

TEKNIK

För självständighet
och välbefinnande



UTBILDNINGSKOMPENDIUM
TRE STIFTELSE 2021

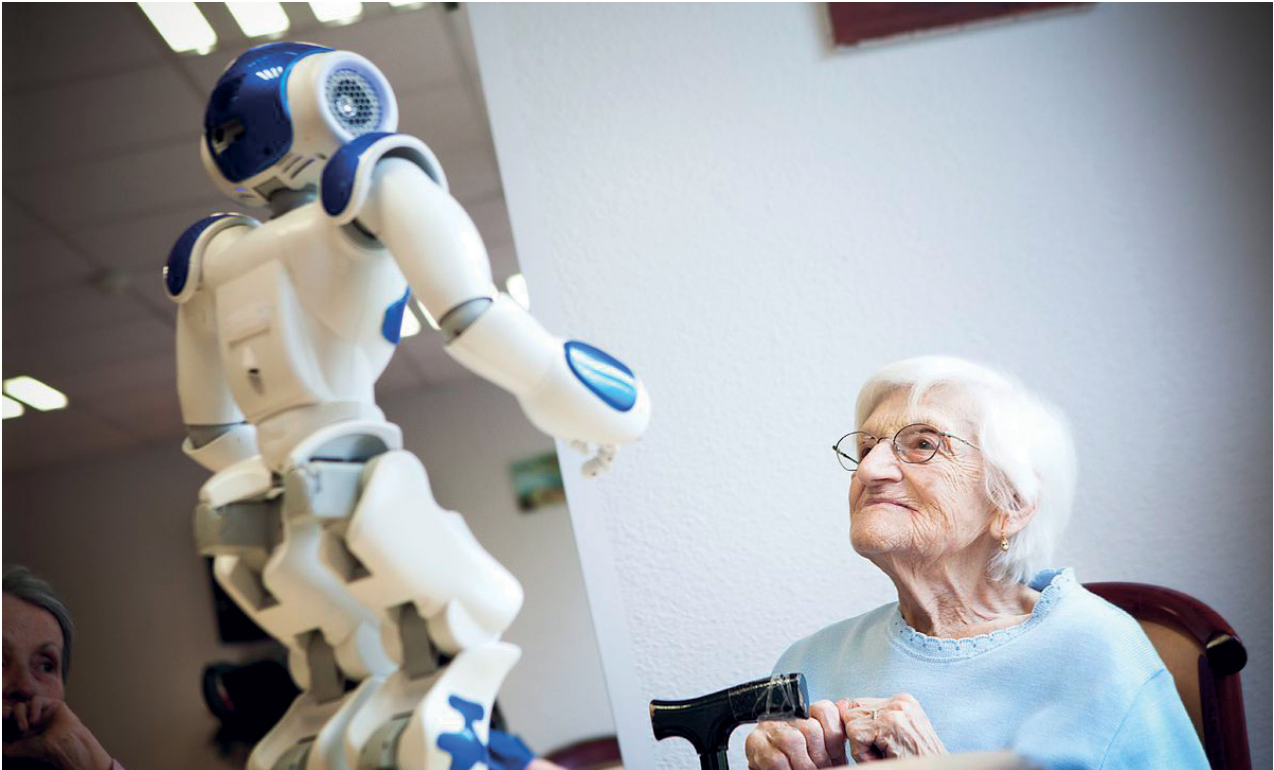
I detta kompendium får du lära dig mer om:

Teknik för självständighet och välbefinnande	5
Vad är välfärdsteknik?	6
Teknikutveckling på Tre Stiftelser	6
Exempel på teknik hos Tre Stiftelser	7
Robotar	7
Ätrobot	7
Robotkatt	7
Inmu	7
Teknik för att skapa meningsfulla stunder	8
Solsimulator	8
Tovertafel	9
Musikvagg	9
VR-glasögon	12
Surfplatta tillsammans med hyresgäst	13
Digital läkemedelssignering	13
Larm	14
Trygghetslarm	14
GPS/Positioneringslarm	14
Sensorer	15
Trygghetssensorer	15
Inkontinenssensor	15
Fastighetsteknik	16
Nyckelfri verksamhet	16
Självdoserande disk- och tvättmaskiner	17
Bidétoaletter	17

Teknik för självständighet och välbefinnande

Tre Stiftelsers verksamhet syftar till att skapa välbefinnande för hyresgästen. Välbefinnande handlar till stor del om varje persons möjlighet att leva livet på sitt eget sätt, utifrån sina egna förutsättningar. Teknik och digitala lösningar kan göra det möjligt att gå på toaletten på egen hand, uppleva kulturevenemang hemifrån, ha möjlighet att äta på egen hand, slippa nattliga tillsynsbesök med mera. En större frihet och självständighet.

