

# Intervju med Ola Polmé, ur "Omtanke, Tidningen för vård och omsorg" nr 5, september 2016



# Att bemöta udda beteenden i vården

En äldre man som säger runda ord när sköterskan kommer in på rummet. En gammal dam där obehärskade skrik och gap är en del av vardagen. Personer med intellektuell nedsatthet har ibland udda beteenden som kan vara svåra att hantera för vårdpersonalen. Hur bemöter man dessa och hur får man vårdtagarna att må bättre? Omtanke har träffat Ola Polmé som har arbetat med avvikande beteenden i vården i över tjugo år.

TEXT ÅSA LARSSON FOTO ÅSA LARSSON, SUSANN ENGQVIST

Vissa beteenden kan upplevas som provocerande och gör vårdgivarna osäkra på hur de ska bete sig. Det kan vara svårt att hantera när man å ena sidan känner sig illa till mods och egentligen vill ge patienten en tillrättavisning. Å andra sidan är personen sjuk och kanske inte alltid riktigt förstår vad som sker.

Ola Polmé har arbetat med demenspatienter och avvikande beteenden sedan 1994. Han är utbildad sjuksköterska och har tillbringat många år inom vården. Omtanke möter honom i en församlingslokal i en förort till Stockholm strax innan han ska hålla föredrag. Han utstrålar engagemang och lust att vilja hjälpa både personal och patienter att må bättre genom en utökad förståelse och förbättrat samspel. Sedan 2008 skriver han böcker och föreläser på heltid om bemötande och professionalism i vården.

– Udda beteenden förekommer inte bara hos patienter som lider av demens. Det kan även finnas hos personer med intellektuell nedsatthet av andra orsaker, till exempel olika former av utvecklingsstörningar i varierande grad. Parkinsons sjukdom eller stroke kan också ge skador som påverkar intellektet, förklarar Ola Polmé.

## Affektionsinkontinens

Enligt Ola Polmé är aggression betydligt vanligare än sexuellt utåtagerande.

– Det blir ofta ett problem som kan

vara svårt för personalen att befria från sitt eget tyckande och inse vad det egentligen handlar om.

Han förklarar också att man inte ska tro att den som slåss och är arg är en elak människa.

– Det ligger en hel del sanning i uttrycket ”där hjärnan tar slut tar nävarna vid”.

Agerandet beror på att patienterna inte kan lösa konflikter på ett smartare sätt. Missförstånd måste redas ut, och när de inte klarar av det på vanligt vis kan de ta till våld eller sexualitet.

– De har samma känslor som vi, men de ”läcker” – klarar inte av att hålla inne med sina intryck. Det är en slags affektinkontinens.

Gråtmildhet kan också vara ett slags läckage hos någon som har svårt för att umgås på ett normalt sätt.

Ola förklarar att han under sina föreläsningar ibland lite skämtsamt pratar om att vi alla kanske har lust att tafsa ibland. Men att friska människor lägger in en massa förståndsmässiga parametrar som skyddar oss från den typen av beteenden och därför låter bli. Det brukar vara förlösande eftersom alla kan sätta sig in i känslan och förstå tanken.

– Om vårdpersonalen inser hur det fungerar blir deras arbete mer begripligt. Att lägga in sina egna värderingar och åsikter i alla moment är jobbigt.

