



2012-05-21 09:38 CEST

## Nintendo Wii hjälper Alzheimerspatienter

**Helena Tobiasson är KTH-forskaren som är tidigt ute med att utforska rörelsestyrda spels funktion för personer med diagnosen Alzheimers sjukdom. Kombination Nintendo Wii och demenspatienter är inte bara en historia som bjuder på ökad rörlighet och fler glada skatt på olika äldreboenden. Det ger också en större förståelse för vardagen med Alzheimers och är en fullträff när det gäller att krossa förutfattade meningar.**

– Vad händer om vi sätter ett Nintendo Wii i händerna på människor som drabbats av demens?

Det var den frågeställningen som Helena Tobiasson tillsammans med

äldreboenden i Ockelbo, Tierp och Umeå har forskat om de senaste åren. Anledningen är att demenssjuka på grund av sin diagnos har svårt att lära sig nya saker. De fastnar också ofta i monotona tal- och rörelsemönster. Därmed är det en svår patientgrupp att jobba med för vårdgivare.

– Att hitta fungerande och varierande aktiviteter för dessa patienter är svårt. Det visade sig dock att Nintendo Wii, tillsammans med rörelsebaserade handkontroller och spel, är ett utmärkt redskap för de demenssjuka. Det säger Helena Tobiasson, forskare vid KTH med inriktning människa-datorinteraktion och ergonomi/design.

Anledningarna till att kalla tv-spelande demenspatienter för en lyckad idé är många. Till exempel framkom det mycket snabbt att de demenssjuka är gillar själva spelandet och tävlandet.

– Det är kul att spela säger de. Kul att använda kroppen. De vet inte om de kommer att vinna eller förlora i spelandet, och just det verkar motivera och utmana dem att ta i och fokusera, säger Helena Tobiasson.

Skillnaden mellan tv-spel och de klassiska, fysiska övningarna är alltså stor. Enligt Helena Tobiasson triggas demenspatienterna inte alls lika mycket av att lyfta armarna i luften, att sittgympa, låtsas plocka äpplen, eller andra loja aktiviteter. Det innebär snarast att de istället blir påmind om sina egna tillkortakommanden.

Det blir mer som ett funktionstest. Det är svårare att hitta på en stimulerande aktivitet som tar tillvara deras fysiska förmåga.

– De märker snarare att "Nähä, nu kan jag heller inte lyfta höger arm fullt ut längre", vilket påverkar dem negativt och gör dem nerstämda. TV-spel som är rörelsestyrda har istället en stark roll i rehabilitering. Man rör sig, gör något tillsammans med andra och måste tänka till och koncentrera sig om man ska vinna, säger Helena Tobiasson.

Hon tillägger att hon har stor förståelse för demenspatienternas ointresse för vanliga fysiska övningar.

– Jag är utbildad ergonom och sjukgymnast och har gjort hundratals lugna träningsprogram för olika åldersgrupper och sjukdomar. Det är klart svårare

att motivera till repetitiva träningsprogram än att motivera människor till en kajaktävling där den faktiska rörelsen som utförs i det närmaste är identisk med verkligheten Det är helt enkelt roligare, säger Helena Tobiasson.

Även de anhöriga uttrycker sig mycket positivt om forskningsprojektet med Nintendo Wii-spelandet. Det finns många glädjande historier.

– "Jag förstod inte riktigt vad hon hade gjort, men hennes röst utstrålade stor glädje. Hon ringde och sade att hon hade vunnit. Det var så roligt att få höra henne så glad", berättade en anhörig för mig. Det blir ju en positiv historia när de flesta kontakterna med de demenssjuka och personalen annars är av typen "Nu har hon ramlat" eller "Nu ska en ny medicin introduceras", säger Helena Tobiasson.

Hon tillägger att de demenssjuka lever sina liv på äldreboende där de för deras egen säkerhet är inlåsta, och detta liv måste få ett bredare perspektiv än bara vara vårdande. Det finns många ingångar till bättre hälsa och bra omvårdnad, och en av dem kan sammanfattas i den korta meningen "Att ha KUL".

Vidare visade Helena Tobiassons forskningsprojekt att demenspatienterna i detta fall visade en förmåga till inläring trots sin diagnos. De lärde sig hantera spelet allt bättre ju längre de höll på. Balansen förbättrades också. Rörelserna blev mer stabila och precisa. De kunde säga - "Det här har jag aldrig gjort tidigare" - men rörelsen, hanterandet och poängen visade något annat.

– Projektet väckte många tankar – både hos oss forskare, personalen och de äldres anhöriga. Vi blev snabbt avslöjade - många av oss har en massa förutfattade meningar om vad vi tror att de demenssjuka och äldre i allmänhet vill göra, säger Helena Tobiasson.

Hon fortsätter berätta att hon gick in forskningsprojektet med inställningen att det viktigaste var att få igång dem rörelsemässigt. Att äldre och demenssjuka bara vill ha lugna fysiska övningar och rörelsemönster är en fördom för att knyta an till det jag sade tidigare om sittgymna och låtsasplockande av äpplen. Vi förändras inte så mycket som människor bara för att vi bli gamla, säger Helena Tobiasson.

Mycket riktigt. När Nintendo Wii introducerades visade det sig att de demenssjuka ville tävla, samt uppmuntra och reta varandra lite för lyckade och misslyckade slag. "Klart man vill vinna!", "Nu sopar jag banan och gör rent hus!" och "Detta var roligt det." var vanliga kommentarer.

– De vill, som någon av dem sade, "Känna sig lite bättre än någon annan". Dagarna ser dessutom likadana ut för dem, med mycket rutiner. I ett spel vet de som sagt inte vad utgången blir. Det skapar en spänning och en utmaning som är stimulerande, och som motiverar dem att göra sitt bästa, säger Helena Tobiasson.

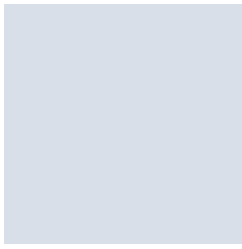
Hon lägger till att hon inte alls var övertygad om kombinationen rörelsestyrda spel och demens, det vill säga Nintendo Wiis storhet i sammanhanget, innan hon påbörjade forskningsprojektet.

– Jag trodde att det skulle gå åt skogen. Nintendo Wii och rörelsestyrda spel tv-spel i allmänhet marknadsförs ju mot tonåringar och som ett familjespel, knappast med syfte att sättas i händerna på våra äldre familjemedlemmar som ibland kan vara svårt demenssjuka, säger Helena Tobiasson.

Men åt skogen gick det alltså inte. Många fler äldreboenden har tagit in tv-spel i sin verksamhet. I Ockelbo, Tierp och Umeå fortsätter de demenssjuka att tävla och anta utmaningarna att spela tv-spel även efter det att forskningsprojektet är över, upplyser Helena Tobiasson, inte utan en hel del glädje i rösten.

För mer information, kontakta Helena Tobiasson på 070 - 241 96 41 eller [tobi@nada.kth.se](mailto:tobi@nada.kth.se).

## Kontaktpersoner



**Peter Ardell**

Presskontakt

Ansvarig för press

[press@kth.se](mailto:press@kth.se)

08-790 69 60