

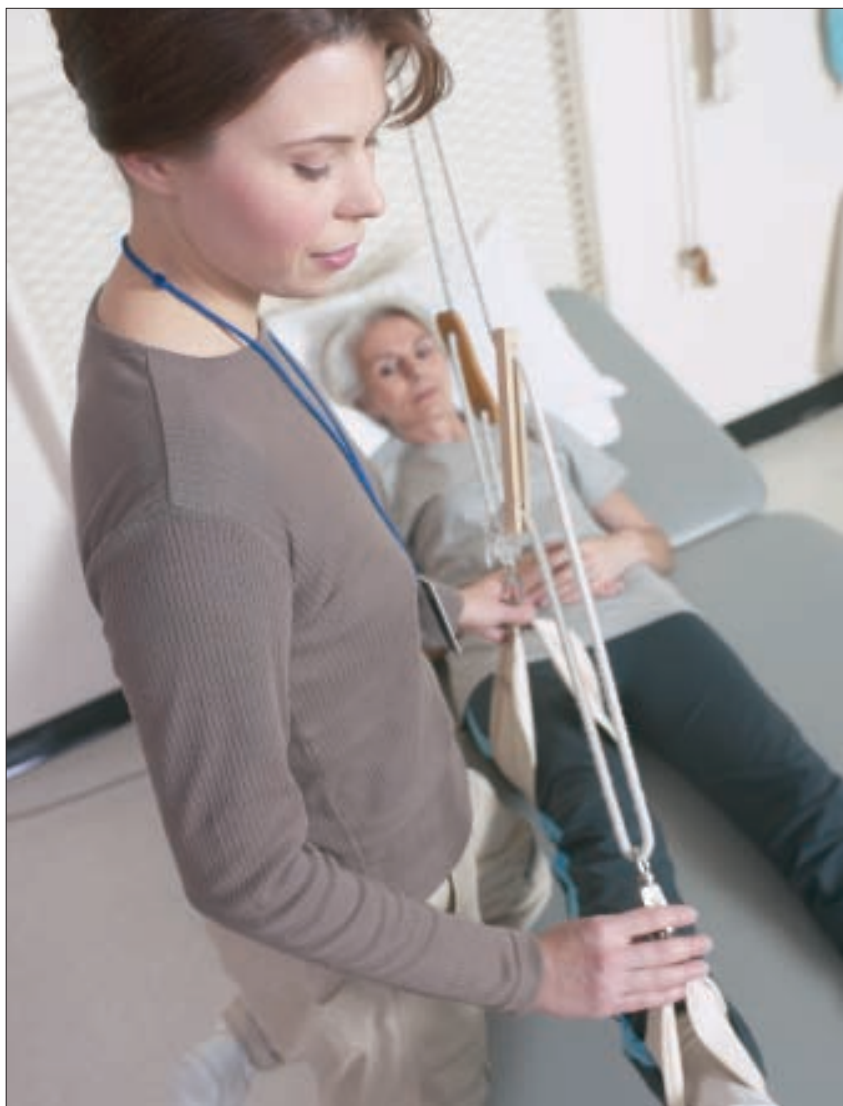
# Aromaterapi innen institusjon og palliativ omsorg

## Refleksjoner etter ett års praksis

Aromaterapi, massasje og andre berøringsterapier innen komplementære terapiformer brukes integrert sammen med skolemedisinen innen helsevesenet og innen palliativ omsorg i flere land, blant annet i England og i USA. I forbindelse med mitt studium "Complementary Therapies in Cancer Care" som jeg nå har avsluttet, har jeg hatt praksis en dag i uken ved Austjord behandlingssenter i Ringerike kommune og vil her beskrive mine erfaringer og hvordan vi "har fått det til".

■ Da jeg startet studiet i England for tre år siden, ønsket jeg å begynne å praktisere innenfor palliativ-, (lindrende) og kreftomsorg, et ønske jeg lenge hadde hatt og endelig så for meg kunne bli virkelighet. Siden dette området er nytt i Norge innen de alternative eller komplementære terapier, visste jeg at jeg bare måtte begynne et sted.

På dette tidspunkt var jeg veldig heldig da jeg tok kontakt med Hospicestiftelsen Angelique. Hospice betyr hvilested og er en enhet for alvorlig syke og døende. Hospicestiftelsens filosofi er at alle skal få en verdig avslutning av livet og gir midler som blir brukt til å komplettere de offentlige tilbudene. Stiftelsen var positiv til tanken på å prøve det "alternative" og det ble organisert et møte med ledelsen ved Hospiceenheten ved



Austjord Behandlingssenter. På møtet på Austjord ble jeg veldig positivt mottatt, og jeg fikk lov til å presentere mine tanker og mitt prosjekt. Dette var i begynnelsen av 2006. Jeg tilbød som "prøvepraksis" å jobbe tre måneder en gang i uken med aromaterapi og massasje, et tilbud til pasienter, pårørende og personale, for å se hvordan aromaterapi og massasje

kan integreres med skolemedisin og hvordan vi kan jobbe sammen.

