

Kultur och hälsa

9 februari

äldre
centrum
aktuell
FORSKNING OM ÄLDRE OCH ÄLDRA



Foto: Yanan Li



Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Medverkande



Töres Theorell, professor emeritus i psykosocial medicin vid Karolinska institutet fick tyvärr förhinder och kunde inte delta i webinariet. Katarina Lindblad presenterade istället hans forskning.



Katarina Lindblad musikterapeut och försteamanuensis vid Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet.



Rebecca Hilton Professor i koreografi vid Stockholms konstnärliga högskola.



Zahra Ebrahimi Specialistsjuksköterska, doktor och lektor vid Göteborgs universitet, och Sahlgrenska akademien.



Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Töres Theorell

Professor emeritus i psykosocial medicin vid Karolinska institutet.

Han fick tyvärr förhinder och kunde inte delta i webinariet. Katarina Lindblad presenterade istället hans forskning.

Musik minskade stress

- **Tungt ansvar för anhöriga vid demens.**
Tröga morgnar då personen med demenssjukdom inte vill göra något och blir arg.
- **Daglig rutin med gemensam lyssning till favoritmusik i två månader testades**
- **Salivprover varje dag**





Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Töres Theorell
Professor emeritus i
psykosocial medicin vid
Karolinska institutet.

- **Minskning i kortisolnivåer på morgonen** särskilt för de anhöriga i musikstudien i jämförelse med kontrollgrupp.
- Berättelserna visar att det gemensamma **musiklyssnandet kan normalisera relationer.**





Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Katarina Lindblad
fil. doktor
musikterapeut,
förstemanuensis vid
Norges teknisk-
naturvitenskapelige
universitet NTNU.

Musik är mycket mer än bara guldkant

- Kan lindra smärta, ångest och oro
- Bidrar till en avslappnad miljö
- Ökad trivsel
- Aktiverar hjärnan och stimulerar minnen
- Förbättrar arbetsmiljön och hälsan för alla
- Finns metoder



