

# Ensam eller allena

## Om ensamhet på Enebergs äldreboende, Tiohundra AB

Teammedlemmar: Madelene Andersson, Annica Hofsten Granbo, Ulrika Nysten, Sandra Petterson, Jesper Storgård, Marie Petersson (coach)

### Bakgrund

#### Vår verksamhet

Ensamhet aktiverar smärtcentrum i hjärnan för att driva den enskilde tillbaka till flocken. Ensamhet kan göra ont, och resultera i följsjukdomar som t ex depression, ångest och stroke.

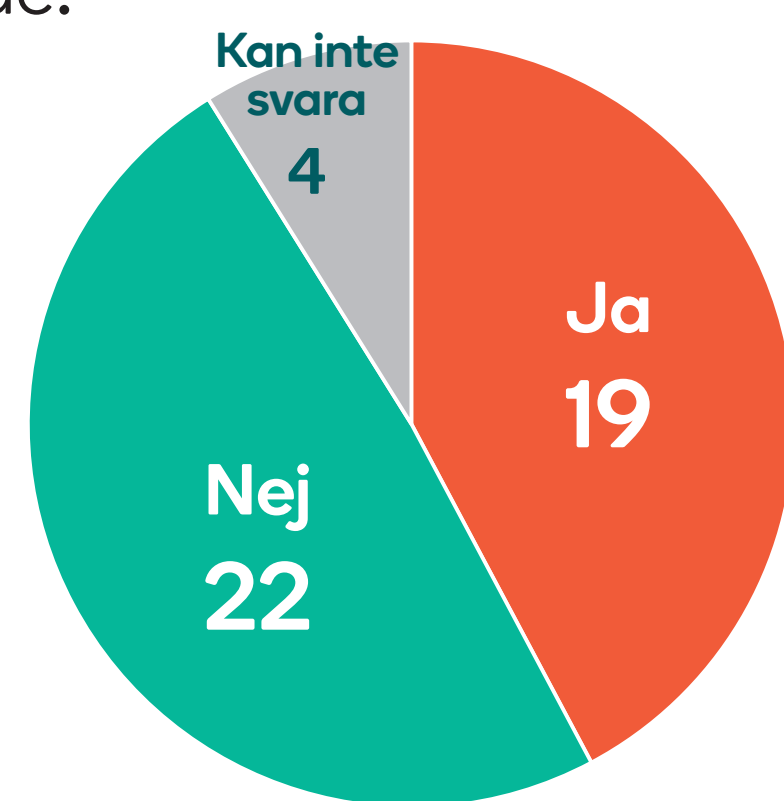
Ensamhet är farligare för hälsan än rökning.

På äldreboendet Eneberg uppmärksammades 2016 en hög grad av upplevd ensamhet i Socialstyrelsens rapport "Vad tycker de äldre om äldreomsorgen" och ett projekt initierades för att komma tillrätta med detta.

#### Slutsatser

- De äldre uppskattar 1-1-kontakt.
- Ensamheten är unik för varje individ.
- Funktionsnedsättning kan orsaka utökad ensamhet.
- Sociala aktiviteter är av stort värde.

Händer det att du känner dig ensam?



