

REHABILITERING I PRAKSIS

– sammen sætter vi mål



Udgivet af:
Sundheds- og Omsorgshotellet Vikærgården
Hvidkildevvej 1-7, 8240 Risskov

Redaktionsgruppe:
Gitte Birkelund Dons, Kirsten Floris,
Alice Jensen (ansvarshavende)

Layout: vielen dank

Oplag: 1000

Borgernes fortællinger er anonymiseret.



Forord

Sundheds- og Omsorgshotellet Vikærgården er et rehabiliteringshus, hvor vi udvikler og afprøver nye velfærdsteknologiske løsninger til gavn for borgerne. Vikærgården er et sted båret af ambitionen om at være de bedste inden for vores felt.

Vi er i gang med en større ombygning af Vikærgården. Indtil videre kan vi byde velkommen til 10 nye værelser og 2 nye wellness-badeværelser, der er fuldstændigt renoverede med det sidste nye inden for velfærdsteknologiske løsninger – fx har nogle af værelserne stemmestyring og trykfølsomme gulve. Vi sætter fokus på evidensbaseret procesdesign som metode i forhold til at skabe sammenhæng mellem rehabilitering og fysiske rammer.

Medarbejderne på Vikærgården er fagligt kompetente og sætter kvalitet og etik i højsædet. Til daglig samarbejder hele personalet tværfagligt for at skræddersy de mest optimale rehabiliteringsforløb for borgerne. Vi understøtter den enkelte borger i at genvinde, bevare og/eller udvikle funktionsevnen.

Når borgerne kommer på Vikærgården, er de vores gæster. Og vores fornemste opgave er at få gæsterne til at føle sig godt tilpas, så de oplever en trykthed, der kan understøtte dem i at nå deres mål.

Formålet med denne pjece er at få borgernes og medarbejdernes fortællinger frem i lyset. De er de bedste vidner og de bedste til at formidle fortællingerne om, hvordan vi på Vikærgården arbejder med helhedsorienteret rehabilitering og velfærdsteknologiske løsninger i hverdagen.

Sundheds- og Omsorgshotellet Vikærgården ønsker at tage teten i forhold til innovativ udvikling af rehabilitering og velfærdsteknologi. Vi ønsker at dele nyeste erfaringer og viden både nationalt og internationalt. Vi vil ledelse med vilje – og vi er på vej i den rigtige retning.

Centerleder



Alice Jensen

Foråret 2013

Indhold

Hverdagens praksis på Sundheds- og Omsorgshotellet Vikærgården	5
Borgernes mest betydningsfulde hverdagsaktiviteter	7
Solstrålehistorie: Fristende og nærende mellemmåltider	8
Brainfitness – med Silbot	11
Solstrålehistorie: Med god vilje virker også de små skridt.....	12
Gåpåmod i trygge rammer	14
Solstrålehistorie: Blomster giver glæde på Vikærgården.....	17
Mere selvhjulpen med rollatoren	18
Solstrålehistorie: Et andet liv – uden smerter	23
Puslespil med robotten Silbot	24
Solstrålehistorie: En borger med meningitis – der fik mod på livet.....	27
Frie og hjemlige forhold	28
Solstrålehistorie: På oplevelsestur i eget hus lille juleaften.....	30
Tryk spisesituation – med spiserobotten.....	32
Solstrålehistorie: På benene – efter lang tid i kørestolen	35

*Målgruppen er borgere i Aarhus Kommune over 18 år.
Borgere, som har haft en generel svækkelse og/eller et
nyligt tab i funktionsevnen. Disse deltager aktivt i
deres rehabiliteringsproces.*

Hverdagens praksis på Sundheds- og Omsorgshotellet Vikærgården

Vores indsats har fokus på det rehabiliterende forløb, hvor vi som udgangspunkt træder stien, mens vi går. Rehabilitering er en proces i tæt samspil med borgeren – og hvor det er borgerens mål, der danner basis for det individuelle forløb.

På Vikærgården er det vigtigt for os ikke kun at have øje for om træningen virker, men også at hverdagen i eget hjem kommer til at virke, således bliver det en helhedsorienteret indsats, vi tilbyder. Vores formål er at understøtte borgeren i at opnå den størst mulige selvhjulpethed og dermed danne grundlag for et selvstændigt og meningsfuldt liv.

En vigtig opgave for de medarbejdere, der modtager borgeren, er at stille spørgsmålene: Hvad er selvstændighed og meningsfuldhed for dig? Hvad vil du gerne kunne gøre selv, når du skal tilbage til eget hjem? For det er helt klart borgeren, der ved, hvad der er vigtigst og bedst for ham/hende. Og på baggrund af et fagligt redskab undersøger vi, hvad der for borgerne udgør de mest betydningsfulde hverdagsaktiviteter. Se side 7.

Et rehabiliteringsforløb gennemgår forskellige faser – hvor den sygeplejefaglige udredning altid vejer tungest ved ankomsten, og hvor træningsforløbet bygges stille og roligt op efterhånden, som borgeren får flere kræfter. Borgers udviklingspotentiale identificeres tværfagligt.

