer, tand-

FAKTA WILHELMINA HOFFMAN

Gör: Chef och rektor för Stiftelsen Silviahemmet. Är även chef för Svenskt Demenscentrum, det nationella kompetenscentret för demensfrågor. Överläkare i geriatrik samt certifierad i kognitiv medicin.

Född: 1960. Uppvuxen norr om Stockholm. Drivs sedan barnsben av ett starkt rättspatos.

WILHELMINA HOFFMAN OM ...

... ett viktigt forskningsgenombrott: "Att få fram ett läkemedel som stoppar sjukdomsutvecklingen vid Alzheimers sjukdom – och helst innan sjukdomen ens har brutit ut – är naturligtvis allas dröm."

... fördelarna med en Silvia-hemscertifierad enhet:

"Fördjupade kunskaper, bättre bemötande av vårdtagarna och anhöriga i ett mer väloljat teamarbete. Det blir också en roligare arbetsplats!"

... sin käpphäst: "Vårdutbildningar ska, som jag ser det, självklart dimensioneras innehållsmässigt utifrån de sjukdomar vi har i befolkningen. Demenssjukdomar kommer då att ligga i toppen. De borde därför ta mycket större utrymme i grundutbildningarna än vad de gör i dag."

... att bemöta en person med demenssjukdom: "Tänk på kroppsspråk och tonläge. Att visa genuint intresse för personen är självklart också avgörande."

... diakoner med diplom från Silviahemmet: "Diakoner är tränade att samtala om existentiella frågor, vilket fortfarande är en brist inom svensk sjukvård. Sedan 2020 har vi utbildningar för diakoner. Vi har nu även fått förfrågningar från präster om fortbildning i demenskunskap, vilket vi nu arbetar för att kunna starta inom kort. Utbildningarna genomförs i samverkan med högskola och respektive profession."



”Stiftelsen Silvia-hemmet tror på samverkan med andra. Och att inspirera med goda exempel.

läkare, tandhygienister, polis och brandförsvar... Självklart kommer vi att fortsätta arbeta för att säkerställa att så många som möjligt får den kunskap som behövs.

Ökad kunskap hos alla som har makt att förbättra livet för personer med demens skulle också kunna leda till förverkligandet av en annan av Wilhelmina Hoffmans käpphästar – utveckling av dagverksamheter.

– Boende för äldre vuxna kommer alltid att behövas. Med utveckling av dagverksamheter som är öppna även kvällar och helger skulle fler kunna bo hemma längre. Det vore också bra ur ett mångkulturellt perspektiv. Det kan i flera kulturer vara skamfullt att "lämna bort" en anhörig till ett boende. Om det däremot handlar om ett antal timmar per dag blir det mer som att gå till jobbet eller "klubben". Det kan vara en fungerande lösning både för den enskilda individen och de anhöriga.

Självklart måste även kunskap om hur demenssjukdom kan förebyggas finnas mer utbredd, menar Wilhelmina Hoffman.

– Den forskning som i dag finns via den internationellt välkända FINGER-studien visar att ingen enskild faktor kan stärka hjärnhälsan och förebygga insjuknande, det krävs ett multitänk. Det betyder att det behövs flera åtgärder och aktiviteter för att skydda hjärnan. Det handlar om kost, fysisk och social aktivisering liksom att stimulera och utmana hjärnan och samtidigt minimera riskfaktorer för hjärt- och kärlsjukdom som högt blodtryck. Och det gäller inte bara för friska personer utan också för dem som redan har kognitiva svårigheter.

– Det här borde alla kommuner och regioner ta fasta på och skapa möjligheter för dem som kanske själva inte kan ta initiativ eller är uppdaterade om vad forskningen visar.

Förebyggande aktiviteter borde finnas organiserat överallt.

STRUKTURER GER STÖD. Men det behövs också alltid enskilda människor som vågar ta ut steget. Eldsjälar. Nyfikna, kunniga, modiga. Idérika "doers".