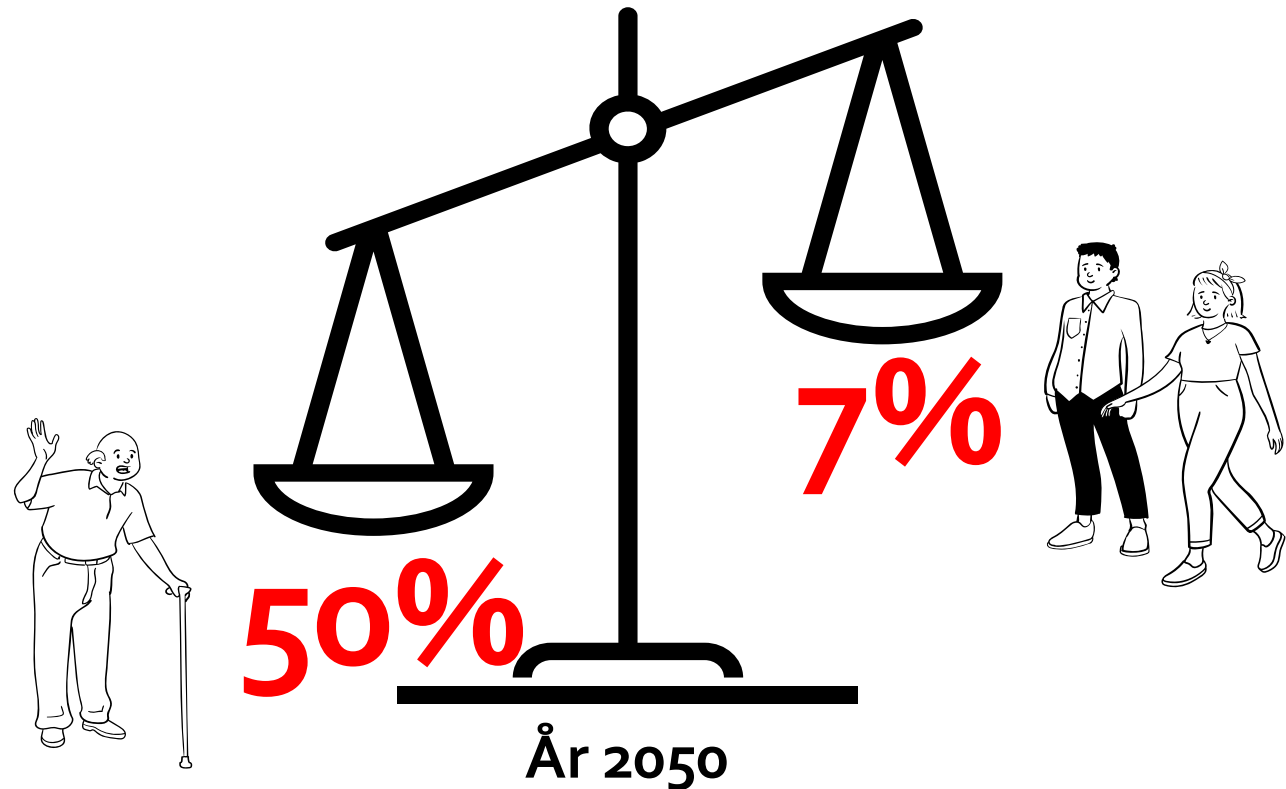


Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Zahra Ebrahimi

Specialistsjuksköterska,
med. doktor och lektor
i omvårdnad vid
Göteborgs universitet.

Kulturens betydelse för äldres hälsa - från en personcentrerad etik





Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Zahra Ebrahimi

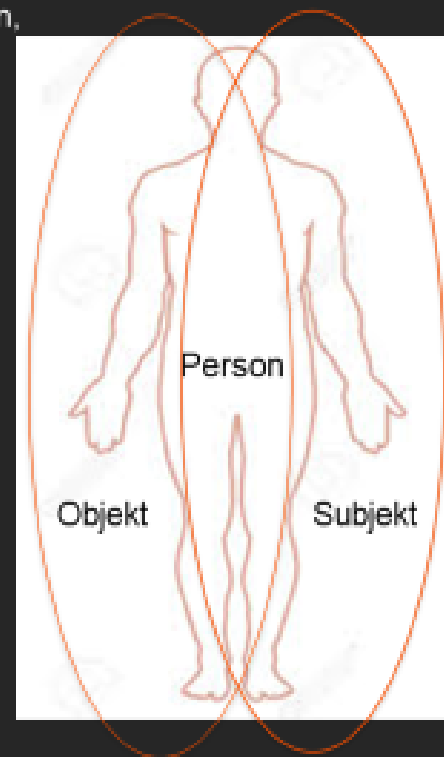
Specialistsjuksköterska,
med. doktor och lektor
i omvårdnad vid
Göteborgs universitet.

Människan ur ett filosofiskt perspektiv

Den odelbara sammanflätade subjektiva och objektiva människan,
Tänkande, kännande, berättande och handlande
Fri vilja och ansvarsfull
Sårbar/ lidande och Kapabel/ förmögen

Ett objekt – ett levande biologiskt material

Ett subjekt – någon som har känslor
och erfarenheter och interagerar med
andra människor





Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Zahra Ebrahimi

Specialistsjuksköterska,
doktor och lektor vid
Göteborgs universitet,
och Sahlgrenska
akademin.

Personcentrering en handlingsetik

”Att sträva efter det goda livet,
med och för andra,
inom rättvisa institutioner”
(Ricoure, 1992)



Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Zahra Ebrahimi

Specialistsjuksköterska,
doktor och lektor vid
Göteborgs universitet,
och Sahlgrenska
akademin.

Musikens mångfacetterade positiva inverkan på hälsan

- Förstärker positiva känslor och förbättrar sinnesstämningen.
- Musik som terapi.
- Hantering av ångest och depression.
- Förbättrar minnen och kognitivas förmågor.
- Stimulerar social interaktion och förbättrar relationer.
- Gemenskap och behörighet.
- Minskar känslomässig isolering.





Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Zahra Ebrahimi

Specialistsjuksköterska,
doktor och lektor vid
Göteborgs universitet,
och Sahlgrenska
akademin.

Skapa rättvisa förhållanden

- Se och bekräfta den äldre som en helhet och värdig person.
- Ta tillvara på äldres resurser och preferenser.
- Arbeta med förebyggande och hälsofrämjande insatser.
- Ta tillvara på digitala möjligheter.
- Planera vården och omsorgen interprofessionellt tillsammans med den äldre.





Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Zahra Ebrahimi

Specialistsjuksköterska,
doktor och lektor vid
Göteborgs universitet,
och Sahlgrenska
akademin.

