

Mindre uro i ældreplejen

Fire komplekse
plejesituationer og den
markante forbedring takket
være vores hjælpemidler

Mere end 3000
plejeorganisationer
har tillid til os

Qwiek®

Kære sundheds- professionelle,

Det vil næppe overraske nogen i sundhedssektoren, at vi står over for enorme udfordringer. Det er en virkelighed, som alle mærker, og som vi gang på gang får bekræftet i vores samtaler med fagfolk i plejen. Den forandrede dynamik, hvor mennesker med demens bliver længere i deres vante hjemmemiljø, stiller stadig større krav til jeres ekspertise og engagement, når de til sidst flytter på plejehjem. Resultatet er ofte mere udadreagerende eller uforståelig adfærd, som yderligere øger det i forvejen høje arbejdspress.

I skal udføre det samme arbejde med færre hænder. Hos Qwiek tror vi på en 'lag-på-lag'-tilgang for at udfylde dette hul. Smart teknologi og værdifulde hjælpemidler er uundværlige byggesten i denne løsning. Det er en essentiel puslespilsbrik for at imødekomme manglen på ekstra hænder – en mangel, som ikke ser ud til at forsvinde lige foreløbig – og for at støtte jer bedst muligt.

I dette magasin sætter vi fokus på de ofte 'usynlige' øjeblikke i plejen – de øjeblikke, som fejlagtigt tages for givet, men som i virkeligheden kræver masser af energi og dyrebar tid: udfordringerne med uro og uforståelig adfærd. Vi er overbeviste om, at det kan gøres anderledes – og det vil vi gerne vise jer. Ikke gennem vores egne ord, men gennem de personlige erfaringer fra jeres kolleger i praksis. De deler, hvordan ro og tryghed kan få en naturlig plads i den daglige pleje.

Jeg håber, at dette magasin vil inspirere jer og give nye indsigter.

God læselyst!



Chris Rameckers

Chris Rameckers
Kommersiell Direktør

Hvordan vores hjælpemidler
skaber ro: stimulationens kraft

side 4

Den daglige rutine: at bryde uroen
under ADL-aktiviteter

side 6

Uro om natten: stor indvirkning
på nattevagten

side 8

Uro ved stor opmærksomhed
og vagtskifte

side 11

Uro på grund af seksuelle behov

side 12

Videnskabeligt dokumenteret:
Mindre uro og mindre medicin

side 14





Hvordan vores hjælpemidler skaber ro: stimulationens kraft

Effektiviteten af vores hjælpemidler i plejen er forankret i kraften af målrettet sansemæssig stimulering. Ved at tilbyde beroligende visuelle, auditive og taktile stimuli skaber vi en afledning, der kan reducere overstimulering – en vigtig faktor ved uro. Denne ændring i fokus hjælper med at lede opmærksomheden væk fra potentielt stressende situationer og skaber dermed en følelse af trykthed og komfort.

Tænk for eksempel på beroligende projektioner, afslappende musik eller blide vibrationer og dybtrykstimuli (DDS). Denne direkte effekt bidrager væsentligt til at mindske uro i forskellige udfordrende plejesituationer – såsom de intime Almindelige daglige aktiviteter (ADL) øjeblikke, de ofte urolige nætter, hektiske vagtskift, perioder med krævende adfærd og endda situationer med seksuel disinhibition. Ved på denne måde at imødekomme borgerens oplevelse, tilbyder vores hjælpemidler værdifuld støtte – både for beboeren og for den sundhedsprofessionelle.

“Når du er i panik, trænger intet ind. Derfor skal du tage dig tid til at falde til ro. Og det hjælper heller ikke, når nogen siger ‘Slap nu af!’. Når den reptilhjerne er aktiveret, er det ligegyldigt, hvad nogen siger. Reptilhjernen aktiveret er panik. Så skal du stoppe op, regulere, skabe tillid og ro. Først når dét er på plads, kan du igen komme i kontakt med nogen.”