– Vi hade aldrig kommit så här långt, om inte Drottningen hade tagit initiativet, säger Wilhelmina Hoffman. Både att Drottningen kunde berätta om hur det är att vara anhörig, men också att säkerställa att undersköterskor – vår absolut största yrkeskår i Sverige – kan få bekräftad kunskap i demensomsorg. De som besöker oss från andra länder brukar säga att de avundas oss vår drottning.

3 TIPS KRING KROPPSSPRÅK

1 Du ska synas. "Närma dig aldrig en person med demenssjukdom bakifrån, det kan skrämma. Kom hellre snett framifrån, så att personen kan se dig."

2 Växla ner. "Jag brukar gå ner från 5:an till 2:ans växel, både i tempo och kroppsspråk när jag närmar mig, möter och talar med en person med demenssjukdom. Då antalet friska nervceller är mindre till följd av sjukdomen behöver personen lite mer tid för att hjärnan ska registrera och koppla jämfört med tidigare. Men jag talar som vanligt, aldrig barnsligt eller för långsamt."

3 Kommunicera jämlikt. "Om en person med kognitiv svikt sitter ner, gå ner på huk vid samtal. Eftersträva alltid att vara på samma ögonnivå. Det underlättar för personen att känna sig bekväm och trygg."

SILVIAHEMMET GENOM ÅREN

1990-tal

Avgörande möte på Nilen

På ett fartyg på Nilen träffar Drottningen för första gången Barbro Beck-Friis. Hon är geriatriker, professor och välkänd förnyare av svensk demensvård. Drottningen bär på frågor kring sin mors fortskridande demenssjukdom. Barbro Beck-Friis har svaren. Det blir början på ett långt samtal, och leder så småningom till ett initierat samarbete för att via Stiftelsen Silviahemmet öka kunskapen i hela Sverige kring bemötande vid demenssjukdom.

1996

Vårdfilosofin tar form

Babro Beck-Friis, geriatriker och professor, lägger grunden till Silviahemmets vårdfilosofi. Den bygger på den palliativa vårdfilosofin och innebär att hela tiden sträva efter högsta möjliga livskvalitet både för den som är sjuk och för anhöriga.

1995

Huset blir grunden

Via familjen Dinkelspiel får Stiftelsen Silviahemmet ett hus på Drottningholm som gåva. Snart iordningsställs den vita tegelvillan för att kunna husera både en dagverksamhet och en skola.

1996

Arbetet kan börja!

Silviahemmet invigs av Drottningen på alla hjärtans dag, den 14 februari. Samtidigt startar utbildningen av en första kull undersköterskor till Silviasyster, och dagverksamheten öppnar.

2003

Wilhelmina Hoffman värvas

Geriatrikern och överläkaren Wilhelmina Hoffman värvas till Silviahemmet. Två år senare blir hon chef.

2000

Forskare nagelfar

Redan vid starten knyts forskning till Silviahemmet, i syfte att öka kunskapen om kognitiv sjukdom. I avhandlingen "Teaching for learning and learning for teaching" följer sjuksköterskan Margareta Skog hur utbildningen till Silviasyster påverkar deltagarnas kunskapsnivå och praktik.

2004

Sophiahemmet ny bas

Utbildningen till Silviasyster ges nu på Sophiahemmet Högskola, i samarbete med Stiftelsen Silviahemmet, och blir en webb-utbildning.

2008

Första certifierade boendet

Stockholms Borgerskap blir först ut att certifieras. Samma år inleds samarbete med den tyska organisationen Malteserorden.

2007

Alla måste med!

Insikten är glasklar: En ensam Silviasyster kan inte förändra synsättet på omsorgen inom en organisation – hela enheten måste utbildas. Så grundläggs en plan för certifiering av hela enheter.

2008

Svenskt Demenscentrum

Silviahemmet och Äldrecentrum får i uppdrag av Socialstyrelsen att bilda ett nationellt kompetenscentrum för demensfrågor. Wilhelmina Hoffman blir dess chef.

2005

Intresse utomlands

Via ännu ett program – Train the Trainer – utbildar Silviahemmet instruktörer, som i sin tur kan utbilda vidare i sina hemländer.

