

# Psykosocial indsats og fysisk træning

Her kan du læse om videncentrets projekter inden for psykosocial indsats og fysisk træning.

## Værktøjskassen – Støtte til et liv med demens for mennesker med demens og deres pårørende

Som led i National Demenshandlingsplan 2025 (Initiativ 11) har Nationalt Videnscenter for Demens i 2017-2019 udviklet og afprøvet konceptet 'Værktøjskassen – støtte til et liv med demens'.

Formålet med Værktøjskassen er at sikre ensartet kvalitet i kommuner og regioners rådgivning, undervisning og samtalegrupper for mennesker med demens og pårørende samt sikre, at indsatserne er målrettede og individuelt tilpassede.

Konceptet er udviklet i samarbejde med mennesker med demens, pårørende og fageksperter på demensområdet i både kommuner og regioner.

I 2018 afprøvede syv kommuner og en hukommelsesklinikk Værktøjskassen, der efterfølgende blev tilpasset ud fra erfaringerne fra pilotafprøvningen.

I 2019 fik Nationalt Videnscenter for Demens en ekstra bevilling fra satspuljemidlerne til forlængelse af National Demenshandlingsplan 2025 for at sikre større udbredelse af Værktøjskassen i kommunerne.

I perioden 2020-2023 kunne videncentret derfor tilbyde kompetenceudvikling, materialer og implementeringsstøtte til i alt 36 kommuner, hvoraf de 15 deltog i en evaluering af implementeringen.

[Du kan læse om evalueringen her.](#)

### Læs mere

[Artikel årsmagasin 2019 og 2020](#)

[Værktøjskassens hjemmeside](#)

### Kontaktperson

Uddannelsesleder Karen Tannebæk

[karen.tannebaek@regionh.dk](mailto:karen.tannebaek@regionh.dk) (Obs: Denne mail sendes ikke krypteret og må derfor ikke indeholde personfølsomme oplysninger.)

## Rådgivning og støtte til patienter med demens og deres pårørende (DAISY)

DAISY-projektet er et interventionsstudie, der forløb i 2003-2006. Projektet blev gennemført som et randomiseret studie blandt 330 personer med demens og deres pårørende. Interventionen havde til formål at afprøve en model for rådgivning og støtte til nydiagnosticerede patienter med demens og deres pårørende.

Interventionen blev afprøvet i hukommelsesklivnikker i Danmark og er siden formidlet til anvendelse i kommunerne.

DAISY-projektet blev finansieret med støtte fra Social- og Integrationsministeriet, Indenrigs- og Sundhedsministeriet samt Helsefonden. Projektet blev gennemført i samarbejde med Socialstyrelsen.

'Værktøjskassen – Støtte til et liv med demens' er inspireret af erfaringerne fra DAISY-projektet.

[Du kan læse mere om DAISY og Værktøjskassen her](#)

### Kontaktperson

Professor, overlæge, dr.med. Gunhild Waldemar

[gunhild.waldemar.01@regionh.dk](mailto:gunhild.waldemar.01@regionh.dk) (Obs: Denne mail sendes ikke krypteret og må derfor ikke indeholde personfølsomme oplysninger.)

#### Publikationer

[Søgaard R, Sørensen J, Waldorff FB et al. DAISY Study Investigators. Early psychosocial intervention in Alzheimer's disease: cost utility evaluation alongside the Danish Alzheimer's Intervention Study \(DAISY\). \*BMJ Open\*. 2014;4\(1\):e004105.](#)

[Søgaard R, Sørensen J, Waldorff FB et al. Cost analysis of early psychosocial intervention in Alzheimer's disease. \*Dement Geriatr Cogn Disord\*. 2014;37\(3-4\):141-53.](#)

[Waldemar G, Waldorff FB, Buss DV et al. The Danish Alzheimer intervention study: rationale, study design and baseline characteristics of the cohort. \*Neuroepidemiology\*. 2011;36\(1\):52-61.](#)

[Waldorff FB, Nielsen AB, Waldemar G. Self-rated health in patients with mild Alzheimer's disease: baseline data from the Danish Alzheimer Intervention Study. \*Arch Gerontol Geriatr\*. 2010;50\(1\):1-5.](#)

[Vogel A, Waldorff FB, Waldemar G. Impaired awareness of deficits and neuropsychiatric symptoms in early Alzheimer's disease: the Danish Alzheimer Intervention Study \(DAISY\). \*J Neuropsychiatry Clin Neurosci\*. 2010;22\(1\):93-9.](#)

[Sørensen LV, Waldorff FB, Waldemar G. Early counselling and support for patients with mild Alzheimer's disease and their caregivers: a qualitative study on outcome. \*Aging Ment Health\*. 2008;12\(4\):444-50.](#)

## Effekt af fysisk træning ved Alzheimers sygdom (ADEX)

ADEX er dels et konkret forskningsprojekt, der handler om effekten af fysisk træning ved Alzheimers sygdom og dels et forskningssamarbejde i forlængelse af projektet mellem førende demensklivner i Danmark.

