

Beteckning: _____



Akademien för hälsa och arbetsliv

Djur och musik som stimulans i vården av äldre - en litteraturstudie

*Moa Ekenberg & Emily Hedvall
Mars 2010*

Examensarbete, 15 hp, grundnivå
Omvårdnadsvetenskap

**Sjuksköterskeprogrammet 180 hp
Examinator: Ragny Lindqvist
Handledare: Maria Lindberg**

Sammanfattning

Syftet med litteraturstudien var att beskriva hur djur respektive musik kan användas som fysisk-, psykisk- och social stimulans i vården av äldre över 65 år. Litteratur har sökts i tre stora databaser och inkluderad litteratur har analyserats och kvalitetsbedömts. Djur och musik har visat sig ha positiva effekter för de äldre i ordinärt boende eller på äldreboende. De positiva effekterna visade sig genom förbättring av depression, ensamhet, sömn, fysiska och kognitiva funktioner.

Förbättringarna visade sig genom musikterapi eller djurterapi där människan kan interagera med djur. Att lyssna på musik gav någon slags emotionell respons. Slutsatsen av litteraturstudien är att djur och musik ger effekt på äldres fysiska, psykiska och sociala funktioner. Djur och musik bidrar till en ökad aktivitet och kan ge äldre den stimulans de efterfrågar.

Nyckelord: Äldre, djur, musik och stimulans

Abstract

The aim of this study was to describe how animals and music can be used as a physical-, psychological-, and social stimulation in the care of elderly aged 65 and older.

The literature was found in three large databases. Included literature has been analyzed and quality judged. Music and animals have shown to have positive effects on the elderly, living at home or in nursing homes. Positive effects were shown through improvements of depression, loneliness, sleeping quality, physical and cognitive functions. These effects were a result of music therapy or pet-therapy when elderly was allowed to interact with an animal. Listening to music gave some kind of emotional response. The conclusion of the study is that animals and music give an effect on physical, psychological and social functions among the elderly. Animals and music can contribute to an increased activity and can provide the stimulus the elderly demands.

Keywords: Elderly, animal, music and stimulation

Innehållsförteckning

Introduktion

Åldrandets process	1
Att bo på äldreboende	1
Aktiviteter för äldre	2
Betydelsen av aktiviteter för äldre	3
Teoretisk anknytning	4
Problemformulering	5
Syfte och frågeställningar	5

Metod

Design	6
Litteratursökning	6
Kriterier för urval av källor	6
Dataanalys	7
Forskningsetiskt övervägande	10

Resultat

Interventioner för att stimulera äldre	13
Djur	13
Musik	14
Djur som stimulans i vården av äldre	15
Depression, humör och sociala interaktioner	15
Ensamhet	16
Musik som stimulans i vården av äldre	16
Psykosociala funktioner	16
Sömn	17
Förändrad livsstil	17
Fysiologiska funktioner	18

Diskussion

Huvudresultat	19
Resultatdiskussion	19
Metoddiskussion	22
Allmän diskussion	23
Slutsats	24

Referenser

Bilaga 1

Bilaga 2

Bilaga 3

25

Introduktion

Åldrandets process

Att åldras är en biologisk process som är självklar. Fysiologiskt åldrande innefattade förändringar på fysiska funktioner som till exempel kroppsform, hjärt- och kärlsystemet och nervsystemet. Vid en ålder av 18-20 år anses hjärnan färdigutvecklad och kan tas i fullt bruk. Hjärnan fortsätter dock att i hög grad vara påverkingsbar och plastisk och är beroende av stimulans för sin fortsatta funktion. Utvecklingen av de psykologiska funktionerna under åldrandet påverkades av det biologiska åldrandet, sjukdomar och miljö. Det psykologiska åldrandet uttrycktes i förändringar i minne, intelligens, personlighet och inlärningsförmåga. Den enskilda människans åldrande påverkades av psykologiska-, genetiska- och biologiska faktorer. Människans livsmönster påverkas av det sociala och kulturella livsmönster de lever i och detta påverkade åldrandet. I Sverige lever det cirka 1.5 miljoner personer som är över 65 år. Från år 2005 till 2015 förväntas det tillkomma cirka 0.5 miljoner ålderspensionärer. År 2002 bodde det 260.000 äldre i ordinärt boende med hemtjänst eller i särskilt boende, omkring 14.000 av dessa hade någon form av demenshandikapp (Larsson & Rundgren, 2008). Särskilt boende kom som benämning på kommunernas boendeformer i och med ädelreformen år 1992 (Thorslund & Larsson, 2002).

Att bo på äldreboende

Scooco et al. (2006) fann att sex månader efter flytt till äldreboende hade de äldres kognitiva förmåga mätt med Mini-Mental State Examination (MMSE) och Activities of Daily Living (ADL) minskat, medan Geriatric Depression Scale (GDS) ökat signifikant. Skillnaden i livskvalitet var signifikant lägre hos dem som bodde i särskilt boende mot dem som bodde i ordinärt boende. De som bodde i särskilda boenden hade också en högre andel självrapporterade sjukdomar (Hellström et al., 2004)

I en studie av Choi et al. (2008) var depression vanligt vid flytt till äldreboende, de boende saknade sin familj, sitt hem och att inte kunna delta i aktiviteter. Slettebo (2009) visade i sin studie att deltagare kände sig otillfredsställda med att bo på äldreboende, eftersom de äldre upplevde att dagarna var långa, tomma, och tråkiga.

Enligt Carlsson & Dahlberg (2001), kände sig människor på äldreboende ensamma och en av orsakerna var enligt författarna bristen på näringsgivande relationer. Andersson et al.

(2007) visade i sin studie att största anledningen till att deltagare var missnöjda med att bo på äldreboende var att de förväntat sig att de andra vårdtagarna skulle vara friskare så att det skulle kunna gå att kommunicera med dem. Carlsson & Dahlberg (2001) skrev att svårigheten med att knyta nya kontakter kunde bero på att många av övriga vårdtagare hade hörsel/syn nedsättning, nedsatt ork eller mental oklarhet.

Många flyttade till äldreboende för att den ensamhet de tidigare upplevt skulle lindras och de äldsta upplevde starkare ensamhetskänslor. Hur ensam man kände sig berodde på vilken hälsa man hade (Carlsson & Dahlberg, 2001). Ensamhet visade sig ge ett ökat vårdbehov och ett ökat beroende av andra (Larsson & Rundgren, 2008). På grund av störande beteende hos de andra boende kände de äldre att de behövde stanna i sina rum (Hjaltadottir & Gustafsdottir 2007).

Äldre upplevde att det var viktigt med ett eget rum för att känna sig som hemma och för att kunna ha sina tillhörigheter runt sig samt att kunna vara privat och underhålla sina gäster (Hjaltadottir & Gustafsdottir, 2007). För att känna sig säkra försökte de äldre att skapa en miljö som liknade den de hade i sitt ordinära boende. Detta gällde både för dementa och icke dementa. De äldre upplevde det viktigt att kunna forma sina rum och ha samma möjligheter till frihet som när de bodde i ordinärt boende. Så långt som det var möjligt försökte de klara sig själva och vara självbestämmande (Anderberg & Berglund, 2010; Zingmark et al., 2002). Att flytta ifrån sitt gamla hem till en vårdinstitution var en del av de påfrestande förändringar som åldrandet innebar (Norling, 2002).

Aktiviteter för äldre

Deltagarna i Harpers (2002) studie spenderade procentuellt sett lite tid i aktivitetsrummen. De spenderade största delarna av dagen ensamma och den mest framkommande sociala aktiviteten var att prata. På eftermiddagarna samlades deltagarna tillsammans för aktivitetsprogram som innehöll till exempel volleyboll, spela på instrument eller allsång. Det erbjöds inga aktiviteter för de äldre medan de väntade på att gå och lägga sig (Harper, 2002).

Menec (2003) påvisade ett samband mellan aktiviteter och lycka. Aktiviteter som relaterades till lycka var sociala aktiviteter som till exempel grupper med äldre, handarbete, konst, musik, teater och trädgårdsskötsel. Äldre som deltog i sportaktiviteter visade större belåtenhet med livet än de som inte deltog i någon sådan aktivitet (Menec, 2003).

Anhöriga i Andersson´s et al. (2007) studie ansåg att de äldre var uttråkade på grund av för få gemensamma aktiviteter för dem, men anhöriga önskade även att det skulle finnas fler aktiviteter för de äldre. Det var viktigt att hitta aktiviteter som var betydelsefulla för de boende och som kunde utövas även om hälsan svek (Hjaltadottir & Gustafsdottir, 2007, Birkeland & Natvig, 2009). Vanliga aktiviteter bland de äldre var att titta på tv (Andersson et al., 2007, Birkeland & Natvig, 2009; Harper, 2002), lyssna på radio eller läsa tidningen (Andersson et al., 2007). Att titta på tv var för några att skapa en känsla av att det fanns någon i hemmet (Birkeland & Natvig, 2009). Mellan frukost och lunch var vanliga aktiviteter att sova, läsa böcker eller att inte göra någonting alls (Harper et al., 2002). Lösa korsord, sticka, lyssna på musik var vanliga aktiviteter i studien av Birkeland & Natvig (2009). I studien av Borglin et al. (2005) beskrev deltagare att spela kort var bra för att det aktiverade hjärnan.