Irma K. Edqvist og Kirsten M. Nielsen

Teamledere



"Vi kan godt have en tendens til i det tværfaglige samarbejde at snakke om sygeplejersker, assistenter og terapeuter. Men vi er jo ikke kun de tre faggrupper her.

Vi er også – medarbejderne i køkkenet, i vaskeriet, i rengøringen og i administrationen. Vi er et helt fundament af mennesker, der er med til at få rehabiliteringsforløbet til at køre på skinner."

DIANA KØLVRAA, SYGEPLEJERSKE.

Borgernes mest betydningsfulde hverdagsaktiviteter

OMSORG FOR SIG SELV

- ✓ Vaske sig og tage brusebad
- ✓ Klæde sig af og på også sko og hjemmesko
- ✓ Holde fast om glas og bestik
- ✓ Kunne bære sin egen mad fra køkkenet til bordet
- ✓ Gå selvstændigt på toilet

HUSFØRELSE

- ✓ Gøre rent, ordne vasketøj, tømme opvaskemaskine
- ✓ Handle daglige indkøb ind
- ✓ Lave morgenmad, smøre brød, lave kaffe, skrælle æbler og kartofler

BEVÆGELSE OG FÆRDEN

- ✓ Gå ned efter avisen, gå omkring indendørs med/uden ganghjælpemidler, gå på trapper, komme ud på terrassen
- ✓ Vende sig helt om på siden i sengen og finde hvile, kunne komme ind/ud af seng, komme sikkert ud af sengen, rejse sig op fra gulvet

DELTAGELSE I SAMFUNDSLIVET

- ✓ Skrive julehilsner
- ✓ Gå i teateret og Musikhuset
- ✓ Gå i banken og butikkerne

MENTAL FUNKTION

- ✓ Kunne orientere sig i omgivelserne
- ✓ Læse bøger og aviser



Fristende og nærende mellemmåltider

Vikærgården afprøvede i en periode 'projekt mellemmåltider'. Målet var at bedre ernæringstilstanden hos de småt spisende borgere ved en udvidet indsats for at friste og nøde til spisning mellem hovedmåltiderne. Hvis den enkelte borger over længere tid får for lidt at spise, kan han eller hun ende med at komme ind i en ond cirkel af uoplagthed, træthed, væggtab, øget modtagelighed for sygdom – og genindlæggelse.

"Borgernes ernæringstilstand er således af stor betydning for mulighederne i forbindelse med rehabilitering. Vores mål med fristebordet er derfor at lokke en lille bid ekstra ned hos borgerne, så de på den måde får en forbedret ernæringstilstand" fortæller klinisk diætist Anette Moestrup.

Om formiddagen fik borgerne tilbud om en lille smoothie i forbindelse med træning. Om eftermiddagen fik de udover den sædvanlige kaffe, et fad med oste, kiks og andre lækre fristelser. Tilbuddet var en stor succes hos borgerne, som benyttede sig af tilbuddet henover hele eftermiddagen og aftenen. Især eftermiddagsfristebordet var en stor succes. Borgerne spiste og spiste, med den konsekvens, at der var manglende afsæt ved aftensmaden.

"Vi besluttede derfor at skubbe det store fristelsesbord med nybagte småkager, dessert og lignende til senere på aftenen. Med fristelsesbordene slår vi nu to fluer med et smæk. Borgerne bliver bedre ernæret end før og får en bedre mulighed for at være sociale. Ordningen blev siden udbredt til resten af huset" siger Anette Moestrup.

ANETTE MOESTRUP

"Vi havde en borger, der næsten ikke kunne stoppe igen, da hun skulle fortælle, hvor godt det var med sådan et fristebord. Efter at have rost det, fortsatte hun med at tage for sig af lækkerierne."





VIDSTE DU,
at Sundheds- og
Omsorgshotellet
Vikærgården er et
midlertidigt døgn-
rehabiliteringssted?

Brainfitness – med Silbot

Inden Ingrid kom til Vikærgården, vidste hun ikke, hvad det var for et sted. Hun havde været sengeliggende længe og havde ikke noget muskulatur tilbage. ”Jeg kunne ingenting, da jeg kom her. Jeg har ligget i sengen så længe, at jeg er blevet meget svag”. Derfor havde Ingrid især fokus på genoptræningen af hendes muskler – og på at blive selvhjulpen.

”Inden opholdet havde jeg egentligt kun forventninger til mig selv, og det var, at jeg blev selvhjulpen”, siger hun.

Ingrid har ikke haft problemer med at få tiden til at gå på stedet. Hun har blandt andet været med til brainfitness ved robotten Silbot. ”Jeg gik til brainfitness, og det har jeg fået meget ud af. Der fik jeg især styrket min koncentrationsevne”.

Hun har også deltaget på balanceholdet, som skulle forbedre hendes balance. Det fremhæver hun som fantastisk udbytterigt og givende. Derudover har Ingrid haft stor fokus på og glæde af træningen med fysioterapeuterne.

Ingrid var i stand til at tage fra Vikærgården før forventet. ”Jeg har været meget glad for at være her, og personalet er ualmindelig søde”, fortalte hun få dage før hendes hjemrejse. Ingrid forlod Vikærgården gående og uden rollator.