Dataindsamlingen fandt sted i 2012-2014 med det primære formål at afprøve effekten af moderat til hård fysisk træning i en kontrolleret undersøgelse på kognitive, fysiske og psykiske funktioner hos patienter med let Alzheimers sygdom.

Projektet arbejder fortsat med at undersøge baggrunden for de positive ændringer, der blev fundet efter træning.

Dataindsamlingen blev finansieret af midler fra Innovationsfonden og gennemført i samarbejde med Odense Universitetshospital: Odense og Svendborg, Århus Universitetshospital, Ålborg Universitetshospital, Sjællands Universitetshospital: Roskilde og Slagelse, Institut for Idrætsmedicin, Bispebjerg Hospital, Københavns Universitetshospital: Rigshospitalet og Hvidovre Hospital, Dansk Center for Sundhedsøkonomi, Syddansk Universitet.

### Kontaktperson

Professor, overlæge, dr.med. Steen G. Hasselbalch

[steen.gregers.hasselbalch@regionh.dk](mailto:steen.gregers.hasselbalch@regionh.dk) (Obs: Denne mail sendes ikke krypteret og må derfor ikke indeholde personfølsomme oplysninger.)

#### Publikationer

[Jensen CS, Simonsen AH, Siersma V, et al. Patients with Alzheimer's disease who carry the APOE ε4 allele benefit more from physical exercise. Alzheimer's & dementia \(New York, N. Y.\) 2019; 5: 99-106.](#)

[Jensen CS, Simonsen AH, Siersma V, et al. Patients with Alzheimer's disease who carry the APOE ε4 allele benefit more from physical exercise. Alzheimer's & dementia 2019; 5: 99-106.](#)

[Frederiksen KS, Madsen K, Andersen BB et al. Moderate- to high-intensity exercise does not modify cortical β-amyloid in Alzheimer's disease. Alzheimer's & dementia 2019; 5:208-215.](#)

[Sobol NA, Dall CH, Hogh P, et al. Change in Fitness and the Relation to Change in Cognition and Neuropsychiatric Symptoms After Aerobic Exercise in Patients with Mild Alzheimer's Disease. Journal of Alzheimer's disease : JAD. 2018;65\(1\):137-145.](#)

[Frederiksen KS, Larsen CT, Hasselbalch SG, et al. A 16-Week Aerobic Exercise Intervention Does Not Affect Hippocampal Volume and Cortical Thickness in Mild to Moderate Alzheimer's Disease. Frontiers in aging neuroscience 2018;10:293.](#)

[Van der Kleij LA, Petersen ET, Siebner HR et al. The effect of physical exercise on cerebral blood flow in Alzheimer's disease. NeuroImage. Clinical 2018; 20: 650-654.](#)

[Jensen CS, Portelius E, Hogh P et al. Effect of physical exercise on markers of neuronal dysfunction in cerebrospinal fluid in patients with Alzheimer's disease. Alzheimer's & dementia 2017;3\(2\):284-290.](#)

[Sopina E, Sørensen J, Beyer N et al. Cost-effectiveness of a randomised trial of physical activity in Alzheimer's disease: a secondary analysis exploring patient and proxy-reported health-related quality of life measures in Denmark. BMJ open 2017; 7\(6\): e015217.](#)

[Hoffmann K, Sobol N, Frederiksen KS, et al. Moderate-to-High Intensity Physical Exercise in Patients with Alzheimer's Disease: A Randomized Controlled Trial. Journal of Alzheimer's disease : JAD 2016;50\(2\): 443-53.](#)

[Sobol NA, Hoffmann K, Frederiksen KS, et al. Effect of aerobic exercise on physical performance in patients with Alzheimer's disease. Alzheimer's & dementia 2016;12:1207-1215.](#)

[Sobol NA, Hoffmann K, Vogel A et al. Associations between physical function, dual-task performance and cognition in patients with mild Alzheimer's disease. Aging & mental health 2016;20\(11\):1139-1146.](#)

[Frederiksen KS, Sobol N, Beyer N et al. Moderate-to-high intensity aerobic exercise in patients with mild to moderate Alzheimer's disease: a pilot study. International journal of geriatric psychiatry 2014;29\(12\):1242-8.](#)

[Hoffmann K, Frederiksen KS, Sobol NA et al. Preserving cognition, quality of life, physical health and functional ability in Alzheimer's disease: the effect of physical exercise \(ADEX trial\): rationale and design. Neuroepidemiology 2013;41\(3-4\):198-207.](#)



[Clemmensen FK, Hoffmann K, Siersma V, Sobol N, Beyer N, Andersen BB, Vogel A, Lolk A, Gottrup H, Høgh P, Waldemar G, Hasselbalch SG, Frederiksen KS. The role of physical and cognitive function in performance of activities of daily living in patients with mild-to-moderate Alzheimer's disease - a cross-sectional study. BMC Geriatr. 2020 Nov 27;20\(1\):513. doi: 10.1186/s12877-020-01926-9. PMID:33246408; PMCID: PMC7693499.](#)

Senest opdateret: 22. september 2020