



Evje og Hornnes kommune  
- hjerttet i Agder

# MUSIKKBASERT MILJØBEHANDLING (MMB)

Erfaringskonferansen 2018 «Leve hele livet»

Rådgiver helse og omsorg

Katrine Homdrum

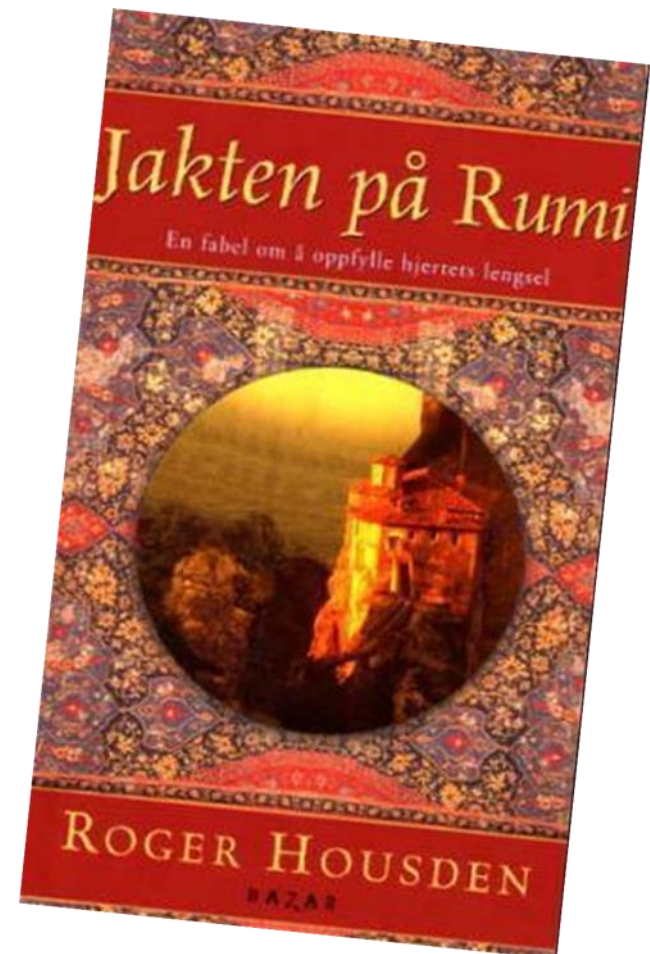
09.11.18

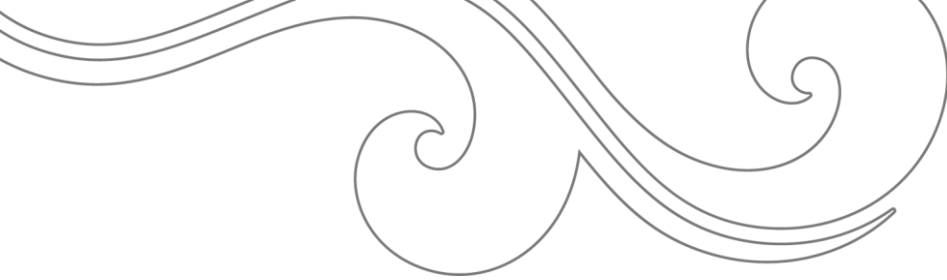


Eyje og Hornnes kommune  
- hjertet i Agder

*«Lyden steg opp under kuppelen, bredte seg ut til veggene og fylte hele det åttekantede rommet med skjønnhet. De urolige slappet av, de sorgmodige fattet nytt mot, de furete ansiktene til de bekymrede glattet seg ut.*

*En stund bortenfor all tid spilte musikerne. Da de omsider la ned instrumentene og forlot bygningen med dempede skritt, visste ikke Georgiou mer hvor lenge han hadde vært der. Hver celle i kroppen hans nynet musikken. Han følte seg hel og fryktet ingenting.»*





## FORMÅL MED MMB

Gi helsepersonell nye verktøy i arbeidshverdagen

– «snille», enkle og virksomme miljøtiltak som primærbehandling 😊

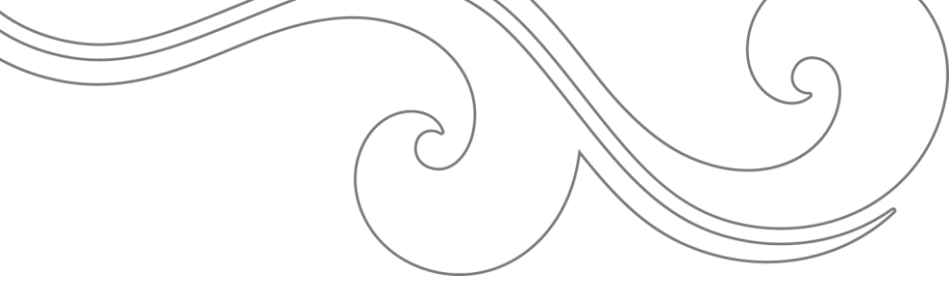


VÅR DRIVKRAFT!

