

DSK: Teorier om åldrande

Mats Christiansen

universitetsadjunkt, specialistsjuksköterska, med. lic.
doktorand, Åbo Akademi

1

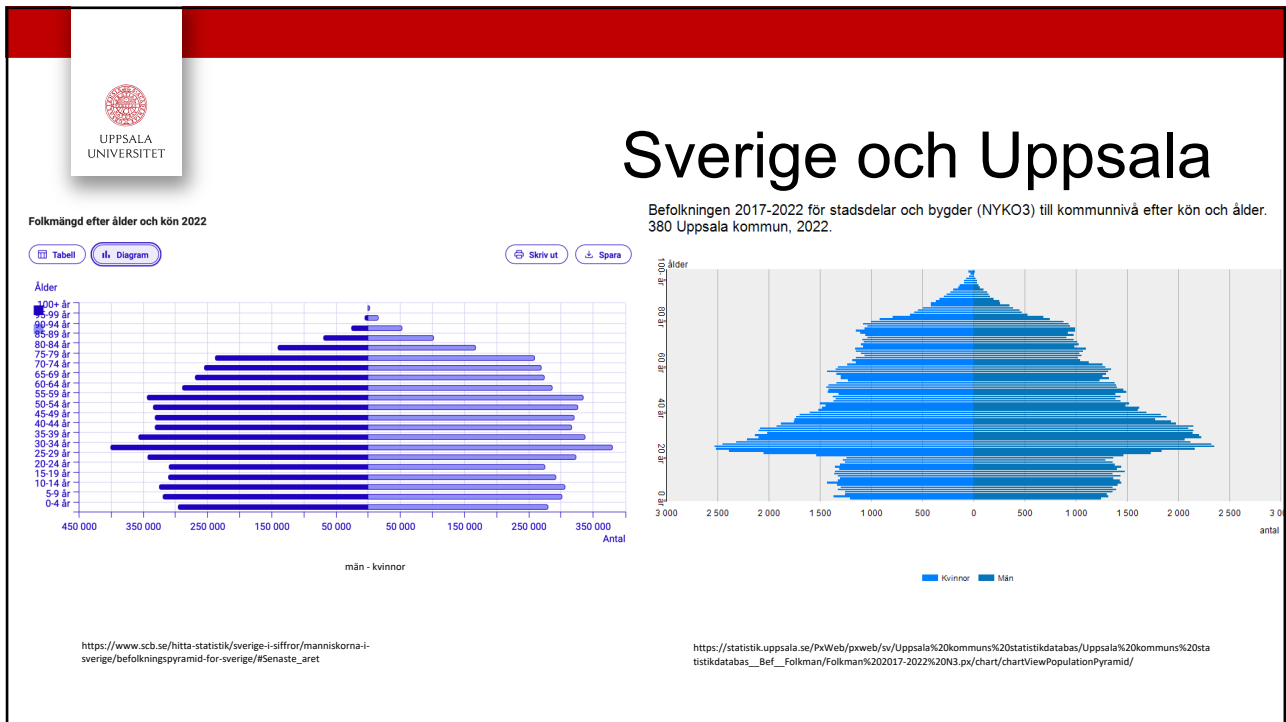
Alderstrappan

1. När blir en person gammal?
2. Hur är en gammal människa?



http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/1/1e/Kurbits_1799.jpg

2



3



UPPSALA
UNIVERSITET

Äldres sårbarhet

- Multipla orsaker
 - kroppsfunktioner
 - fysisk hälsa
 - psykisk hälsa
 - närstående
 - kunskap
 - resurser
 - makt
- Frailty/skörhet



Mats Christiansen

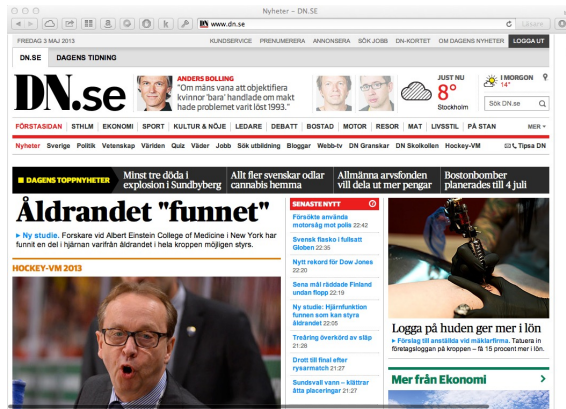
15 januari 2024 4

4



Biologiska korrelat

- Sökandet efter åldrandet



Mats Christensen

- Eller evig ungdom?



