

HELSEFREMNING OG MESTRING FOR PERSONER MED DEMENS



SESAM – Regionalt kompetansesenter for eldremedisin og samhandling ved Stavanger universitetssjukehus samarbeider med Nasjonalt kompetansetjeneste for Aldring og helse om et europeisk forskningsprosjekt - SHAPE - Helsefremming og mestring for personer med demens i tidlig fase med e-læring for pårørende (www.shapeproject.eu).

Vi søker nå etter aktuelle deltakere som kan bli med på et nytt og brukervennlig nettbasert kurs.

Hva handler forskningsprosjektet om?

Forskningsprosjektet SHAPE undersøker om kunnskap, råd og tips som formidles gjennom eSHAPE-kurset bidrar til at hjemmeboende personer med demens bruker ressurser som er tilgjengelig for dem i hverdagen, og opplever økt livskvalitet.

eSHAPE kurset går over 10 uker og har en ukentlig nettbasert samling à 2 timer. Deltakeren sitter hjemme i sin egen stue og blir oppringt av våre kursledere når kurset starter. I kurset treffer de tre andre kursdeltakere og to kursledere.

Gruppeundervisningen foregår i et sikkert virtuelt møterom (Pasientsky) via en spesialutviklet app (Berntsen) som kommer ferdig installert på iPadene som deltakerne får utdelt (låne). De pårørende vil også få tilgang til alt kursmateriellet på nett.



Uke	Tema
1	Orientering til kurset
2	Gode helsevaner
3	Kosthold og ernæring
4	Sikkerhet
5	Fysisk aktivitet
6	Aktiviteter, interesser og livslang læring
7	Håndtere hukommelsesproblemer
8	Mestring av endret livssituasjon
9	Kommunikasjon og relasjoner
10	Planlegge for fremtiden og kursevaluering

Hva forplikter kommunene seg til gjennom deltakelse i forskningsprosjektet?

- Rekruttere deltakere til forskningsprosjektet ved å ha en kontaktperson for eSHAPE i kommunen (for eksempel en demenskoordinator) som kan:
 - Identifisere 6 aktuelle deltakere for hver kursgruppe, dvs. 4 som blir trukket til å delta på eSHAPE-kurset og 2 som blir trukket til kontrollgruppen.
 - Samarbeide med prosjektkoordinator om (anonym) screening ut fra inklusjons- og eksklusjonskriterier.
 - Levere ut iPadene og kursmateriell til deltakerne og koble dem opp til deltakerens wifi.
 - Være tilgjengelig for teknisk bistand (med veiledning fra SESAM) hos deltakerne hvis behov.

Fordi dette er en randomisert kontrollert studie vil 2/3 (4 av 6) av de som inkluderes i forskningsprosjektet bli trukket ut til å få eSHAPE-kurs, mens 1/3 (2 av 6) skal være kontrollgruppe og få kommunens ordinære oppfølgingstilbud. Vi anbefaler at de som blir trukket til å være i kontrollgruppen får tilbud om eSHAPE-kurset eller tilsvarende kurs når datainnsamlingen i prosjektet er over.

NB: Hvis dere har problemer med å skaffe nok deltakere til å ha egen eSHAPE gruppe, er det mulig å ha en gruppe sammen med andre kommuner. Siden all undervisning foregår på nett kan deltakerne i en gruppe komme fra hele landet.

Hvem er målgruppe for eSHAPE-studien?

Inklusjonskriterier for å delta i eSHAPE-studien er:

- Demensdiagnose i henhold til ICD-10 eller DSM IV eller V
- 65 år eller eldre
- Mild til moderat demens, som assosiert med MMSE ≥ 18
- Kan lese og skrive
- Hører og ser godt nok til å fungere i en gruppe
- Har samtykkekompetanse
- Behersker norsk språk
- Har en pårørende som kan delta i studien

Eksklusjonskriterier:

- Diagnostisert med alkohol- eller stoffmisbruk
- Lewy body demens, fronto-temporal demens eller semantisk demens
- Begrenset forventet levetid på grunn av terminal sykdom eller annen alvorlig sykdom enn demens
- Pågående cellegift- eller strålebehandling
- Deltar for tiden i helsefremmings- eller self-management-gruppe

Hva innebærer datainnsamlingen for deltakerne i studien?

Data blir samlet inn per telefon eller videotelefon både fra personen med demens selv og fra pårørende (én person) ved bruk av spørreskjema. Det er datasamling 3 ganger: før kurset (baseline), rett etter at eSHAPE-kurset er gjennomført, og deretter igjen etter 6 måneder.

Når kan kommunen starte?

I vedlagte tabell finner du en oversikt som viser hvilken rolle dere i kommunen har og hva dere skal gjøre ut i fra når dere ønsker å starte opp med kurset. Det er kursledere fra SESAM som står for selve gjennomføringen av eSHAPE kursene. Så fra første datainnsamling (baseline) er det stort sett vi som styrer «skuta».

Hva får kommuner som deltar i forskningsprosjektet?

I prosjektperioden får kommunen som deltar i eSHAPE:

- Støtte til å dekke utgifter. Kr 2 000 per deltaker som deltar på eSHAPE-kurs.
- Tilbud om deltakelse i Nasjonalt fagnettverk eSHAPE/mestring ved demens.
- Mulighet til å videreutvikle sitt tilbud til personer med demens og deres pårørende.

KONTAKTINFORMASJON

Les mer om studien på www.shapeproject.eu eller ta kontakt med en av koordinatorene i eSHAPE: martha.therese.gjesten@sus.no eller janne.rosvik@aldringoghelse.no om du trenger mer informasjon.
