



LANDSFORBUNDET FOR OFFENTLIGE PENSJONISTER

REFERAT fra medlemsmøte i LoP Molde og omegn 31. oktober 2024

Geriatr Ester Marie Søvik Kringstad ved Molde Sjukehus holdt et interessant foredrag for oss om **geriatri – Hva er geriatri egentlig?**

1. Definisjon

Geriatr, av gresk geras (alderdom) og iatreia (helbredelse), er en medisinsk spesialitet som er konsentrert om sykdommer hos eldre fra 65-70 årsalder.

Norsk definisjon: Geriatri er spesialiteten innenfor indremedisin som ivaretar pasienter med sammensatte utfordringer.

Geriatrien er opptatt av fysiske, psykiske, funksjonelle og sosiale tilstander som inntreffer ved akutt sykdom, kronisk sykdom, rehabilitering, forebygging, sosiale situasjoner og ved livets avslutning hos denne pasientgruppen.

2. Geriatr i Molde pr. i dag 3 spesialister i geriatri ved det nye sykehuset SNR



Seksjon ved Medisinsk avdeling
(Medisin B)
Spesialist geriatri
Sykepleiere, fysioterapeut og
ergoterapeut



3. Hvorfor geriatri / egen spesialitet for eldre?

- Aldring virker inn på kroppen – Biologisk aldring (starter fra ca 25-årsalder)
- Flere sykdommer
- Mange medikamenter
- Målsetting: Best mulig livskvalitet – Optimalisere funksjonsevne – Bevare autonomi

4. Hvem er en geriatrisk pasient?

- Ikke alder alene
- Sammensatte utfordringer på flere områder
 - Flere kroniske sykdommer
 - Mange medikamenter, bivirkninger
 - Vekttap, dårlig matlyst
 - Ustøhet, fall
 - Redusert hukommelse
 - Sansesvikt
 - Psykiske og sosiale utfordringer
- Behov for helhetlig tilnærming

Skrøpelighet/sårbarhet

Ny lærdom - Dikt av Haldis Moren Vesaas (Livshus, 1995)

Utruleg lenge var eg sterk og sprek
og kunne halde fram min vante veg
og trudde ikkje at slikt vondt som råkar
så mange gamle folk, skulle råke meg.

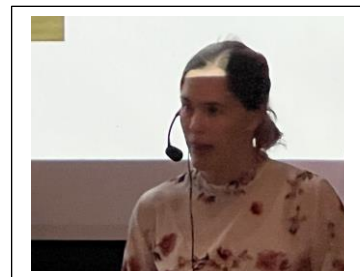
Eg såg på gamle skrøplingar, og tenkte
at om dei for alvor sette viljen inn
kunne dei vel te seg mindre ynkelege.
Jo, det er sant. Så hard, så blind.

No har eg lært nytt. Min eigen kropp
har drive meg på plass i skrøplinganes hær.
Ikkje kall oss stakkarslege når du ser oss.
Kall oss heller tapre. Det er det vi er.

I 2018 vedtok Stortinget satsing på preventiv geriatri for å sikre sosial bærekraft og ivaretagelse av menneskerettigheter blant eldre.

5. Hva gjøres annerledes i dagens geriatri?

- Systematisk utredning
- Somatisk og psykisk helse
- Medikamentgjennomgang
- Fysisk og kognitiv funksjon
- Sosiale forhold - pårørende
- Søvn
- Smertekartlegging
- Sansesvikt
- Rus



Forskning har vist at denne måten å jobbe på

- Har god effekt på funksjon og livskvalitet
- Kan redusere antall dager i institusjon.

Hvordan unngå geriateren?

1. «Successful ageing»

2. Hvordan unngå å bli skrøpelig?

- Fysisk aktivitet
- Sosial aktivitet
- Kognitiv stimuli

3. Resilience – «Motstandsevne»

- Evne til å tilpasse seg endringene som skjer

Liv Marie Opstad, referent