15 januari 2028

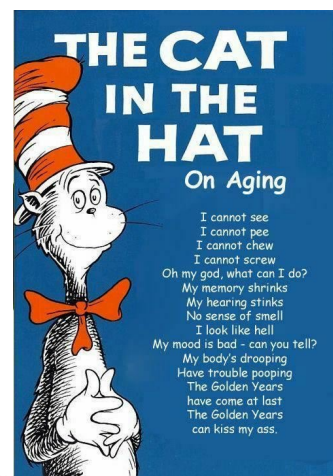
5



'Keep young and beautiful, if you want to be loved...'

- Biologiskt åldrande
(Kirkwood TB. J Intern Med 263:117-27. PMID: 18226090)
 - Normalt åldrande
(O'Rourke, HM, Ceci, C. Nurs Inq, 20:51-59. PMID: 22039953)
 - Patologiskt åldrande
- Teorier
 1. Utslitning
 2. Autoimmunitet
 3. Fria radikaler
 4. (programmerad) cell
 5. Mutation
 6. Homeostas

Mats Christensen



15 jan

6



Kroppssammansättningen ändras

- 10-15 % mindre vatten, lättare att bli intorkad
- 30-45 % mer fett

Vattenlösliga läkemedel → Högre läkemedelskoncentration

Fettlösliga läkemedel → Längre verkningsstid

20 % mindre blodvolym (1 liter lägre när de drabbas av magblödning, blödning efter operation)

7



Konsekvenser av åldrande i olika organsystem

Försämrat immunförsvar

- Urinvägsinfektion och sepsis
- Luftvägsinfektioner, pneumoni (utan hosta o feber)
- Svampinfektioner
- Bältros
- Infektioner i munnen
- Sårinfektioner
- Sämre skydd mot influensa vid vaccinering pga. äldre bildar färre antikroppar

Förebyggande åtgärder

- Behandla ev. näringsbrist, undvika alltför högt blodsocker, skärpta hygienåtgärder
- Ställa tidig diagnos
- Längre antibiotikakur
- Läkemedelsgenomgång
- Janus

8



'Keep young and beautiful, if you want to be loved...'

- Gener, telomerer, fria radikaler (Alexeyev MF, et al. Clin Sci (Lond) 107:355-64. PMID: 15279618; Ljubuncic P, Reznick AZ. Gerontology 55:205-16. PMID: 19202326)
- Livsstilsfaktorer: kost, motion, vin, kaffe, ginkgo biloba (Wilhelmsen L, et al. J Intern Med. PMID: 21175902)



Mats Christensen

15 januari 2024 9

9



Psykologiska perspektiv



- S Freud – psykoanalys
 - Barnets utveckling till vuxen
- CG Jung – analytisk psykologi
 - Livslångt perspektiv

Mats Christensen

15 januari 2024 10

10



Erik H Erikson: Livscykel, uppnå dygder

Erikson's Stage Theory in its Final Version			
Age	Conflict	Resolution or "Virtue"	Culmination in old age
Infancy (0-1 year)	Basic trust vs. mistrust	Hope	Appreciation of interdependence and relatedness
Early childhood (1-3 years)	Autonomy vs. shame	Will	Acceptance of the cycle of life, from integration to disintegration
Play age (3-6 years)	Initiative vs. guilt	Purpose	Humor; empathy; resilience
School age (6-12 years)	Industry vs. Inferiority	Competence	Humility; acceptance of the course of one's life and unfulfilled hopes
Adolescence (12-19 years)	Identity vs. Confusion	Fidelity	Sense of complexity of life; merging of sensory, logical and aesthetic perception
Early adulthood (20-25 years)	Intimacy vs. Isolation	Love	Sense of the complexity of relationships; value of tenderness and loving freely
Adulthood (26-64 years)	Generativity vs. stagnation	Care	Caritas, caring for others, and agape, empathy and concern
Old age (65-death)	Integrity vs. Despair	Wisdom	Existential identity; a sense of integrity strong enough to withstand physical disintegration

<http://psyckabloggen.files.wordpress.com/2011/08/11eriksonstages.jpg>

Mats Christensen

15 januari 2024 11

11



Sociologiska teorier

Disengagement

- Cumming & Henry (1961) studie i Kansas:
 - Den äldre och samhället drar sig tillbaka
 - Jag-ändringar



Mats Christensen

15 januari 2024 12

12



Aktivitet (Havighurst)

- Funktionalitet

(Walker A. J Aging Soc Policy 21:75-93. PMID: 19197609)

- Sexualitet,
Erektionsläkemedel
Viagra®, Cialis®

(Katz S, Marshall BL. History of the Human Sciences 17:53-75)

- Vara produktiv

(Fernández-Ballesteros R, et al. Research on Aging 33:205-26)



Mats Christensen

15 januari 2024 13

13



Gerotranscendens (Lars Tornstam)

- Utveckling även som äldre till ett mer kosmiskt synsätt, med större livstillfredsställelse
- Mer reflektion
- Kosmisk nivå, Självet, Relationer