### Mål, delmål och aktiviteter

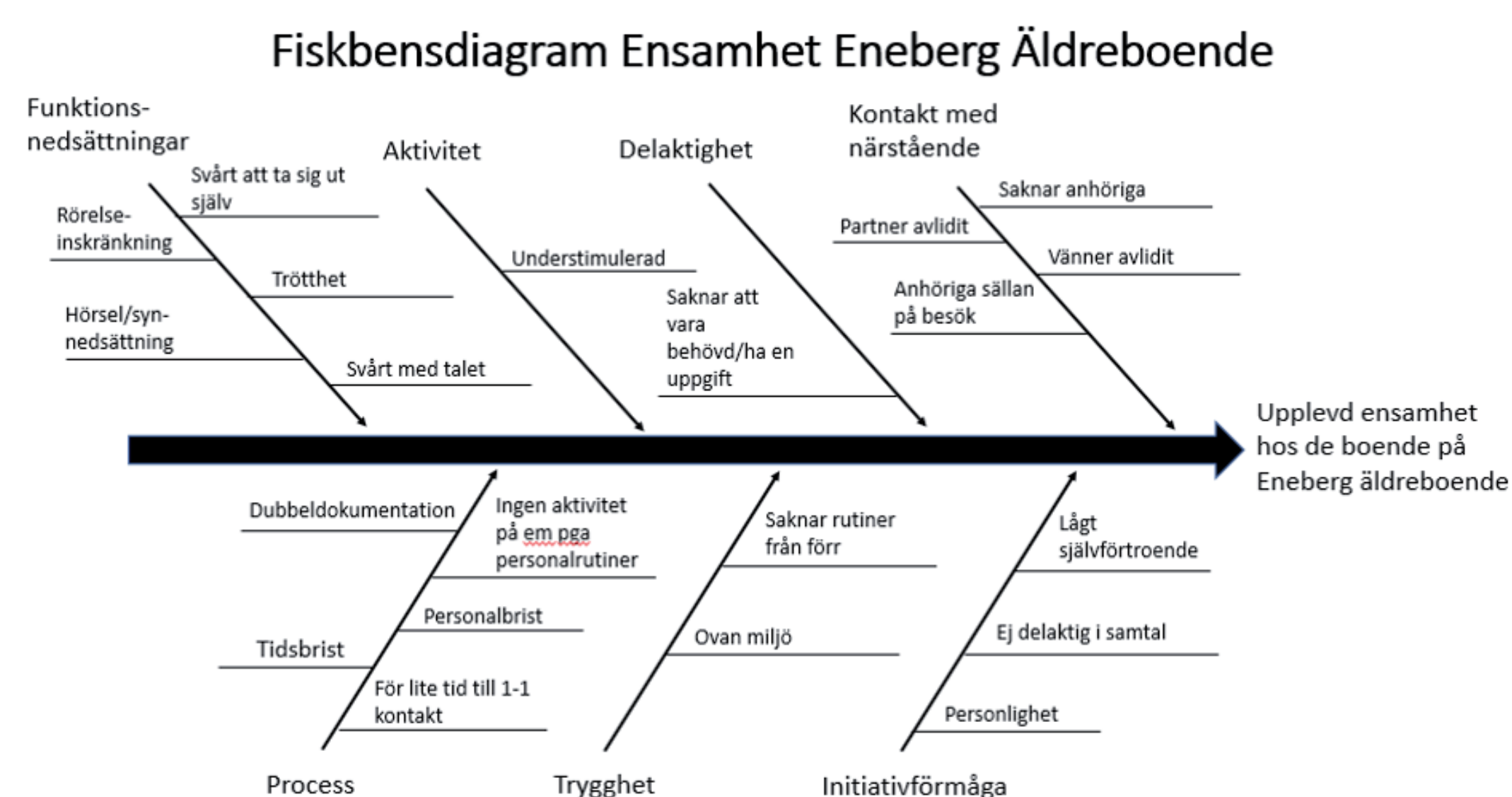
#### Övergripande syfte

Att skapa en meningsfull vardag för de boende, genom trygghet, respekt och delaktighet.

#### Specifika mål

Vi ville minska ensamheten på Eneberg och väcka nyfikenhet hos personalen kring patientsamverkan

