

Populärvetenskaplig text Åsa Dorell

Antalet personer med demenssjukdom förväntas fördubblas fram till år 2050. Det beror mycket på att vi blir äldre och lever längre. De flesta personer bor kvar i det egna hemmet och får hjälp med det dagliga livet av någon inom familjen. Att ta hand om en person med demenssjukdom när du kanske själv är äldre kan vara krävande och stundtals jobbigt. Det har visat sig att många anhöriga får en försämrad livskvalité och i högre grad får besvär med depression. Detta kan leda till en känsla av isolering och ensamhet.

För att kunna möta dessa svårigheter och kunna stödja anhöriga till demenssjuka personer har en digital app STAV (Stöd till anhängvårdare) som kan laddas ner till mobiltelefon eller läsplatta utvecklats. I denna app kan anhöriga ha kontakt med anhängkonsulent/demenssjukköterska direkt via en chattfunktion. Det positiva med chattfunktionen är att den anhöriga inte behöver passa någon telefontid och kan själv när det passar hen kontakta anhängkonsulenten med de problem eller utmaningar som de upplever. Appen har även andra funktioner som mindfulnessövningar, en sida med många viktiga länkar samlade samt en dagbok.

Vi utvärdering av appen där anhöriga fått prova den visade det sig att anhöriga upplever det som tryggt att veta att det finns någon att få kontakt med när de behöver stöd och råd om deras livssituation. De upplever det lättare att kontakta anhängkonsulenter via appen än via telefon eftersom de då måste passa en telefontid, de vill inte störa med små problem. De anhöriga upplevde även det som värdefullt att få råd av stöd av kompetent personal

Detta är ett verktyg för att möta framtidens utmaningar i vården av äldre personer och dess anhöriga.