*”Jeg gik til brainfitness, og det har jeg fået meget ud af.
Der fik jeg især styrket min koncentrationsevne.”*

INGRID



Med god vilje virker også de små skridt

Social- og sundhedsassistent Grethe Hjarsbæk fortæller om en borger med dårlige lunger og svær astma. Han har været indlagt flere gange – sidste gang med en kraftig lungebetændelse. Samtidig var hans ernæringstilstand dårlig, da han ikke havde kræfter til at spise og drikke.

”Selvom han var træt og afkræftet, havde han alligevel fra dag eet en vilje til at skulle videre. Det var simpelthen så dejligt at se de små fremskridt fra dag til dag, og se, hvordan han arbejdede for at få en god nærende kost”.

I starten kunne han ikke gå ret mange skridt med sin rollator. På et tidspunkt magtede han at gå oppe fra stuen og ned i dagligstuen, hvor han nød hyggen og snakken med de andre borgere. Efterhånden klarede han også selv at vaske sig og tage tøj på.

En dag fortalte han, at hans datter skulle giftes. Hun havde besluttet at tage far med på rundtur for at besøge de steder, hvor festen kunne holdes. Han strålede af glæde efter denne tur.

Han talte også meget om at skulle ud og køre bil. Det var sådan, at hans datter jo kom i bil, og når de så kom lidt ud for byen, så kørte han lige nogle småture. Det endte med, at han kørte bil, inden han forlod stedet.

Han lærte på opholdet at finde ro og tålmodighed ved de små fremskridt – og hvad han kunne gøre, før panikken og angsten tog over. Inden han skulle hjem, blev der snakket meget om, hvordan han kunne tænke i de små skridt i hverdagen og i at tage det roligt – fx når han skulle ud at handle.

GRETHE HJARSBÆK

”Jeg kan rigtig godt lide, når jeg kan se, at borgerne får noget ud af deres ophold – og at der kommer et godt resultat ud af vores arbejde.”

VIDSTE DU,
*at 'Dagtræning', der
strækker sig over et forløb
på 10 uger, er knyttet til
Vikærgården?*



DAGTRÆNING

"Dagtræningen" er en indsats for borgere, der har fået vanskeligt ved at klare hverdagen, pludseligt eller gennem længere tid. Borgeren skal have lyst til og være motiveret for at træne og samtidig have en forventning om, at de med en sundhedsfaglig indsats kan genoptage et selvstændigt hverdagsliv. Træningen foregår dels på Vikærgården og dels i egen bolig. Borgeren skal kunne være af sted hjemmefra i 4-5 timer 2-3 gange om ugen og kunne komme ud af egen bolig ved hjælp af max. én person. "Dagtræningen" begynder med et besøg i hjemmet for at træningen kan tilrettelægges optimalt i forhold til borgerens hverdag.

Gåpåmod i trygge rammer

Laila blev visiteret til Vikærgården, da hendes muskler var ved at blive alvorligt svage. Hun udtrykte behov for at styrke sig selv gennem træning. ”Jeg gjorde mig nogle forventninger om, at jeg kunne blive stærkere i mine muskler og være mere tryk.” Laila boede og trænede på Vikærgården i ca. 9 uger.

Under opholdet engagerede Laila sig aktivt i træningsforløbet. Hun havde et klart ønske om at ville være i stand til at kunne udføre flere af hverdagens aktiviteter, når hun kom hjem. ”Træningen forløb godt. Jeg var faktisk blevet så dygtig, at jeg kunne gå med krykkestokker. Så blev jeg og personalet syge, og vi blev bombet lidt ned. Men jeg holdt ved og ville i gang igen”.

Laila satte stor pris på den tryghed, hun oplevede under hele forløbet. ”Jeg savner Vikærgården – især for tryghedens skyld. Det var trygt, fordi jeg kunne få fat på personalet hele døgnet”. Disse rammer var med til, at Laila kunne have fokus på genoptræningen og fastholde sit gåpåmod.

Efter Lailas ophold på Vikærgården er hun blevet mere mobil og bedre til at klare nogle af hverdagens aktiviteter selv. Hun fortsætter med at træne, og beholder gåpåmodet. ”Jeg skal bare frem ad. Jeg laver hjemmeøvelser og kan mærke i mine lårmuskler, at jeg træner”. På spørgsmålet om hvad hun tænker om Vikærgården nu, svarer Laila, ”Jeg vil gerne sige, at jeg var så glad for at være der. Da jeg skulle der fra, kunne jeg ikke sige noget, for jeg var meget rørt”.

*”Jeg savner Vikærgården
– især for tryghedens skyld.”*
LAILA



FYSIOTERAPEUT MIKAEL GLUDS FAGLIGE REPLIK TIL FORLØBET MED BORGER LAILA

”Målet var, at Laila kunne begynde at leve sit liv i lejligheden – og udenfor. Hun skulle lære at gå op og ned af sine egne trapper til anden sal. En helhedsrehabilitering, hvor der både var fokus på at træne styrke, udholdenhedstræning, funktionstræning og sociale kompetencer,” siger fysioterapeut Mikael Glud.