Cour et al. (2005) fann i sin studie att en kreativ process gav positiva effekter för äldre. Socialt stöd och personliga resurser resulterade i att de äldre fann en självbild som räckte livet ut. För att de äldre skulle få känna sig fria och kunna göra som de ville var det viktigt att processer som innehöll skapande skedde på de äldres initiativ och att det inte fanns några förväntningar.

Engagemang och en kreativ aktivitet tillsammans med andra skapade en naturlig mötesplats. Sociala relationer skapades av aktivt deltagande, det fanns en mening med att vara där mer än att bara sitta där och prata. Medan deltagarna engagerade sig i en kreativ process uppkom konversationer där de delade sina individuella livshistorier. Genom aktiviteten kunde de visa sig på ett mer konkret sätt (Cour et al., 2005).

Betydelsen av aktiviteter för äldre

Likt barn blir äldre mer beroende av att ta del av allsidig stimulering i form av aktiviteter som samtidigt inte är ålderskänsliga eller starkt språkberoende (Norling, 2002).

Att i det dagliga livet ha fått olika strukturer som fysisk, intellektuell och social aktivitet ledde till känslor av att ha haft en meningsfull dag och leder till känslor av att känna sig behövd. Att vara nöjd med livet gav en känsla av frihet i att utöva de aktiviteter som man önskade som till exempel promenader, möte med vänner, shopping, gymnastik, spela kort eller läsa (Borglin et al., 2005). Den kreativa processen från idé, skapande och färdigt resultat genererade glädje. Att

skapa gjorde att deltagarna blev djupt engagerade, glömde tid och gavs en tillfällig frånvaro från bekymmer och tankar på sjukdom (Cour et al., 2005).

Ofrivillig eller självvald inaktivitet bildade lätt en ond cirkel som successivt ledde till ökande hjälpberoende. Arbetsförmågan ökade vid fysisk aktivitet och förbättrade det subjektiva välbefinnandet och gav initiativ för positivt stimulerande aktiviteter (Larsson & Rundgren, 2008).

Miljöer och aktiviteter som gav en allsidig stimulans speciellt fysisk, var för många äldre det viktigaste inom samhällets äldreomsorg och egenvård. Svenska folkhälsostudier visade att de aktiviteter som hade störst effekt på välbefinnandet, psykisk och fysisk hälsa, livskvalitet, coping och rehabilitering var de som samtidigt kan tillfredsställa viktiga fysiska, psykiska och sociala behov (Norling, 2002).

Teoretisk anknytning

Virginia Hendersons omvårdnadsteori bygger på att hjälpa till med de dagliga aktiviteterna som behövs för att individen ska tillgodose de grundläggande behoven, som överensstämmer med det personliga livsmönstret. Sjuksköterskan behöver ta reda på hur patienten upplever sina behov och hur dessa bäst kan tillfredsställas (Kristoffersen et al., 2006).

I Hendersons teori läggs vikten på patientens autonomi och integritet. De grundläggande omvårdnadshandlingarna har enligt Henderson ursprung i de universella mänskliga behoven. Friska och sjuka människor har behov som till exempel mat, husrum, kärlek, kläder, känsla av att vara till nytta, uppskattning och upplevelse av ömsesidig samhörighet med och ömsesidigt beroende av andra i en mänsklig gemenskap (Kirkevold, 2000).

Sjuksköterskans uppgift är enligt Henderson att hjälpa patienten att uppnå subjektiv hälsa, välbefinnande eller eventuellt en fridfull död. Livet bör innehålla samvaro med andra, rekreation, förströelse och meningsfull sysselsättning. Patienten bör få hjälp till att lära, tillfredsställa sin nyfikenhet och att upptäcka så att det främjar en normal utveckling och hälsa (Kirkevold, 2000; Kristoffersen, 2000).

Problemformulering

Äldre upplever tråkiga dagar (Slettebo 2009), ensamhet (Carlsson & Dahlberg 2001) och få gemensamma aktiviteter (Andersson et al. 2007) trots att de valt att flytta till ett äldreboende där man ska ges möjlighet till sociala kontakter och en meningsfull vardag. Längre har det skylts på tidsbrist i äldrevården då man ej hunnit med sociala, fysiska och psykiska aktiviteter för de äldre. Att bli äldre idag kan för många kännas skrämmande för att de vet vad som väntar och de kommer kanske inte att kunna ha kvar den livsstil de haft. Den dag man inte kan bo hemma längre kanske möjligheten till att ha kvar katten ej kan ges, eller att den musik man tycker om att lyssna på ej längre finns. Istället för en varierande dag kanske personalen rutinmässigt slår på radion eller samma gamla cd-skiva och låter den stå på i timmar, utan att det egentligen är någon som lyssnar. Medan man fortfarande bor hemma kanske inte hemtjänsten kan tömma kattlådan eller gå ut med hunden, för det finns det varken tid eller pengar till. Många äldre ger uttryck för att behöva mer stimulans i sin vardag (Andersson et al. 2007, Slettebo 2009). Att bara få prata med någon kan för äldre vara höjdpunkten på en dag. Många äldre känner sig ensamma trots att de faktiskt har människor runt omkring sig (Hjaltadóttir & Gustafadóttir 2007). Vårdpersonal upplever idag höga sparkrav och lite tid till varje enskild individ. Hur kan man som vårdpersonal med de förutsättningar som råder erbjuda de äldre en allsidig stimulans i vardagen?

Syfte och frågeställningar

Syftet med studien var att beskriva hur djur respektive musik kan användas som fysisk-, psykisk- och social stimulans i vården av äldre över 65 år.

- 1) Hur kan djur användas som stimulans i vården av äldre?
- 2) Hur kan musik användas som stimulans i vården av äldre?

Metod

Design

Beskrivande litteraturstudie.

Litteratursökning

Artiklar är sökta i databaserna MedLine (PubMed), CINAHL och PsychINFO. Författarna har använt sökorden nursing homes, long-term care facilities, long-term care, elderly, nursing homes residents, nursing, physical stimulation, psychological stimulation, social stimulation, social environment, social interaction, social activities, psychological, physical activities, bonding human pet, animal, animals, pets, pet therapy, companion animal, animal assisted therapy, music och music therapy.

Kriterier för urval av källor

Studier publicerade före år 2000 och studier gjorda på personer med demenssjukdom eller boende på demensboende exkluderades ur studien. På grund av författarnas språkkunskaper inkluderades inte litteratur på andra språk än svenska, engelska, norska och danska. Författarna har använt både kvantitativa och kvalitativa artiklar som anses relevanta för studien. Utfall av litteratursökning presenteras i Tabell 1. För komplett databassökning se bilaga 1.

Tabell 1. Utfall av databassökning.

Databas	Sökord	Antal	Valda
Medline	Nursing homes AND music NOT dementia	16	2
Cinahl	Nursing homes AND music NOT dementia	21	1
Medline	Nursing homes AND bonding human pet NOT dementia	18	3
Medline	Long term care facilities AND pets NOT dementia	8	2
PsychInfo	Nursing home residents AND animals NOT dementia	43	3
PsychInfo	Nursing homes AND music therapy NOT dementia	10	1
PsychInfo	Long term care AND music NOT dementia	43	1
Medline	Music AND nursing AND older adults	23	2
	Summa:		15

Dataanalys:

Granskning och bearbetning av litteraturen har skett med granskningsmallar för kvantitativa och kvalitativa studier ur Forsberg & Wengström (2003) som författarna har valt att modifiera, se Bilaga 2, för att passa studiens syfte och frågeställningar. För bedömning av kvaliteten på artiklarna har författarna använt Willmans et al. (2006) poängsättningssystem och procentuella beräkningar på kvaliteten. Författarna har valt att lägga till en punkt om etik och tagit bort punkten om artikeln ska inkluderas i den modifierade granskningsmallen. I Tabell 2 redovisas författare, titel, design, undersökningsgrupp, datainsamling, dataanalys och kvalitet på inkluderad litteratur. I tabell 2 har författarna valt att under ”datainsamling” endast skriva ut förkortningar. För förklaring av förkortningarna se Bilaga 3.