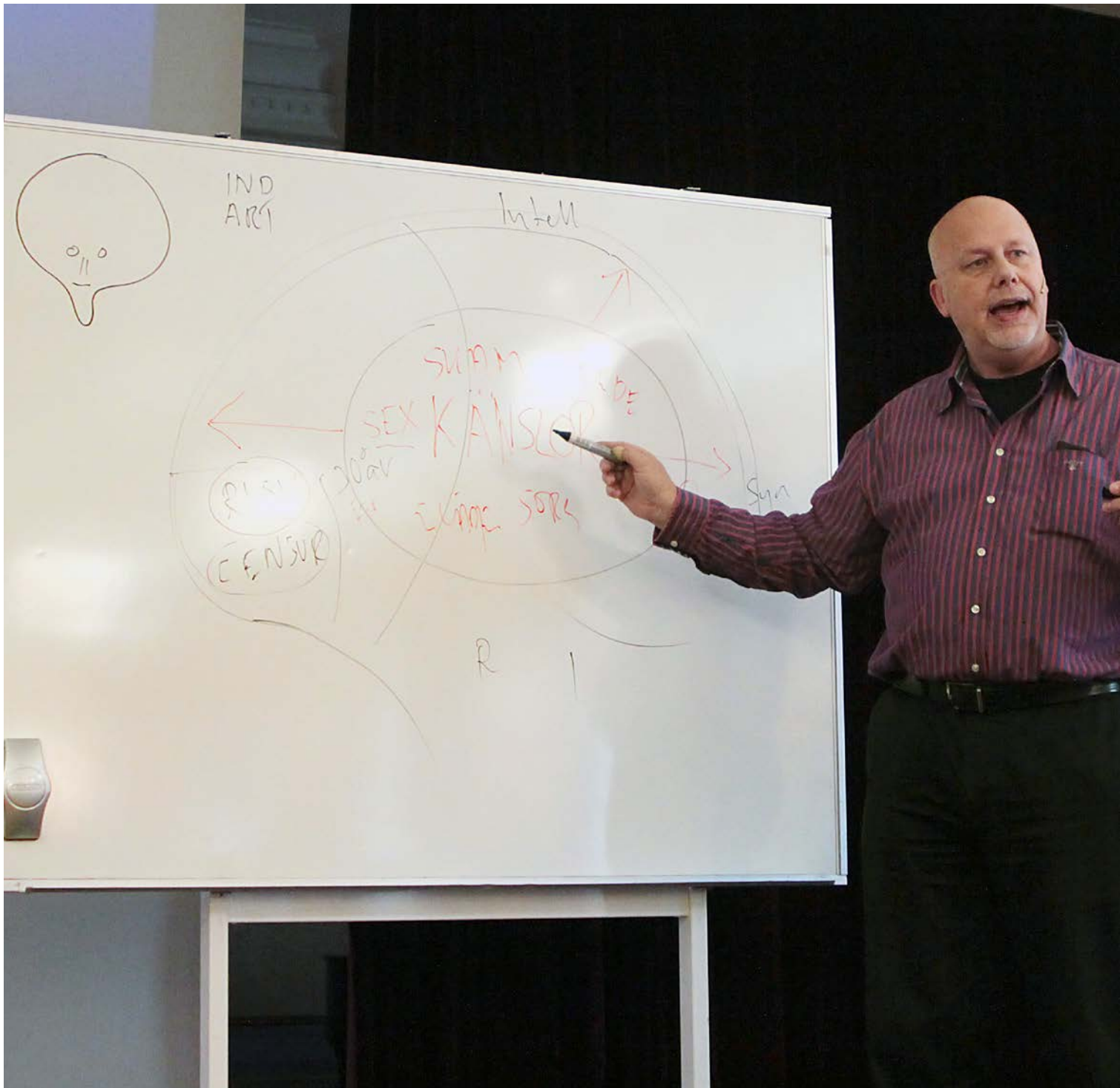


## Ola Polmé

**Gör:** Utbildad sjuksköterska inriktning äldres hälsa. Idag föreläsare och författare samt arbetar med demensvårdsutveckling.

**Bor:** Norrsundet, Gävle

**Författare till:** Busiga vårdtagare, Praktisk Professionell Planering (tillsammans med Helen Hedman), Bemötandexikon (tillsammans med Maria Hultén), Hur ska vi bemöta demenssjuka, Vanvård (tillsammans med Maria Hultén), Anders vill ha sex (tillsammans med Maria Hultén) Samtliga utgivna på Vårdförlaget



Ola Polmé sätter ofta fokus på känslorna när han föreläser. Om en människa känner sig betydelselös kan det leda till oönskade beteenden, konstaterar han här vid en föreläsning hos Svenska Vård.

### Utmanande eftermiddagar

En bakomliggande orsak till avvikande beteende kan vara att vårdtagaren känner att den saknar betydelse. Det kan också uppstå för att han eller hon har tråkigt. Därför är det vanligare att beteendestörningar förekommer på eftermiddagarna.

