

Teknologi kan støtte mestring, aktivitet og trivsel

Teknologi kan på forskellige måder støtte mestring, aktivitet og velvære hos mennesker med demens.

Nogle teknologier bruges til at støtte mestring af de hverdagsituationer, hvor personen med demens ofte oplever udfordringer pga. kognitive vanskeligheder. Andre teknologier bruges som redskaber i aktiviteter og indsatser og kan dermed styrke meningsfulde aktiviteter, velvære og trivsel.

Eksemplerne på teknologier, der nævnes her, er ikke nødvendigvis specifikt designet til mennesker med demens. Der er heller ikke nødvendigvis tale om egentlige hjælpemidler. I nogle tilfælde er det mere almindelige teknologier, såkaldte forbrugsgoder, som kan matche behov hos mennesker med demens. Du kan læse mere om forskellen på hjælpemidler og forbrugsgoder nedenfor.

Støtte af hukommelse, struktur og tidsmæssig orientering

Kognitive vanskeligheder i form af nedsat hukommelse, overblik, struktur og tidsmæssig orientering er hyppige hos mennesker med demens. Teknologier, som kan støtte mestring i hverdagslivet, er fx:

- Elektroniske kalendere (fx apps til mobil eller tablet)
- Ur med tydelig visning af tid, ugedag og år.
- Medicinhuskere (teknologi der doserer og/eller giver påmindelse om medicin)
- Overblikstavler

I mange af de nævnte teknologier er alarmer og påmindelser en central funktion, det hjælper personen med at blive opmærksom og huske på det rette tidspunkt.

Støtte og stimulation af aktivitet, trivsel og velvære

Flere af de aktiviteter og indsatser, der er udbredte inden for demensområdet, kan understøttes af teknologier:

- Elektroniske video-/fotoalbum, der kan indeholde personlige fotos, film og musik, som har relation til personens erindringer og livshistorie, kan understøtte arbejdet med erindringer og [reminiscens](#).
- Teknologi kan også bruges i forbindelse med [fysisk aktivitet og træning](#). Såkaldt exergaming, hvor fysisk træning foregår i kombination med et "spilmiljø", kan fx bruges som en mere motiverende måde at træne indendørs. Det kan fx være træning på en motionscykel, hvor man ser en film med en rigtig cykelrute på en skærm, mens man træner.
- Sociale robotter, fx robotkæledyr, kan bruges til at stimulere personer med demens i moderat til svær stadie. Robotkæledyret reagerer på berøring og lyd fra personen, og robotten interagerer dermed på en afstemt måde med personen.
- Teknologi kan også bruges i forbindelse med [sansestimulering](#). Det kan fx være teknologi, hvor lyd, bevægelse, musik og lys kan tilpasses til den form for stimulation, der ønskes. Det kan også være en pude med integreret musikafspiller, en elektronisk gyngestol eller døgnrytmelys. Teknologi, der stimulerer sanser, kan også integreres i egentlige Snoezelrum.



Senest opdateret: 06. september 2022