

Solrum på äldreboende

- de äldres och personalens erfarenheter

Författare:

Bäck-Pettersson S, Pettersson E, Kylén S & Marklund B

Rapport 2015:01

FoUU-centrum Fyrbodal

FoUU-centrum Fyrbodals som utfört forskningsuppdraget är en mötesplats, mäklare och motor för verksamhetsnära forskning, utveckling och utbildningsaktiviteter i Fyrbodals (nordvästra Götaland) primär- och närsjukvård samt vårdsamverkan avseende samtliga hälso- och sjukvårdsaktörer i Fyrbodals.

Kontaktperson forskning:

Dr. Siv Bäck-Pettersson
Närhälsan, FoU primärvård Fyrbodals,
FoUU-centrum Fyrbodals
Edsvägen 1 C, 462 35 Vänersborg

Mobil: +46 706 465192

E-post: siv.back-pettersson@vgregion.se

Hemsida FoU primärvård Fyrbodals www.vgregion.se/fou-fyrbodals

Projektgruppsmedlemmar

Siv Bäck-Pettersson, leg sjuksköterska, PhD, forskningsledare, FoU primärvård Fyrbodals

Emma Pettersson, forskningsassistent, FoUU-centrum Fyrbodals

Sven Kylén, leg. psykolog, PhD., FoU-chef, FoU primärvård Fyrbodals

Bertil Marklund, leg läkare, professor, forskningsledare, FoU primärvård Fyrbodals

Socialchef Karin Hallberg

Vänersborgs kommun

E-post: karin.hallberg@vanersborg.se

Annalena Persson

Vänersborgs kommun

E-post: annalena.persson@vanersborg.se

VD Inge Lojander

Suntech AB

E-post: inge.lojander@suntechgroup.se

Ordf. Håkan Patriksson

Suntech AB

Rapport 2015:01

FoU i VGR: <https://fou.nu/is/vgr/project/204481>

Närhälsan FoU primärvård

FoUU-centrum Fyrbodals

Sammanfattning

Pensionärer på äldreboenden i Vänersborgs kommun har sedan flera år möjlighet att vistas i s.k. solrum som producerats av ett företag som heter Suntech AB. Kommunen och företaget tog kontakt med FoUU-centrum Fyrbodals för att diskutera om det skulle vara möjligt att undersöka hur de boende och personalen upplevde betydelsen av att använda solrummen. Man bildade tillsammans en projektgrupp som resonerade sig fram till vad man ville försöka ta reda på. Forskarna valde fokusgrupp som metodologiskt tillvägagångssätt.

Resultatet visar att man anser att vistelsen i solrummet påverkar de äldres psykiska och fysiska hälsa på ett positivt sätt. Dessutom verkar förväntan före solrumsvistelsen samt minnena efteråt ha en viktig social funktion. Utsagorna från fokusgrupperna är överlag mycket positiva till vistelsen i solrummen och de effekter som detta ger.

Resultatet antyder att det är angeläget med större och mer djuplodande studier i framtiden.

Innehållsförteckning

| | |
|--|----|
| Sammanfattning | 3 |
| Innehållsförteckning | 4 |
| Solrum på äldreboende – de äldres och personalens erfarenheter | 1 |
| Bakgrund..... | 1 |
| Syfte | 2 |
| Metod | 2 |
| Metodologiska överväganden | 2 |
| Datainsamling | 3 |
| Urval | 3 |
| Genomförande | 3 |
| Resultat | 3 |
| Tema 1. Påverkas de äldres psykiska hälsa?..... | 4 |
| Tema 2. Påverkas de äldres fysiska hälsa? | 5 |
| Tema 3. Har solrummet en social och kognitiv funktion?..... | 5 |
| Solrummets funktion i vardagen..... | 6 |
| A. Allmänt | 6 |
| De äldre..... | 6 |
| Personalen..... | 6 |
| B. Före solstunden | 7 |
| De äldre..... | 7 |
| Personalen..... | 8 |
| C. Under solstunden..... | 8 |
| De äldre..... | 8 |
| Personalen..... | 9 |
| D. Efter solstunden | 9 |
| De äldre och personalen..... | 9 |
| Diskussion..... | 10 |
| Referenslista..... | 11 |