Linda Schuiten, sygeplejespecialist i procedurel komfort, pædiatri, OLVG



Qwiek.up

Qwiek.up er et hjælpemiddel til sundhedsprofessionelle, der hurtigt og effektivt vil reagere på uforståelig adfærd hos beboere. Takket være de imponerende projektioner på loft eller væg skaber dette hjælpemiddel øjeblikkeligt en beroligende atmosfære, hvilket gør plejeforløbet mere behageligt og gnidningsløst. Ideelt for både plejebehovende og plejepersonale.



Qwiek.snooze

Mange mennesker med demens er urolige om natten. De står op af sengen, råber, banker på andres døre, flytter rundt på ting, vandrør eller spiser. Qwiek.snooze tilbyder en innovativ løsning: en komfortabel musikmåtte under hovedpuden, som afspiller beroligende musik og giver behagelig stimulation. Det hjælper beboerne med at falde til ro, falde lettere i søvn og giver sundhedspersonalet en mere fredelig nattevagt.



Sensualitetsinterventionen

Sensualitetsinterventionen er udviklet i samarbejde med sexolog og autoriseret psykolog Ingrid van Kempen og er blevet grundigt afprøvet på plejehjem i Nederlandene. Den tilbyder en gennemtænkt og effektiv tilgang til beboernes seksuelle og intime behov.





Den daglige rutine: at bryde **uroen** under ADL-aktiviteter

Hver dag vender de tilbage: de intime øjeblikke i ADL. Morgenplejen, der lægger grundlaget for dagen, og aftenplejen, der giver afslutning. Påklædning, vask, medicingivning – handlinger, man helst udfører med fuld opmærksomhed og respekt. Men virkeligheden i sundhedssektoren tvinger desværre ofte i en anden retning. Uret tikker ubønhørligt, arbejdspresset er højt, og netop under disse essentielle øjeblikke kan uro fuldstændig ændre stemningen.

Vi hører fra fagfolk i marken om den "stille kamp", der kan udspille sig. Situationer, hvor en beboers uro er så intens, at der kræves flere kollegaer blot for at yde den mest basale pleje. Det tærer på kræfterne – både fysisk og mentalt – og det går ud over værdigheden for både beboer og plejer. Det er en ond cirkel, der sluger dyrebar tid og opmærksomhed.

Vores hjælpemidler, herunder Qwiek.up, tilbyder en konkret løsning til at bryde denne onde cirkel. Ved at anvende dem strategisk før og under ADL-aktiviteter skabes en atmosfære af ro og afslapning. Det har ikke kun en positiv effekt på den grundlæggende pleje, men også på potentielt stressende øjeblikke som personlig hygiejne, klipping af hår eller tandlægebesøg.

Et kig i praksis – Sådan bruger Proteion Qwiek.up til at skabe mere ro under ADL

"Vores største udfordring er trivslen hos vores beboere, deres familier og vores medarbejdere. Vi kan ikke være der hele tiden, men vi vil gerne skabe en atmosfære, hvor alle føler sig så godt tilpas som muligt," fortæller Annette. "Når jeg ser på den pleje, mine egne forældre får i denne livsfase, kan jeg se, at der virkelig er blevet taget nogle store skridt fremad."



"Frisøren har for nylig kunnet klippe hans hår uden problemer. Noget, der tidligere ikke lod sig gøre. Noget, der virker småt, men som har stor effekt og betydning for os."

Qwiek.up skaber tydelig merværdi for Annettes team: "Det giver rolige og tilfredse beboere. Uro hører til sygdomsbilledet, men når nogen har det godt, kan man straks se det. Det er vores daglige mål." Hun deler et smukt eksempel: "Vi havde en beboer, der var meget urolig, og intet så ud til at hjælpe. Selv efter rådgivning fra psykologen forblev plejesituationen en kamp. Da vi besluttede at bruge Qwiek.up under medicingivning, før morgenmaden og ved morgenplejen, så vi hurtigt en forandring. Han ser koncentreret på billederne og nynnede med musikken. Frisøren har for nylig kunnet klippe hans hår uden problemer – noget, der tidligere ikke lod sig gøre. Det virker måske som en lille ting, men det har stor betydning for os. Vi havde ikke forventet denne succes, men Qwiek.up er nu blevet uundværlig."

