

Åldrandet har sin rätt

Om att åldras med intellektuell funktionsnedsättning/utvecklingsstörning

Föreläsare:

Kia Mundebo

Conny Bergqvist

Kontaktuppgifter:

kia@kiamundebo.se

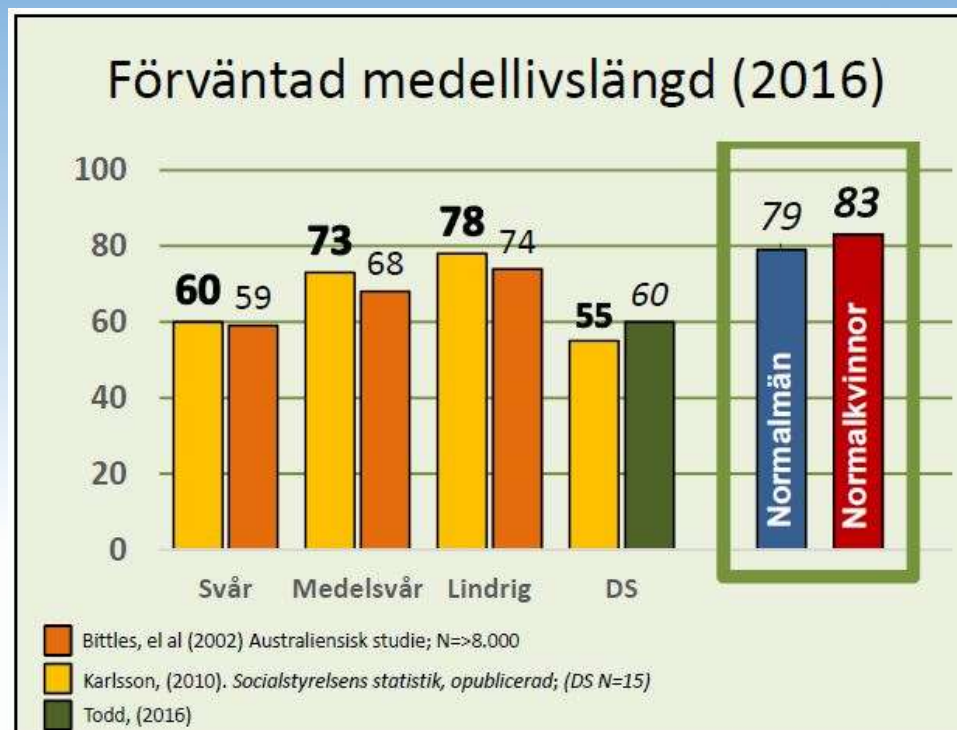
Tel: 0703-96 22 64



Intelligens- ålder	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16+
IQ	10	20	30	40			50	60	70	80		90		100		
Nedsättning																
Diagnos	Mycket svår		Svår		Medel svår		Lindrig		Svag begåv- ning		Normal begåvning					
Utvecklings- stadier (Kylén)	Grav		Måttlig		Lindrig											
	A		B		C		D									

Illustration ur "En liten bok om utvecklingsstörning"

Medellivslängd



Från Barry Karlsson, föreläsning 8 mars, Åldern har sin rätt

Områden med utmaningar

- Åldrandet
- Historia och delaktighet
- Stora livsförändring, ex bli pensionär
- Sysselsättning
- Boende
- Socialt nätverk
- Palliativ vård, dö hemma
- Förlust, sorg, död
- Hjälpmedel, anpassningar

- God man/företrädare
- Anhöriga
- Hälso-sjukvård
- Ekonomi
- Krav från omgivning
- Kunskap hos omgivning
- LSS – SOL
- Stöd att förstå åldrande
- Demens
- Ev flytta



Historia, delaktighet, nätverk



Kris över tid



Senare delen av livet

Tredje åldern



Fjärde åldern



Forskning ”Delaktig (även) på äldre dagar”

- Mellan 2007 och 2013 har antalet personer som får LSS insatser och är över 65 år ökat med 34%
- Kvalitativ undersökning
- Intervjuat
 - Äldre personer m utvecklingsstörning
 - Personal
 - Chefer
 - Samt deltagande observation

Hur ser personerna själva på åldrandet?