Solrum på äldreboende – de äldres och personalens erfarenheter

(Bäck-Pettersson, Pettersson, Kylén & Marklund, 2015)

Bakgrund

Hälsoutvecklingen för äldre har varit positiv under många decennier, livslängden har ökat under hela 1900-talet och idag är cirka 18 procent av befolkningen i Sverige 65 år och äldre, vilket motsvarar drygt 1,6 miljoner människor. Många av dessa är fysiskt inaktiva, deltar mindre i olika kulturella och föreningsaktiviteter och får för lite stimulans i tillvaron. Resultat från Folkhälsoenkäten i Stockholms län 2010 visar att tre av tio i åldrarna över 65 år rapporterar att de har lätt eller svår ångslan, oro och/eller ångest. God hälsa och livskvalitet går dock att påverka hela livet genom att bland annat bibehålla en hög psykisk, fysisk och social aktivitetsnivå. Främjande och förebyggande insatser är således viktiga för äldres hälsa.

Vi vet att solen har en positiv inverkan på våra sinnen och vår kropp. Om detta vittnar många studier och femtio års charterresande till soliga stränder. På våra breddgrader har vi sol endast under en begränsad tid av året. Många äldre har av ekonomiska eller fysiska skäl inte möjlighet att åka söderut under det mörka halvåret. Att sola i solarium har befunnits tveksamt ur hälsosynpunkt och passar oftast inte äldre. Ett alternativ till dyra solresor och farliga solarium har dock skapats av ett företag i Vänersborg som heter Suntech AB.

Det ligger 14 års erfarenhet bakom det artificiella solljus som utvecklats. Detta unika ”solljus” återger solens hela spektrum och togs ursprungligen fram av bilindustrin för solbestrålning av bilar i testsyfte. Det har därefter anpassats för oss människor och uppfyller myndigheternas alla krav på säkerhet. Solljuset kompletteras med miljöer som vi människor längtar efter, t.ex. Mauritius, Thailand eller Västkusten i ett solrum. Miljöerna görs kompletta för att påverka alla sinnen och utgöra en helhetsupplevelse med ljud av vågor eller skri av måsar, vind som skönt svalkar, mjuk varm sand eller ett trädäck som luktar av linolja. En vidsträckt horisont från miljön bildar bakgrund. Hittills har cirka 50 solrum installerats inom äldrevården i hela Sverige och föga förvånande är Vänersborgs kommun föregångare som den solrums-tätaste orten i världen.

Genom en mängd inslag i tidningar, radio och TV och genom många personliga berättelser från boende och personal har framkommit tydliga vittnesmål om en förbättrad livskvalitet för de äldre. För att belägga detta vetenskapligt genomförde vi en studie bland personer med erfarenhet av att vistas i solrum av detta slag.

Syfte

Att beskriva upplevelsen och betydelsen av att vistas i solrummet för äldres välbefinnande.

Metod

Verksamhetsnära forskning utgår från verksamhetens specifika kunskapsutvecklingsbehov. Det kräver ofta att forskningen bedrivs i samverkan mellan forskare och praktiker. Frågeställningar och undersökningar bör i största möjliga mån formuleras gemensamt. Då skapas gemensam gränsöverskridande perspektivbrytning som kan leda fram till handlingsinriktad kunskap. Implementeringen av forskningsresultat underlättas av gemensamma utgångspunkter. En annan effekt av "collaborative research-metodiken" är att det leder till kontinuerlig kompetensutveckling av både verksamhetens personal, ledare och forskarsamhällets medarbetare.