Etter tre måneders praksis (høsten 2006) laget jeg en evaluering om hvordan det hadde fungert, og resultatet var veldig positivt. Det var totalt 38 personer som hadde benyttet seg av tilbudet, og tilbakemeldingene fra både personalet, pasienter

og pårørende var oppløftende. Etter dette fikk jeg tilbud fra stiftelsen om å begynne å jobbe fast en dag i uken på behandlingssenteret. Jeg begynte i februar 2007 og har nå påbegynt mitt andre år der og stortrives med det. Jeg vil derfor her fortelle og dele med andre hvordan vi har organisert virksomheten og hva vi har oppnådd så langt.

Når man kommer inn i et etablert system og starter noe nytt, er det viktig å prøve seg fram varsomt, ha respekt overfor de omgivelser man jobber i, ha god kommunikasjon og å tilpasse seg den eksisterende strukturen og de rutiner som er på plass. Ikke minst gjelder dette når man jobber i det offentlige helsevesen og med pasienter som er alvorlig syke. Vi diskuterte derfor hvilket tidspunkt som ville passe best som behandlingstidspunkt for aromaterapi og massasje, og basert på avdelingens rutiner, kom vi til at jeg skulle begynne klokken 11 på formiddagen, et starttidspunkt som vi nå har flyttet til klokken 12 for bedre å passe med morgenrutinene på avdelingen. Jeg jobber da utover dagen, normalt til klokken 16, men kan begynne tidligere og jobbe utover ved behov.

Det er viktig å gi skriftlig informasjon på forhånd om behandlingstilbudet. Jeg har laget en brosjyre som kan gis til pasienter og pårørende og som forteller litt om aromaterapi og forskjellige former for massasje og hva jeg tilbyr som behandling. Det tilbys behandling til pasienter, pårørende og personalet på Hospice som førsteprioritet, og så til andre



Päivi Renaa

avdelinger, som rehabilitering og utredning, når det er ledig plass på behandlingslistene.

Vi har en behandlingsliste hvor behandlingene kan bestilles på forhånd. Dette organiseres av personalet på Hospice. Pasientene henvises første gang normalt av personalet, men kan selv bestille time om de ønsker det. Jeg har utarbeidet et henvisningsskjema som personalet kan fylle ut. Dette er særlig viktig når det gjelder pasienter som ikke klarer så godt å kommunisere selv. Men ellers prater jeg alltid med pasientene før starten av behandlingene.

Det er reservert en halv time per behandling, men behandlingstiden vil variere og er tilpasset, slik også behandlingene er tilpasset den enkeltes situasjon. Jeg har hatt et rom til min disposisjon en gang i uken, hvor jeg har behandlingsbenk, en seng og en behandlingsstol. De av pasientene

som klarer det, kommer gjerne dit, men ellers går jeg til avdelingene og gir behandling på pasientenes rom. Jeg er også åpen for hjemmebesøk hvis pasienter ønsker det. Enkelte av pasientene kan være dagpasienter, slik at hjemmebesøk kan være aktuelt når pasienten samtidig har andre aktiviteter og kanskje ikke kommer inn akkurat den dagen jeg jobber på institusjonen.

Det er viktig å ha god kommunikasjon og utveksling av informasjon med personalet på institusjonen. Jeg føler at jeg har god dialog med personalet og har også kunnet konsultere fysioterapeuten om jeg har følt dette nødvendig. Vi behandler jo ofte de samme pasientene innimellom. Integreert samarbeid er både viktig og verdifullt, og det øker også følelsen av at "man hører til". Det er også en god følelse at man kanskje kan bidra til at pasienter, pårørende og personale får litt avslapning, en pause i "hverdagen", ved å kunne tilby noe annet.

Arbeidet på Austjord er givende. Det er mye glede der, tross mye smerte, og en veldig spesiell og fin atmosfære på institusjonen.

Jeg føler at jeg har vært heldig og vil takke personalet på Austjord Behandlingssenter og Hospicestiftelsen Angelique for den mottakelsen jeg fikk for å komme i gang og kunne drive videre. Vi har nå fått til vår "lille grønne oase" som jeg håper med tiden kan vokse til å bli en ordentlig "grønn paviljong".

Når man kommer inn i et etablert system og starter noe nytt, er det viktig å prøve seg fram varsomt og ha **respekt** overfor de omgivelser man jobber i