

**Hvilke erfaringer gjør ansatte ved innføring av "aromamus" (forstøver) med lavendel som støttetiltak for demente beboere med forstyrret søvnmønster ?**

**Berit Johannessen**  
**dr.art, førsteamanuensis**  
**Universitetet i Agder, Institutt for helse- og sykepleievitenskap**

E-post: [Berit.Johannessen@uia.no](mailto:Berit.Johannessen@uia.no)

Søvnforstyrrelser og uro er vanlig blant sykehjemsbeboere og øker med alder og grad av demens. Dette gir sykepleierne og de ansatte store utfordringer: hvordan kan de best bidra til at pasienter får dekket sitt behov for søvn og hvile på en kvalitetsmessig god måte?

Også ved Fevikun bo og omsorgssenter i Grimstad kommune er det flere pasienter som lider av forstyrret søvnmønster. En av sykepleierne som har ansvar for disse pasientene har kompetanse i aromaterapi. Hennes kunnskaper om effekter av den eteriske oljen fra Lavendel har ført til at 6-7 beboere ved demensavdeling siden høsten 2007 har benyttet aromamus med forstøver tilført lavendeldråper ved søvnforstyrrelser. Dette har vist seg å ha svært bra effekt.

Forskning på bruk av lavendel til demente med søvn og uro problemer er sparsom, men det finnes noen studier som viser til gode effekter (Wan-ki Lin, Chan, Fung-leung Ng og Chiu-wa Lam, 2007, Holmes, Hopkins, Hensford, MacLaughlin, Wilkinson og Rosenvinge, 2002).

Med bakgrunn i de erfaringer som er gjort på Fevikun og det vi har funnet av forskning har vi utarbeidet denne problemstillingen: Hvilke erfaringer gjør ansatte ved innføring av "aromamus" (forstøver) med lavendel som støttetiltak for demente beboere med forstyrret søvnmønster ?

#### Metode

Studien gjennomføres som et aksjonsforskningsprosjekt ved fire sykehjemsposter (Songdalstunet, Valhalla, Fevikun og Frivolltun).

Fremdriftsplan:

Forberedelser (undervisning og kartlegging): sep- okt.20 09 Gjennomføring : okt- des. 2009

Evalueringsperiode: vår 2010

Skriving: vår og høst 2010