Laila var i starten svær at motivere. Teamet fastholdt kravene, samtidig med at han snakkede med hende om, hvad han og kolleger kunne hjælpe med, og hvad det skulle gøre godt for.

Efterhånden steg motivationen, og det blev lettere og lettere at få Laila til at træne forskellige øvelser. Da hun sagde farvel til Vikærgården, kunne hun gå selvstændigt rundt med rollator i og uden for huset – og uden at blive udkørt.

”Vi trænede på trapper. Det var en succes, at Laila kunne se, at hun godt kunne. Der er sket en stor fysisk forbedring, og så har hun fået et mentalt boost. Nu håber, vi at træningen fortsætter i det nye regi”, siger Mikael.

”Vi er ikke altid populære i starten. Men når de tager hjem, er de faktisk meget glade for det skub, de har fået.”

”Denne historie viser, at vores borgere ikke nødvendigvis altid er folk med et brækket ben eller en hjerneblødning. Det er også dem, der lukker sig inde i lejligheden, sidder i den samme stol og sygner lidt hen,” siger Mikael Glud.



VIDSTE DU,
at et rehabiliteringsforløb
på Vikærgården er
af 2-5 ugers varighed?



Blomster giver glæde på Vikærgården

Vikærgården skulle have ministerbesøg, og medarbejderne var i gang med at forberede besøget. Blandt andet skulle der plantes blomster. En borger tilbød sin hjælp til social- og sundhedsassistent Annette Thorhaug.

"Borgeren siger, "Du må sige, hvis I ikke kan nå det, for jeg vil rigtig gerne hjælpe". Vi fik nogle blomster til overs, som jeg valgte at sætte til side til afdeling tre, hvor hun boede. Jeg købte noget jord, og vores borger plantede efterfølgende blomsterne" fortæller Annette.

Borgeren ville også gerne stå for at tænde vores lys på altanerne om aftenen. Hun fik en pose fyrfadslys i sin rollatorvogn, så hun kunne gå rundt og tænde lysene derude. Hvis hun ind i mellem ikke magtede det, spurgte hun en af de ansatte om hjælp. Borgeren havde stor viden om blomster – og ville meget gerne hjælpe til med at vande og pleje blomsterne.

"Blomsterne må ikke få vand før det er stoppet med at fryse, fortalte hun mig, for så ødelægger det løgene. Hun ville rigtig gerne vande blomsterne, og hvis de skulle have plantet nogle på afdeling tre, så ville hun rigtig gerne gøre det for mig. Jeg er glad for, at hun gerne ville hjælpe mig, og at hun gerne ville have, at der skulle være pænt på stedet. Hun var engageret og fik en rigtig god oplevelse ud af at plante blomster" siger Annette.

Inden borgeren skulle hjem, spurgte hun en dag Annette om hjælp til at finde en stor blomsterpote. Hun havde købt en stor blomst, som hun forærede til Vikærgården.

ANNETTE THORHAUGE

"En dag, da jeg skulle på arbejde, tænkte jeg, at vi skulle have noget forår og købte derfor nogle hyacinter til stedet. Da de var visne, sørgede vores borger for at købe nye og sætte dem i vaser."

Mere selvhjulpen med rollatoren

Efter komplikationer under en operation blev Bent kørestolsbruger, hvilket vendte op og ned på hans hverdag. Han blev afhængig af hjælp fra andre og kunne på mange måder ikke længere klare sig selv. Da Bent blev visiteret til et ophold på Vikærgården, var hans ønske til opholdet dette: "Jeg håbede på, at jeg kunne komme op og gå med rollator".

Han har under opholdet haft fokus på genoptræningen, f.eks. cyklet i sofacykler og trænet gang med fysioterapeuterne. Han har også benyttet velfærdsteknologiske hjælpemidler som f.eks. en speciel lift, han selv har kunnet anvende til at flytte sig fra kørestolen og over i sengen eller på toilettet.

Bent vil få installeret en lift i eget hjem. På den måde har han ikke kun haft glæde af den på Vikærgården. Det ændrer også hans muligheder på længere sigt for at kunne flytte sig selv og blive mere uafhængig af andre. Teknologien og rehabiliteringen har gjort Bent mere selvhjulpen.

Den oplevelse, Bent husker bedst fra opholdet var, da det lykkedes for ham at komme op og gå med sin rollator. Dette har ændret Bents hverdag. "Generelt er jeg gået fra kun med besvær at kunne stå på benene i nogle få sekunder til næsten at kunne gå frit med rollator. Jeg regner med at komme til at gå frit med rollator, når jeg kommer hjem. Dermed kan jeg også komme ud på toilettet".

Han udtrykker også glæde over de træningsmuligheder og det tværfaglige samarbejde, Vikærgården har kunnet tilbyde.

*"Lift, robot og træning gør mig mere selvhjulpen
og uafhængig af andre."*

BENT



FYSIOTERAPEUT INGER ODDERSHEDES FAGLIGE REPLIK TIL FORLØBET MED BORGEREN BENT

Bent var ved ankomsten til Vikærgården en respiratorbruger med behov for hjælp 24 timer i døgnet. Han havde et stort ønske om at blive i stand til at stå op og kunne gå.


