

EFFEKTIVE METODER TIL AT AFHJÆLPE SYMPTOMER PÅ DEMENS

Realitetsorientering er et psykosocialt behandlingstilbud til demensramte med dokumenterede effekter i forhold til at øge kognitive færdigheder (hukommelse og tænkning) og adfærd. Langtidseffekten af behandlingen er usikker, men der er ikke fundet tegn på bivirkninger. Dansk praksiserfaring peger imidlertid på, at tilbuddet skal tilpasses individuelle behov, at metoden især er gavnlig i starten af et demensforløb, samt at indsatsen med fordel kan udvikles.

Denne artikel er udarbejdet for Nordisk Campbell Center af Annette Johannesen fra Videns center på Ældreområdet, Hellerup. Artiklen er godkendt af forfatteren til forskningsoversigten.



Nr. 3
2006

HVAD VIRKER?
Evidens om

Baggrund

Realitetsorientering (RO) var blandt de første målrettede forsøg på en indsats, der skulle hjælpe mennesker med demens. Da der ikke fandtes mange andre erfaringer med den ikke-medicinske indsats, og da mange spredte forsøg viste en positiv effekt, anså en britisk forskergruppe det for vigtigt at foretage en samlet vurdering af, hvad der fandtes af viden om effekten af metoden.

Førsteforfatteren bag metaanalysen, psykolog og ph.d. Aimee Spector har efterfølgende udviklet og afprøvet et gruppeprogram kaldet Kognitiv Stimulationsterapi (CST), som tager afsæt i nogle af elementerne fra RO. Sidst i denne artikel ses nærmere på CST.

Forskningsoversigtens formål

At undersøge, om RO brugt som gruppeorienteret behandling for mennesker med demens er effektiv i forhold til at forbedre kognition og adfærd.

Hvad konkluderer forskningsoversigten?

Forskningsoversigtens forfattere konkluderer, at RO har en markant positiv effekt på kognition og adfærd på kort sigt. Effekten blev målt undervejs i RO-forløbene, idet interventionen er tænkt som en vedvarende indsats. I forlængelse heraf er det derfor ikke muligt at konkludere, om effekten varer ved, hvis behandlingen afbrydes. I et af studierne sås dog, at tabte færdigheder kunne genvindes ved brug af RO. Derfor foreslås det, at man overvejer at gøre tilbuddet til en fast del af indsatsen over for mennesker med orienteringsvanskeligheder. Der rapporteres ikke om nogen bivirkninger af metoden.

Forfatterne tager dog visse forbehold. Blandt andet over for de vanskeligheder, der er forbundet med at vurdere effekterne af psykologisk terapi og svagheder i de inkluderede effektstudier. Ligeledes skaber den store variation studierne imellem en vis usikkerhed omkring konklusionerne. Det konkluderes imidlertid, at der er god evidens for gavnlig virkning af RO.

Hvad består interventionen af?

Ideen er, at de demensramte modtager orienterende information (om tid, sted og personer) med det formål, at vedkommende får en bedre forståelse af sine omgivelser og muligvis også får øget sin følelse af kontrol og selvværd. Der benyttes for eksempel RO-tavle, ure, kalendere, kort, plakater, materialer til at stimulere de fem sanser, orienterende diskussioner, repetition af orientering, madlavning, tegneøvelser, associationer til ord, navngivning af objekter, gymnastik m.m.

Denne artikel giver en kort beskrivelse af en systematisk forskningsoversigt fra NC2s SORO-database. SORO indeholder sammenfatninger på både dansk og engelsk af forskningsoversigter fra organisationer uden for Campbell samarbejdet.

SORO er et supplement til Nordisk Campbell Centers egne Campbell review. Du kan læse mere om begge typer af forskningsoversigter på Nordisk Campbell Centers hjemmeside www.nc2.net

Realitetsorientering som overordnet praksistilgang

RO blev blandt andet anvendt som en overordnet tilgang til beboere på institutioner. Formålet var at holde fast i realiteterne og at forebygge, at beboerne søgte tilbage til fortiden. Man ønskede at nå dertil, hvor alle vidste, hvor de boede nu; hvad tid på dagen det var, og om det var søndag eller hverdag. Man mindede eventuelt også beboerne nænsomt om, at de ikke længere behøvede at gå på arbejde, at børnene klarede sig selv nu og så videre.

Realitetsorientering som gruppetilbud

RO blev også praktiseret som et gruppetilbud. Gruppedeltagerne mødtes nogle gange ugentligt i trygge, kendte rammer og blev i løbet af samværet givet informationer af forskellig art. Som minimum var der i lokalet

Hvilke studier bygger forskningsoversigten på?

Analysen omfatter 6 randomiserede kontrollerede studier med i alt 125 deltagere (heraf 67 i interventionsgruppen og 58 i kontrol-gruppen). Forskergruppen har forud indsamlet alle tilgængelige studier af realitetsorientering og vurderet deres kvalitet. Kun studier, hvor RO har været anvendt som gruppe metode i en periode på mindst tre uger (eller i alt ti gange) til ældre menne-sker med demens eller demenslignende symptomer, er inkluderet i analysen. Det er ligeledes blevet påkrævet, at mindst 60% af deltagerne har deltaget i hele forsøget.

De inkluderede studier varierer med hensyn til:

- Patientkarakteristika – nogle er institutionsbeboere, andre hjemmeboende.
- Længden af RO-behandlingerne/gruppesessionerne – fra 30 til 60 min.
- Antallet af sessioner – fra 2 til 5 gange ugentligt.
- Varigheden af behandlingsforløbene - fra 4 uger til 3 måneder.
- Hvilke konkrete øvelser der benyttes.