– Människan hittar på sätt för att pocka på uppmärksamhet, som kan ta sig i lite olika uttryck. Hon busar. Hos de som är försvagade intellektuellt kan buset bli lite klumpigt och snarare irritera omgivningen än leda till positiv uppmärksamhet, menar Ola Polmé.

För att öka vårdtagarens välbefinnande och förbättra vårdpersonalens arbetsmiljö kan man använda sig av följande fem grundstrategier:

- Ge betydelse
- Bränna ut beteenden
- Agera Trojansk häst
- Påverka miljön
- Prata med känslorna

### Ge betydelse

Ett barn hittar på bus och rackartyg för att bli sett, inte för att det menar illa. På samma sätt kan en vårdtagare med intel-

lektuell nedsatthet hitta på saker för att få uppskattning.

– Alla människor har ett behov att bli sedda, uppskattade och känna sig värdefulla. Men detta uppfylls inte i en vårdmiljö där vårdtagaren är överksam. Han eller hon åstadkommer ju egentligen ingenting, utan är passiv medan vårdaren är den som är aktiv. Det enda patienten gör är att ta emot omvårdnad. Så för mig är det inte konstigt att det då och då kan uppstå olika typer av annorlunda beteenden, förklarar Polmé.

Betydelsen är en av de viktigaste driv-



*»De har samma känslor som vi, men de "läcker" – klarar inte av att hålla inne med sina intryck. Det är en slags affektinkontinens.«*

Ola Polmé

krafterna för att vilja leva. De märkliga beteendena kan därför delvis bero på att personen känner att de har en minskad social betydelse.

– Vi har sett att personer som känner sig betydelsefulla kan få beteendeförbättringar.

Det behöver inte vara verkligt, utan det viktigaste här är vårdtagarens uppfattning

– Jag har sett när personalen tar med patienter ut på restaurang, att de då plötsligt kan äta och uppföra sig ordentligt. Servitrisen känner inte till deras diagnos och behandlar dem respektfullt, vilket får

dem att känna sig viktiga. Det framkallar ett beteende från tiden innan de blev sjuka, säger Ola Polmé.

Ofta är vi fokuserade på fysisk hjälp och hjälpmedel och tänker inte på att det också kan stjälpas den sjuka eftersom vi då missar den psykiska stimulansen. Det finns en risk att vi gör dem obetydliga när vi hjälper för mycket.

I sin bok *Busiga Vårdtagare* beskriver Polmé hur man på ett enkelt sätt kan förändra innebörden av en vanlig promenad bara genom sättet att uttrycka sig. Om man i stället för att säga: "Hör ni, ska ni med på en promenad?" uttrycker "Jag borde ta en promenad, kan inte du Greta följa med mig ut så att jag får lite sällskap." så blir innebörden en helt annan. I exempel två är vårdtagaren behövd i stället för att vara ett bihang.

Genom att använda vår empatiska förståelse i vardagens alla sysslor och tilltala den sjuke som om den är behövd, ge den små enklare uppgifter i exempelvis tvättstugan, kan vi få vederbörande att känna sig mer viktig och det avvikande beteendet minskar.

#### Bränn ut beteenden

Det finns också orosbeteenden som tar sig i uttryck som att vårdtagaren plockar med objekt eller flyttar möbler. Många gånger försöker personalen att komma till rätta med beteendet genom att rensa bort saker. Det kan göra att boendet blir kallt och tråkigt.

– Det fungerar dock ofta dåligt, utan

leder till att det uppstår andra beteenden. Den sjuke kan bli mer aggressiv, ledsen eller högljudd.

Det bästa sättet att motverka plockbeteenden, menar Ola Polmé, är att göra motsatsen, att förstärka.

– Man kan till exempel påpeka vikten av att plocka med sakerna för patienten så att det blir så överdrivet att "Tyra" plockar sig trött. Efter några veckor är beteendet helt släckt.

#### Agera Trojansk häst

Om vårdtagaren förstår bättre vad som pågår i den demenssjukes hjärna är det enklare att hänga med i vanföreställningarna, i stället för att försöka tala om vad som är rätt.