Metodologiska överväganden

Det samhälleliga omvandlingstrycket på organisationer skapar ett ökat beroende av ständig förbättring och kontinuerlig innovation. Ett allt vanligare sätt att utveckla denna förändringskompetens är att involvera forskare, kunder och brukare i gemensamma projekt. I "Solprojektet" har forskare från FoUU-centrum Fyrbodals tillsammans med medarbetare från Vänersborgs kommuns äldreomsorg (som använder solrummen) och ledningen från företaget Suntech (som tillverkar solrummen) gemensamt resonerat sig fram till syfte och frågeställning. Den övergripande metod som valdes var en variant av Bartunek and Louis metod som utvecklats i ett samverkansprojekt mellan en forskargrupp på Chalmers och AstraZeneca (1). Utgångspunkten är att ett forskningsteam sätts samman så att det finns personer som är väl förtrodda med den kontext/fenomen som ska studeras. De förstår processen/företeelsen från "insidan". Företaget Suntechs och kommunens representanter har stått för denna insiderkompetens. Forskarna har rollen som experter som har en generisk kunskap om den studerade företeelsen samt om hur forskningsprocessen bör gå till. De är teamets outsiders. Brukarna och personalen som intervjuats i fokusgrupper kan sägas utgöra en adderande insiderroll som användare. Insider/Outsider-teamet var mest aktivt i planerings- och utvärderingsfasen medan forskarna genomförde fokusgruppsintervjuerna. Forskarnas slutsatser och tolkning har validerats av hela I/O-teamet.

Datainsamling

Datainsamlingen genomfördes i form av två fokusgruppsintervjuer den ena med de äldre och den andra med personal vid tre äldreboenden i Vänersborgs kommun. Fokusgruppsintervjuens speciella styrka ligger i att deltagarna delger varandra sina erfarenheter och har möjlighet att jämföra åsikter och värderingar med varandra (2-4). Resultaten har analyserats med hjälp av en metod för innehållsanalys som innebär att identifiera (den manifesta och latent) innebörden i deltagarnas erfarenheter av att använda solrum (5).

Urval

För att delta skulle de äldre ha vistats i solrummet, regelbundet de senaste 6 månaderna och personalen skulle ha erfarenheter av solrummet under minst ett år. Vänersborgs kommun valdes för att kommunen var först med att erbjuda solrum till äldre och personal och således hade mest erfarenheter av denna verksamhet. Kommunens företrädare var också intresserade av att verksamheten skulle utvärderas. Deltagarna valdes ut av chefer inom vård och omsorg med god kännedom om vilka personer som använde solrummen. Personalgruppen bestod av fem kvinnor och en man i ålder 40-60 år (medelålder 58 år), Yrkeserfarenhet 2-30 år (medeltal 14 år). Äldregruppen bestod av fyra kvinnor och en man 78-94 år (medelålder 87 år).

Genomförande

En inbjudan sändes till deltagarna ungefär en vecka innan intervjun. Intervjun inleddes med att deltagarna informerades muntligen om studiens bakgrund, syfte, metod och att studiematerialet skulle behandlas konfidentiellt och att deltagandet var frivilligt. Samtyckesformuläret ifylldes och de äldre informerades om att de kunde avsluta sitt deltagande utan att detta skulle påverka deras framtida vård och omsorg (6). En forskare och en forskningsassistent från Närhälsan, FoU primärvård Fyrbodalen genomförde intervjuerna. Intervjuerna varade ungefär en timme vardera. Under intervjun fokuserades framför allt på fysiska och psykiska hälsofaktorer påverkan av vistelse i solrummet.

Resultat

Analysen av de båda fokusgruppsintervjuerna visar att vistelsen i solrummets påverkar de äldres psykiska hälsa och fysiska hälsa och att solstunden dessutom har en viktig social funktion.

Tema I. Påverkas de äldres psykiska hälsa?