PERSPEKTIVERING

Konsekvenser for praksis

På baggrund af RO's positive virkning for mennesker med demens foreslår forfatterne af reviewet, at tilbuddet overvejes som element i gældende plejeplaner. Det er også vigtigt, at metoden tilbydes når tidspunktet er inde. Det vil sige, når personer med demens har brug for det og er åbne for at tage imod information. Ligeledes understreges det, at behandlingen skal gives på en indfølelse og kompetent måde.

Forfatterne peger også på, at det netop er kvaliteter knyttet til de realitetsorienterende elementer, der virker, og ikke alene samværet med andre. I de studier, hvor deltagerne i kontrol-gruppen fik andre former for socialt samvær, var der større kognitiv udbytte for deltagere, som alene blev behandlet med RO.

Der kan ikke gives anbefalinger om, hvor ofte RO skal tilbydes for at have effekt. Det er tilsyneladende ikke antallet af sessioner eller deres længde, som påvirker den kognitive effekt indenfor den variation i studierne, som er beskrevet ovenfor. Forskningsoversigten giver heller ikke noget entydigt svar på, hvilke elementer i RO der virker bedst.

Udviklingen inden for dansk praksisbrug af RO

RO blev i Danmark taget i brug i 80'erne. Behandlingen er blevet anvendt som en såkaldt 24-timers indsats, hvor alt personalet døgnet rundt kommunikerede på en bestemt pædagogisk, informerende og eventuelt korrigerende måde over for beboere på institution. Metoden er desuden blevet anvendt som et gruppe-tilbud, hvor mennesker med demens blev tilbudt at deltage i en slags "hjerne-gymnastiktime", ofte med en psykolog eller en ergoterapeut som leder. Man søgte her at stimulere deltagernes kognitive evner, og indarbejdede ofte også stimulation af sanserne på forskellig vis (syns-, høre-, dufte-, smags-, følesans samt ligevægtssans).

Metoden har dog været kritiseret ud fra en etisk vinkel for sommetider at blive anvendt alt for personalestyret, for mekanisk og for lidt følsomt i forhold til hver enkelt deltagers personlige behov. Det har været anført, at de stadige gentagelser kunne opleves som terperi og give mennesker med demens en nederlagsfølelse, minde dem unødigt meget om deres kognitive vanskeligheder og belaste selvværdet.

RO anvendes derfor ikke længere i Danmark i den nævnte, stringente form. Men kombineret med sansestimulering og i modereret form praktiseres den stadigvæk i grupper for mennesker med demens. Praksis peger i retning af, at det hjælper deltagerne med at vedligeholde såvel sprog som koncentration og sociale færdigheder, og man har udtrykt et ønske om et mere fleksibelt program, som tager udgangspunkt i den

ophængt en kalender og et ur, men også gerne en tavle med forskellige oplysninger såsom vejrudsigt, avisudklip, madplan, fotografier og kort over mødestedet.

CST – et nyudviklet muligt alternativ til RO

Aimee Spector et al. "Efficacy of an evidence-based cognitive stimulation therapy programme for people with dementia." British Journal of Psychiatry 2003; 183:248-254.

Om forskningsoversigten

Spector A, Orell M, Davies S, Woods B. "Reality Orientation for dementia: a systematic review of the evidence of effectiveness from randomized controlled trials". Gerontologist 2000;4:206-12.

Forskningsoversigten er desuden offentliggjort i Cochrane Library, Issue 4, 2000, Oxford, hvor den pt. er under opdatering.

Om Nordisk Campbell Center - NC2

NC2 er oprettet i 2002 via en dansk finanslovsbevilling. Centeret er etableret som datterselskab på Social-forskningsinstituttet (SFI) og er en del af det internationale Campbell-samarbejde.

NC2 støtter udarbejdelsen af systematiske forskningsoversigter, som giver kvalificerede svar til beslutningstagere om effekten af social- og velfærds-politiske interventioner baseret på den bedste tilgængelige viden.

NC2 støtter udarbejdelsen af Campbell reviews på flere måder:

- Fagligt
- Metodisk
- Økonomisk
- Administrativt
- Formidlingsmæssigt

øjeblikkelige situation og i et godt kendskab til den enkelte gruppedeltager og især på basis af deres egne ønsker om at holde fast i realiteterne eller om at lave "hjerne-gymnastik". Der er på samme vis formodning om, at metoden især er gavnlig i starten af et demensforløb.

Det er således blevet et mål for danske ledere af demensgrupper at formå at skabe velbefindende i gruppen ved at matche hver enkelt deltagers behov for at være aktiv med tilpassede initiativer, der muliggør, at vedkommende bruger sine personlige evner, talenter og får styrket sit selvværd.

Videreudvikling af RO

Et nyt evidensbaseret behandlingsprogram ved navn Kognitiv Stimulationsterapi (CST) er udviklet af psykolog, ph.d. Aimee Spector fra University College London, som et nyudviklet, muligt alternativ til RO. Programmet tager afsæt i de dokumenterede resultater, der er set ved brug af RO og forsøger at imødekomme de negative sider af metoden. CST-programmet er afprøvet i et kontrolleret studie, som dokumenterer, at systematisk stimulation af sanser og kognitive evner kan forbedre deltagernes kognitive funktioner.¹ Effekten af CST har vist sig at være lige så god som medicinsk behandling med Cholinesterase-hæmmere - og ikke dyrere. Forsøget viser også, at den markante forbedring af de kognitive funktioner kan opretholdes med brug af vedligeholdende terapi.

Men dette bygger således endnu kun på resultaterne af ét studie. En ny systematisk forskningsoversigt, som dækker både Realtetsorientering og CST, er under udarbejdelse. Forskningsoversigten vil bl.a. blive offentliggjort på i Cochrane Library på www.cochrane.org