Musikkbasert miljøbehandling

= systematisk bruk av musikk som metode i omsorgsarbeidet





## BAKGRUNN FOR MMB I VÅR KOMMUNE

- Sju ansatte gjennomførte høsten 2016 opplæring i samlingsbasert MMB
- Utgjør «Ressursgruppa for MMB» i kommunen - møtes jevnlig og driver arbeidet fremover
- Kommunen fikk både i 2017 og 2018 kompetanse- og innovasjonstilskudd via Fylkesmannen til prosjektet «Utvikling og implementering av musikkbasert miljøbehandling (MMB)».



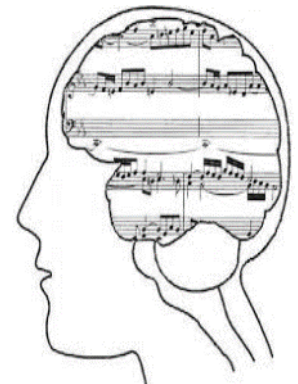
## HVORFOR MUSIKK?

- Aktiverer store deler av hjernen - mobiliserer ressurser /dynamo
- Kan fungere som en "alternativ kommunikasjonskanal" – kan nå deler av hjernen som ikke er skadet/ har mindre funksjonstap.

### Forskning har vist at:

- Klassisk musikk – fra beta- til alfaaktivitet
- Rytmisk musikk - kan produsere theta- og deltabølger
- Vedvarende stress kan skade viktige områder i midthjernen.  
Men: skadene kan normaliseres ved hjelp av stressreducerende behandling, til og med hos eldre.

(Kilde: Audun Myskja, 1999)





## MUSIKK PÅVIRKER OSS

- **Nevrologisk og hormonelt** – Regulerer velværehormoner og stresshormoner som påvirker hjerterytme og pustemønster
- **Motorisk** – Stimulerer sentre i midthjernen som igangsetter og strukturerer bevegelse
- **Kognitivt** – Gir allsidig stimulering av ulike deler av hjernen og kan «bygge bro» over områder som er svekket eller ødelagt av sykdom.
- **Psykisk** – Trigger minner og forløser følelser – «mitt hemmelige fotoalbum»
- **Sosialt** – Skaper gode rammer og forutsetninger for fellesopplevelser og samhandling



## HVA VIL VI OPPNÅ I PRAKSIS?

- Aktivere ressurser og fremme bevegelse
- Redusere stress og angst, lindre smerte og styrke immunforsvaret
- Minske uro, vold og utagering og unngå bruk av tvang
- Lette det daglige stedet
- Redusere medisinbruk
- Bidra til glede, velvære og trivsel for pasienter, pårørende og personal – økt livsmestring
  
- Benytte helsefremmende metoder i den daglige omsorgen 😊
- Bidra til god helsehjelp, aktivitet og fellesskap i tråd med «Leve hele livet»



## OG HVA INNEBÆRER MMB?

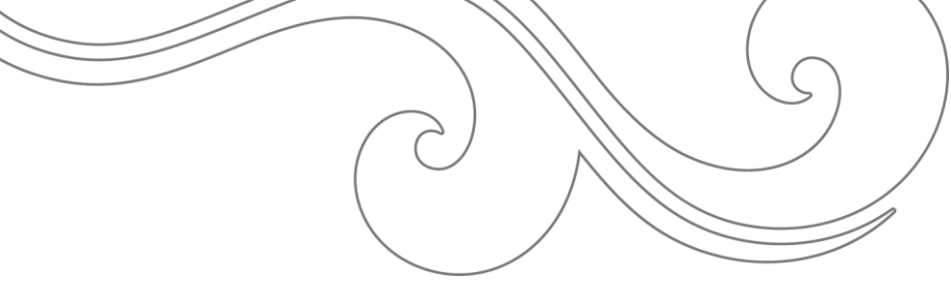
- Kartlegge lydmiljø (tiltak/rutine)
  - Kartlegge musikkpreferanse (0-3)
  - Utarbeide individuelle musikktiltak (aktivere/berolige)
  - Bruke rytme som støtte ved forflytning og trening (R.A.S)
  - Bruke musikk og bevegelse i fellesskap
  - Lytte til musikk sammen
  - Generasjonssang
- 
- Hjemmesida til Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg: <https://musikkbasertmiljobehandling.no/>
  - Flotte videoer på youtube (og filmen Alive inside)