”Første gang jeg ser Bent, kan han med meget besvær rejse sig fra kørestolen og stå i ca. fem sekunder. Så har han ikke vejr til at blive stående længere,” fortæller fysioterapeut Inger Oddershede.

Træningen begynder – og efter Bents ønske er det i første omgang gangtræning. I begyndelsen kan han stå fem sekunder, så ti og så tyve sekunder. Øvelserne udbygges stille og roligt.

”Så en dag prøver vi den høje gangvogn. Igen starter vi i det små. Han går to meter, før han ikke har vejr til at fortsætte længere. Han er så glad. De to meter var en sejr og betød utrolig meget for ham,” siger Inger.

Næste skridt er instruktion af Bent i en aktiv/passiv cykel i træningsrummet. Den cykler han selv på dagligt. Her bevæger han benene mere og udholdenheden bliver bedre. Resultaterne viser sig i gangtræningen, hvor han stille og roligt øger gangdistancen. Så skal han arbejde med at rejse sig, og det er en svær øvelse, som han stadig kæmper med.

Vi finder sammen med Bent frem til, at det er en god udfordring at prøve en af de nye stuer med fjernbetjent lift. Allerede første gang Bent prøver, får han fjernbetjeningen og kører selv, kun med lidt hjælp af personalet. Vi sætter sejlet på, og Bent lifter sig selv og kører hen til sengen. Han kommer ned at ligge og viser bare det største smil. Han synes, det er fantastisk, at han selv er aktiv.



Han kan i udgangspunktet ikke komme på sit eget toilet og kan ikke holde til at sidde på en bækkenstol. Derfor har han brugt ble i hverdagen. Ergoterapeuten træner ham her i det ny skylle- og tørretoilet. Nu kan han sidde på toilettet i stedet for at skulle have afføring i bleen. Reelt er det bare en skinne i væggen, der gør, at han kan køre ud på toilettet. Så kører han ud. Det bliver afprøvet, og det fungerer.

Gangtræningen fortsætter sideløbende og ender med, at Bent kan gå op til 30 meter. Bent ønsker at komme derhen, hvor han kan rejse sig fra en stol, sætte sig i en anden stol, komme op på benene og mærke fornemmelsen af at være strukket ud.

Han har søgt boligteamet om at få lavet ændringer i boligen, fx lift og skylle-tørre toilet, så han kan klare sig selv. Det ser ikke ud til, at Bent kan komme af med respiratoren. Derfor skal han og vi hele tiden prioritere, hvad han kan bruge ressourcerne i respirationsteamet til. Hvad giver ham livskvalitet? Det er for eksempel at bruge funktionen med at strække sig ud og friheden i forhold til toiletbesøg.

Normalt skulle Bent vente på, at nogle hjælpere kom og lagde ham i seng. Så skulle han skiftes, hvis det var nødvendigt. Med liften, som er prøvet af, kan Bent næsten selv køre over i sengen og lægge sig. Der er kun brug for minimal hjælp. Træningen vil kunne fortsætte hjemme i egen bolig. Der er behov for at få lavet små finesser, der gør, at han kan få den til at vende sig, så han ligger rigtigt. Pointen er, at han selv kan bestemme, at nu vil han hen at ligge. Og så kan hjælperne komme, når det passer dem, og lige justere ham på plads, eller skifte ham, hvis der er behov for det. Men han behøver ikke at vente på, at de kommer.

Hjemme i egen bolig får Bent træning tre gange om ugen med en lokal fysioterapeut. Det er tilstrækkeligt, og så vil han også selv investere i en special cykel.



Inger og kollegerne får et flot kort og blomster tre dage, efter de har sagt farvel til Bent. ”Hermed en stor tak til dig og dine kolleger for en flot indsats med at få mig stablet på benene. Vi nåede langt længere, end det mål vi satte ved starten – og længere end de fleste troede muligt. Hilsen Bent”

”Min faglige tilgang har været at lytte til Bent og til, hvad der giver ham livskvalitet. Jeg har været utrolig fordomsfuld over for noget af det nye velfærdsteknologi. Men jeg har besluttet mig for at være positiv og prøve tingene af. For mig er det vigtigt at have en konstruktiv tilgang,” siger Inger Oddershede.



VIDSTE DU,
at vi har forskellige
velfærdsteknologiske
hjælpemidler, som gæsterne
og medarbejdere er
med til at afprøve og
evaluere via Ipad?



Et andet liv – uden smerter

På Vikærgården modtog sygeplejerske Diana Thielsen Kølvråa i efteråret en borger, der efter en hospitalsindlæggelse var visiteret til Vikærgården med henblik på smertebehandling, mobilisering og pleje af stort skinnebessår. Diana så på såret, som var rigtigt grimt.

"I første omgang var min rolle at udrede borgerens situation og tale med de relevante samarbejdspartnere på hospitalet. Hvad kan vi gøre i forhold til smerterne og såret? Jeg måtte støtte borgeren i, at den eneste rigtige beslutning var at amputere benet. Der var begyndende koldbrand, og den eneste måde at komme videre på var at amputere benet", fortæller Diana.