Effekt på brug af psykofarmaka og indskrænkende foranstaltninger

Desværre virker medicin nogle gange som den eneste måde at dæmpe uro på. Men udover at det kan være en frihedsbegrænsende foranstaltning, er der ofte også uønskede bivirkninger. Vores hjælpemidler, som Qwiek.up, tilbyder et andet perspektiv. Cindy Brink, trivselsmedarbejder hos Accolade Zorg, fortæller:

"Qwiek.up bliver hos os allerede inkluderet i flere omsorgsplaner som et værdifuldt alternativ til en frihedsbegrænsende foranstaltning som medicin."



Hun deler et sigende eksempel: "Vi har en dame, der skal vækkes på en rolig måde – ellers bliver alle ADL-momenter resten af dagen meget urolige. Denne uro skyldes overstimulering. Ved at bruge rolige, bevægende billeder under opvågningen bliver hun afledt fra andre stimuli, hvilket har en positiv effekt på hele hendes dag."

Qwiek.up ADL-intervention til at forebygge eller reducere uforståelig adfærd hos personer med demens

I det af ZonMw-finansierede program Gode eksempler på praksis i pleje og omsorg er der i samarbejde med to plejehjem og forskere fra Zuyd University of Applied Sciences udviklet og evalueret en konkret vejledning til brugen af Qwiek.up under ADL. Denne vejledning, med titlen "Uforståelig adfærd ved ADL? God brug af Qwiek.up", samt tilhørende materialer, giver sygeplejersker, plejepersonale og det tværfaglige team praktisk støtte til målrettet anvendelse af Qwiek.up.

Denne tilgang er baseret på både videnskabelig litteratur og den værdifulde ekspertise fra sygeplejersker og plejepersonale i praksis. Resultaterne af undersøgelsen og den udviklede vejledning understreger Qwiek.ups potentiale til at skabe en positiv indvirkning på ro og tryghed i de daglige plejesituationer.

[Kilde: Qwiek.up ADL-intervention](#)

82,4%

Tallene taler for sig selv: oplevet effektivitet

Erfaringerne fra praksis understøttes af positiv feedback fra sundhedsprofessionelle. Ud af 95 kundeanmeldelser angiver hele 82,4% af de adspurgte, at Qwiek.up er effektiv til at reducere uforståelig adfærd.





“Den stimulusfattige nat kan udløse uro hos personer med demens.”

Uro om natten: stor indvirkning på nattevagten

Natten. En periode, der burde være præget af ro og restitution. Men for mange ældre med demens er natten netop en tid med uro. Vidste du, at hele halvdelen af dem har søvnproblemer? Konsekvenserne er enorme, ikke kun for beboerne selv, som mangler den livsnødvendige ro, men også for nattevagtpersonalet, der gang på gang bliver konfronteret med uro, råb og vandring.



Hanneke van de Pol, ekspert inden for demenspleje, formulerer det præcist i et nyligt LinkedIn-opslag: “Flere af vores beboere er altid aktive om natten. De står op af sengen, beder om mad eller råber hele tiden. Hver gang prøver jeg at forklare, at det stadig er nat, og at de skal sove, men det hjælper ikke.”

Mange mennesker med demens er urolige om natten. De står op, råber, banker på andres døre, flytter rundt på ting, vandrer eller spiser.

Personer med demens har behov for stimuli, især dynamiske stimuli, altså stimuli, der ændrer sig, såsom billeder eller lyde. Når det bliver nat, forsvinder alle disse stimuli pludseligt. Det er stille og mørkt. For en person med demens kan det være meget skræmmende og give en følelse af ikke længere at eksistere. Derfor begynder de selv at skabe stimuli. Det er ikke rart for dig som pårørende eller plejepersonale på nattevagt, og heller ikke for eventuelle andre beboere.

Løsningen er indlysende: sørg for de rette stimuli. Nogle gange er det nok bare at lade fjernsynet eller radioen køre. Andre har mere gavn af en projektor, der projicerer ting op på loftet, som Qwiek.up.

