

## Halmstad.

# Kaloririkika drinkar i stället för sömnpiller till äldre

→ Maj-Lis Henriksson har tröttnat på dålig färdtjänstservice **9**

**HALLAND.** Fruktdrink i stället för sömnpiller till personer på äldreboende i Halland. Det har blivit en succé. Och undersköterskomnas kunskaper har uppvärderats.

Läkemedel är ett helt ämne för närvarande. Den stora användningen bland gamla människor har utsatts för stark kritik. Ofta har de en lång medicinsk historia. Läkaren kanske inte har all information om patienten. Detsamma kan gälla sjuksköterskan. Det är inte ovanligt att hon har ansvar för 200–300 patienter på äldreboende och dessutom personer som bor hemma.

– De som har detaljerad information om hur patienterna mår och reagerar är undersköterskorna som har en tät kontakt med dem, säger Michael Borg, äldreapoptekare vid landsfängelset.

Han är eldsjälens bakom det som kommit att kallas Modell Halland och som gett eko inte bara i övriga Sverige utan även i grannlandet Norge. Arbetet görs i läkemedelskommittens regi. Totalt i landet finns sex äldreapoptekare, alla verkamma i Halland.

**Läkemedelsgenomgångar** är inget nytt. Även tidigare har läkare samarbetat med apoptekare och/eller sjuksköterska. I den nya modellen skräddarsys medicinen för varje person – och att ha med undersköterskorna har blivit obligatoriskt.

#### ● SÄRBOMBER

- Fruktdrink (en portion)** 1,3 dl mjölk (3%) 1–2 msk mjölsjällingulver 1 dl bär eller frukt eventuellet socker Mixa. Späd eventuellet med mjölk.
- Fitdrink (en portion)** 0,5 dl gräddde 0,5 dl fil eller yoghurt 1 msk konc. juice/nekter Smaka av med socker.
- Näingsdrink (en portion)** 1 äggula 0,5 dl gräddde 0,5 dl fil eller yoghurt 3–4 msk koncentrerad juice



Trygghet. Här visar äldreapoptekare Michael Borg den demens-docka som framför allt äldre kvinnor tycker om att bära på.

- MODELL HALLAND**
  - Modellen är ett samarbetsprojekt mellan Landsfinget Halland och Hallands kommuner där onsoresponsalen kompetens tas tillvara. De utbildas och får på så sätt ökad kunskap om de äldre patienterna.

– Det är oerhört sällan undersköterskor är med i det viktiga arbetet kring äldre och läkemedel och det är otroligt synd. Det finns så mycket kompetens i den yrkesgruppen som man inte tidigare tagit tillvara, säger Michael Borg. Han vet vad han pratar om eftersom han själv arbetade som undersköterska i 15 år innan han utbildade sig till apotekare.

**I Hallandsmodellen** ingår utbildning i hur äldre fungerar och vad som händer i kroppen när de tar läkemedel. När exempelvis ett läkemedel ploccas bort finns risk att det sätts in igen eftersom patienten får symptom. **korrekta signaler till läkaren.**

– Symtomen kan vara samma som vid sjukdom men beror egentligen på att kroppen håller på att vänja sig av med läkemedlet, så kallade utsättningsymtom. När undersköterskorna har gått utbildningen kan de ge korrekta signaler till läkaren. Sömnmedel är kanske det allra mest frapperande exemplet. Efter två till tre veckor

- eller frysa bär socker/frossocker
- Milkslake (tio portioner)** 4 dl standard- eller mellanmjölk 3 dl mild naturell yoghurt 7 dl gräddglass 1 dl vispgräddde 2 dl sylt/mos

- Apelsin/ananasdrink (tio portioner)** 11 mjölk (3%) 2 dl vispgräddde 5 msk strösocker 3 tsk vaniljsocker 2 dl ananas- eller apelsinjuice

Till skillnad från tidigare är undersköterskorna med vid ronder och utvärderingar. På så sätt upprätthålls och utvecklas deras kunskaper vilket i sin tur borgar för en god läkemedelsanvändning på lång sikt.

ors regelbunden användning tappat de effekter och efter 30 dagar kanske helt. Ändå får många gamla regelbundet något att sova på. Om medicinen tas bort kan det tolkas som att den gamle inte sover av den anledningen.