Tabell 2. Översikt av metodologiska aspekter i inkluderad litteratur

Författare	Titel	Design	Unders.grupp	Datainsamling	Dataanalys	Kvalitet
Banks, M., Banks, W. (2002).	The effects of animal assisted therapy on loneliness in an elderly population in long term care facilities	Framgår ej.	62, individer varav 80% var kvinnor och 70.9% var över 75 år.	MMSE, DPHQ och UCLA-LS.	ANCOVA.	Låg
Banks, M., & Banks, W. (2005).	The effects of group and individual animal assisted therapy on loneliness in residents of long-term care facilities.	Design framgår ej, men kvantitativ metod.	33 stycken medelåldern var 80 år och de flesta var kvinnor, för att få delta fick de inte ha någon allergi, >24 på MMSE, <30 på UCLA-LS.	MMSE, UCLA-LS.	Two-way ANOVA, Newman-Keuls test, Students t-test, regressions analys.	Hög

Författare	Titel	Design	Unders.grupp	Datainsamling	Dataanalys	Kvalitet
Banks, M., Banks, W., Willoughby, L. (2008).	Animal assisted therapy and loneliness in nursing homes: use of robotic versus living dogs	Framgår ej.	38 individer i USA.	MMSE, UCLA-LS, MLAPS,LAPS.	Student's T-test, Newman-Keuls range test, Pierson R.	Låg
Chan, M-F., Chan, E-A., Mok, E., & Kwan Tse, F. (2009).	Effect of music on depression levels and physiological responses in community-based older adults.	Randomiserad kontrollerad design.	47 män och kvinnor från Hongkong.	GDS, systoliskt blodtryck, diastoliskt blodtryck, hjärtfrekvens och andningsfrekvens.	Fisher exact test, Shapiro-Wilk test, Mann-Whitney U-test och Friedman test.	Hög
Chen, S-L., Ling, H-C., Jane, S-W. (2009).	Perceptions of group music therapy among elderly nursing home residents in Taiwan	Utforskande kvalitativ design.	17 individer medelålder 80.5 och alla hade en kronisk sjukdom av något slag.	Fokusgrupper och bandinspelning.	Innehållsanalys.	Hög
Colombo, G., Delobuno, M., Smania, K., Raviola, R., Deleo, D. (2006).	Pet-therapy and institutionalized elderly: A study on 144 cognitively unimpaired subjects.	Framgår ej.	144 individer utan kognitiv funktionsnedsättning i Norra Italien.	MMSE, BSI, LEIPAD-SV.	Student's T-test, Chi-square och variance analys.	Låg
Hagen, B., Armstrong-Ester, C., Sandilands, M. (2003).	On a happier note: Validation of musical exercise for older persons in long term care settings.	Kvasiexperimentell.	60 individer från UK.	CAS, BRS, ODS, LSI.	Framgår inte av artikeln.	Låg

Författare	Titel	Design	Unders.grupp	Datainsamling	Dataanalys	Kvalitet
Johnson, J. (2003).	The use of music to promote sleep in older women.	Design framgår ej men kvantitativ och kvalitativ metod.	52 kvinnor mellan 71-87 år med en MMSE poäng över 27 poäng och med kronisk insomni.	Stanford Sleepiness Scale och bandinspelade intervjuer.	T-test. Begreppsmässig kodning och Strauss' konstanta jämförande metod.	Låg
Kaiser, L., Spence, L., McGavin, L., Struble, L., Keilman, L. (2002).	A dog and a "Happy Person" visit nursing homes residents.	Beskrivande design.	10 individer utan medicinsk diagnos med demens.	Video/Bandinspelning.	Framgår ej av artikeln.	Låg
Lai, H-L., & Good, M. (2005).	Music improves sleep quality in older adults.	Randomiserad kontrollerad design.	60 Taiwaneseer (män och kvinnor) i eget boende med sömnproblem, över 60 år och med normal kognitiv funktion.	ESS, PSQI, SPMSQ, PAQ, GDS, STAI.	Pearson's, Point Biserial, Spearman's korrelation, t-test, Post-hoc, Mann-Whitney.	Medel
Laukka, P. (2007).	Uses of music and psychological well-being among the elderly.	Framgår ej.	500 slumpmässigt utvalda individer i Sverige mellan 65-75.	En för studien specifik enkät.	Chi-square test, t-test.	Hög
Lutwack-Bloom, P., Wijewickrama, R., & Smith, B. (2005).	Effects of pets versus people visits with nursing homes residents.	Framgår ej.	68 st matchade i tid på boende medicinsk status.	POMS och GDS.	T-test.	Låg

Författare	Titel	Design	Unders.grupp	Datainsamling	Dataanalys	Kvalitet
Phelps, K., Miltenberger, R., Jens, T., & Wadeson, H. (2008).	An investigation of the effects of dog visits on depression, mood, and social interaction in elderly individuals living in nursing home.	Multiple baseline design.	5 individer över 65 utan mental nedsättning boende på äldreboende.	GDS och Geriatric PANAS.	Inga statistiska analyser.	Låg
Statsi, M.F, Amati, D., Costa, C., Resta, D., & Senepa, G. (2004).	Pet-therapy: A trial for institutionalized frail elderly patients.	Framgår ej.	28 individer från Torino med åldersrelaterade sjukdomar.	CIRS, MMSE, GDS, SASG, ADL, IADL.	Framgår ej.	Låg
Tang, H-Y., Harms, V., Speck, S., Vezeau, T., & Jesurum, J. (2009).	Effects of audio relaxation programs for blood pressure reduction in older adults.	Longitudinal and randomized design.	43 deltagare med en medelålder på 85 år med MMSE poäng över 20.	Blodtryck mätt med en automatisk maskin som var testad och rekommenderad.	Chi-square test, t-test, Fisher exact test och ANCOVA.	Låg

Forskningsetiskt övervägande:

I studien inkluderades enbart studier som fått tillstånd från etisk kommitté eller där noggranna etiska överväganden har tagits. Alla inkluderade artiklar har redovisats och inget resultat har uteslutits. Inkluderade artiklar kommer att arkiveras på lämpligt sätt i tio år (Forsberg & Wengström, 2003). Författarna har under arbetet följt ”Etiska Riktlinjer för omvårdnadsforskning i Norden” (Sykepleiernas samarbete i Norden, 2003).

Resultat

Resultatet av litteraturstudien redovisas i tabellform och i löpande text i huvudrubrikerna

”Interventioner för att stimulera äldre”, ”Djur som stimulans i vården av äldre” och ”Musik som stimulans i vården av äldre”.

Tabell 3. Inkluderade artiklars syfte och resultat.

Författare	Syfte	Resultat
Banks, M., Banks, W. (2002).	Framgår ej	Djurassisterad terapi kan effektivt reducera ensamhet för individer på äldreboende som vill ha sådan terapi.
Banks, M., & Banks, W. (2005).	Studien undersökte fenomenet ensamhet och sociala interaktioner hos äldre personer boende på äldreboenden. Hypotes - 1) Införande av djurterapi skulle öka de sociala interaktionerna mellan de boende in en grupp. 2) Individerna som deltog i djurterapi i grupp skulle uppleva en bättre minskning av ensamhet än de som fick djurterapi enskilt.	Djurterapi kan reducera ensamhet hos de boende genom en mätning av UCLA-LS. Individuella interventionen visade statistisk signifikant skillnad i ensamhet, men inte grupp interventionen. Ju större ensamheten var hos en individ desto större var förbättringen med hjälp av djurterapi.
Banks, M., Banks, W., Willoughby, L. (2008).	Frågeställningar: Kommer djurterapi med AIBO minska ensamheten och i så fall hur jämförs detta med en levande hund? Uppkommer tillgivenhet till AIBO och hur jämförs det med en hund? Korrelerar minskningen av ensamhet med mätbar tillgivenhet till AIBO med en hund?	Äldre individer boende på äldreboende som fick schemalagd djurterapi med antingen levande eller robotiserad hund var signifikant mindre ensamma än de som inte fick djurterapi.
Chan, M-F., Chan, E-A., Mok, E., & Kwan Tse, F. (2009).	Undersöka effekten av musik på depression och psykologiska parametrar hos äldre människor.	Musik kan ha en lugnande effekt av stressrelaterade psykiska och fysiska gensvar för deltagarna som får interventionen. Statistisk signifikant skillnad visade sig på depression skalan vecka 4.
Chen, S-L., Ling, H-C., Jane, S-W. (2009).	Undersöka perceptionen av äldre i en grupp vid ett äldreboende i Taiwan med hjälp av musikterapi.	Styrka i gruppdynamiken som ledde till bättre livskvalitet. Musikterapi hjälpte de äldre att glömma bort den psykologiska stressen och den psykiska obekvämligheten som ledde till självkänedom.

Författare	Syfte	Resultat
Colombo, G., Delobuno, M., Smania, K., Raviola, R., Deleo, D. (2006).	Fastställa om djurterapiprogram har fördelaktig effekt på psykopatologisk status och perception av livskvalitet hos ej kognitivt funktionsnedsatta institutionsboende äldre.	Djurgruppens resultat visade signifikanta förbättringar i somatisation, fixering-tvång, depression och fobisk panik jämfört med kontrollgruppen. De med en kanariefågel visade också bättre resultat än de med en växt.
Hagen, B., Armstrong-Ester, C., Sandilands, M. (2003).	Undersöka fysiska, emotionella, beteende och kognitiva effekterna av sjukvårdslett 10 veckors program av träning till musik för individer på äldreboende	Träning kan ha signifikant kognitiv och fysisk positiv effekt för institutionaliserade äldre personer. Träning till musik gav signifikant förbättring i balans, flexibilitet, beteende, kognitiva funktioner och tillfredsställelse med livet.
Johnson, J. (2003).	Beskriva påverkan av ett individualiserat musikprotokoll på sömn hos äldre kvinnor med kronisk insomni.	Musiken ökade signifikant tröttheten vid sänggående.
Kaiser, L., Spence, L., McGavin, L., Struble, L., Keilman, L. (2002).	Att jämföra de prosociala beteendet av de äldre på äldreboende för att se deras reaktion av ett besök från en glad person och en hund, och för att se vilken typ av besök de äldre föredrog.	De äldre klappade hunden mer än den glada personen. Att le och röra sig närmare var likvärdigt gällande responsen av hunden och den glada personen. Bägge typerna av besök var uppskattade men de äldre skrattade mer vid besöket av hunden.
Lai, H-L., & Good, M. (2005).	Testa hypoteser att, medan kontrollera för identifierade kovariation, Taiwanesiska äldre personer som använder musik som terapi vid sänggående varje kväll i tre veckor kommer få 1) bättre global sömnkvalitet och 2) bättre komponenter av sömnkvalitet över tid än de som inte använder musik	Musik förbättrade upplevd sömnkvalitet, längre sömn, lättare att somna in, kortare latent tillstånd, mindre sömnrubbingar och mindre dysfunktionalitet på dagtid. Men det reducerade inte störningar i sömnen. Musikgruppen sov signifikant mycket bättre än kontrollgruppen.
Laukka, P. (2007).	Att undersöka äldres vardagliga användning av musik och upptäcka möjliga relationer mellan musiklyssnande och psykosocialt välbefinnande.	Äldre lyssnar på musik rätt ofta och anser att musik är viktigt. Äldre har intresse i att ta kontroll över vilken typ av musik de lyssnar på. Genom att lyssna på musik gav de frekventa positiva känslor för de äldre.