2015

Första sjukhusavdelningen

Avdelning 76 på Danderyds sjukhus certifieras, med förändringar av fysisk miljö och arbetssätt som följd.

2012

Silvialäkare

En internationell magisterutbildning i demensvård för läkare startar i samarbete med Karolinska Institutet.

2016–2020

Ännu fler kunniga

Samarbeten med olika högskolor utvecklas och utbildningar riktar sig nu även till fysioterapeuter och arbetsterapeuter (via Karolinska Institutet), biståndshandläggare (via Sophiahemmet Högskola) och diakoner (via Marie Cederschiöld högskola).

2021

Tyskt äldreboende

Det första, tyska äldreboendet att certifieras är Papst Leo Haus i Essen.

2022

SilviaBo ställs ut

Konceptet SilviaBo, i samarbete med Ikea och BoKlok, presenteras i Helsingborg under H22, en internationell stadsmässa kring hållbarhet och innovation.

”Värdighet är grunden till allt

En värdig vård ramlar inte ner från himlen. Den måste i varje stund skapas av alla runt den sjuke. Det säger Ursula Sottong, den första Silvialäkaren i Tyskland.

Du är drivkraften bakom flera omfattande Silviahemscertifieringar i Tyskland. Nu är du även inblandad i arbetet med att skapa en av de första tyska demensvänliga kommunerna. Varför behövs Silviahemscertifiering inom demensområdet i Tyskland?

– Därför att den står för värdighet. Inom demensvården är det inte ovanligt att se patienten och dennes sjukdom som problemet. Jag hävdar tvärtom, med utgångspunkt i Silviahemmets vårdfilosofi, att vårdpersonalen i så fall är en del av det ”problemet”. Det är vårt jobb att förstå sjukdomen och utveckla olika metoder för att lösa svåra situationer så att personen med kognitiv sjukdom får högsta möjliga livskvalitet.

Hur kom du i kontakt med Stiftelsen Silviahemmets vårdfilosofi?

– Det var en kollega som var så entusiastisk efter att ha lyssnat till professor Barbro Beck-Friis, Stiftelsen Silviahemmets första chef. En av de saker som tilltalar mig är att utbildningen så konsekvent parar teori med praktik, vilket är mycket ovanligt.

– För mig handlar det också om värdighet. Det talas ofta om att vi ska ha en ”värdig vård”, men värdighet är inget som kommer från himlen. Det är du, som anställd, som måste respektera varje person med demens, och använda dig av hela din samlade kompetens för att hjälpa den personen att använda sina styrkor.

Vilken Silviahemscertifiering är näst på tur?

– Just nu jobbar jag i sydöstra Tyskland, i Forst, som ska bli en av de första ”demensvänliga” kommunerna i Tyskland. Hittills har jag utbildat 300 anställda vid Lausitz Klinik Forst, som ska bli kommunens centrum för demenskunskap. Jag har dessutom möten med stadsplanerare, arkitekter, geriatriker och tekniker inför renoveringen av en byggnad till ett anpassat demensboende med lägenheter och gemensamhetsrum. Det är fantastiskt att se hur snabbt de samtalen ger förståelse för vilka speciallösningar som måste till redan från början.



FOTO: PRIVAT

FAKTA URSULA SOTTONG

Bor: Utanför Köln, Tyskland.

Gör: Läkare och Silvialäkare, med en master i folkhälsa. Utbildar i Tyskland för Stiftelsen Silviahemmet. Undervisar vid Heinrich Heine Universität Düsseldorf samt arbetar som volontär i en lokal krisgrupp. Tidigare chef för Specialistcentrum för demens/Kompetenscentrum demens vid den tyska Malteserorden.

FAKTA SILVIAHEMSCERTIFIERADE ENHETER I TYSKLAND

2015: Dagverksamheten Malteser Tagestreff, Bottrop.

2020: St. Carolus sjukhus, Görlitz.

2021: Vård- och omsorgsboendet Papst Leo Haus, Essen.

