

This is an electronic reprint of the original article. This reprint may differ from the original in pagination and typographic detail.

Please cite the original version:

Sirku Säätelä (2019). *24th Nordic Congress of Gerontology 2-5.2.2018 i Oslo*. *Vård i fokus*, nr 1/2019, s. 22-25.

.....
“ There is no point in life if you go to bed as a younger person and the next day you wake up as an older person”.

John Beard 2.5.2018
.....

24th Nordic Congress of Gerontology 2-5.5.2018 i Oslo

Sirkku Säätelä

år var det Oslos tur att vara organisatör för Congress of Gerontology, som ordnas vartannat år i något av de nordiska länderna. Programmet var väldigt omfattande, multidisciplinärt och mycket intressant. Det var tre intensiva dagar med många nya forskningsrön, intressanta presentationer och nya kontakter. Programmet bestod av nya intressanta forskningsområden ss digitalisering och robotik men också ny forskning kring långkörare som malnutrution, fall, multimedcinering, åldersdiskriminering, vanvård, empowerment (delaktighet) av äldre och anhöriga, bemötande och dignitet samt be-

handling av minnessjukdomar som tycks vara svåra att åtgärda trots övertygande fakta och forskning. I denna artikel ska jag försöka sammanfatta det viktigaste av programmet under de tre verkliga givande dagarna.

Oslo Congress Center

Personligen fick jag den stora förmånen att delta i denna konferens genom ett stipendium från Sjuksköterskeföreningen och fick presentera mitt abstrakt, vilket jag är väldigt tacksam över. Presentationen gällde preliminära resultat i forskning angående misstag i läkemedelsadministration till äldre. Jag hade sällskap

av kollegor från FoU, från min egen organisation, även kolleger från Åbo Akademi i Vasa var på plats. Trevligt att ha bekanta att byta erfarenheter med.

Vårt hotell låg på passligt gångavstånd från konferenscentret vid Karl Johans Gade som från Stortinget leder till Kungliga Slottet, så vi kunde bekanta oss med Oslo city under promenaden till konferensen. Programmet inleddes i Oslo Congress center, ett stenkast från kungliga slottet och National galleriet i vackert vårväder. Det var blåsorkester, välkomsttal med rubriken ”Lessons of lifetime” och premiering av professor Taina Rantanen från



Nordic Congress of Gerontology.

Finland (JYO) samt dr Olöf Gudny Geirsdottir från Island, båda framstående, aktiva forskare inom området.

Konferensen digra program gjorde att man tyvärr måste försöka sig på att välja mellan de olika parallellsessionerna, vilket inte var lätt och jag försöker mig på att göra en summering över det jag personligen fann intressant.

Det naturliga livsförloppet

Den första keynoten gavs av dr John Beard, läkare och direktör inom avdelningen Ageing and Life Course i WHO. Hans rubrik var "A life course approach to healthy aging" och han talade om

livscykeln och åldrandet som en del av det naturliga livsförloppet. Han sade att det inte finns någon stereotyp som den "äldre människan". Åldrandet är individuellt, oberoende av kronologisk ålder och ett gott åldrande är en process där man upprätthåller och utvecklar den funktionella förmågan som ger välmående i hög ålder. Bilden från föreläsningen visar dimensioner av detta, vackert illustrerat som ett träd. Det handlar om att vara mobil, dvs ha kvar en funktionsförmåga, antingen självständigt eller assisterat, att lära, växa och göra beslut, dvs behandlas med dignitet och ha kvar sin självbestämmanderätt, att få

sina grundbehov tillfredsställda, att få delta i samhället på lika villkor samt att upprätthålla och knyta nya kontakter. Detta borde vara en självklarhet men är det inte. Ett gott åldrande kräver att samhället förbinder sig till att bygga upp en omgivning som gör det möjligt, ett hälsovårdssystem som kan möta den äldre befolkningens specifika behov, system för långtidsvård samt bättre mätare, monitorering och forskning gällande äldre personer. Åldrandet i sig är ingen indikator för vårdbehov eller vårdkostnader och man ska således akta sig för negativa stereotyper gällande äldre och åldrande. Framförandet finns på



internet (se litteratur) i sin helhet och kan läsa av den som är intresserad. Enligt Beard är den s.k. ”äldre tsunamin” som kommer och slukar alla våra resurser en myt som används av politiker. De äldres antal kommer inte att explodera i framtiden och resurser som används på äldres vård är de facto mindre än de pengar som sätts på andra grupper.