De äldre betonade att solrumsvistelsen är bra för både kropp och själ, inte minst för det psykiska välbefinnandet. Det beskrivs också vara viktigt för humöret. Den som känner sig nedstämd innan vistelsen känner sig bättre till mods och gladare efter besöket. De äldre jämför solbadandet med bastubadande. Värmen och ljuset uppges vara välgörande och besöket bryter enformigheten.

Löser upp oro och bekymmer

”Jag menar att oron löses upp i värmen och man blir behagligt påverkad av värmen. Man mår gott så att säga, man tappar lite av den här oron, eller det här som man har bekymrat sig över. För livet är ju så här, att det går upp och ner. Ibland är man där uppe och ibland så åker man ner. Just där nere då är det väldigt skönt att kunna gå till solrummet. För då åker man upp i alla fall en bit där.”

Minskar nedstämdhet och bryter tristessen

”Man är ju inne i olika perioder i sitt liv. Ibland så orkar man ingenting och vill inte göra något. Och det är ju många pensionärer som egentligen har lätt för att bli deprimerade när livet inte är så innehållsrikt. För det är tråkigt och hemskt att behöva sitta hela långa dagen ensam inne på rummet.”

Ger avslappning och ökar välmåendet

”Jag kan ju beskriva det litegrann att det är ungefär som att bada bastu. Många människor tycker det är underbart att gå och bada bastu och ligga i bastun och gå och duscha efteråt. Det är ju absolut hur utbrett som helst att det är underbart skönt och det gör att människor mår gott. Det är ju något liknande alltså att man får samma euforiska känsla. ”

”Man blir alltså väldigt avslappnad och mår bra, och mår man bra psykiskt så mår man bra även fysiskt. Det hänger ju ihop. I solrummet mår man gott! Det är det här med värmen och ljuset som gör att man otvivelaktigt mår BRA.”

Personalgruppen var enig om att vistelsen minskar de äldres motoriska oro för stunden, att de somnar gott under själva vistelsen, att de verkar piggare, ser gladare ut, är lugnare och mer avslappnade efter vistelsen.

”Men det man ser mest det är ju om det är någon som är orolig på avdelningen och så om man tar med sig dom ner så ser man ju vilken skillnad det gör. Om dom är jätteoroliga och undrar var dom är så blir dom bättre efter solrummet.”

Tema 2. Påverkas de äldres fysiska hälsa?

De äldre njuter av värmen under solstunden. Värmen uppges också lindra olika former av kronisk smärta både för stunden och för en tid efteråt.

Värmen lindrar värk

”Ja jag ska ju säga det att jag har ju jättemycket värk och det är ju underbart att ligga i värmen då. Jag har någonting som dom kallar för nervvärk och det är också väldigt svårt både att diagnostisera och att bota. Men har jag legat i värmen ett litet tag så känns det skönt en eftermiddag eller några timmar i alla fall och medan man ligger där så är det ju rent jätteskönt, så värken lindras av att jag är i solrummet.”

Personalen beskriver att solstunden har en märkbar positiv påverkan på de som har ledbesvär och ledsmärtor samt på överörlighet vid Huntingtons sjukdom.

”Det beror ju på vad det är för värk. Är det leder och sådant så tror jag ju att dom har väldigt gott utav det. Det känns ju som att värmen hjälper där.”

Tema 3. Har solrummet en social och kognitiv funktion?

De äldre upplever att solstunden väcker fina minnen från resor och platser de tidigare besökt både utomlands och i gamla hemtrakter. Vistelsen i solrummet blir ett avbrott i de vardagliga rutinerna och något som de längtar till.

Solen väcker minnen

”Ja det gör ju det att man associerar sig tillbaka igen och får trevliga minnen, från Italien, Kanarieöarna och Teneriffa och dom vanliga turistorterna i Frankrike och Spanien.”