2022: Sjukhuset Lausitz Klinik Forst, i Forst.

”Det är vårt jobb att förstå sjukdomen och utveckla olika metoder för att lösa svåra situationer så att personen med kognitiv sjukdom får högsta möjliga livskvalitet.”

”Vi brinner för att förbättra världen

Att personal tänker tillsammans ger bättre vård. Därför skapar Silviahemmet sociala nätverk, i både Sverige och världen.

I ditt uppdrag för Stiftelsen Silviahemmet ingår att bygga sociala nätverk mellan certifierade enheter och olika yrkespersoner, både i Sverige och utomlands. Hur är det tänkt?

– Vi vill fortsätta de viktiga samtal som uppstår under certifieringsarbetet. Nu bygger vi upp olika, slutna nätverk på Facebook; dels för certifierade enheter, dels för arbetsledare och reflektionsledare. Vår övertygelse är att samtal med andra kring utmaningar och framgångar inom demensvården driver utveckling.

– Självklart ska vi bygga upp liknande nätverk internationellt också. Det gäller bara att hitta säkra, digitala plattformar.

Du ansvarar även för Stiftelsen Silviahemmets ständigt växande internationella arbete.

– Ja, det är fantastiskt roligt att det finns ett intresse för Silviahemmets vårdfilosofi runt om i världen. Stiftelsen Silviahemmet har redan utbildat i sin vårdfilosofi i flera länder: Tyskland, Brasilien, Japan, Kina, Indien, Polen... Flera andra länder står i kö. Just nu finns exempelvis en efterfrågan om samarbete i Skottland, ett intresse som väckts utifrån ett forskningssamarbete som Stiftelsen Silviahemmet har med Stirling University.

– Utmaningen i andra länder är förstas att anpassa utbildningen utifrån det rådande vårdsystemet. Men det handlar också om kulturanpassning. Vårdhierarkin är oftast fastare i andra länder, och hela grundidén med Silviahemmets vårdfilosofi är ju att vända på vårdpyramiden, och börja med undersköterskorna. Vi är noga med att värna de värden Stiftelsen Silviahemmet står för.

Du ansvarar också för att uppdatera utbildningsprogram för Silviahemmet, och lansera nya?

– Jag har precis redigerat en webbutbildning på engelska av den första delen i certi-



FOTO: PRIVAT

fieringen. Den ska nu översättas till litauiska och kinesiska. Tanken är att den första delen – alltså kursen för samtliga anställda på en enhet – ska kunna göras digitalt. Del två och tre kommer fortfarande att hållas på plats av lärare från oss, eftersom det personliga mötet, dialogen och samtalen är så viktiga i de här stegen.

– I andra länder drivs certifieringsutbildningen oftast av personer som först har utbildat sig till Silviasyster eller Silvialäkare i Sverige, alternativt via vår utbildning till Silviahemsinstruktör i det internationella Train the Trainer-programmet. I vissa fall reser utbildare från Silviahemmet och utbildar i andra länder.

Precis som övriga medarbetare på Stiftelsen Silviahemmet brinner du för kunskap?

– Ja, kunskap är ju grunden till en god demensvård! Och vi vill förbättra världen. Det ska inte spela någon roll om det är en fattig person i Bombay eller en svensk villaägare som lever med kognitiv sjukdom. Alla har rätt till en kunnig och värdig vård. Det vill vi bidra till.

FAKTA ULRIKA GRANÉR

Specialistsjuksköterska inom vård av äldre. Ansvarig för Stiftelsen Silviahemmets internationella kontakter samt utbildare.

Tidigare erfarenhet: Demenssjuksköterska och handledare i Lunds och Svalövs kommun, samt sjuksköterska inom ASiH (Avancerad Sjukvård i Hemmet).

Magisteruppsats: ”Smärtbedömning av personer med demenssjukdom i livets slutskede”.



STIFTELSEN SILVIAHEMMET®

Box 142, 178 02 Drottningholm | 08-759 00 71 | info@silviahemmet.se
www.silviahemmet.se