

SMILET DER IKKE NÅR ØJNENE

Af: Journalist Peter Vestergaard

Ældresagen offentliggjorde for nylig en undersøgelse, der viser at hver fjerde ældre på plejehjem er ensom og at hver fjerde hjemmehjælps modtager oplever ensomheden. Men det er kun toppen af isbjerget. Problemer er langt større.



Øjnene er livets spejl



Måden rynkerne i det gamle ansigt satte sig til rette på, fik mig til at tro, at det nok var et smil, der var ved at forme sig omkring de gamle læber. Men der var noget galt. Det var en grimasse. Det var ikke et smil, sådan som jeg opfatter det. Et smil skal forplante sig til øjnene, men det gjorde grimassen ikke. Den standsede lige der hvor mundvigene slutter.

Mon ikke vi alle sammen har oplevet smil, hvor øjnene ikke er med. De smil som vi ind imellem giver et andet menneske fordi det forventes af os, at vi er glade og tilfredse. I hvert fald det meste af tiden. Det kan da godt være, at vi er lidt triste til mode, men vi er egentlig ok. Vi har det godt. Det er bare en af de her dage. Men vi smiler, for det er ikke så slemt endda.

Det er ganske vist, at øjnene er livets spejl. Det er her vi kan se hvordan vi har det. Om vi trives, om det hele er ok. Men vi kan også se når det ikke går godt. Når tristheden og forladtheden tager over. Og det ser vi hos flere og flere ældre, som kommer i kontakt med vores plejesystem enten i form af en plejehjemsplads eller med hjemmehjælp i eget hjem. Ældresagen offentliggjorde for nylig en undersøgelse, der viser at hver fjerde ældre på plejehjem er ensom og at hver fjerde hjemmehjælpsmodtager oplever ensomheden. Men det er kun toppen af isbjerget. Problemer er langt større.

Hvert tredje selvmord i Danmark begås af et ældre menneske over 65 år. Meget ofte skyldes selvmordet, at de ældre føler sig ensomme og isolerede.

SELVMORD

Selvmoordsraten blandt de ældste aldersgrupper er ikke faldet trods øget opmærksomhed gennem de sidste 20 år. Undersøgelser har gentagne gange påvist risikofaktorer som kronisk, funktionsnedsættende sygdom, tab af ægtefælle og psykiske lidelser, og nyere undersøgelser har fundet, at størstedelen af de ældre som har taget deres liv, har været i antidepressiv behandling.

Ensomhed er et så alvorligt problem, at det i yderste konsekvens kan føre til selvmord. Det er tankevækkende, at vi åbenbart er så dårlige til at tage os af vores ældre medborgere, at mange vælger at forlade denne verden ved egen hjælp.

MEDICINEN

Medicin spiller en stor rolle i mange ældres liv. Er de triste og kede af det, får de antidepressiv medicin. Kan de ikke sove,

står den på sovemedicin. Det virker som løsningen på problemer, der rent faktisk skyldes at mange ældre er så alene, at de for alvor føler ensomheden.

Det hjælper ikke på situationen, at kommunerne i deres spareiver, skærer så voldsomt i bevillingerne til aktivering af de ældre, at det, der skulle være med til at give dem en smule indhold i et ørkesløst liv, i mange tilfælde kun bliver til et par timers socialt samvær med andre ældre. Det er værd at bemærke sig, at en uge faktisk består af 168 timer, men at der kun er penge til omkring fire timers socialt samvær for mange ældre.

Det er værd at bemærke sig, at en uge faktisk består af 168 timer, men at der kun er penge til omkring fire timers socialt samvær for mange ældre.

DEN PÆDAGOGISKE TILGANG

Det er paradoksalt, når vi ved, en socialpædagogisk tilgang til det at pleje vore ældre medborgere, faktisk ikke koster særlig meget. Hvis der tages udgangspunkt i det gamle menneskes livshistorie og der kombineres med de ressourcer vedkommende har, er det temmelig meget der kan gøres for at give vore gamle en værdig alderdom, hvor livet leves på deres præmisser.

Der er nok eksempler at øse af. "Sølgården" i Thisted kommune er et af dem. Her anskaffede man sig et par hunde, nogle katte, høns og ænder, og med et slag opstod der et sprudlende socialt liv blandt beboerne. Pludselig var der brug for de ældre. De skulle tage sig af dyrene, som skal passes hver dag. Det engagement der blev lagt for dagen fra de ældres side, har spredt sig som ringe i vandet. Nu snakkes og diskuteres der ivrigt. Det er faktisk lige før der kan opstå skænderier om hvem der skal tage sig af dyrene. Det engagement dyrene har betydet for de ældre, har også

om medicinering er blevet

haft positiv indflydelse på beboernes dagligdag. Man hjælper hinanden. Man har omsorg for hinanden, og der er ikke længere det store behov for lægens besøg.

På plejehjemmet "Lotte" i København lever 23 gamle i et hjem, hvor duften fra køkkenet spreder sig op gennem bygningen og får sat gang i appetitten. Det er deres behov, der bestemmer dagligdagen og livet leves på deres præmisser. En lille en til maden er der også plads til. Det har betydet, at der ikke bruges sovemedicin på "Lotte". Igen et eksempel på, at det har en positiv virkning på alles velbefindende at skæve til pædagogikken i arbejdet med gamle mennesker.

IKKE DYRERE

Det interessante er, at det ikke koster en krone mere at bruge pædagogikken i ældreplejen. Det er ikke svært at forestille sig, hvilken herlig hverdag vi kan tilbyde vores gamle på plejehjem og i ældreplejen, hvis vi bare er lidt opmærksomme på, hvad det er, der gør det hele lidt mere spændende for os som personale og de gamle som brugere.

Tabet af en ægtefælle er hårdt, og den ensomhed der følger med det, kan naturligvis ikke fjernes. Men vi kan gøre hverdagen lidt mere spiselig for vore gamle og gøre det lidt sjovere at blive gammel, og have behov for pleje på et eller andet niveau. Vi skal åbne øjnene og se det menneske der er lige foran os. Finde ud af hvem det er vi har med at gøre, og så i samarbejde med det menneske finde ud af, hvad vi sammen kan gøre for at få det lidt sjovere.

Når vi vælger tid alene for os selv. Tid til eftertanke, eller bare til at sidde og glo ud i luften, er det en gave. Men når det at være alene bliver til ensomhed, er det et mareridt, som alle bør have muligheden for at komme ud af. Hvis et gammelt menneske ikke er i stand til at trække sig selv op ved hårene, er det vores forbandede pligt som plejepersonale, i det mindste at få øje på mennesket bag rynkerne.