”Att ligga däruppe på Kikhallslänten en sommardag, det är inte så dåligt heller. Det är skönt där med, men det blir ju något annat söder ut och varmare.”

Man längtar till nästa gång

”Det är väldigt skönt. Varje gång man går ifrån rummet så tänker man att det var skönt det här, när ska det bli nästa gång?”

Solen ökar lusten för andra aktiviteter

”Alla sådan här aktiviteter man gör som solarier, gör ju att man får lite större lust att gå med på lite av varje. Det ökar lusten för andra aktiviteter. Man följer med de andra och så lär man sig att det var både bra och roligt. Och så att träffa andra än bara personalen på avdelningen, tycker jag är bra. Man kommer ut och träffar andra människor.”

Personalen beskriver att de äldre uppskattar att få komma ut från avdelningen och att miljöombytet gör dem piggare och gladare. Att få tillfälle att sitta tillsammans med andra i värmen väcker associationsförmågan hos många och genom att berätta semesterminnen för varandra utvecklas den sociala gemenskap de äldre emellan.

Känner gemenskap med andra

”När jag blandade personer från hela huset, både med demens och med somatiska problem, så var det mycket prat. Jag tror ju inte att det bara är solen och värmen utan att man får tillfälle att träffas och prata lite grann och känna gemenskap med andra.”

Solandet väcker associationsförmågan

”En del som har varit ute och rest, dom kan ju börja berätta att dom har varit ute. För många här dom började ju kanske resa i slutet på 50-talet kanske då det var allting nytt, så då kan man faktiskt prata om det.”

Solrummets funktion i vardagen

A. Allmänt

De äldre

Att sola är en populär aktivitet som utnyttjas frekvent av pensionärer vid de äldreboenden som ingick i studien. Kostnaderna för vistelsen ingår i hyran och i den meningen är de äldre rörande överens om att detta ska prioriteras av äldrevården i tider av ekonomisk nedskärning. Ändå är det så att alla inte känner till att solrummen existerar, vissa bedöms inte kapabla att gå dit. Några orkar inte eller vågar inte sola av olika skäl. För någon utgör solrumsbesöket den enda ljuspunkten i vardagen.

Prioritera inte bort solrummen

”För just äldrevården, får så lite och när dom ska dra in på någonting så är det sådana här saker som dom styrande minskar på. Men solrummet är nödvändigt tycker vi!”

Alla vågar inte

”De tror inte att det är så skönt som det är, eller säger det orkar inte jag. En del är lite rädda för värmen och tror inte hjärtat tål det.”

Personalen

Personalen bedömer också att solrummet är en populär aktivitet. I samband med att solrummen togs i bruk var flera tveksamma till att gå dit. Men i dagsläget är solrummet

mycket uppskattat, något merparten av de boende både längtar till och regelbundet vistas i inte minst de yngre på korttidsboendena.

Sol och värme är som ljusterapi

”Det är just värmen som dom behöver. Dom sitter alltid med filter och så runt sig så att när dom kommer hit och får värmen det är ju gott för dom. Och det är ju samma med ljuset här i Sverige har vi ju det mörkt halva tiden på året så det är nästan som lite ljusterapi.”

De solvana tycker det är skönt för stunden

”Vi har ju dom som har gått här regelbundet sen vi startade 2008. Dom säger ju inte så mycket om det idag för det är en vana liksom att gå dit och få kroppen till att slappna av. Men dom tycker ju att det är fantastiskt skönt för stunden.”

Personalen lyfter fram betydelsen av solrummets placering inom äldreboendet och att tillgängligheten avgör i vilken utsträckning solrummet används. Vid ett av äldreboendena är det idag svårt att få soltid eftersom det är många som ska samsas. Vid andra används inte rummet lika frekvent på grund av sitt avlägsna läge. Även närstående är välkomna och har möjlighet att sola. Personalen anser att alla äldreboenden borde ha ett solrum.”