– Det är inte något nytt för läkaren men ibland kan det finnas ett väldigt tryck från personalen att ge sömnmedel. De gör inte det för att vara elaka utan för att det tror att det är bäst för patienten, framhåller Michael Borg.

Problem uppstår när sömnabletterna tas bort för snabbt och därmed för ska de trapas ner successivt. Sedan kan de ges vid behov och då verkar de igen. På flera av de äldreboenden som redan är inne i den nya modellen har sömnabletter försvunnit nästan sig av med läkemedlet, så kallade utsättningsymtom. När undersköterskorna har gått utbildningen kan de ge korrekta signaler till läkaren.

– Inte sällan är de gamla hungriga och då blir de oroliga och sover inte. Kanske vaknar de tidigt för att de är hungriga. En annan fördel med att ta bort sömnpillen är att patienterna blir piggarare och ramlar mindre.

**Andra enkla metoder** används. Michael Borg berättar om en man som allt som oftast blev aggressiv. Han kissade lite varstans, bland annat i blomkrukor.

Det var inte så konstigt för toalettdörren var svår att hita eftersom den färgmässigt smälte in i väggen. När man satte ett hjärta på dörran hittade han åtminstone in. Där kom nästa problem. Den vita toalettdörran var svår att sikta på eftersom väggen hade samma färg. – Vi satte dit en röd plaströd film bakom toaletten. I dag pinkar han på toaletten.

Foto: Inger Söderström 036-14 75 40 / 073/765 75 31 Inger.soderstrom@halmstadsposten.se

Foto: Emma Gustafsson 036-14 76 45 / 070-317 29 39 Emma.gustafsson@halmstadsposten.se



Samling på Krusbäret. Alla som har kontakt med de äldre deltar numera vid läkemedelsgenomgångar

## Syttet med satsningen

**HALLSTAD.** Syttet med Modell Halland är inte att spara pengar. Meningen är att de äldre ska få en ökad livskvalitet. På Krusbäret i Halmstad är man precis i startgropparna.

– Vi är jättepositiva. Vi är de som står de boende närmast men har inte varit med

på något liknande tidigare, säger undersköterskorna nästan med en mun på frågorna om vad de tror om det nya sättet att arbeta på.

De kan bekräfta att sömnabletter används mycket. Det finns de som står på sådana läkemedel i 10–20 år. De får rutinnässigt sin sömn-

medicin men somnar ändå inte. Genom utbildningen förtal personalen varför. Nu har de börjat med fruktdrinkar i stället på kvällen.

– Jag fick skäll av en grubbesson sa att han höll på att inte vakna efter Sätörbombskolan av undersköterskorna.

## är att äldre ska få en ökad livskvalitet

De energirika drinkarna är exempel på icke-farmakologisk behandling. Kontrastfärger som gör det lättare för synsvaga att hitta är ett annat. Demensdocka finns redan. Särskilt äldre kvinnor finner trygghet i att bära runt bra på en äldre människa till exempel.

at den gamle känner sig omcentral är Nyhem. Därför har de tillgång till läkaren Eistratos Christolakis. – En geriatriker i öppenvård har jag aldrig hört talas om tidigare, säger apotekare Michael Borg. Geriatriker är en expert på sjukdomar bland äldre personer. Eistratos Christolakis är också med när den här Hallandsmodellen ska provas inom hemsjukvården. Behovet där beräknas vara ännu större än på boendena.

som gör så. Den här gruppen faller mellan stolarna. – Det finns de som har läkemedel är efter år utan att man ifrågasätter dem. Det kan vara brist på tid och man ökar kanske inte gå genom länga läkemedelslistor.

Eistratos Christolakis påbo hemma med maximal hemhjälp finns det många

ensklida, både för dem som bor kvar hemma och de som finns på äldreboenden. – Det ska finnas en målsättning för varje patient och det har man kommit långt till. Eistratos Christolakis pekar att medicinerna ska

Inger Söderström