Vi använder teknik och digitala lösningar som stöd för personcentrerad omvårdnad. De är också viktiga verktyg för att möta de samhällsutmaningar som vård och omsorg står inför, exempelvis personalbrist. Med smarta tekniska lösningar kan vi få mer tid till social närvaro och att skapa meningsfullhet. Målet med alla de lösningar och produkter som vi jobbar med är att de stärker och förbättrar tillvaron för hyresgästerna.



Vad är välfärdsteknik?

Välfärdsteknik är den digitala teknik som kan komplettera och ge stöd inom omsorgen om äldre och yngre personer med funktionsnedsättning. Målet är att med hjälp av tekniken kunna öka trygghet, delaktighet, självständighet och självbestämmande för enskilda hyresgäster.

Välfärdsteknik

- kan användas av hyresgästen, närstående eller personal.
- ingår i verksamhet som ett av våra arbetsverktyg för att ge omsorg och stöd, till exempel genom att använda teknik för aktivitet och social samvaro.

Välfärdsteknik, en del av digitaliseringen

Mycket av det vi gör med hjälp av teknik innebär att vi digitaliserar och det ger möjlighet att förändra vårt arbetssätt.

Allt hör ihop, det viktigaste är att vi lär oss att använda teknik på ett säkert och tryggt sätt för alla.

Teknikutveckling på Tre Stiftelser

Välfärdsteknik är inte en separat del i omsorgen och omvårdnaden, det är omvårdnad och omsorg.

Vi integrerar välfärdsteknik i verksamhetens utveckling inom alla områden och i alla utvecklingsråd, för att stärka individen och den salutogena profilen. Syftet med välfärdsteknik är att öka självständigheten genom att kompensera för eventuella funktionsnedsättningar av fysisk och psykisk karaktär.

Välfärdsteknik är inte en separat del i omsorgen och omvårdnaden, det är omvårdnad och omsorg.

Genom tekniska lösningar kan du som medarbetare avlastas, och vi får mer tid för samvaro och aktivitet. Det som ger en meningsfull vardag.

Reflektera!

Vad gör ni med hjälp av teknik som hjälper hyresgästen att bli mer självständig och känna trygghet?

Hur påverkar tekniken personalens arbetssituation?

Exempel på teknik hos Tre Stiftelser

Robotar

Begreppet robotar för ofta tanken till människoliknande figurer. Men det finns idag flera robotar utan mänskliga drag. Så som robotar som ger kraft vid tunga lyft, sociala robotar som robotsäl, robotkatt och robotdusch.

Ätrobot

En ätrobot kan fungera i en situation där hyresgästen har behov av assistans vid måltid. Ätroboten består av en robotarm med en specialutformad sked längst ut och man kan styra armen på flera olika sätt, bland annat med knappar som har lågt tryckmotstånd eller med fötterna via stora knappar på golvet.



Robotkatt

För en person som har mycket oro, känner sig ensam eller är stressad kan en robotkatt vara till stöd. Robotkatten är utvecklad för att ge glädje och trygghet. Katten reagerar på beröring, rör sig och låter som en riktig katt.



Inmu

Om en hyresgäst lider av sömnbrist eller oro så kan Inmu relax vara en typ av robot som kan hjälpa. Det är en kudde för sensorisk stimulering. Den fungerar som en



avspänningsrobot som vid beröring spelar lugnande musik.

För en person som är mycket passiv så kan istället Inmu dance hjälpa till att öka lusten till rörelse. Musik spelas från aktivitetsroboten och ökar takt och instrument ju mer personen rör sig.

Teknik för att skapa meningsfulla stunder

Välfärdsteknik som social stimulans är ett sätt för individen att vara aktiv och delaktig på ett meningsfullt sätt i vardagen. Meningsfullhet är ett centralt värde hos Tre Stiftelser.

