

Test av "Sovkudden" Somnox

Beskrivning

Somnox är en sovkudde som kan hjälpa dig att koppla av genom att exempelvis krama kudden, få hjälp med en långsammare andningsrytm och höra lugnande ljud. Testen genomförs av boende och personal på en eller två lägenheter på respektive enhet på ett av våra vård- och omsorgsboenden. De valde att testa Somnox sovkudde då flera hyresgäster upplever att de ibland har svårt för att somna. Detta kan bero på ångestproblematik, att hyresgästerna blir oroliga och inte kan koppla av. Ibland behöver en hyresgäst prata med personalen för att få ro att somna om eller så känner hyresgästen att den måste aktivera sig mitt i natten.



Mål

Målsättningen är att öka hyresgästens självständighet och välbefinnande samt underlätta för personal att planera samt koordinera sitt omsorgsarbete med ny teknik. En sovrobot kommer givet inte ersätta personalens omsorg, om så fortsatt önskas av brukaren, under testet.

Metod

Enheterna undersöker och väljer ut vilka hyresgäster som är lämpliga, och som har efterfrågat hjälpmedel för att lättare koppla av och/eller somna. Hyresgäst och personal informeras. Arbetsgruppen får utbildning av leverantör och utbildar därefter separat brukare och personal. En instruktionsguide tas fram för att underlätta användningen av sovkudden. Information om testet ges till berörd personal på respektive enhet.

Testet utvärderas genom att deltagarna intervjuas under tiden för att se om målsättningarna uppnås. En frågemall tas fram och intervjumetoden anpassas efter om en hyresgäst exempelvis har demensproblematik.

Resultat

Två hyresgäster har provat sovkudden under testperioden.

En hyresgäst hade svårt att somna och vaknade ofta mitt i natten orolig och stressad. Efter att ha använt sovkudden under en längre period så hade hon mycket lättare för att somna om och var inte lika irriterad eller arg på dagen. Hon upplevde att hon var gladare och inte lika rädd längre. Personalen noterade att hon nu var mycket lugnare och gladare. Hyresgästen tycker att sovkudden verkligen har motsvarat hennes förväntningar och hon, liksom personalen, tycker att den är enkel att använda.

Den andra hyresgästen som fick möjlighet att testa sovkudden hade en utbredd demensproblematik. Hyresgästen var ofta orolig och hade svårt att somna. Personen hade svårt att använda sovkudden och ta den till sig under testen. Det gick så långt att hyresgästen blev arg och kastade iväg produkten. Vi valde därför att avsluta testet i förtid och personalen fann istället att andra hjälpmedel, som till exempel ett "gosedjur", hade en mer avkopplande effekt på denna hyresgäst.