Solrummets läge i byggnaden påverkar hur det används

”Jag vet inte hur de används på Ekeliden, Lyckhem och Björken. Men Lyckhem används det ju nästan inte så att det liksom är litegrann vad man har med sig. Här har vi ju nära till hands eftersom det ligger här. I Lyckhem får man gå ner i källaren, likaså Ekeliden och då kanske det inte är lika attraktivt. Så det är väl lite hur man lägger det kanske både för de boende som för personalen.”

B. Före solstunden

De äldre

För de äldre är det viktigt att kunna sola regelbundet och för några åtminstone två gånger i veckan. Vissa klarar sig själva andra behöver hjälp att boka soltid och att starta anläggningen. De menar att det bra om varje avdelning har bestämda soldagar. Det är också bra att det finns någon personal på avdelningen som påminner om soltiden och som ser till besöken blir av. Vissa solar när tillfälle bjuds och andra när konditionen tillåter.

Bra med en fast dag och att någon samordnar

”Jag tycker det skulle vara bra om det blev en dag i veckan som man blev bokad. Att vi på den avdelningen där jag bor skulle bestämma att då och då vill

vi gå ner i solrummet och så ha den dagen en period framöver. Att veta om det och ha det planerat är bra. NN håller i detta, hon ser till att vi kommer iväg och att det blir av. Det är bra.”

Personalen

Personalen förbereder besöket i solrummet på olika sätt. I samband med att de äldre informeras om att det är soldag berättar några om dagens resmål och pratar om resan de ska göra. På väg till solrummet går alla i samlad tropp och alla hjälps åt med transporten och man upplever en gemenskap på det sättet före, under och efter solrumsvistelsen.

De boende informeras på morgon

”Vi brukar säga till på morgonen och påminner om att idag ska vi gå till solrummet. Vissa är jättegglada. En som brukar ligga och sova som vi säger till henne på morgonen att idag är det solrummet. Åh säger hon, det gillar jag! Då det är inga problem hon kommer upp själv och gör sig iordning.”

När ”soltåget” går hjälps alla åt, de piggare stöttar de som är sämre

”Det är så roligt, att se dom som ett tåg, den ena efter den andra när 12 personer går. Dom gående hjälper till att köra rullstolarna till dom som sitter i rullstol. Jag tror att när man väl börjar gå i korridoren så händer det någonting. Det känns som att man är på väg någonstans, och det blir mer gemenskap, prat och sammanhållning. När vi slutar tar dom tar hand om varandra ungefär när vi går dit. Så dom som är lite sämre dom väntar på dom som är lite bättre så det går jättebra. Promenaden tar på krafterna för en del.”

C. Under solstunden

De äldre

De äldre uppger att soltiden varierar mellan 40 minuter och en timme. Det handlar om hur länge man orkar. Under vistelsen uppskattar de lugnet, tystnaden, inga störningsmoment, bara vågornas brus och upplever djup avslappning under vistelsen. Solresan avslutas med Belafonte.

Lugnt, tyst och skönt, ingen som stör

”Det är verkligen avslappande och gott och jag tycker det är skönt för det är tyst där inne oftast. Ingen som pratar och ingen som stör utan en kan sitta och sola sig och drömma sig bort om en vill. Inte sova men, en slappnar av och bara lyssnar på vågbruset och måsarna i fjärran och vågskvalpet. Och när det är slut så blir det skymning och så börjar Harry Belafonte sjunga Island in the Sun, och sen går vi hem.”

Personalen

Personalen beskriver att den totala vistelsen i solrummet blir en timme inklusive fram och återresa. De rapporterar att vissa äldre upplever resan som verklig.

Vistelsen blir totalt en timme

”Vi har en timme på oss att komma hit och tillbaka, med transport och så. Det tar ju en stund för oss att gå genom kulvertarna när vi har så många med oss.”