Författare	Syfte	Resultat
Lutwack- Bloom, P., Wijewickrama, R., & Smith, B. (2005).	Isolera värdet av djur genom användning av förenklad djurterapi på äldreboenden för att svara på frågan om besöken själva kan vara den bidragande faktorn till ändringar i resultatet eller djuret i sig.	Experimentgruppen visade sig statistisk signifikant skillnad i alla skalor i POMS före och efter interventionen.
Phelps, K., Miltenberger, R., Jens, T., & Wadson, H. (2008).	Undersöka effekterna av hundbesök på depression, humör och sociala interaktioner på äldre individer boende på äldreboende.	Nästan ingen förbättring på depression, humör eller sociala interaktioner de äldre emellan men deltagarna interagerade med hunden.
Statsi, M.F, Amati, D., Costa, C., Resta, D., & Senepa, G. (2004).	Utvärdera effekterna av djurterapi hos äldre på äldreboende.	Patienterna som vistas med djur och får interagera med dessa förbättrade sina depressionssymtom samt att de hade en signifikant hjälp till att sänka blodtrycket.
Tang, H-Y., Harms, V., Speck, S., Vezeau, T., & Jesurum, J. (2009).	Utvärdera och jämföra kort- och långsiktiga effekterna av ett ljudavslappnings program för att minska blodtrycket hos äldre personer.	Minskningen av blodtrycket efter de 12 tillfällena var statistiskt och kliniskt signifikanta.

Interventioner för att stimulera äldre

I granskad litteratur användes flertalet interventioner för att stimulera de äldre. Dessa presenteras i underrubrikerna ”Djur” respektive ”Musik”.

Djur

Författarna Banks & Banks (2002), Banks et al. (2008), Colombo et al.(2006) och Stasi et al. (2004) har i sina interventioner använt sig av två eller flera grupper som fått olika behandling.

Interventionerna innehöll djurterapi med antingen levande hund (Banks & Banks, 2002; Banks & Banks, 2008), robohund (Banks & Banks, 2008), katt (Statsi et al., 2004) eller en kanariefågel (Colombo et al, 2006). Banks & Banks (2002) använde sig av en kontrollgrupp och två experimentgrupper där en grupp fick djurterapi i 30 minuter en gång i veckan och den andra fick tre gånger 30 minuter i veckan. Banks et al. (2008) hade totalt tre grupper i sin studie, en kontrollgrupp och två experimentgrupper. Experimentgrupperna fick djurterapi av levande hund respektive robohund.

Colombo et al.(2006) hade totalt tre grupper i sin studie, en kontrollgrupp, en grupp som fick en kanariefågel och en grupp som fick en växt. Författarna gav deltagarna i studien skötselråd om kanariefågeln respektive växten. Stasi et al.(2004) hade en experimentgrupp och en kontrollgrupp och interventionen med en katt gavs en timme tre gånger i veckan i sex månader.

Banks & Banks (2005), Phelps et al. (2008), Kaiser et al. (2002) och Lutwack-Bloom et al. (2005) använde sig av djurterapi. Terapin kunde bestå av en certifierad terapihund (Phelps et al. 2008; Banks & Banks, 2005; Kaiser et al., 2002) som innan besöket på äldreboendet gått en terapikurs (Phelps et al. 2008). Deltagarna fick interagera med hunden (Banks & Banks, 2005).

Kaiser et al (2002) använde sig av djurterapi och av att en glad person som kom till äldreboendet, besökstiden var 5-10 minuter. Lutwack-Blooms et al.(2005) hade i sin studie en experimentgrupp och en kontrollgrupp. Interventionens besökstid var 15-20 minuter. Studien pågick under sex månader och deltagarna fick besök tre gånger i veckan.

Musik

Författarna Chan et al. (2009), Chen et al (2009), Hagen et al. (2003), Johnson (2003), Lai et al. (2005) och Tang et al. (2009) använde sig alla av musikterapi i olika former. Hagen et al. (2003) hade en musikrörelsegrupp som fick ett 40 minuters program, med musik från 20-, 30- och 40-talet, tre gånger i veckan. En sysselsättningsgrupp som fick ett sysselsättningsprogram en timme tre gånger i veckan, i tio veckor.

Lai et al. (2005) och Johnson (2003) använde musikterapi när deltagarna skulle sova. Innan deltagarna lade sig spelades lugn musik av västerländsk eller kinesisk karaktär under 45 minuter, vald av respektive deltagare. Johnson (2003), samlade in data under tio nätter före interventionen och sedan samlades data med Stanford Sleepiness Scale in under tio nätter med musik. Deltagarna skrev en loggbok under dessa dagar. En intervju gjordes efter tio nätter. Deltagarna hade möjlighet att själv välja musik, bara de höll sig inom samma kategorier; klassisk musik.

Tang et al. (2009) hade en vitaliseringsprogramgrupp och en Mozartgrupp, där olika musik spelades upp och blodtrycket kontrollerades före och efter interventionen.

Studien av Chan et al. (2009) är gjord i Taiwan och interventionen bestod av fyra olika typer av musik som spelades i ett pass av 30 minuter en gång i veckan. Interventionen ägde rum antingen i deltagarnas hem eller på ett dagcenter. Musiktyperna var västerländsk klassik musik, västerländsk jazz, kinesisk klassisk musik och asiatisk klassisk musik.

I studien av Chen et al. (2009) fick deltagarna delta i en grupp för musikterapi en timme i veckan i tre månader. Deltagarna var med i både passiva och aktiva musikaktiviteter. Passen var uppdelade i olika undergrupper om totalt åtta olika delar.

Djur som stimulans i vården av äldre

Resultatet av inkluderade artiklar presenteras nedan i underrubrikerna ”Depression, humör och sociala interaktioner” och ”Ensamhet”.

Depression, humör och sociala interaktioner

Deltagarna som deltog i djurterapi grupperna blev bättre i sin hypokondri, depression, tvångstankar och i sin ångest (Colombo, 2006). Stasi et al. (2004) fann i sin studie att interaktion mellan människor och djur hade positiva effekter på människan genom att förbättra den psykiska hälsan. Minska risken för hjärtproblem, minska blodtrycket genom sänkta värden och öka den sociala glädjen som ledde till harmoni på äldreboendet. Även symtomen på depression hade minskat bland de äldre.

Phelps et al. (2008) fann få förbättringar på depression, humör eller sociala interaktioner bland de äldre på ett äldreboende som deltog vid djurterapi varje vecka. Besöket av en hund gav nästan ingen effekt på de boende men däremot interagerade de genom verbal eller icke verbal kommunikation med hunden. Deltagarna uppskattade besöket från hunden och kände sig glada efteråt (Phelps et al., 2008). I en studie av Kaiser et al. (2002) upplevde de äldre att ett besök av en hund eller av en glad person var likvärdigt, men de äldre deltagarna var mer glada och log oftare vid besöken av en hund. Det är mer sannolikt att äldre rör vid en hund än vid en glad person.

I Lutwack- Blooms et al. (2005) studie visade testerna av Profile of Mood Sates (POMS) att medelpoängen av POMS mellan kontrollgruppen och experimentgruppen var statistisk signifikant efter interventionen, då experimentgruppen ökade dramatiskt och kontrollgruppens minskning var minimal. Det var små och likvärdiga reduktioner i Geriatric Depression Scale (GDS) för båda grupperna, före och efter intervention utan statistisk signifikanta skillnader. Det fanns statistisk signifikanta skillnader i minskningarna i alla variabler i POMS före och efter interventionen för experimentgruppen.

Ensamhet

Banks et al. (2008) fann i sin studie att äldre på äldreboende kände sig mindre ensamma då de fick ta del av djurterapi med en levande hund eller en robohund. Författarna fann inga skillnader i effekterna av att använda en robohund eller en levande hund. Enligt Banks & Banks (2005) har djurterapi en stor betydelse för att kunna reducera ensamheten bland de äldre på äldreboenden mätt med University of California at Los Angeles - Loneliness Scale (UCLA-LS). Efter att ha deltagit i djurterapi på äldreboendet minskade ensamheten hos de äldre.

I studien av Banks & Banks (2002) hade cirka 95% av deltagarna någon gång under sin livstid haft husdjur. Djur var en viktig del av livet för de äldre i studien och de skulle vilja ha djur fortfarande men de hade hindrats från att kunna ha husdjur i och med flytten till äldreboendet eller på grund av andra omständigheter. Djurterapi visade sig minska ensamheten bland de äldre på äldreboendet.