I dag vælger mange plejeorganisationer, at nattevagterne arbejder i pyjamas eller badekåbe. For hvor forvirrende er det ikke for en person med demens at stå op af sengen uden at vide, hvad klokken er, måske se et dækket morgenbord og så møde en plejeperson i tøj, der siger, det er nat, og man skal i seng igen? Det er svært for folk at forstå den rette kontekst. Det virker langt mere logisk at møde nogen i pyjamas, som siger, at man skal sove igen, og som selv også skal sove.

Det er også vigtigt at sørge for nok aktiviteter i løbet af dagen. Hvis nogen har sovet det meste af dagen i stolen, er det ikke mærkeligt, at der ikke bliver sovet om natten.

“Jeg prøver hver gang at forklare, at det stadig er nat, og at de skal sove, men det hjælper ikke.”

For nogle mennesker kan det hjælpe at lægge pres på kroppens dele. Det kan ske med en tyngdedyne eller en handske fyldt med vægt som en rigtig hånd. Nogle gange kan tilstedeværelsen af en krammedukke eller en robotkat, eller naturligvis et rigtigt kæledyr, skabe ro.

Som Hanneke forklarer: Den stimulansfattige nat kan udløse uro hos personer med demens. Vores hjælpemidler kan hjælpe med dette. Ud over Qwiek.up har vi også Qwiek.snooze, som er specielt designet til natten og kan tilbyde komfort med bløde lyde i stilheden.

Hanneke van de Pol og Freya Flach, grundlæggere af Zeg JA tegen dementie, tilbyder træning til sundhedsprofessionelle og pårørende.

Case Rivas Zorggroep: Reducering af natlig uro med Stjernehimmel-modulet

En beboer lider af angst, især om natten. Kvinden er døv og har brug for visuelle stimuli. Om aftenen og natten oplevede hun angst. Beboeren blev forskrækket af alt omkring sig, berøringer osv. Da kvinden råbte meget om aftenen og natten, blev de andre beboere urolige og kunne for eksempel ikke sove.

Vi har brugt Stjernehimmel-modulet på Qwiek.up for at give hende mere komfort i hendes eget miljø og aflede hende, så hun blev mindre angst og kunne sove mere roligt. Kvinden syntes, det var rart, hun blev afledt og virkede tydeligt mindre angst. Det gjorde plejen mindre belastende for både hende

og plejepersonalet. De andre beboere blev ikke længere forstyrret af hendes råb, som tidligere havde fodret deres egen uro.

Kvinden oplever ikke længere angst under plejemomenterne og om aftenen og natten. Derfor falder hun afslappet i søvn uden at gå i panik. Det er dejligt, at vi kan give vores beboere daglig pleje uden, at de er angste. Da kvinden er døv, er kommunikationen meget vanskelig. Ved at tilbyde hende visuelle stimuli forsvinder angsten, og som plejepersonale kan man tilbyde en bedre kvalitet af pleje.



Uro ved stor opmærksomhed og vagtskifte

I sundhedssektorens dynamik sker det ofte: beboere, der konstant kræver opmærksomhed. Vi taler ofte om krævende adfærd, hvor en person vedvarende søger nærhed, har svært ved at dele opmærksomhed eller har svært ved at vente på at blive hørt.

Tænk for eksempel på en beboer, som:

- regelmæssigt unødvendigt beder om hjælp eller støtte til ting, han allerede kan eller kender til;
- fortsætter med at bede om hjælp, selv efter at den netop er blevet givet;
- på alle mulige måder forsøger at tiltrække opmærksomhed;
- kræver hastende hjælp eller støtte til mindre presserende ting;
- beder om ting på en selvfølgelig, for påtrængende, dramatisk, nedladende eller truende måde.

Bag denne adfærd gemmer der sig ofte en dybere psykisk nød, et savn af tryghed. Usikkerhed, angst, ensomhed, kedsomhed og sorg kan alle være årsager til denne konstante opmærksomhedssøgning. Det er en måde at fylde et tomrum på og udtrykke et behov for kontakt og tryghed.