Borgeren blev genindlagt på hospitalet og fik her amputeret benet. Hun vender tilbage til Vikærgården, og herfra udvikler det sig i den rigtige retning. Hun kommer hurtigt op at gå med gangstativ, selvom hun kun har halvandet ben.

"Hun træner på livet løs. Hun er en helt anden dame at arbejde med, for nu har hun ikke smerter længere. Fra at have voldsomme smerter og være sengeliggende – går hun nu med gangstativ og kan mobilisere sig selv fra seng til kørestol, har god appetit og har fået det meget bedre. Det er helt fantastisk", siger Diana.

Borgeren var den sidste weekend under opholdet med til at afprøve et nyt velfærdsteknologisk redskab – en Roboticbed – som er en japansk udviklet seng, som kan omdannes til kørestol.

Fra at have boet i en 3. sals lejlighed sammen med sin mand, flytter borgeren ind i en ældrebolig nede ved jorden. Borgeren skal starte et nyt liv i en ny bolig.

DIANA

"Det, jeg tænker på med denne historie, er, at der godt kan ske noget grufuldt, fx at miste et ben, og så finde ud af, at man skal igennem en proces for senere at opleve, det kan blive godt. Her var det for borgeren begyndelsen på et nyt og bedre liv uden smerter."

Puslespil med robotten Silbot

Mads har fået opereret begge hofter på grund af slidgigt. Han kom til Vikærgården med det formål at genoptræne sin gang efter de to operationer. "Jeg håbede selvfølgelig, at jeg ville komme til at gå igen", lød Mads' forventninger inden han kom på Vikærgården.

Mads er en mand, der ikke er den store forbruger af teknologi. Han var derfor imponeret over de velfærdsteknologiske hjælpemidler, Vikærgården kunne tilbyde. For eksempel træningsrummet, hvor maskinerne ved hjælp af Mads' personlige kort kunne give ham lige den belastning, han kunne holde til, og justere til det tempo, han udviklede sig i. Det var nemt for ham at anvende. Derudover gik Mads til hjernetræning ved robotten Silbot, hvor han morede sig med at skulle lave puslespil på tid.

Mads husker Vikærgården for det gode sammenhold, han havde med de andre gæster, for eksempel under de fælles måltider. "Jeg sad ved et fast bord, når vi spiste. Her havde vi et godt sammenhold. Så lige pludselig forsvandt de, men så kom der nye gæster, og det gik også godt. Så det var træls at skulle hjem igen".

Mads fik sine forventninger til opholdet på Vikærgården indfriet, og er nu kommet hjem. To måneder efter opholdet laver han stadig de øvelser, han lærte på Vikærgården. "Jeg træner stadig, og jeg ved, at hvis det gør ondt, så er det fordi, jeg træner for lidt".

Da Mads blev spurgt, hvad han savnede mest ved opholdet på Vikærgården, så gik der ikke lang tid, før han svarede: "Robotten Silbot".

VIDSTE DU,
at ca. 80% af vores gæster
kommer fra hospitalet
– og 20% kommer fra
eget hjem?



VIDSTE DU,
at vi har mange stude-
rende, og at vi er i færd
med at etablere en studie-
unit for både assistentelever,
sygeplejestuderende og
fysioterapeutstuderende
og ergoterapeut-
studerende?





En borger med meningitis – der fik mod på livet

Sygeplejerske Lene Illeborg fortæller om en borger, som ved ankomsten til Vikærgården var meget svækket på grund af at have haft meningitis. ”Da han kom til os havde han ikke mod på nogen ting. Han skulle have hjælp til at flytte sig, han kunne hverken gå, spise eller drikke selv og kunne kun med besvær gøre sig forståelig ved talen”.

Hun fortæller her om de små og gode fremskridt, der skabte glæde hos borgeren. ”Som tiden gik, så blev han mere og mere mobil. Jeg kunne mærke på både borgeren og kollegaerne, at disse fremskridt var guld værd at opleve. Han kunne sidde selv ved middagsbordet, spise selv og fortælle vittigheder. Det er sådan noget, der gør det fedt for personalet at være her”.

Hun husker især en aften, hvor der var håndbold. Borgeren gik virkelig op i kampen, råbte og gav udtryk for en glæde, som hun ikke havde oplevet siden, han var kommet til Vikærgården.

Da borgeren nærmede sig afslutningen på opholdet, fik han det forlænget. Da tiden var gået, sagde konen, at han nu var så fræk, at han var klar til at komme hjem.

Lene fortæller her om den begejstring og det bøvl, som er en naturlig del af forløbet med denne borger. ”Hele den proces var fantastisk at opleve – både med op- og nedture. Midt i perioden blev han ked af det, fordi det ikke gik hurtigt nok. Det var et tegn på, at han var ved at blive bedre. Utålmodigheden var et tegn på den drift, som han havde, og det viste os, at han virkelig gerne ville det.”

LENE ILLEBORG

”Denne historie er en god grund blandt mange til, at vi er her. Det nytter. Vi kan gøre folk glade og vi kan give dem et almindeligt liv igen, hvor de måske selv troede i starten, at det var en for stor mundfuld.”