Solsimulator

Om hyresgäster vill känna värme och upplevelse av sommar så kan solsimulatorn fungera som en semesteroas i närheten. Solsimulatorn är mer än en sollampa — den efterliknar naturligt dagsljus inomhus, med den fördelen att mängden UV-strålning

är filtrerad till låga nivåer. Solljusterapi i solsimulatorn erbjuder ljus och värme men har också flera positiva hälsoeffekter.

- Minskar muskelsmärta och ledbesvär.
- Förbättrar nybildningsprocesser vid läkning av sår.
- Motverkar depression.
- Stimulerar välmående.
- Aktiverar individuell produktion av D3 vitamin som ökar vårt immunförsvar.
- Motverkar benskörhet.



Tovertafel

För att bryta passivitet och stimulera både fysisk och kognitiv aktivitet, eller uppmuntra social interaktion, hos hyresgäster så kan man använda Tovertafel. Tovertafel är en spelkonsol som projicerar en aktivitet eller spel på en bordsyta, och kan följa deltagarnas rörelser.

Spelen och aktiviteterna reagerar på minsta hand- och armrörelser.

På Tre Stiftelser har vi spelkonsoler på varje adress och vi har Tovertafel-ambassadörer på varje enhet. Tovertafel-ambassadörer fungerar som inspiratörer. Dom har lite mer fördjupad kunskap om Tovertafel och spelen.

Musikvagga

För en hyresgäst med kroniska fysiska sjukdomar eller kognitiv svikt såsom demens kan musikvagga passa speciellt bra. Musikvaggan kan hjälpa till att lindra oro.

Tillsammans med tyngdtäcke, avkopplande musik och kuddar vaggas hyresgästen och får möjlighet att koppla av totalt.

Några goda effekter med gungstolen:

- minska oro för hyresgästen
- mindre mängd lugnande läkemedel används
- hyresgästerna söker sig själva till stolen för en stunds avkoppling





VR-glasögon

VR-glasögon kan användas på många olika sätt såsom social samvaro, meningsfull aktivitet och avslappning.

- Med VR går det att förflytta sig till andra miljöer på ett verklighetstroget sätt
- VR kan användas för att öka träningsmotivation
- VR kan användas av alla personer oavsett funktionsvariation

VR väcker inte bara glädje och minnen till liv. Sinnerna aktiveras och kan uppmuntra till rörelse och delaktighet. De olika miljöerna kan också väcka nya samtalsämnen till liv.

Åke som älskar att fiska. Honom satte jag i en undervattenupplevelse. Det första han gjorde var att börja prata om sina fiskeäventyr. Nästa gång vi sågs hade jag laddat ned ett fiskespel. Åke älskade det så nu kan han fiska gös och berättar om sina många bravader ute till sjöss.



Reflektera!

Hur skulle de välfärdstekniska produkter som du nyss tagit del av kunna skapa mervärde och nytta inom er verksamhet?

Surfplatta tillsammans med hyresgäst

Surfplattan är ett bra exempel på välfärdsteknik som stärker hyresgästen i sin vardag, oavsett ålder eller funktionsvariation.

På varje våning finns minst en surfplatta som vi kallar *Kultur ipad*. Många hyresgäster har också sin egen surfplatta eller smartphone

En surfplatta kan öka möjligheten att kommunicera med andra, att ha tillgång till sitt eget språk och ge möjlighet till bildsamtal med närstående.