Vissa upplever resan till solen som verklig

”När vi säger till en av våra äldre att hon ska gå ner i solrummet, så ska hon ha solhatt med sig, för hon kan inte sitta i solen för mycket och få starkt solljus i ögonen. Första gången då skrattade jag så gott då satt vi där och sa jag det att nu får du luta dig bakåt och koppla av lite. Ja, men är vi framme då, sa hon? Ja sa jag. Det var den konstigaste flygresan jag har varit med om, jag har inte ens gått på planet sa hon. Hon trodde att hon var på resa.”

D. Efter solstunden

De äldre och personalen

Båda grupperna uppger att de känner sig både trötta och törstiga efter solstunden. Några i personalgruppen känner sig som en nya människor, blir på bättre humör och har ett större tålamod med både de boende och arbetskamraterna. Gemenskapen och glädjen man upplevt före, under och efter resan hänger ofta kvar när de kommer tillbaka till avdelningen.

Efteråt bli man trött och törstig

”Hur det är så blir man trött efteråt, tycker jag. Man blir törstig också och behöver nog en drink. Det är något porlande vatten som vi får i ett lite fint glas. Det ser lite förnämare ut, inget vanligt dricksglas inte. I början fick vi ett litet paraply i ett långt glas, men nu har det övergått till mera dagliga glas. Om en vill ha mer att vatten att dricka, så får man det.”

Efter solen kommer törsten och glädjen

”Och så blir dom lite törstiga efteråt. Det är ju bra det för dricker gör dom inte så jättebra annars. Det är ju väldigt bra att man har en liten drickastund efteråt när vi kommer ner på avdelningen. Det blir ytterligare en gemenskap och när dom kommer så känner man lite mer glädje på avdelningen.”

Delar upplevelserna av resan

”Ja dom blir lite piggare egentligen. Dom sitter alltid samlade i tv-rummet, efter att dom kommer därifrån så ska dom ha saft. När jag frågar: vart har ni

varit nu? Då är det ju lite roligt för då svara dom att vi har varit ute och rest på Mauritius, Miami eller Bali eller något sådant. Vi frågar dom alltid eftersom dom får välja vilken solplats dom vill åka till. Vi brukar fråga om dom tre alternativen.”

Diskussion

Det skapades en god stämning i fokusgrupperna och alla deltagare kom till tals. I gruppen pensionärer hade en av deltagare lättare uttrycka sina erfarenheter än övriga, vilket bidrog till att gruppen kom att belysa området på ett djupare sätt än annars hade varit möjligt. Denna person var under många år ordförande för en riksomfattande fackförening.

Studien visar att både de äldre och personalen är mycket positiva till vistelsen i solrummen. Det är en förhållandevis billig aktivitet och tillgänglig för de allra flesta och används av många. Liksom övriga aktiviteter som erbjuds på äldreboendena fyller solrummen en viktig social funktion där de äldre kommer från vårdavdelningarna och får tillfälle att träffa andra. Resultaten är så intressanta att solrummen och dess påverkan på de äldre bör undersökas ytterligare.

Referenslista

1. Kylén, S., Mulec, K., Wickenberg, J., Roth, J., & Sundgren, M. Collaborative Research in organizations The Collaborative Development of Leader@ Site. 2003.
2. Onwuegbuzie AJ, Dickinson WB, Leech NL, Zoran AG. A Qualitative Framework for Collecting and Analyzing Data in Focus Group Research. *International Journal of Qualitative Methods*. 2009;8(3):1-21.
3. Lehoux P, Poland B, Daudelin G. Focus group research and "the patient's view". *Social Science & Medicine* 2006;63(8):2091-104.
4. Powell RA, Single H. Methodology matters - V. *International Journal of Qualitative Health Care* 1996;8(5):499-504.
5. Graneheim UH, Lundman B. Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse education today*. 2004;24(2):105-12.
6. Vetenskapsrådet. Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning. 2002.