Frie og hjemlige forhold

Kurt har haft meningitis og har derfor mistet en række færdigheder både fysisk og psykisk. Han har måttet ligge i sengen længe, og kunne hverken gå eller bruge sine arme. Kurt husker ikke meget af tiden før opholdet på grund af sin tilstand. "Min kone var noget nervøs for, at jeg ikke kunne komme til at gå, sige noget eller få forstanden igen. Så kom jeg her ud, og det gik jo egentlig godt lige fra den første dag".

Kurt havde under sit ophold fokus på at få funktionsevnerne tilbage igen. Han lavede forskellige øvelser i træningsrummet, og fik senere i forløbet en gangvogn, så han kunne hejse sig op og gå, og på den måde træne sin gang. Gangvognen har Kurt kunnet låne med hjem efter opholdet.

Under opholdet satte Kurt især pris på det frie miljø, der er på Vikærgården. "Jeg synes, at det er et dejligt sted, fordi vi er under frie forhold." Det var ikke kun Kurt, der satte pris på det. Også Kurts kone var imponeret over de frie rammer, aktiviteter og snakken med de andre. Kurts kone besøgte ham næsten hver dag sammen med deres hund.

På spørgsmålet om ændringer fra før opholdet til nu, svarer Kurt: "Jeg har sådan set ændret mig meget. Jeg anede ikke en pind, da jeg var syg. Der er lidt vej endnu." Da Kurt tog hjem, kunne han gå fra stedet med en rollator. Han holder træningen ved lige, bruger sin gangvogn og skal til at begynde på en form for fitness. "Da jeg tog hjem, var der nogen, der spurgte, hvad de skulle gøre nu, når hunden ikke kommer mere", fortæller Kurt.

"Jeg vil virkelig rose stedet. Jeg synes, at det er et dejligt sted, fordi vi er under frie forhold. Jeg må indrømme, at jeg var lidt vemodig den dag, jeg skulle hjem."

KURT



FYSIOTERAPEUT MIKAEL GLUDS FAGLIGE REPLIK TIL FORLØBET MED BORGEREN KURT

”Da Kurt kom hertil, var han meget svækket efter at have ligget i sengen lang tid uden at røre sig. Han gik fra at være næsten 100% passiv, kun at bevæge hoved og arm en lille smule, til at komme op at gå med en høj gangvogn og flytte sig selv fra seng til kørestol!” fortæller fysioterapeut Mikael Glud.

Fysioterapeutens rolle er at vurdere, hvad borgeren kan og at finde det rette niveau i forhold til rehabiliteringsindsatsen og formidle det til de andre faggrupper, så de kan støtte op i hverdagen. Resultaterne i forløbet med Kurt kunne ses fra dag til dag. Mikael observerede de mange små skridt og satte ind med nye planer næsten dagligt. Og så var der de skelsættende øjeblikke, for eksempel første gang Mikael kunne lade Kurt stå på egne ben uden hjælp fra terapeuten.

”Det er vigtigt at træne på det niveau, borgeren er nået til, og samtidig heller ikke fastholde borgeren på det niveau men hele tiden give den rette udfordring. Borgeren ryster nogle gange på hovedet, og synes det er hårdt. Men det er så vigtigt, at vi holder fast i forhold til vores faglige indsigt,” siger Mikael.

Kurt fik under opholdet tit besøg af konen og hunden. Konen oplevede også de små fremskridt, og det var en fordel, fordi hun så kunne snakke med Kurt om det.

”Første gang han var oppe at gå, kom hun ind ad døren og så, at han kom op at stå og gå. Det var en stor oplevelse for konen, og en positiv oplevelse, der kan bygges videre på,” fortæller Mikael.



På oplevelsestur i eget hus lille juleaften

Lille juleaften var social- og sundhedsassistent Mai Marcussen på vagt sammen med en kollega. De seks borgere, der var der den aften, havde lavet risengrød. Der var god tid til samvær med borger og pårørende. Under middagssituationen med risengrøden, faldt snakken på renoveringen af nye stuer på Vikærgården. Borgerne var nysgerrige og ville gerne se stuerne.

"Vi fik den idé, at vi alle sammen kunne gå derned, da alle var rimelig mobile på enten hjul eller ben. Vi gik alle sammen derned og så de nye stuer. Borgerne var inde og køre op og ned med badekaret, sidde på toilettet for at mærke varmen i toiletbrættet og prøve døre, som kunne åbne elektronisk. Det var både svært for dem at forholde sig til, men også på mange områder interessant. Vi snakkede møbler og indretning med borgerne, som syntes, at det var super fint. Borgerne sagde, at de ikke havde haft sådan en god aften før. Det var fedt," fortæller Mai Marcussen.

MAI MARCUSSEN

"Det var en god aften, og den var rehabiliterende på alle måder. Der var et helt specielt sammenhold den aften, som jeg simpelthen ikke havde set før."

VIDSTE DU,
at intentionerne med
Sundheds- og Omsorgshotellet
Vikærgården er, at det fungerer
som et rehabiliterings-
og velfærdsteknologisk- og
bygningsmæssigt
eksperimentarium?