Musik som stimulans i vården av äldre

Resultatet av inkluderade artiklar presenteras nedan i underrubrikerna ”Psykosociala funktioner”, ”Sömn”, ”Förändrad livsstil” och ”Fysiologiska funktioner”.

Psykosociala funktioner

Laukka (2007) fann i sin studie att beroende på vilken åldersperiod man befann sig i hade betydelse för hur viktig musik var. För de äldre har musiken många olika psykosociala funktioner och en väldigt stor betydelse. Det var viktigt för de äldre att få lyssna på den musik de upplevde som behaglig. De allra flesta kände någon sorts emotionell respons vid musiklyssnande som till exempel att de rös till. Äldre lyssnade ofta på musik för att de tyckte att musiken var vacker, underhållande och gav njutning.

Vanligast var att de äldre lyssnade på skivor eller radio, vid hushållsarbete, då de städade bilen, dans, måltider, umgänge med vänner, kyrkobesök, läsning och vid promenader eller annan aktivitet. Musiken hade en statistisk signifikant påverkan på de äldres välbefinnande (Laukka, 2007).

I studien av Chan et al. (2009) fann man ingen skillnad i depression mellan kontroll- och experimentgruppen första veckan. Vecka tre och fyra fanns skillnader och vecka fyra visade sig kontrollgruppen ha en ökning av depression och experimentgruppen visade reduktion.

Life Satisfaction Index (LSI) poängen stannade på samma nivå för både sysselsättningsgruppen och kontrollgruppen i studien av Hagen (2003). Rörelsegruppens LSI ökade direkt efter träningsprogrammet och följdes av minskning av LSI när tio veckors programmet slutade. Kontrollgruppen fick en försämring i bägge eftertesterna mätt med Cognitive Assessment Scale (CAS). Sysselsättningsgruppen och musikrörelsegruppen fick förbättrad kognitiv funktion efter tio veckors programmet. Kontrollgruppen fick en ökning av beteendeproblem under perioden för interventionen. Sysselsättningsgruppen och musikrörelsegruppen upplevde en minskning av beteendeproblem (Hagen et al., 2003).

Sömn

I en studie gjord av Lai et al. (2005) visade det sig att musik hade en betydelsefull roll för att få förbättrad sömnkvalitet för de äldre. Musiken gjorde att deltagarna upplevde att de sov längre, fick lättare att somna in, kortare latent tillstånd, mindre sömnrubbingar och mindre dysfunktion dagtid. I studien upplevde 14 deltagare i musikgruppen förbättrad sömnkvalitet medan de resterande 16 deltagare upplevde sig ha fortsatt dålig sömnkvalitet.

Johnson (2003) visade i sin studie att de äldre kvinnorna som deltog i studien hade signifikanta skillnader, i antalet uppvakningar under natten, ökad trötthet vid sänggående, i testerna före och efter programmet. När de använde musik skattade kvinnorna sig att ha drömliknade tankar och inte längre kämpa emot tröttheten. Musiken ökade sin effekt för varje kväll den användes. Innan musiken introducerades för kvinnorna var de mycket frustrerade över deras upplevelser av att gå och lägga sig. Musiken gjorde att kvinnorna upplevde en anmärkningsvärd skillnad i deras förmåga att somna och fortsätta sova.

Förändrad livsstil

Chen et al. (2009) fann i sin studie att deltagarna som deltog i musikterapi fick mer energi och det ledde till en mycket bättre gruppdynamik. Den förbättrade gruppdynamiken gjorde att de äldre kände sig starkare och mer levande. Många glömde bort smärtan och obekvämligheten vid

deltagandet i musikterapi. De kände sig välkomnade då de blev hälsade vid namn när de kom till gruppaktiviteten och de äldre kände sig respekterade som enskilda individer. När de blev respekterade som individer ökade deras autonomi (Chen et al., 2009).

Genom deltagandet i musikterapi ökade de äldres livskvalitet samtidigt som det ökade motivationen till aktivitet. Många av de äldre fick en sysselsättning som de såg fram emot istället för att endast sitta av tiden i väntan på måltiderna. De äldre upplevde tidigare att livsstilen på äldreboende innebar en och samma rutiner med att äta, se på tv och sova hela dagarna. När musikterapi kom fick det något att se fram emot som de uppskattade och som stimulerade de äldre att röra på sig (Chen et al., 2009).

Fysiologiska funktioner

I balanstesterna upprätthöll sysselsättningsgruppen samma balanspoäng över tid, rörelsegruppen fick däremot en ökning i sin balans. Hand-, finger- och handledsfunktionen minskade under studiens gång för kontrollgruppen medan sysselsättnings- och rörelsegruppen generellt fick lika eller signifikanta öknings i ovan nämnda funktioner (Hagen et al., 2003).

Kontrollgruppen fick försämringar i skuldra-, armbåge- och ryggradsfunktioner medan sysselsättningsgruppen ökade i en eller två funktioner. Rörelsegruppens öknings återfanns i alla tre funktionerna. För höft-, knä- och ankelfunktion fann man ett mönster av skillnader för kontroll- och sysselsättningsgruppen de minskade sin funktion under de tre mättillfällena. Rörelsegruppen ökade sin höft-, knä- och ankelfunktion. Kontrollgruppen upplevde gradvis försämring i sin funktion över de tre tidsperioderna (Hagen et al., 2003).

Vitaliseringsgruppen fick vid den tredje och tionde sammankomsten en minskning i systoliska blodtrycket, dock visade detta sig inte vid träningsperioden. I post-interventionen fann man statistisk signifikanta minskningar i alla värden. Både vitaliseringsgruppen och Mozartgruppen uppnådde en minskning i systoliska blodtrycket vid post-interventionen. Vitaliseringsgruppen visade en större minskning i blodtrycket jämfört med Mozartgruppen (Tang et al., 2009).

Statistisk signifikanta skillnader mellan grupperna i avseende på hjärtrytm och andningsfrekvens fanns vecka tre. Experimentgruppen visade statistisk signifikanta skillnader i diastoliskt och systoliskt blodtryck, hjärtrytm och andningsfrekvens (Chan et al., 2009).

Diskussion

Huvudresultat

Interaktioner mellan människor och djur hade positiva effekter på människan genom förbättring av den psykiska hälsan. Även få eller inga effekter av djurterapi har hittats på depression, humör eller sociala interaktioner bland äldre på äldreboende. Interaktion skedde dock genom verbal och icke verbal kommunikation med hunden. Ett besök av en hund gjorde att deltagarna blev glada.

Djurterapi minskade ensamhet och ökade den sociala glädjen som ledde till harmoni bland de äldre på äldreboende.

Att lyssna på musik gav för de allra flesta någon slags emotionell respons. Äldre lyssnade ofta på musik då de upplevde att musiken var vacker, underhållande och gav njutning. Musiken hjälpte till att förbättra sömnkvaliteten. Musikterapi gav mer energi och skapade en bättre gruppdynamik som stärkte de äldre. Livskvalitet och motivation till ökad aktivitet förbättrades genom musikterapi. Musikterapi gör att de äldre glömmet sin smärta och kände sig mindre obekväma. Musik förbättrade också kognitiva funktioner samt funktioner som hjärt- och andningsfrekvens och blodtryck, rörelse till musik förbättrade balansen.

Resultatdiskussion

Djur utgör en värdefull tillgång i äldreboenden och kan stimulera på många sätt. Djur kan ha en förmåga att vara till sällskap (Kaiser et al. 2002) och minska ensamheten (Banks & Banks 2002, Banks & Banks 2005, Banks et al. 2008) hos äldre utan att kräva så mycket tillbaka. Användandet av djur i vården av äldre kan ge positiva hälsoeffekter (Colombo et al. 2006 Lutwack-Bloom et al. 2005, Statsi et al. 2004) och vara kostnadseffektivt, då det inte krävs så mycket resurser. Djur är något de allra flesta har en relation till och uppskattar (Banks & Banks 2002), naturligtvis finns det även de som inte tycker om djur och dessa måste man ta hänsyn till. Phelps et al. 2008 fann till skillnad från ovan nämnda studier få förbättringar av djurterapi.

Norling (2002) skriver att djur är särskilt bra på att ge regelbundet socialt stöd, att promenera med en hund kan skapa nya och utöka det sociala nätverket genom att man träffar andra människor. I Johnson & Meadows (2002) studie såg deltagarna sina hundar som värdefullt sällskap. Majoriteten av deltagarna såg sina hundar som likvärdiga och deltagande familjemedlemmar. Deltagarna fortsatte att vara aktiva på grund av sin hund.

Djurassisterad aktivitet används ofta på äldreboenden både på personer med mer eller mindre demens och på andra åldersrelaterade krämpor för att stimulera till ökad aktivitet. Fysisk aktivitet har en stor betydelse för hälsan (Hultman, 2008). Stressen minskar och blodtryck, puls och kortisonhalter sjunker i kontakten med djur. Människor känner sig lugnare, tryggare, gladare och på bättre humör tillsammans med djur (Håkansson, 2009).