(Kilde: www.grenswijs.be)

Uro under vagtskiftet

Vi spurgte vores community af sundhedsprofessionelle på LinkedIn: "Hvad er de mest urolige tidspunkter på en almindelig arbejdsdag?" Det svar, der overraskende ofte blev nævnt, var vagtskiftet. Måske ikke det første, man tænker på i forbindelse med uro, men for mange er det et højdepunkt. Uanset om det er overgangen omkring kl. 17:00 – når besøgende går, beboere spiser, og nattevagten begynder – viser disse øjeblikke sig ofte at være en usynlig blanding af mange stimuli og skiftende ansigter.



"I en samtale med en bestyrelse fik vi at vide, at klienter i gennemsnit trykker på kaldeknappen 17 gange om dagen pr. person – ofte blot for at få opmærksomhed. Det er ret mange øjeblikke, som kræver meget tid og opmærksomhed."

Paul Voncken, administrerende direktør Qwiek



Videnskabeligt dokumenteret:

Mindre uro og mindre medicin

Videoprojektioner som alternativ ved uro

Hvordan skaber man ro hos en ældre, der forvirret ankommer til akutmodtagelsen? Ofte tyr vi til medicin. Men hvad nu hvis man med billeder kan opnå mere?

En nyere tysk undersøgelse viser, at beroligende videoprojektioner, som dem der tilbydes via Qwiek.up, er en effektiv intervention mod akut uro. Inden for 30 minutter faldt uroen markant, og behovet for beroligende medicin blev mindre. Uden bivirkninger. Uden komplicerede protokoller. Simpelt ved at bruge billeder og lyd som omsorgsværktøj.

Hvad gør denne intervention så effektiv?

Qwiek.up projicerer beroligende billeder, fra natur til musik, på væg eller loft. I undersøgelsen blev blandt andet vist billeder af et akvarium, en skovtur og André Rieu i Wien.

Kombinationen af kendt musik og rolige visuelle stimuli medførte en mærkbar reduktion af uro hos ældre med svær agitation.

Effekten var ikke kun subjektivt mærkbar, men også objektivt målt med validerede observationsskalaer (RASS og Nu-DESC). Samtidig

faldt medicinforbruget: Kun 3 % i videogruppe havde behov for beroligende medicin, mod 33 % i kontrolgruppen.

Konkret, anvendeligt og sikkert

Det særlige ved denne undersøgelse er, at den blev udført midt i det hektiske miljø på akutmodtagelsen. Billederne blev projiceret direkte på væggen eller loftet. Ingen forberedelse var nødvendig, og personalet kunne nemt anvende hjælpemidlet. Ingen patienter blev forværret af videobillederne, hvilket peger på en sikker anvendelse.

For den langvarige ældreomsorg betyder det, at beroligende projektioner ikke kun hjælper ved ADL-pleje eller natlig uro, men også er et stærkt alternativ til frihedsbegrænsende foranstaltninger som medicin eller fastspænding.

For dem, der ønsker flere detaljer Om undersøgelsen

Denne åbne, randomiserede undersøgelse blev udført på et universitets-hospital i München (LMU). I alt 57 ældre (65 år og derover) med svær agitation på akutmodtagelsen deltog. De blev screenet med 4-AT, og kun patienter med høje scorer på Richmond Agitation-Sedation Scale (RASS ≥ 2) og Nursing Delirium Screening Scale (Nu-DESC ≥ 4) blev inkluderet.

Interventionsgruppen modtog 60 minutters videoprojektion via Qwiek.up. Kontrolgruppen fik standardpleje. Resultaterne viste signifikante forskelle i RASS og Nu-DESC efter 30 og 60 minutter samt i medicinforbruget ($P < 0.001$ for observationsskalaer; $P = 0.004$ for medicinbrug).

Reference: Güvec et al., *European Journal of Emergency Medicine*, 2024.

Se undersøgelsen [her](#)



**Kombinationen
af velkendt musik
og rolige visuelle stimuli
medførte en mærkbar
reduktion af uro.**



Qwiek[®]

Qwiek BV

Euregiopark 4
6467 JE Kerkrade
The Netherlands

Distributør DK

Gloria Mundi Care ApS
Tårupvej 4
7000 Fredericia

Kundeservice@gmcare.dk
+45 5115 0550