#### Arbetsätt och aktiviteter



#### Verktyg för patientsamverkan

- Patient med i teamet
- Kär och galen
- Patientresan
- genombrott.nu

### Resultat och lärdomar

#### Resultat

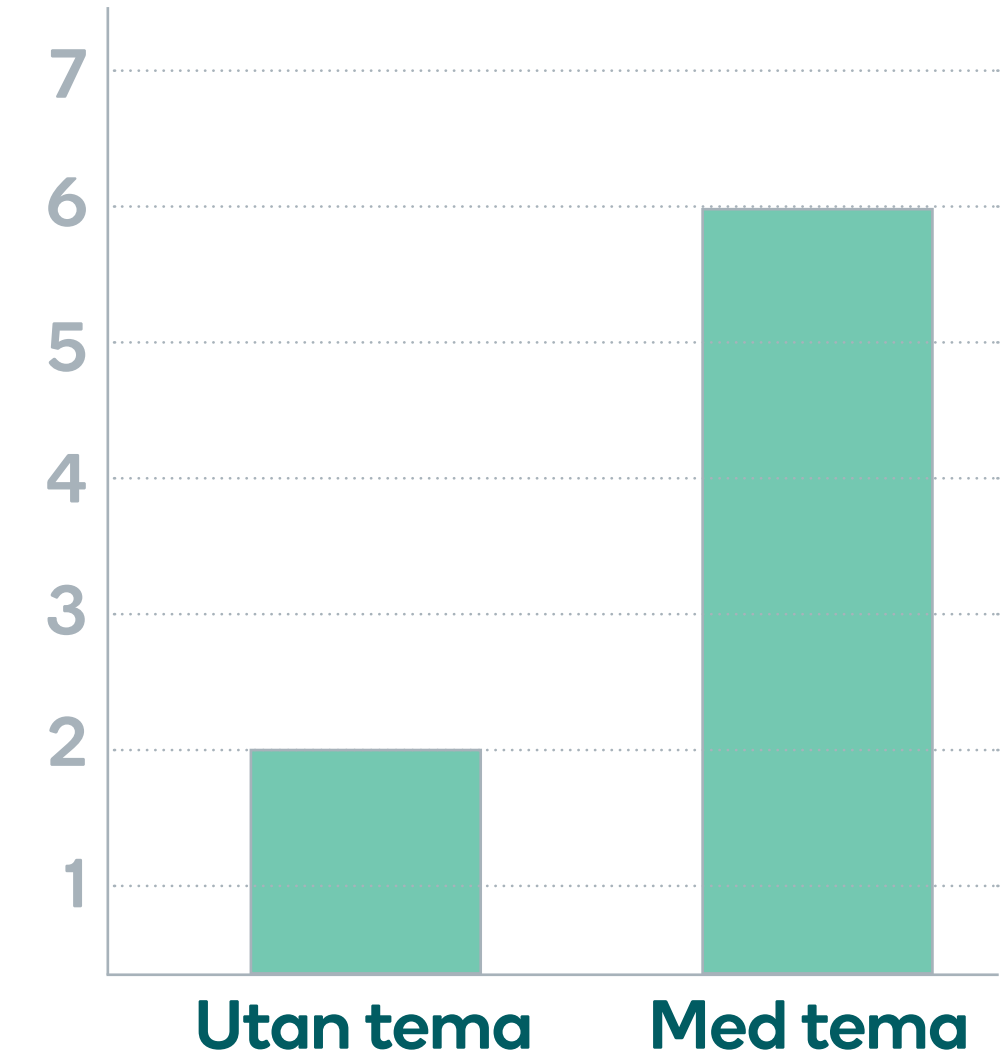
PDSA 1 – personal med vid måltid. 22.2 min längre tid vid matbordet, faciliterande av samtal, ökad trivsel och gemenskap.

PDSA 2 – fika med tema: ökat engagemang och glädje hos de boende, ökad delaktighet och gemenskap

Leksakslåda: besökande barn glädjer alla äldre på boendet

Förändrat tankesätt i arbetsgruppen kring förbättringsarbete

Antal boende vid fika



#### De viktigaste lärdomarna

- Vikten av patient- och närståendesamverkan
- Kommunicera era resultat
- Ensam är inte stark
- Fira era framgångar!

QRC Stockholm Kvalitetsregistercentrum Utvecklingsprogram "Förbättringsarbete med stöd av kvalitetsregister"