- *IDA: Är det något som är bra med att bli gammal?*
- *Irma: Ja ...det blir vi alla...gamla och fula och ynkliga blir vi, det blir du med...*
- "Jag kallar det inte för att åldras. Jag kallar det för att bli förståndigare!"
- "Det finns inget att göra för gamla med utvecklingsstörning."
- "Hur ska jag ha råd att leva?"



Arbete/Sysselsättning

Arbete/sysselsättning till 67, men sedan då?
Ofta antingen eller – jobba eller göra ingenting
Men tredje åldern och efterrätten då?!

Planera, förbereda, möjliggöra viktigt!
Ofta oro för vad som ska hända långt innan

Rätt till en god ålderdom



Boende?

Särskilda äldreboende för personer med utvecklingsstörning?

Den som klarat sig med lite hjälp men som får ökat behov?

Demensboende – vanligt eller anpassat?

LSS kontra SOL?

Bo kvar i gruppboenden?

Blandade boenden, unga och gamla?

Personalens kunskap?



Fysiskt åldrande – generellt

- Syn
- Hörsel
- Ledbesvär
- Förstoppning
- Hjärt och kärlsjukdomar
- Diabetes
- Karies och tandlossning
- Benskörhet

- Demens
- Depression
- Biverkningar av läkemedel
- Ökad cancerrisk
- Dålig balans – fallolyckor
- Smärta



Lika vård för alla?

- 70% högre risk att dö i bröstcancer
- Högre risk dö i hjärt-kärlsjukdomar
- Mer psykofarmaka
- Mindre smärtstillande
- Oftare akuta sjukhusbesök
- Ökad sårbarhet
- Mindre reservkapacitet

VIKTIGT! REGELBUNDNA
HÄLSOKONTROLLER!



Tidiga Tecken

- Kartläggningsinstrument
- Börja när allt är normalt:
- Vid Downs syndrom vid 40
- Övriga vid 50 år
- Årligen
- Görs av boendepersonal



Hjälpmedel av olika slag

- Glasögon
- Hörapparat
- Rullator
- Kognitiva hjälpmedel
- Träning av balans, kondition
- Läkemedelsgenomgångar
- Hälsokontroller
- Livsberättelse



Livsstil och hälsa

Har ofta sämre livsstil än normalbefolkning

- Motionerar mindre
- Äter fel
- Mindre nätverk och mindre möjligheter av många olika slag

Många behöver mycket stöd för att leva hälsosamt



Animerad by Evan

Förlust och sorg

Många förluster när man åldras:

- Nätverk tunnas ut
- Jobbet
- Orkar inte som förr
- Kan kanske inte längre göra saker man tyckte om
- Identitet förändras
- Kan trigga tidigare sorg

Behöver stöd och få prata om förluster, sorg, oro



Sammanfattning

Många utmaningar som kräver mycket av omgivningen bland annat:

Faktakunskaper inom många områden

Personkännedom

Flexibilitet

Uppmärksamhet

Prestigelöshet

Diskussion

Reflektion



Gratis webbutbildning!

Åldern har sin rätt

Framtagen av Riksförbundet FUB och Svenskt Demenscentrum, finansierad av Arvsfonden.

- För anhöriga och personal
- För personer med utvecklingsstörning/intellektuell funktionsnedsättning

www.fub.se/aldern



Tack för oss!
Hör gärna av er om ni har frågor.

Föreläsare:
Kia Mundebo
Conny Bergqvist

Kontaktuppgifter:
kia@kiamundebo.se
Tel: 0703-96 22 64