Social träning och social kompetens är viktiga ingredienser i egenvård och äldreomsorg, den som har svårt att kommunicera, drar sig undan eller uppträder olämpligt har svårare att få hjälp och vård av personal eller socialt stöd. "Social lubricant" är en term som betecknar djurs förmåga att skapa kontakt mellan människor, personal, frivilliga besökare och grannar inom vården. Djur utgör ett viktigt stöd för oberoende (Norling, 2002).

Musik är något som de allra flesta kommit i kontakt med på olika sätt. Musik spelas i radio (Lauuka 2007), affärer, på tv, det ges konserter och det spelas på fester. Musik finns i mycket olika varianter och stilar vilket gör att det finns något som de flesta tycker om. Musik kan vara stressande, rogivande, avslappnande, uppiggande, eggande, sorgsen, glad och uttrycka många olika känslomässiga tillstånd (Lauuka 2007). En mängd aktiviteter, som dans, sång (Chen et al. 2009) och mental stimulering (Hagen et al. 2003), kan skapas genom att lyssna på musik. Minnen kan väckas till liv av musik. Musik kan vara tillgängligt dygnet runt, året om. Att bara sätta på radion eller en cd-skiva och inte ha någon plan eller tanke kring det, är inte bra, då de äldre kanske tappar intresset för det och kanske musiken inte ger det stimuli det är tänkt.

Myskja (2005) skriver att musik är en serie av stimuli som har en språklig karaktär och kan i viss grad ersätta talspråket. Det kan dämpa yttre och inre orolighet. Det kan även motverka isolering och ensamhet. Sång och musik ger en stimulering av hjärnan och kan ge terapeutiska effekter för över- och underaktivering.

Musik kan vara ett kostnadseffektivt sätt att stimulera äldre då det egentligen bara krävs en person med modet att våga ta till ton. Musik påverkar sömn (Lai et al. 2005, Johnson 2003), depression (Chan et al. 2009) och flera andra dimensioner (Chen et al. 2009) hos människan. Chan et al. 2009 & Tang et al. 2009 fann båda skillnader i blodtryck.

Musiken kan vävas in i vardagen genom att de äldre får välja själva om de vill lyssna på musik, vilken slags musik (Chan et al. 2009, Johnson 2003, Lai et al. 2005) och när på dagen de

vill lyssna (Lauuka 2007), kanske någon vill lyssna under morgontoaletten på en glad bit som gör att de får en positivare inställning till dagen.

Att få delta i meningsfulla aktiviteter varje dag hjälper de äldre att ha kvar en bra balans mellan kropp och sinne. Att bibehålla denna balans leder till en god hälsa och aktiviteter som tillhör livet (Borglin et al., 2005).

Ett lätt sätt att föra in musik i de äldres vardag är att sjunga, lyssna och kanske dansa till musik (Chen et al. 2009). Att man som vårdpersonal tillsammans med de äldre aktivt delar vardagen bidrar till att de äldre får en mer hemlik känsla. Att berika de äldres vardag med situationer och aktiviteter (Choi et al. 2008) de var vana vid då de bodde i ordinarie boende kan ge positiva effekter då de äldre får känna sig behövda och använda de funktioner de har kvar (Hagen et al. 2003). Cour et al. 2005 fann att genom aktivt deltagande i en aktivitet uppkom sociala relationer och aktiviteten bidrog till att de äldre delade erfarenheter med varandra. Likt detta fann Chen et al. (2009) i sin studie att musikerapi stärker gruppdynamiken på äldreboende. Borglin et al. (2005) visade i sin studie att nära relationer leder till att de äldre kan upprätthålla sin självkänsla.

Kanske kan äldreboendet ha en burfågel (Colombo et al. 2006) som de äldre kan sköta om. Att låta de äldre sköta om djuret kan göra att de ytterligare känner sig behövda och att de får något konkret att göra på dagarna. Morita et al. (2009) fann i sin studie att kvinnor i större utsträckning efterfrågar att få hålla på med blommor och att sjunga medan män mer ville spela mahjong. I studien framkom också vilka typer av aktiviteter som efterfrågades det var bland annat träning, promenader, dans och att få spela på musikinstrument.

Virginia Henderson framhäver i sin teori att autonomi och integritet är viktigt i omvårdnaden av patienten (Kirkevold, 2000). Många äldre har behov av att få bli bekräftade av vårdpersonalen och få stimulans i vardagen, detta skulle kunna ske med hjälp av djur och musik. Kristoffersen et al. (2006) skriver att det är sjuksköterskans uppgift att ta reda på vilka behov patienten har och hur behoven kan tillfredsställas. Äldre ger många gånger uttryck för att behöva få mer stimulans och aktiviteter i vardagen. Henderson ser att kropp och själ är nära förknippade med varandra. Om den enskilda individen tillgodoser sina behov på ett självständigt och personligt sätt påverkas sättet detta sker på av personens sociala- och kulturella miljö.

Enligt Henderson känner patienten själv sina egna behov bäst och har de tydligaste önskemålen om hur omvårdnadsåtgärder skall utföras. Därför beskrivs patienten som en ansvarsfull och aktiv deltagare i sin egen omvårdnad (Kristoffersen et al., 2000).

Stimulans för de äldre med hjälp av djur och musik skulle för många kunna vara ett sätt att behålla sin integritet och sin autonomi (Chen et al. 2009, Lauuka 2007). Genom att låta varje individ lyssna på den musik de tycker om, kan göra att de känner sig glada och att deras dagar känns mindre trista (Lauuka 2007). Djur stimulerar fysiskt och psykiskt och har en förmåga att inte döma någon, de kan kommunicera med dem som har svårt att uttrycka sig verbalt och kan vara en bra stimulans i vardagen (Banks & Banks 2002, Banks & Banks 2005, Banks et al. 2008, Colombo et al. 2006, Kaiser et al. 2002, Lutwack- Bloom et al. 2005, Phelps et al. 2005, Statsi et al. 2004).

Metoddiskussion

Författarna valde att göra en litteraturstudie för att få en fördjupad förståelse för hur djur och musik kan användas som stimulans i vården av äldre. Studien inkluderade 15 stycken vetenskapliga artiklar som var av kvantitativ eller kvalitativ karaktär. Majoriteten av de inkluderade artiklarna är kvantitativa då effekterna av djur och musik har mätts med enkäter och olika skalor.

Författarna har granskat och kvalitetsbedömt artiklarna utifrån granskningsmallar. Artiklarna som inkluderats i studiens resultat var alla skrivna på engelska och höll låg-, medel-, och hög kvalitet. Författarna har valt att inkludera även artiklar med låg kvalitet då de ansågs vara av betydelse för litteraturstudien. Analysen av artiklarna har utförts av båda uppsatsförfattarna för att säkra att inte viktiga resultat missades, men också för att få en mer objektiv bedömning av kvaliteten på inkluderade artiklar.

Inkluderad litteratur var publicerad från år 2000 och framåt, författarna har valt detta tidsintervall för att få med ny forskning inom området. Svårigheter har varit att finna tillräckligt med litteratur då mycket forskning är publicerad före år 2000. Resultatet innefattar endast en artikel som ej visat någon effekt av djurterapi vilket gör att litteraturstudien indikerar att musik och djur är en bra stimulans i vården av äldre.

En styrka med litteraturstudien är att inkluderad litteratur har en bred spridning över världen då litteraturen kommer från Asien, Europa och USA. Det är ny forskning som har presenterats och denna forskning är hämtad ur tre stora databaser där en genomgående sökning har

utförts. Tidpunkten för sökningen av litteratur i databaserna kan göra att litteratur publicerad år 2010 inte kunde inkluderas i denna litteraturstudie.

Allmän diskussion

Allt eftersom befolkningen blir äldre och människor blir beroende av andra för att klara av sitt dagliga liv kommer sjukvården att behövas. Att få tillgång till det som varit en kärt i livet trots att man kanske måste flytta till ett hem som man delar med andra är viktigt, för det är något som ingen skulle vilja vara utan. Människor är individer och alla har sina livsmönster och värderar saker i livet olika, men det är lika viktigt att komma ihåg att oavsett vad dessa saker är måste man våga vara och möta människan i dennes situation, för att autonomi och integritet ska bevaras. Att få in djur och musik i de äldres vardag måste ske på de äldres initiativ och inte tvingas på dem. Ingen mår bra av att bli påtvingad en aktivitet eller något de inte känner för. Med tanke på sparkrav och tidspressen inom äldre vården kanske det inte fungerar med djur som bor i det ordinära boendet eller på äldreboendet.

Författarna anser att det behövs mer forskning, i Sverige, om djur och musik i vården, då denna litteraturstudie endast hittat en artikel som var utförd i Sverige. Generaliserbarheten av studiens resultat till större grupper av äldre är inte stor då inkluderad litteratur kommer från olika delar av världen och lokala skillnader i preferenser kan förekomma. Vidare forskning skulle behövas för att få en djupare förståelse för hur djur och musik kan användas i vården av äldre. Forskningen skulle behöva pågå en längre tidsperiod och innefatta både kvantitativa och kvalitativa mått. Inkluderad litteratur har mestadels bestått av artiklar av kvantitativ karaktär.

Forskning skulle även behövas angående personalens syn på att använda sig av djur och musik i vården av äldre, eftersom vårdpersonalen är den del av det dagliga livet för många äldre i ordinarie boende eller på äldreboende. Med tanke på allergier skulle det vara intressant med mer forskning om till exempel robothundar som sällskapsdjur.

