NATIONALT VIDENSCENTER FOR DEMENS

# Samarbejde med pårørende under COVID-19

## På grund af COVID-19 har pårørende til mennesker med demens igennem længere tid været under et ekstra stort pres.

I hjemmet har angsten for, om de pårørende selv eller deres nærmeste kunne blive smittet, afholdt en del fra at opretholde daglige rutiner, fx indkøb. Nogle pårørende har helt fravalgt besøg fra andre familiemedlemmer i perioder.

Samtidigt har mange sociale tilbud, fx dag- og aktivitetscentre, været helt eller delvist nedlukket. Den daglige hjælp fra den kommunale hjemmepleje har også i perioder været ramt, hvilket har betydet, at familierne har oplevet mange aflysninger af hjælp i hjemmet. Det har resulteret i uro og angst hos nogle pårørende, som har følt sig isolerede og meget alene om at skulle tage sig af deres nærmeste.

For pårørende til personer med demens på plejecentre har det i perioder ikke været muligt at komme på besøg. Det har for nogle været et stort savn og har givet anledning til spekulationer om, hvordan personen med demens klarer at undvære besøg. Selv når det er eller har været muligt at komme på besøg, kan afstandskravet for mange betyde, at samværet opleves akavet og unaturligt. Samtidig oplever mange frustration over uvisheden om, hvornår en normal hverdag kan genoptages.

Vi har samlet en række anbefalinger til, hvordan man som fagperson kan støtte, hjælpe og vejlede pårørende:

## Pårørende til mennesker med demens på plejecentre

På landets plejecentre kan pårørende opleve, at der lokalt lukkes ned for besøg på grund af smitterisiko. Det kan være belastende for både personen med demens og de pårørende, når man i længere perioder ikke kan have den sædvanlige kontakt.

Selv når det er muligt for pårørende at besøge deres nærmeste, kan kontakt og nærvær vanskeliggøres af regler om at holde afstand. Kommunikation og samvær med personen med demens kan blive anspændt og føles unaturlig. Situationen er derfor ganske sårbar.

**Fagpersoner på plejecenteret kan hjælpe pårørende med at:**

- Rådgive om, hvordan man kan få et godt og positivt samvær og samtidigt overholde de gældende restriktioner. Læs mere i afsnittet Covid-19, demens og sociale relationer.
- Spørge, om der er behov for et ekstra telefonopkald fra personalet med orientering om, hvordan det går. Pårørende kan være bekymrede over, hvordan deres nærmeste reagerer på de ændringer af vaner og rutiner, som COVID-19 har resulteret i på plejecenteret.
- Være opmærksomme på de pårørende, som har behov for at tale om situationen og dele deres bekymringer og tanker med andre. Det kan i sig selv være en lettelse at tale med nogen om situationen.

## Pårørende, der bor sammen med en person med demens

Ægtefæller eller andre, som bor sammen med en person med demens i eget hjem, kan være mere belastede og bekymrede end ellers. De kan være bekymrede for, om de selv eller deres nærmeste bliver smittet med COVID-19 og derfor, som Sundhedsstyrelsen anbefaler, være ekstra opmærksomme på ikke at have for mange sociale kontakter. Familiemedlemmer og andre pårørende, der plejer at hjælpe, holder sig måske væk af frygt for at videre bringe smitte.

NATIONALT VIDENSCENTER FOR DEMENS

Det kan få pårørende til at føle sig meget alene. De ugentlige pusterum, hvor personen med demens er i dagcenter, er måske i perioder ikke længere mulige. Pårørendes mulighed for aflastning er derfor begrænset.

**Fagpersoner fra hjemmeplejen kan:**

- Hjælpe den pårørende med at forstå råd og anbefalinger fra myndighederne, fx ved at fortælle, hvad det konkret kommer til at betyde for personen med demens og den pårørende selv.
- Tale med den pårørende om, hvordan de klarer hverdagen og være opmærksom på, om der er behov og mulighed for mere støtte eller besøg i hjemmet.
- Hvis den pårørende og personen med demens har valgt at isolere sig helt pga. smitterisiko, kan der være hjælp at hente fra Røde Kors frivillige *Corona Hjælpenetværk* til at handle ind og få leveret mad og medicin. Det kan du læse mere om her.

## Pårørende til personer med demens, som bor alene i eget hjem

Som pårørende til et menneske med demens, der bor alene, kan man i stedet for besøg forsøge at bevare kontakten med personen på andre måder. Man kan fx sende et brev/kort, fx vedlagt et foto der vækker glæde og minder, og hvis det fungerer godt at tale i telefon, kan man gøre det hyppigere end ellers. Hvis personen med demens er fortrolig med at bruge fx Skype eller Facetime, kan dette også bruges til at skabe en god kontakt.

**Som fagperson kan man hjælpe personen med demens ved at:**

- Støtte personen til at bevare kontakten med sine pårørende. Vær opsøgende i forhold til, hvilke muligheder og behov der er. Måske kan person selv tage kontakt, fx benytte telefon, og tage initiativ til det, men det kan også være vedkommende skal have hjælp til det.
- Være opmærksom på, hvad de pårørende plejer at hjælpe personen med i dagligdagen og afdække, om der er behov for visitation til støtte og hjælp.

Senest opdateret: 03. december 2020