– Vårt mål är att patienten känner sig tillfreds. Sanningen är egentligen underordnad, säger Ola Polmé med ett leende.

Att strida om vilken dag det är gör bara vårdtagaren arg. I stället blir det enklare om personalen eller den anhörige agerar lite skådespelare och håller med.

– Ge "Hulda" sällskap om hon vill ut och leta efter barnen. Då ger man henne en kompis i stället för någon som kämpar emot. Fråga var hon bodde tidigare och hur huset såg ut. Och tala gärna i imperfekt. Då trillar polletten ibland ner av sig själv, säger han entusiastiskt.

Ola Polmé berättar om en anhörig som hade problem med sin demenssjuke pappa. Han oroade sig över en uppdiktad repmanad. Dottern skaffade då ett brunt kuvert som såg ut att komma från militären





*»I en miljö med mycket skratt och flams finns inga hot«*

Ola Polmé

Ola Polmé har även skapat tekniska hjälpmedel i vården, som den första rullstolsvaggan – en produkt som motverkar skrik- och ropbeteende hos dementa, genom att patienterna blir vaggade lugna, precis som man gör med bebisar.

och ett brev som sa att han var frikallad.

– Det löste hela situationen.

Genom att gå in i den dementas vanföreställning kan man påverka personens värld samtidigt som respekten och integriteten finns kvar, utan att den bli "avslöjad" som dum eller förvirrad.

### **Påverka miljön**

Om personalen fnissar och har roligt med patienterna trivs ofta båda parter och beteendena blir bättre.

– I en miljö med mycket skratt och flams finns inga hot.

En god omvårdnad genererar även god arbetsmiljö, och det påverkar inte bara vårdtagarna, utan även andra kolleger.

Ett sätt att påverka miljön genom sitt beteende kan exempelvis vara att prata lite tystare när det börjar bli kväll, för att lugna ner stämningen. Personal som ropar till varandra tvärs över korridorerna påverkar vårdtagarna och gör dem oroliga.

– Vi inom vård och omsorg måste vara medvetna om att vi inte bara påverkar vårdkvaliteten med vårt eget uppträ-

dande, utan även vår direkta arbetsmiljö. Dessutom kan det även påverka stämningen under nästa skift, säger han lite bestämt.

### **Prata med känslorna**

En person med intellektuell nedsatthet förstår inte alltid vad som är rätt och fel i alla situationer, det kan vara svårt att nå fram med ord och förklaringar. Men deras känslor finns fortfarande kvar.

– Sluta intellektualisera och reagera i stället känslomässigt på saker, men ha professionaliteten i bakhuvudet, är Ola Polmés råd.

Han förklarar att om en patient till exempel utdelar ett slag, kan man vika ner sig, visa att det gör ont och spela en roll. Ingen är elak i grunden. När vårdtagaren inte klarar av att lösa en konflikt blir slaget något han eller hon tar till i ren frustration.

Undvik tillrättavisningar. Även om personen inte förstår innebörden i det som sägs så uppfattar den känslan och en tillsägelse kan leda till att en person blir ledsen eller orolig.

Det i sin tur triggas bara det oönskade beteendet.

### **Personalen viktig**

Ola Polmé menar också att vi inte får glömma bort de personer som arbetar med de här patienterna, att de utför ett enormt viktigt arbete.

– Vi måste få lyfta varje individs egen betydelse och ansvar. De får inte bli brickor i ett dominospel och behandlas som en kollektiv hop. Då skapar vi också bättre omvårdnad. Hade det inte varit för deras skull, hade jag inte skrivit en enda bok, avslutar Ola Polmé och ger sig iväg för att hålla sitt föredrag. ●



Ola Polmé har skrivit flera böcker, bland andra "Bemötandexikon" med Marie Hultén.

## **Fem grundstrategier för bättre bemötande och arbetsmiljö:**

- *Ge betydelse*
- *Bränn ut beteenden*
- *Agera Trojansk häst*
- *Påverka miljön*
- *Prata med känslorna*