



Lovisa

- **Forskning**
på frammarsj
- **Helsefremmende sykehus**
- Fysisk aktivitet og kosthold
- **Tannhelsetjeneste**
for alvorlig syke

Fra sans til samling

En psykisk lidelse påvirker ikke bare sinnet, men også kroppen. Dette kan gi seg utslag som blant annet nedsatt kroppskontakt, diffuse kroppsgrenser, forstyrrelser i muskelspenningen og motorisk urolighet. Et sanserom på post 2 på Vor Frue Hospital viser seg å gi pasienter ro og opplevelsen av å være mer tilstede i seg selv.

Tekst: Kristine Myksvoll, foto: Jon Gudlaugsson



- Da snoren ble klippet til vårt nye sanserom for snart ett år siden, var det en drøm som gikk i oppfyllelse, forteller Ellen Hege Blixt, avdelingsleder ved post 2. Hun hadde lenge ønsket å utvikle et sanserom, og drømmen ble mer håndfast da hun fikk med seg en tverrfaglig gruppe som også tente på ideen. Gruppen besto av to miljøterapeuter, ergoterapeut, fysioterapeut, to musikkterapeuter og sykepleiefaglig rådgiver, i tillegg til avdelingsleder.

- I begynnelsen var fokus på å forebygge aggresjon og utagering, og dermed få ned bruk av tvang. Vi visste egentlig ikke så mye om dette tiltaket, forklarer Blixt. - Vi lette etter fagstoff i både inn- og utland. Sansestimulering er knapt nok brukt innenfor psykisk helsevern i Norge. Det er mer vanlig til mennesker med psykisk utviklingshemming. Derimot har det lenge vært brukt til psykisk syke mennesker i Danmark og England med god effekt.

Etter å ha arbeidet med ideen et års tid dro gruppen i april 2010 til Danmark på studietur. - Vi besøkte både et sansehus og to institusjoner som hadde lang erfaring med sanserom innen psykisk helse.

Vi ble veldig godt mottatt alle steder og utrolig inspirerte. Nå visste vi mer hva vi ville gjøre.

Gjennom det første årets drift har post 2 gjort seg mange positive erfaringer med bruk av sanserommet. Pasienter forteller at det gir dem en ro, i tillegg sier de at slitsomme tanker slipper taket, at de føler seg lettere til sinns, at de kan kjenne kroppen bedre og at de føler seg mer til stede i seg selv. Et godt tegn er også at pasientene ønsker å bruke sanserommet igjen.

Postens personale har sett at alle pasienter uansett problemstilling eller diagnose kan ha god effekt av sanserommet, ikke bare den opprinnelige målgruppa. Gruppen har tanker om å utføre en kontrollert undersøkelse av effektene sanserommet har. Dette har gruppen tenkt å gjøre med intervjuer av pasienter som har brukt rommet, i tillegg til å gå gjennom sanseromsnotater i sykepleiedokumentasjonen.

- Vi mener at dette har blitt et verdifullt bidrag i behandlingen ved post 2, sier den entusiastiske "sansegruppa".

Hvorfor sanserom?

Når man har en psykisk lidelse påvirker ikke dette bare sinnet, men også kroppen. Dette kan være nedsatt kroppskontakt, diffuse kroppsgrenser, dårlige balanseforhold i kroppen, for høy eller lav muskelspenning, motorisk urolighet, lite energi og angst. Man kan være ukonsentrerte, kaotiske, ukoordinerte, og utflytende i både kropp og sjel. Ved at pasienten sitter i kulestolen eller ligger i kulebadet i opp til 30 minutter kan dette øke kroppskontakten og gi tydeligere kroppsgrenser. Dette igjen kan dempe uro og gi et mer normalt spenningsforhold i muskulaturen. Ytterligere effekter kan være økt konsentrasjon og hukommelse og mer energi. I en kulestol/kulebad blir både berøringssansen og muskel-leddsansen stimulert når kulene både berører personen og gir nye trykk rundt på kroppen hver gang personen beveger seg. Mens man sitter i stolen kan man ha på farget lys eller fiberoptikk, samt høre på musikk man liker. Noe av hensikten er å legge til rette for en positiv opplevelse som kan lokke frem brukerens ressurser.

Begreper og bruk av sanserom

Sanseintegrasjon: Hjernens evne til å bearbeide sanseintrykk fra kroppen så de blir brukbare for personen.

Sansestimulering: Å påvirke sansene våre gjennom lys, lyd, lukt, berøring, trykk, og bevegelse med den hensikt å "vekke" oss eller "dempe" oss.

De tre grunnsansene våre er berøringssansen, muskel-leddsansen og likevektssansen. Disse sansene ble dannet tidligst i fosterlivet og det er derfor det er så effektivt å stimulere disse.

Sanserom: I et sanserom er det lagt til rette for en kontrollert sansemessig opplevelse i et multisensorisk miljø. Det er skjermet for uønsket påvirkning, men med mulighet for å kontrollere art, styrke og intensitet. Det er lagt vekt på å skape en behagelig atmosfære i sanserommet også fargemessig. Sanserommet på Post 2 er innredet med kulebad, kuledyne og kulestol. I tillegg sittehengekøye, fiberoptikk, musikkanlegg, farget lys og ulike sensomotoriske baller.



Autismestudien fortsetter

Autism Birth Cohort - ABC-studien ved Folkehelseinstituttet har fått ny bevilgning fra National Institutes of Health. Den nye bevilgningen ble feiret samtidig med at ABC-klinikken flyttet inn i nye og større lokaler på Lovisenberg.

- Vi er veldig fornøyde, sier faglig leder Anne-Siri Øyen. - Vi hadde behov for mer plass og siden vi nå har fått finansiering for to nye år med mulighet for forlengelse, så var vi veldig glade for at vi fikk muligheten til å flytte inn i større og lysere lokaler.

Folkehelseinstituttet gjennomfører ABC-studien i samarbeid med Columbia University i New York, og Nic Waals Institutt har ansvar for de kliniske undersøkelsene. ABC-studien er et underprosjekt til Mor Barn undersøkelsen ved Folkehelseinstituttet og har fokus på autisme.

Studien bruker i tillegg til egne data det unike materialet som er samlet inn i Den norske mor og barn-undersøkelsen (MoBa). Dette gir forskere mulighet til å studere barna fra før de ble født, gjennom spørreskjema og blodprøver som ble tatt da mor var gravid, og utviklingsforløpet videre.

- Nic Waals Institutt ved Lovisenberg Diakonale Sykehus, er en viktig samarbeidspartner for Folkehelseinstituttet og Columbia University i New York. Barn fra hele landet kommer hit sammen med sine foreldre til en grundig undersøkelse. Slik bidrar de til en studie som det ikke finnes maken til i verden i dag, sier Camilla Stoltenberg, som leder studien i Norge.

Av: Johan Stenseth



Mette Bengtson, leder for Nic Waals Institutt, og Camilla Stoltenberg som leder ABC-studien i Norge, klipper snoren til ABC-studiens nye lokaler i samme bygning, med inngang gjennom Gjestehusets resepsjon

ABC-klinikken

Siden 2005 har ABC-klinikken på Lovisenberg undersøkt ca 1000 barn for å samle inn data om autisme. Barn fra hele landet inviteres på bakgrunn av spørreskjemaene i MoBa til å komme til undersøkelse på klinikken.

Undersøkelsen varer en hel dag, og omfatter en rekke tester og intervjuer. Undersøkelsene gjennomføres av et team bestående av barnepsykiater, psykologer og forskningsassistenter. Se ABC-studiens nettsider på lds.no og fhi.no for mer informasjon