Tryk spisesituation – med spiserobotten

Anders er 35 år og fik i 2008 konstateret sclerose, hvilket gør, at han ryster meget. Han kan selv bevæge sig rundt med en rollator, men rystelserne giver ham nogle udfordringer i hverdagen. Blandt andet er det på grund af rystelserne svært at spise.

Vikærgården kan tilbyde forskellige velfærdsteknologiske hjælpemidler, for eksempel en spiserobot. Den kan tilpasses personer med varierende fysiske færdigheder og gøre deres spisesituation nemmere. Anders har ikke prøvet en spiserobot før, men er åben for det. "Jeg har sclerose og ryster rigtig meget – mere end det er rimeligt. Så den kan hjælpe på mine rystelser".

Under sit ophold nyder Anders også godt af de træningsmuligheder, Vikærgården tilbyder. "Ved sclerose er træningen vigtig – træning, træning og atter træning". Han cykler hver dag og rider en gang om ugen. "Jeg vil gerne ride, men det kan jeg kun én gang om ugen, så alternativet er at sidde på en bold – jeg kalder den en skide bold". Anvendelsen af træningsbolden er for Anders det, der kommer tættest på ridningen, som han godt kan lide. "Jeg kan godt lide, hvordan jeg får det, når jeg rider uden for. Det sætter sclerosen lidt på hold".

Anders kan fortsat låne spiserobotten i en periode efter Vikærgården. Han er derudover blevet mere bevidst om, hvad træningen betyder for ham. Hvor han før sad meget hjemme, vil han nu have større fokus på at træne og bruge sin "skide bold". Træningen gør, at han fremover i sin hverdag vil kunne bevæge sig bedre, og få en forbedret balance.

*"Står det til mig, tager jeg Vikærgårdens
træningsrum med hjem, når jeg skal hjem."*

ANDERS



ERGOTERAPEUT MONICA EKSTRÖMS FAGLIGE REPLIK TIL FORLØBET MED BORGEREN ANDERS

Monica Ekström har sammen med Anders drøftet fremtiden – og også hvordan han kan blive mere selvhjulpen med de redskaber, der findes til ham.

Anders er meget glad for at bruge træningsrummet, og han kan nu gå sikkert og længere med rollatoren. Han føler sig tryk ved grebene i badeværelset og har ikke behov for personalet, fordi det er indrettet efter hans funktionsevne. Han er blevet mere selvhjulpen og fri. Endelig og ikke mindst kan han spise selv – efter han har fået spisearmen.

”Anders er super glad for spisearmen. Han er helt oppe at ringe over, at han kan spise selv nu. Det eneste, der driller, er rugbrødet. Men ellers bestemmer han selv spisetempoet, hvad han vil have på tallerkenen osv. Hvis spisearmen fungerer for ham, kan han få den med hjem resten af året, da spisearmen indgår i et projekt,” siger Monica, og fortæller videre:

”Anders er blomstret op, mens han har været her. Han er klar til at afprøve alt det, vi foreslår. Han blev på et tidspunkt flyttet til en af de ny stuer, hvor der var andre muligheder. ”Et herrefedt værelse med greb, svingbar håndvask og meget andet”, siger han selv”.





På benene – efter lang tid i kørestolen

Vikærgården modtog i begyndelsen af marts en borger, som havde nervebetændelse og en slem urinvejsinfektion. Hun har siden oktober måned været låst fast til sin kørestol i hverdagen. Hun kunne ikke køre rundt i sin lejlighed og blev af hjemmeplejen liftet mellem kørestol, seng og toiletstol.

”Da hun kom til Vikærgården, tænkte jeg med det samme, at der virkelig var et potentiale. Hun var ikke mere end lige kommet ind ad døren, før jeg vurderede, at der var noget muskelstyrke at gøre med. Jeg hentede en gangvogn, og allerede første dag var hun oppe at gå 10 meter med gangvognen” fortæller fysioterapeut Mette Brødsgaard.

Mette fortæller om, hvordan det siden den første dag på Vikærgården er gået frem ad. De første dage var borgeren meget nervøs, og Mette og kollegerne gjorde meget ud af at give hende fysisk støtte, så hun kunne mærke, at der var to mennesker, der gik med hende.

Efter halvanden uge går hun til og fra dagligstuen flere gange om dagen. Det er en strækning på ca. 50 meter hver vej. Der er en, der går bag hende med kørestolen, men ellers går hun selv. Hun bliver ikke liftet mere, og er blevet mere aktiv i forflytningen. Hun kan selv komme op at sidde, og forflytter sig ved egne kræfter og med lidt hjælp fra personalet.

”Alt dette er sket på halvanden uge. Hendes mål er at kunne komme til at gå hen til sin postkasse derhjemme – gerne med rollator. Lige nu er hun mobil med den høje gangvogn”, siger Mette.

METTE

”Hvis ikke hun var kommet herud og havde fået lagt træning ind som en del af hverdagen, så frygter jeg, at hun ville have været kørestolsbruger resten af sit liv. Jeg bliver enormt glad og rørt af sådan en historie.”



Aarhus Kommune – Sundhed og Omsorg

Sundheds- og Omsorgshotellet

Vikærgården

Hvidkildevej 1-7

8240 Risskov

Tlf.: +45 8713 1700

www.aarhus.dk