Mats Christensen

15 januari 2024 14

14



Successful aging (Rowe and Kahn, 1997, s 439)



“avoidance of disease and disability, maintenance of high physical and cognitive function, and sustained engagement in social and productive activities”

Mats Christensen

15 januari 2024 15

15



Successful aging kan kritiseras

- Skillnader i Europas länder
Hank K. J. Gerontol B Psychol Sci Soc Sci 66:230-6. PMID: 21135069
- Egen upplevelse överensstämmer inte med kriterier
Strawbridge WJ, et al. Gerontologist 42:727-33. PMID: 12451153



Mats Christensen

15 januari 2024 16

16



Åldrande en social konstruktion

- Social konstruktion:
 - tillskrivs (o-)förmågor och värde
 - en siffra som påverkar vård
- Allt mer olika med åren
- Kronologisk tid, upplevd tid, berättad tid (Baars)



Mats Christensen

15 januari 2008 21

17



Kritiska perspektiv

Genus: skillnader i ålderdom pga. könsroller

Kvinnor lever längre,

- har lägre pension
- Män dör tidigare

Mats Christensen

15 januari 2008

18



Kommersialisering

- Antirynkmedel och annan kosmetika (Vincent JA. Ageing & Society 27:941-61)
- Pensionärsresor, boenden
- Klass
- Utbildningsnivå



Mats Christensen

15 januari 2024 19

19



Etnicitet och kulturella perspektiv



- Sverige allt mer kulturellt sammansatt
- Särskilda äldreboenden – bra, dåligt, nödvändigt?

Mats Christensen

15 januari 2024 20

20



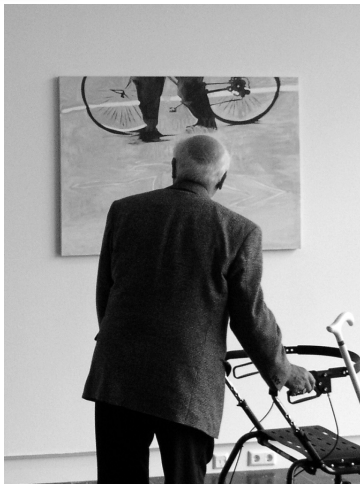
När regnbågen grånar

- Heteronormativitet/heterosexism
- Stigma
- Oro för besökare i hemmet (Socialstyrelsen, 2023a)
- Se en partner/maka/make
- Valda familjer
- Transerfarenhet/stadd i förändring
- Sexualitet
 - HIV/AIDS - också den äldres sjukdom!

15 januari 2024 21

21

Halta och lytta (crip-/miffoteori)



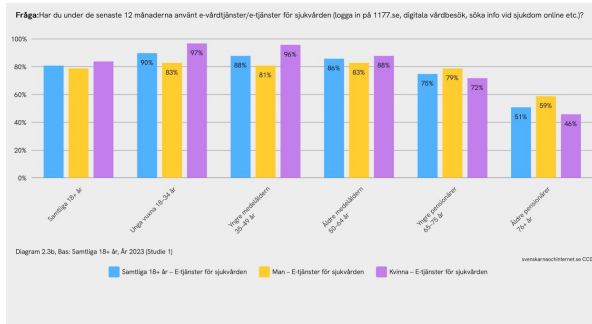
Mats Christensen

- Samhälle byggt utifrån "ablebodied" (normat)
 - Avser både fysiska och psykiska funktionshinder
- (McRuer 2005, 2006)

15 januari 2024 22

22

Äldre och teknik



Svenskarna och internet 2023

- eHälsa, mHälsa, 1177... hälften av 75+ har ej använt
- Tillgång, önskemål, kunskap, inläring
- Generationsklyfta?
- Långvarig sjukdom, demens, psykisk ohälsa
- 41% - ej använt Mobilt BankID

Mats Christiansen

15 januari 2024

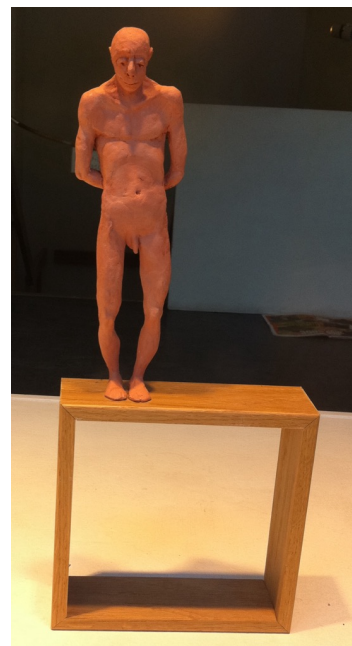
23



Frågor?

mats.christiansen@pubcare.uu.se


@NurseMats



24