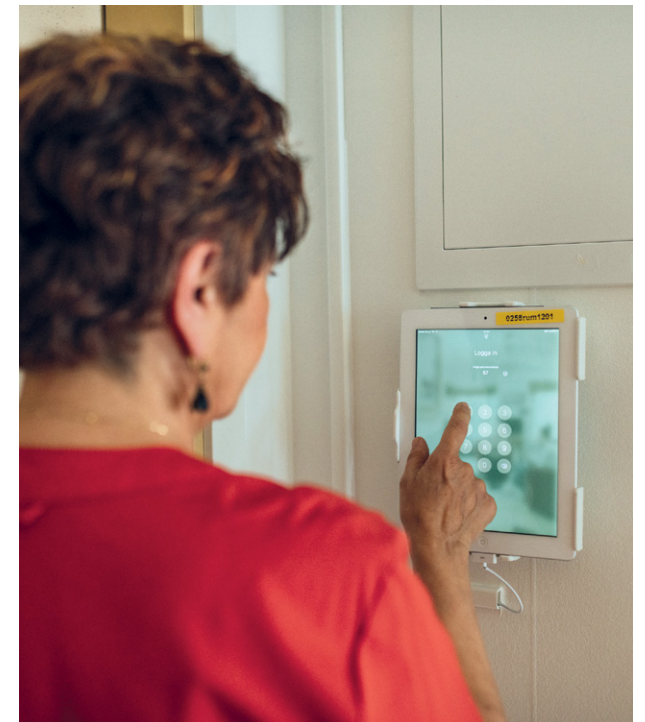
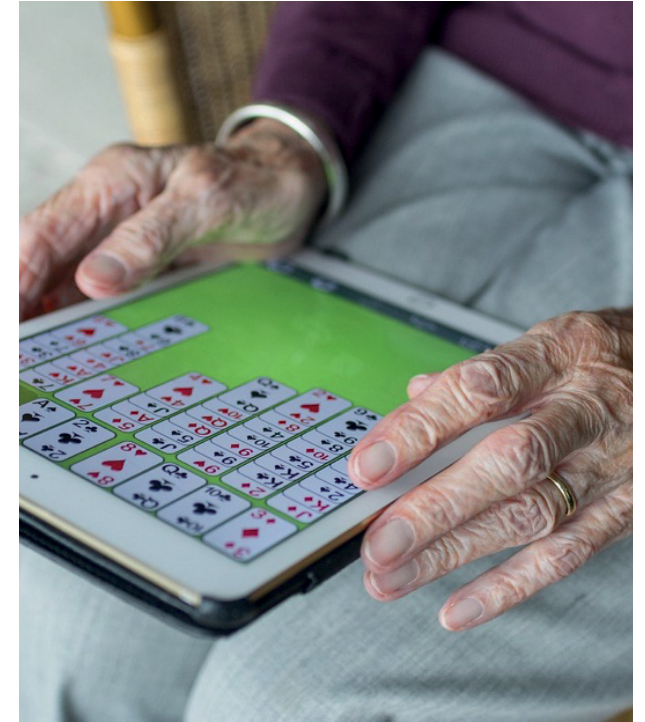
Surfplattan har funktioner och appar som kan:

- hjälpa till med minnet
- hjälpa till med språk och kommunikation
- bidra till social aktivitet
- bidra till underhållning och aktivering

Digital läkemedelssigenering

Vi har digital läkemedelssigenering, MCSS, som ett stöd för personalen. Hyresgästernas trygghet ökar genom att de får rätt medicin på rätt tid och på rätt sätt.

Systemet gör det tydligt för personalen hur och när läkemedel ska ges. Man har stöd i att systemet påminner om hyresgästernas läkemedelstider.



Larm

Trygghetslarm

Vi har larmenheter som består av en larmknapp som hyresgästen aktivt kan välja att trycka på för att skicka ett larm till personalens telefoner. På de somatiska enheterna kan personalen välja att svara på larmet genom talkommunikation till hyresgästens lägenhet.

Vi har också rörelselarm som larmar till personalens telefoner om en hyresgäst, med exempelvis risk för fall, lämnar sängen.

Hyresgäster som ex. lämnar sin lägenhet och har svårt att hitta tillbaka kan ha ett dörrlarm. Dörrlarmet aktiveras när hyresgästen öppnar sin dörr och ett larm skickas då till personalen som kan komma och assistera hyregästen.

På varje enhet finns det en eller flera undersköterskor som har fördjupat uppdrag som larmombud. Ta hjälp av dem om det är något du undrar när det gäller trygghetslarm.

GPS/Positioneringslarm

För den hyresgäst som gärna vill gå på promenader men inte känner sig trygg i att hitta hem igen kan man erbjuda GPS-larm. Med en GPS i till exempel en klocka eller skosula kan hyresgästen promenera fritt inom ett bestämt område så kallat geo fence (digitalt staket).

Kommer hyresgästen utanför detta område går ett meddelande till personalen som kan bedöma om man behöver gå/åka och hämta eller inte.

Med GPS-larm kan hyresgästen vara mer aktiv och röra sig fritt och personalen behöver inte låsa dörrar, något vi enligt lag inte har lov att göra.

Sensorer

Sensorer kan hjälpa oss att se beteendemönster hos hyresgäster och genom denna information kan vi förebygga och förbättra omsorgen.

Trygghetssensorer

Vi gör tester med trygghetssensorer som syftar till att hyresgäster alltid ska få den hjälp och stöd de behöver. Sensorerna ska signalera när något oönskat händer i lägenheten.