Musikens mångfacetterade positiva inverkan på människans hälsa och välbefinnande

- Se och bekräfta den äldre som en helhet och värdig person.
- Ta tillvara på äldres resurser och preferenser.
- Arbeta med förebyggande och hälsofrämjande insatser.
- Ta tillvara på digitala möjligheter.
- Planera vården och omsorgen interprofessionellt tillsammans med den äldre.





Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Zahra Ebrahimi

Specialistsjuksköterska,
doktor och lektor vid
Göteborgs universitet,
och Sahlgrenska
akademin.

Kultur i Nära vård

Syftet med projektet

- Att undersöka betydelsen av digital kulturtillgång för personer som erhåller vård och omsorg vid särskilda boenden för äldre, hemmaboende äldre med hemtjänst eller inom hemsjukvården.





Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Zahra Ebrahimi

Specialistsjuksköterska,
doktor och lektor vid
Göteborgs universitet,
och Sahlgrenska
akademin.

Följande forskningsfrågor avser att besvaras:

- Vilka konsekvenser har digital kulturtillgång för existentiella frågor som rör livets mening, ensamhet,
- vilken betydelse har digital kulturtillgång för hälsa och välbefinnande?

KULTUR I NÄRA VÅRD





Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Zahra Ebrahimi

Specialistsjuksköterska,
doktor och lektor vid
Göteborgs universitet,
och Sahlgrenska
akademin.

Studien pågår nu

- Enheter som anmält intresse rekryteras och äldre personer intervjuas.

Utmaningar i studien

- Kontinuerlig kontakt och upprepade information till enheterna.
- Mycket samordning för möjliggöra och tillhandahålla digitala tillgången till de äldre, samt vid intervjuerna.
- Stort tack till alla involverade i projektet som möjliggör denna viktiga forskning.



Photo by Kampus Production <https://www.pexels.com/@kampus>



Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Zahra Ebrahimi

Specialistsjuksköterska,
doktor och lektor vid
Göteborgs universitet,
och Sahlgrenska
akademin.

Digital tillgång till
kultur och musik
för äldres hälsa och
välbefinnande
behöver tillvaratas och
beforskas mer!





Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Rebecca Hilton
Professor i koreografi
vid Stockholms
konstnärliga högskola.

Handfestival - exempel på ett deltagarbaserat konstprojekt



Illustration: Jenny Soep

5817



Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Rebecca Hilton

Professor i koreografi
vid Stockholms
konstnärliga högskola.

Handfestival på äldreboende

- Livets sista tid
- På plats – utforskar möten med hjälp av konst och design.
- Spännande samtal och oanade talanger.
- Vissa händer var stilla, andra ständigt sysselsatta.







Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Max Liljefors
professor i
konsthistoria och
visuella studier vid
Lunds universitet.

Konstens välgörande effekter inom vård och omsorg

- Hur samtal om konst kan väcka slumrande sinnen till liv och bidra till att förbättra hälsan för både gamla och unga.
- Personal inom äldreomsorgen kan själva leda samtalen efter en kurs i att leda patienter till estetiska upplevelser.

Kurs: Lunds universitet ger i samarbete med Region Skåne en uppdragsutbildning för personal inom vård och omsorg. Konst, kultur och hälsa (7,5 hp), om hur konstarterna och estetiska processer kan bidra till vårdens arbete.



Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Länkar och läs mer
klicka på tidningen för att
läsa om smärta i senaste
numret.



Kontakta
oss gärna!



Töres Theorell

tores.theorell@su.se



Katarina Lindblad

katarina.lindblad@ntnu.no



Rebecca Hilton

rebecca.hilton@uniarts.se



Zahra Ebrahimi

zahra.ebrahimi@gu.se



Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Mer om Äldre i Centrum

Sveriges enda populärvetenskapliga tidskrift inom äldre- och åldrandeområdet, nationellt etablerad som en bro mellan forskning och praktik. Läs mer på aldreicentrum.se

Prenumerera gärna!

Det är ett enkelt sätt att följa med i vad som händer inom forskningen kring äldreomsorg.

- [tidskriften Äldre i Centrum](#)
- [vårt nyhetsbrev](#)
- [Lyssna på Äldre i Centrum-podden](#)

Följ oss på sociala medier:

- [LinkedIn](#)
- [Facebook](#)
- [Instagram](#)





Äldre i Centrums tema-morgon om kultur och hälsa

Tack alla som deltog 9 februari på vårt livesända webinarium!

231 deltagare från hela Sverige med massor av spännande titlar!