## ERFARINGER MED MMB

- GODE!
  - Opplevs virksomt og som meningsfullt for ansatte!
  - Selvopplevde erfaringer med MMB virker motiverende
  - Får de effektene av MMB som er skissert
  - Pårørende gir god tilbakemelding på bruk av MMB
  - Bruk av musikk, bevegelse, berøring bidrar til kvalitet!
  - Ansatte blir stadig berørt 😊
- 
- Enklere å implementere i mindre enheter
  - Utfordrende å gjennomføre rutinen for MMB når det er stor «turnover»
  - Turnusarbeid gjør at ressurspersoner blir «litt borte» og vi bygger opp kompetanse hos primærkontakter.



## HVORDAN KAN KOMMUNENS LEDELSE BIDRA TIL AT MAN LYKKES MED Å IMPLEMENTERE MMB?

**«Å seile båten samtidig som den blir bygget om»**

Sitat fra  
professor Rudi Kirkhaug





## FORANKRING OG LEDELSE

- Forankring i alle ledd (politikere, administrasjon, ledelse, ansatte)
- «Alle må med» - uansett profesjon og stillingsstørrelse
- Ledelse med vilje til å satse på implementering, og som pådriver

## TILSTREKKELIG KOMPETANSE

- Kjennskap til metoden i alle avdelingene
- God kunnskap om MMB hos alle som skal utøve metoden

## TID OG RESSURSER

- Økonomiske ressurser avsatt til møter og opplæring
- Tilstrekkelig tid til å motivere og gjennomføre – til å ta «pukkelkostnaden» som følger nye tiltak før effekten viser seg



## HORNNESHEIMEN

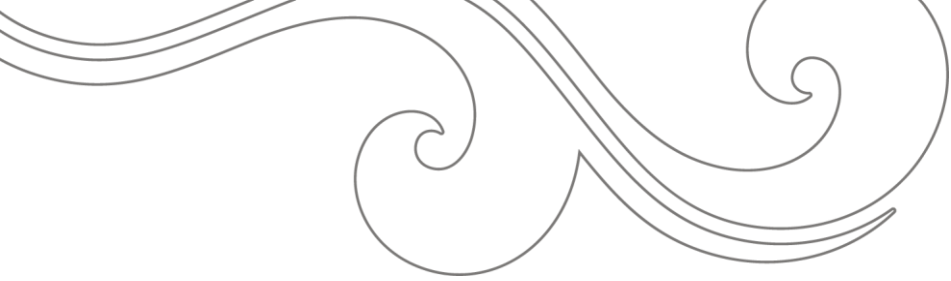
- Musikktiltak på 6 av 8 beboere, ulike mål – i stell, forebygge uro/ aggresjon, skape gode stunder mm.
- Alle ansatte må gjennomføre og dokumentere = systematikk
- Effekt observeres: riktig dose, riktig musikk, riktig tiltak? Evaluering.
- Er integrert - *musikk vurderes før «annen» behandling*
- Tiltak med MMB opparbeide status som ved annen behandling
- – *ansatte fristiller hverandre*
- Er gjennomgående tema i personalmøter
- Musikk brukes også for å skape gode fellesstunder
  
- Eksempel : Beboer med
- 14 sanger (mest 3'ere) på spilleliste spotify





## MMB IMPLEMENTERT I KOMMUNAL MODELL 😊

- Det foreligger retningslinjer for bruk av metoden
- Det gjøres tilpasninger til ulike pasient- og brukergrupper
- MMB er et gjennomgående tiltak i helse- og omsorgstjenesten
- Det foregår systematisk innhenting av informasjon om musikk i kartleggingssamtaler
- Ulike elementer i MMB tas i bruk
- MMB gjennomføres systematisk og dokumenteres på
- Frivillige involveres i gjennomføringen
- MMB er innarbeidet som tiltak i kommunalt planverk



Eyje og Hornnes kommune  
- hjertet i Agder

Takk for oppmerksomheten 😊

Kontaktinformasjon:

Katrine Homdrum

[khomdrum@e-h.kommune.no](mailto:khomdrum@e-h.kommune.no)

Tlf. 94505566