Författarna anser att litteraturstudien har en praktisk betydelse för yrkesverksamma sjuksköterskor som genom litteraturstudien kan få en översikt i hur djur och musik kan stimulera äldre. Den kliniska betydelsen för äldre innebär att de kan få en ökad stimulans i vardagen. Att vara

sjuksköterska åt kommun, landsting eller i privat regi spelar ingen roll, för sjuksköterskan kommer alltid att träffa på äldre under sitt arbete.

Slutsats

Slutsatsen av litteraturstudien är att djur och musik ger effekt på äldres fysiska, psykiska och sociala funktioner. Djur och musik bidrar till en ökad aktivitet och kan ge äldre den stimulans de efterfrågar.

Referenser

- Anderberg, P., & Berglund, A-L. (2010). Elderly persons experiences of striving to receive care on their own terms in nursing homes. *International Journal of Nursing Practice*, **16**, 64-68.
- Andersson, I., Pettersson, E., & Sidenvall, B. (2007). Daily life after moving into a care home – experiences from older people, relatives and contact persons. *Journal of Clinical Nursing*, **16**, 1712-1718.
- Banks, M., & Banks, W. (2002). The effects of animal assisted therapy on loneliness in an elderly population in long-term care facilities. *Journal of Gerontology*, **7**, 428-432.
- Banks, M., & Banks, W. (2005). The effects of group and individual animal assisted therapy on loneliness in residents of long-term care facilities. *Anthrozoös*, **4**, 396-408.
- Banks, M., Banks, W., & Willoughby, L. (2008). Animal assisted therapy and loneliness in nursing homes: use of robotic versus living dogs. *Journal of American Medicine Direction Association*, **9**, 173-177.
- Birkeland, A., & Natvig, GK. (2009). Coping with aging and failing health: A qualitative study among elderly living alone. *International Journal of Nursing Practice*, **15**, 257-264.
- Borglin, G., Edberg, A-K., & Hallberg, I.R. (2005). The experience of quality of life among older people. *Journal of Aging Studies*, **19**, 201-220.
- Carlsson, L., & Dahlberg, K. (2001). Ha en bra dag! Att vara boende på servicehus. *Vård I Norden*, **22** (1), 20-24.
- Chan, MF., Chan, EA, Mok, E., & Tse, F. (2009). Effect of music on depression levels and psychological responses in community-based older adults. *International Journal of Mental Health Nursing*, **18**, 285-294.

- Chen, S.L., Lin, H-C., & Jane, S-W. (2009). Perceptions of group music therapy among elderly nursing home residents in Taiwan. *Complementary Therapies in Medicine*, **17**, 190-195.
- Choi, N.G., Ransom, S., & Wyllie, R.J. (2008). Depression in older nursing home residents: The influence of nursing home environmental stressors, coping and acceptance of group and individual therapy. *Aging & Mental Health*, **5**, 536-547.
- Colombo, G., Buono, M., Samania, K., Raviola, R., & Deleo, D. (2006). Pet-therapy and institutionalized elderly: a study on 144 cognitively unimpaired subjects. *Archives of Gerontology Geriatrics*, **42**, 207-216.
- Cour, K., Josephsson, S., Luborsky, M. (2005). Creating connections to life during life-threatening illness, creative activity experienced by elderly people and occupational therapists. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, **12**, 98-109.
- Forsberg, C., & Wengström, Y. (2003). *Att göra systematiska litteraturstudier*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Hagen, B., Armstrong-Ester, C., & Sandilands, M. (2003). On a happier note: Validation of musical exercise for older persons in long-term care settings. *International Journal of Nursing Studies*, **40**, 347-357.
- Harper, G. (2002). Daily life in a nursing home - Has it changed in 25 years? *Journal of Aging Studies*, **16**, 345-359.
- Hauge, S., & Heggen, K. (2006). The nursing home as a home: a field study of residents' daily life in the common living rooms. *Journal of Clinical Nursing*, **17**, 460-467.

- Hellström, Y., Andersson, M., & Hallberg, I. (2004). Quality of life among older people in Sweden receiving help from informal and/ or formal helpers at home or in special accommodation. *Health and Social Care in the Community*, **12**, 504-516.
- Hellström, Y., Persson, G., & Hallberg, I.R. (2003). Quality of life and symptoms among older people living at home. *Journal of Advanced Nursing*, **48**, 584-593.
- Hjaltadottir, I., & Gustafsdottir, M. (2007). Quality of life in nursing homes: perception of physically frail elderly residents. *Scandinavian Journal of Caring Science*, **21**, 48-55.
- Hultman, S-G. (2008). Djur i vården. Vårdal institutet för Vård- och Omsorgsvetenskap. Åtkomst Januari 2010 från http://www.vardalinstitutet.net/sckv/sgh_djur.pdf
- Håkanson, M. (2009). *Djurens betydelse för människornas hälsa*. Lidköping: Lidköpings tryckeri
- Johnson, J. (2003). The use of music to promote sleep in older women. *Journal of Community Health Nursing*, **20**, 27-35.
- Johnson, R., & Meadows, R. (2002). Older Latinos pets and health. *Western Journal of Nursing Research*, **24**, 609-620.
- Kaiser, L., Spence, L., McGavin, L., Struble, L., & Keilman, L. (2002). A dog and a "happy person" visits nursing home residents. *Western Journal of Nursing Research*, **6**, 671-683.
- Kirkevold, M.(2000). (2:a uppl). *Omvårdnads teorier*. Lund: Studentlitteratur.
- Kristoffersen, N. (red.). (2000). *Allmän omvårdnad - del 1*. Stockholm: Liber AB.
- Kristoffersen, N., Norvedt, F., & Skaug, E-A. (2005). *Grundläggande omvårdnad – del 3*. Stockholm: Liber AB
- Kristoffersen, N., Nortvedt, F., & Skaug, E-A. (2006). *Grundläggande omvårdnad – del 4*. Stockholm: Liber AB

- Lai, H-L., & Good, M. (2005). Music improves sleep quality in older adults. *Journal of Advanced Nursing*, **3**, 234-244.
- Larsson, M., & Rundgren, Å. (2008). (2:a uppl.). *Geriatriska sjukdomar*. Lund: Studentlitteratur.
- Laukka, P. (2007). Uses of music and psychological well-being among the elderly. *Journal of Happiness Studies*, **8**, 215-241.
- Lutwack-Bloom, P., Wijewickrama, R., & Smith, B. (2005). Effects of pets versus people visits with nursing home residents. *Journal of Gerontological Social Work*, **44**, 137-159.
- Menec, V. (2003). The Relation Between Everyday Activities and Successful Aging: A 6-Year Longitudinal Study. *The Journal of Gerontology. Series B, Psychological Science and Social Sciences*, **2**, 74-82.
- Morita, K., Sasaki, A., & Tanuma, T. (2009). Personality traits affect individual interests in day service activities. *Japan Journal of Nursing Science*, **6**, 133-143.
- Myskja, A. (2005). Bruk av musikk som terapeutisk hjelpemiddel i sykehjem. *Tidsskr Nor Laegeforen*, **11**, 1497-1499.
- Norling, I. (2002). *Djur i vården*. Sektionen för vårdforskning vid Sahlgrenska universitetssjukhuset: Svenska Kommunalarbetsförbundet.
- Phelps, K., Raymond, M., Jens, T., & Wadeson, H. (2008). An investigation of the effects of dog visits on depression, mood, and social interaction in elderly individuals living in a nursing home. *Behavioral Interventions*, **23**, 181-200.
- Scocco, P., Rapattoni, M., & Fantoni, G. (2006). Nursing home institutionalization: a source of eustress or distress for the elderly? *International Journal of Geriatric Psychiatry*, **21**, 281-287.

Slettebo, Å. (2008). Safe, but lonely: Living in a nursing home. *Vård I Norden*, **28**(1), 22-25.

Statsi, MF., Amati, D., Costa, C., Resta, D., Senepa, G., Scarafioiti, C., Aimonino, N., & Molaschi, M. (2004). Pet-therapy: A trial for institutionalized frail elderly patients. *Archives of Gerontology Geriatrics Supplement*, **9**, 407-412.

Sykepleiernas samarbaid i Norden. (2003). Etiska riktlinjer för omvårdnadsforskning i Norden. *Vård i Norden*. Åtkomst november 18, 2009, från <http://www.vardinorden.org/ssn/etikk.pdf> <http://www.vardinorden.org/ssn/etikk.pdf>

Tang, H-Y., Harms, V., Speck, S., Vezeau, T., Jesurum, J. (2009). Effects of audio relaxation programs for blood pressure reduction in older adults. *European Journal of Cardiovascular Nursing*, **8**, 329-336.

Thorslund, M., & Larsson, K. (2002). *Äldres behov*. Jönköping: Tryckeri AB Småland Quebecor

Willman, A., Stoltz, P., & Bahtsevani, C. (2006). *Evidensbaserad omvårdnad - en bro mellan forskning och klinisk verksamhet*. Lund: Studentlitteratur.

Zingmark, K., Sandman, PO., & Norberg, A. (2002). Promoting a good life among people with Alzheimer's disease. *Journal of Advanced Nursing*, **38**, 50-58.

Bilaga 1. Kompletta databassökning.