Trygghetssensorer är något som man sätter upp i hyresgästens lägenhet, på väggen eller i taket. Trygghetssensorer kan larma vid fall, eller känna av att hyresgästen behöver hjälp, innan olyckan är framme.

Tänk att du står i en korridor med flera stängda dörrar omkring dig. Hur vet du om någon faktiskt behöver hjälp på andra sidan dörren? Kanske är det helt lugnt på insidan och ditt besök har väckt hyresgästen i onödan.

Hyresgästen larmar inte själv aktivt utan sensorerna känner av oönskade händelser och skickar då ett larm till personalen.

Inkontinenssensor

För att hyresgästen ska få ett så bra inkontinensskydd som möjligt så görs en inkontinens mätning med Tena Identifi. Det är en sensor som underlättar inkontinensutredningar för sjuksköterskorna. Systemet registrerar under 72 timmar en individs urinläckage. Informationen omvandlas till en rapport som ger fördjupad kunskap om individuella läckagemönster och urinmängder.

Fördelarna med ett individuellt utprovat skydd är:

- mindre risk för läckage
- mindre obehag för hyresgästen
- mindre tvätt för personalen att hantera
- mindre kostnad
- mindre miljöpåverkan

Och framför allt ökad värdighet och livskvalité för hyresgästen!

Fastighetsteknik

Nyckelfri verksamhet

För att öka tryggheten och hanterbarheten hos hyresgäster så strävar vi efter att bli helt nyckelfria. Många har svårt att hantera vanliga nycklar och hyresgästen vill känna sig trygg med att bara behöriga personer kommer in i ens lägenhet. Vi tror också att verksamheten blir mer effektiv, säker och modern.

Vi har gjort flera åtgärder för att gå mot nyckelfri verksamhet redan:

Hyresgästerna och personalen har en transponder som har ersatt den mekaniska nyckeln till lägenheten. Låsenheten aktiveras när hyresgästen eller personal lägger handen på dörrhandtaget till den lägenheten som man har behörighet till.

Hyresgästen har också en tag som öppnar deras postfack, entrédörrar och hissar.

Personalen låser vid början av varje arbetspass ut en knippa ur *Nyckelpigan* med transponder som går till de lägenheter man har behörighet till. Har man läkemedelsdelegering så kan man hämta ut knippor som också har en tag till de digitala läkemedelsskåpen. När man som personal slutar sitt pass låser man in sin knippa i skåpet igen.



På Tre Stiftelser har en transponder ersatt den fysiska nyckeln.

Självdoserande disk- och tvättmaskiner

Vi har installerat maskiner där personalen inte behöver dosera tvättmedel eller diskmedel. Detta har gjorts dels för miljöaspekten, man riskerar inte att överdosera, men också för att personalen ska slippa beställa eller hantera disk- och tvättmedel.

Bidétoaletter

Ett toalettbesök är en privat sak! Att hyresgästen ska få kunna vara självständig i att sköta sin intimhygien ser vi som viktig uppgift.

- Att få vara självständig vid ett toalettbesök ökar hyresgästens integritet.
- Att bli självständig och klara av ett toalettbesök leder till ett ökat självförtroende och ökad självkänsla hos

hyresgäst.

- Ökad integritet, självförtroende och självkänsla hos hyresgäst leder till en ökad livskvalité och en högre omsorgskvalité.

Vi kallar det bidétoalett men det kallas ibland även *japantoalett* eller *spol- och torktoalett*. På Tre Stiftelser har vi installerat flera sådana toaletter för att öka självständighet och livskvalité för hyresgästerna samtidigt som det förbättrar arbetsmiljön för personalen.

Bidétoaletten har funktioner som:

- höj- och sänkbar
- värme i sitsen
- nattlampa
- tvätt- och torkfunktion



Bidétoalett eller så kallad *robottoalett*.



Hyresgästen kan själv styra toalettens funktioner.



Reflektera

Vad kommer du att göra med hjälp av teknik för att öka trygghet, delaktighet, självständighet och självbestämmande hos hyresgästerna på din enhet?

Lycka till i din roll som teknikombud!



**”Välfärdsteknik är inte en
separat del i omsorgen
och omvårdnaden, det är
omvårdnad och omsorg.”**

Tre Stiftelser
Per Dubbsgatan 4, 413 46 Göteborg
trestiftelser.se