Prevention mot demens

Professorerna Geir Sellback och Knut Engedahl hade gemensamt en personlig, humoristisk och in-

tressant presentation om förebyggande av demens där det bl.a. kom fram att Engedahl varit Sellbacks mentor och att de har olika personligheter som enligt forskning kunde påverka deras prevalens för demenssjukdom. Konklusionen var att mera forskning behövs och att Sellback borde knyta mera sociala kontakter och äta mera grönt medan Engedahl borde träna flitigare och skaffa en större hund att gå ut med eftersom forskarna är överens om att social aktivitet, mångsidig kost och fysisk aktivitet skyddar mot

demenssjukdom. Engedahl talade även senare om att ökad medicinering vid beteendestörningar hos svårt dementa inte har någon effekt och att icke-farmakologiska metoder är att föredra. Han pratade varmt om behovet av att utbilda sjukskötarna till att kunna skatta t.ex. smärta, ångest och andra svåra tillstånd hos dessa patienter som i många fall är icke-kommunikativa verbalt.

Välfärdsstaten

Den nordiska välfärdsstaten fick sin del av uppmärksamheten un-

der följande dags keynote av den danske professorn Jon Kvist. Enligt honom har ännu inget bättre och effektivare sätt att erbjuda medborgarna social- och hälsovård upfunnits. Målen för den nordiska välfärdsstaten är ju att maximera allas jämlika möjlighet till god hälsa, utbildning samt arbete och familj, vilket inte bör glömmas bort i dagens vinstmaximerande och marknadsorienterade samhälle, med allt hårdare attityder. Även den lokala produktionen av välfärdstjänster är karakteristiskt för systemet. Kvist tog till metaforer från berömda barnböcker ss Astrid Lindgrens Pippi Långstrump och Torbjörn Egners Folk och rövare i Kamomilla stad. Andan i böckerna är tolerant, man får vara som man är och alla tas omhand i det sociala nätverket på olika sätt.

Kost och minnesfunktion

En intressant presentation i nutritions-sessionen var den finska GeRy:s forskare, under ledning av Merja Suominen (Society of gerontological Nutrition in Finland), som presenterade FlaSeCo dark chocolate studien (se litteratur). I studien åt äldre personer under 8 veckor 50g mörk choklad per dag. Syftet var att undersöka effekten av kakaoflavonoider på den kognitiv förmågan. Interventionsgruppen fick 410 mg flavonoider och kontrollgruppen 86 mg. Enligt forskarna visar de mycket preliminära resultaten dock att ingen

effekt fanns på friska äldre. Detta bekräftar det faktum att då man äter mångsidig kost och är frisk påverkar inte små ändringar i kosten minnesfunktionen.

Alzheimerforskning är i ett brytningsskede sade forskarna med svensken Bengt Winblad som ordförande från bl.a. Karolinska Institutet, i spetsen. Man har hittat nya biomarkörer som kan hjälpa till att identifiera och diagnostisera sjukdomen. Det inger även hopp för nya behandlingsmetoder.

Ny forskning om akut förvirringstillstånd i hemvården, som intresserade mig mycket, presenterades av Maria Krogseth, en ung norsk forskare, likaså presentationen om dignitet/värdighet eller avsaknad av dignitet inom äldreboenden av Jenny van der Steen, var intressant. Akut förvirringstillstånd kan drabba vem som helst och preliminära resultat visar att klienter inom hemvården drabbades till 80 % av akut förvirringstillstånd som är svårt att känna igen ifall vårdaren inte känner klienten. Riskerna är högre mortalitet, hospitalisering och risk för att få andra problem inom nära framtid.

Avsaknad av värdighet kan definieras som en känsla av att bli övergiven eller sviken (abandonned). Inom äldreomsorg karakteriseras detta att bli berövad känslan att höra till ett sammanhang, berövad värdighet på grund av handlingar eller underlåtenhet, berövad bekräftelse, berövad på respekt genom fysisk och psykisk

förnedring samt berövad aspekter på livet. Det var en ganska tänkvärd presentation som tyvärr är vardag på många håll.

Det fanns även andra mycket intressant framföranden som tyvärr inte får plats i denna artikel. Konferensen gav mig personligen mycket nya tankar och inspiration för nya forskningsprojekt. Summa summarum: alla vårdare borde ha möjlighet att delta i konferenser som denna för att få inspiration, kunskap, nya arbetsätt och energi i vardagen. Mera information och material finns i litteraturlistan. ♦

LITTERATUR

<https://24nkg.no>

www.aldringoghelse.no/alle-artikler/welcome-oslo-and-24nkg/.

https://nb-no.facebook.com/pg/24NKG/posts/?ref=page_internal.

www.slideshare.net/OECD-GOV/ageing-fiscal-implications-and-policy-responses-john-beard-world-health-organisation.

www.gery.fi/.

www.gery.fi/uutiset/suklaatutkimuksen-tulokset-vahvistivat-etta-tumma-suklaa-sopii-herkkukhetkeen/.

FÖRFATTAREN

Sirkku Säätelä