I databassökningen har författarna ibland använt databasernas begränsningsverktyg för att exkludera artiklar publicerade före år 2000, i dessa fall anges detta under datumet i tabellen nedan.

Datum	Databas	Sökord	Antal	Valda
10-02-15	Medline	Nursing homes	11410	
Limit published in last 10 years	Medline	Nursing homes AND music	42	
	Medline	Nursing homes AND music NOT dementia	16	2
	Medline	Nursing homes AND music therapy NOT dementia	11	0
10-02-15	Cinahl	Nursing homes	9817	
Limit år 2000-2010	Cinahl	Nursing homes AND music	45	
	Cinahl	Nursing homes AND music NOT dementia	21	1
20091111	Medline	Nursing homes AND bonding human pet	23	
Published in last 10 years	Medline	Nursing homes AND bonding human pet NOT dementia	18	3
20091111	Cinahl	Nursing homes AND bonding human pet	3	
		Nursing homes AND bonding human pet NOT dementia	3	0
10-02-15	Medline	Nursing homes AND physical stimulation	20	
Published in last 10 years		Nursing homes AND physical stimulation NOT dementia	8	0
20091111	Cinahl	Nursing homes AND physical stimulation	11	
Limit år 2000-2010		Nursing homes AND physical stimulation NOT dementia	6	0
10-02-15	Medline	Nursing homes AND social environment	503	
		Nursing homes AND social environment AND music	4	0
		Nursing homes AND social environment AND music NOT dementia	1	0
20100129	PsychInfo	Nursing homes	6005	
		Nursing homes AND pets	38	0
		Nursing homes AND bonding human pet NOT dementia	0	0
		Nursing homes AND social stimulation NOT dementia	0	
		Nursing homes AND social stimulation	1	0
		Nursing homes AND physical stimulation	0	
		Nursing homes AND psychological stimulation	0	

Datum	Databas	Sökord	Antal	Valda
		Nursing homes AND social environment	94	
		Nursing homes AND social environment NOT dementia	37	
		Nursing homes AND social environment AND pets NOT dementia	1	0
20100201	Medline	Long term care facilities AND pets NOT dementia	8	2
Published in last 10 years		Long term care facilities AND music NOT dementia	4	0
		Long term care facilities AND social interactions NOT dementia	38	0
		Long term care facilities AND music AND social interactions NOT dementia	0	0
		Nursing home residents AND animals NOT dementia	43	0
		Nursing home residents AND music NOT dementia	14	0
		Nursing homes AND pet therapy NOT dementia	9	0
		Nursing homes AND companion animal NOT dementia	4	0
20100202	PyschInfo	Nursing home residents AND animals NOT dementia	43	3
Limit = 2000 till Current		Long term care facilities AND music NOT dementia	7	0
		Nursing homes AND music therapy NOT dementia	10	1
		Nursing homes AND music NOT dementia	22	0
		Nursing homes AND social activities NOT dementia	17	0
		Nursing homes AND social activities AND animals NOT dementia	1	0
		Long term care AND music NOT dementia	43	1
		Long term care facilities AND music NOT dementia	7	0
		Long term care AND pets NOT dementia	32	0
20100202	Cinahl	Nursing homes AND music NOT dementia	21	0
Limit 2000-2010		Nursing homes AND music therapy NOT dementia	14	0
20100203	Cinahl	Music therapy AND psychological AND elderly	822	
		Music AND physical activities AND nursing homes	4	0
		Music AND social activities AND nursing homes	4	0
		Music AND psychological activities AND nursing homes	1	0
		Music AND environment AND nursing homes	9	0
		Animal assisted therapy NOT dementia	184	
		Animal assisted therapy AND nursing home NOT dementia	6	0
20100302	Medline	Music AND nursing AND older adults	23	2
			Summa	15

Bilaga 2. Modifierade granskningsmallar.

I de modifierade granskningsmallar har frågan om etiskt godkännande lagts till och fråga om artikeln ska inkluderas tagits bort. För att räkna ut poängen har varje fråga som har ja och nej alternativ tilldelats en poäng för varje ja och noll poäng för varje nej, utom etikfrågan som tilldelats en poäng för ja och ett halvt poäng för om de tagit etiska ställningstaganden. Summan har räknats ihop och poängen har sedan räknats ut i procent där $\leq 60\%$ räknats som låg, 61-79% som medel och $\geq 80\%$ som hög kvalitet. Poängen har räknats ut enligt Willman et al. (2006).

Granskningsmall för kvalitativa artiklar enligt Forsberg & Wengström (2003). som författarna modifierat.

Syfte:
Vilken kvalitativ metod har använts?
Är designen av studien relevant för att besvara frågeställningarna?
Ja Nej
Är urvalskriterierna för undersökningsgruppen tydligt beskrivna?
Ja Nej
Var genomfördes undersökningen?
Urval- finns det beskrivet var när, var och hur undersökningsgruppen kontaktades?
Ja Nej
Vilken urvals metod användes?
Strategiskt urval
Snöbollsurval
Teoretiskt urval
Ej angivet
Beskriv undersökningsgruppen?
Är undersökningsgruppen lämplig?
Ja Nej
Är fältarbetet tydligt beskrivet?
Ja Nej
Beskrivs metoderna för datainsamling tydligt?

Ja Nej
Ange datainsamlingsmetod?
Ostrukturerade intervjuer
Halvstrukturerade intervjuer
Fokusgrupper
Observationer
Video/bandinspelning
Skriva texter eller teckningar
Är data systematiskt samlade?
Ja Nej
Är begrepp teman och kategorier utvecklade och tolkade?
Ja Nej
Ange om:
Teman är utvecklade som begrepp
Det finns episodiska presenterade citat
Det individuella svaren är kategoriserade och bredden på kategorierna är beskrivna
Svaren är kodade
Resultatbeskrivning:
Är analys och tolkning av resultatet diskuterade?
Ja Nej
Är resultaten trovärdiga?
Ja Nej
Är resultaten pålitliga?
Ja Nej
Finns stabilitet och överensstämmelse?
Ja Nej
Är resultaten återförda och diskuterade med undersökningsgruppen?
Ja Nej
Är de teorier och tolkningar som presenteras baserade på insamlade data?
Ja Nej
Kan resultaten återkopplas till den ursprungliga forskningsfrågan?
Ja Nej
Stöder insamlade data forskarens resultat?

Ja Nej
Har resultaten klinisk relevans?
Ja Nej
Diskuteras metodologiska brister och risk för bias?
Ja Nej
Finns risk för bias?
Ja Nej
Vilken slutsats dra författaren?
Håller du med om slutsatserna?
Ja Nej
Finns etiskt godkännande?
Ja Nej Enbart etiskt övervägande
Total poäng: av 21
Kvalitet:

Granskningsmallen för kvantitativa artiklar enligt Forsberg & Wengström (2003) som författarna modifierat.

Syfte:
Tydligt beskriva frågeställningar?
Ja Nej
Vilken design har använts?
Är designen lämplig utifrån syftet?
Ja Nej
Inklusionskriterier?
Exklusionskriterier?
Urvalsmetod?
Randomiserat urval
Obundet slumpmässigt urval
Kvot urval
Klusterurval

Konsekutivt urval
Urvalet ej beskrivet
Är undersökningsgruppen representativ?
Ja Nej
Var genomfördes undersökningen?
Vilket antal deltagare inkluderades i undersökningen?
Vilka mätmetoder användes?
Var reliabiliteten beräknad?
Ja Nej
Var validiteten diskuterad?
Ja Nej
Var demografiska data liknande i jämförelsegrupperna?
Ja Nej
Om nej, vilka skillnader?
Hur stort var bortfallet?
Finns bortfalls analys?
Ja Nej
Var den statistiska analysen lämplig?
Ja Nej
Om nej, varför?
Vilka var huvudresultaten?
Erhölls signifikanta skillnader?
Ja Nej
Om ja, vilka variabler?
Vilka slutsatser drar författarna?
Instämmer du?
Ja Nej
Kan resultaten generaliseras till annan population?

Ja Nej
Kan resultaten ha klinisk betydelse?
Ja Nej
Finns etiskt godkännande?
Ja Nej Enbart etiskt övervägande
Total poäng: 13
Kvalitet:

Bilaga 3. Förklaring av förkortningar av mätmetoder.

ADL= Activities of daily living

BRS= Behavior rating scale

BSI= Brief symptom inventory

CAS= Cognitive assessment scale

CIRS = Comorbidity measured by the cumulative rating scale

DPHQ= Demographic and Pet History Questionnaire

ESS= Epworth sleepiness scale

GDS= Geriatric Depression Scale

Geriatric PANAS= Mood scale.

IADL= Instrumental activities of daily living

LAPS= The Lexington attachment to pets scale.

LEIPAD-SV= To gauge subjective perception of quality of life in the elderly.

LSI= Life satisfaction index

MLAPS= Modified Lexington Attachment to pets scale

MMSE = Mini mental state examination

ODS= Overall dependency scores,

PAQ = Physical Activity Questionnaire

POMS= Profile of mood states

PSQI= Pittsburgh sleep quality index

SASG= Self Assessment Scale- Geriatric

SPMSQ= Short Portable Mental Status Questionnaire

STAI= State-Trait Anxiety Inventory

UCLA-LS= University of California at Los Angeles Loneliness scale