

**Erfaringskonferanse om  
førebyggende heimebesøk til eldre  
30. mai 2013  
Skei hotell**

**Berit Westbye**



**Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester**

Aust-Agder

# STARTEN FOR "OSS" ...

- Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester i Aust-Agder søkte midler fra Helsedirektoratet til et 3-årig prosjekt oktober 2011
- Søknaden var i samarbeid med Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester i Vest-Agder
- OG JIPPIIIII!!!! Vi fikk penger 😊



# PENGER....

- Det var det flere som fikk 😊
  - Bodø / Vestvågøy
  - Trondheim
  - Ålesund
  - Bergen
  - Gjøvik
- Alle vi 6 var samlet hos Helsedirektoratet i mars 2012
- Og vi skal møtes igjen nå i juni...



# HVEM ER "OSS"?

- Fra Aust-Agder
  - Arendal, ca 40 000 innbyggere
  - Grimstad, ca 22 000 innbyggere
  - Lillesand, ca 10 000 innbyggere
- Fra Vest-Agder
  - Kristiansand, ca 80 000 innbyggere
  - Songdalen, ca 6300 innbyggere



# ORGANISERING FRA START

- Styringsgruppen var allerede etablert
  - Representant fra Fylkesmannen i Aust
  - Representant fra Fylkesmannen i Vest
  - Geriater fra SSHF
  - Leder av Senter for omsorgsforskning
  - Hovedtillitsvalgt NSF Vest
  - Hovedtillitsvalgt NETF Aust
  - Utviklingscenter i Aust
  - Utviklingscenter i Vest



# PROSJEKTLEDERE

- Ansatt fra 1. april 2012
- 50 % i Vest-Agder
  - Trygve Waldeland
    - fysioterapeut
- 50 % i Aust-Agder
  - Berit Westbye
    - ergoterapeut



# ARBEIDSGRUPPER

- Her har vi tenkt litt ulikt...
- Trygve har 8 personer i sin gruppe
  - 2 leger
  - Folkehelsekoordinator
  - Rådgiver helse & omsorg
  - Virksomhetsleder
  - Enhetsleder
  - Fysioterapeut
  - Representant fra eldreråd
- Jeg har 4 personer i min gruppe
  - Mellomleder fra hver kommune
  - Representant fra eldreråd



# ”DE ANDRE” OG OSS...

- De 5 andre hadde et annet utgangspunkt...
  - Hadde drevet med hjemmebesøk lenge...
    - Ønsket å se på erfaringer
    - Ville forske på resultater
- Vi var ”helt grønne” (nesten da....)
- Vi skulle utarbeide et felles kartleggingsverktøy for hjemmebesøk, det stod det i søknaden....
  - Jaha.....???





# HVA GJØR VI DA???

- Finne opp kruttet på nytt?  
ELLER
- Lære av andre....?
- LESTE TIL ØYET BLE STORT  
OG VÅTT
- RINGTE RUNDT OG  
SPURTE OG GROV
- BESØKTE ANDRE
- VAR MED PÅ BESØK
- VAR PÅ  
ERFARINGSKONFERANSE
- TENKTE MYE.....
- SAMLET MATERIALE  
(kopierte og "lånte")



# HVEM SKAL VI BESØKE?

- De som fyller 75?
- De som fyller 78?
- De som fyller 80?
- Alle i hvert årskull?
- Bydelsvis...?
- Hvert år...?



# INN FOR LANDING...?

- 78...., akkurat passe alder!
- Da var det tid for å lage eget materiell
- Vel og bra...
- Men forstår de som mottar informasjonen hva vi vil??

Samhandlingsreformen??

Forebygging??

Implementering i praksis??

Utviklingscenter for sykehjem og hjemmetjenester??

Helsefremming??



# REFERANSEGRUPPER!!!!

- Samlet eldre i "rett" alder til diskusjoner rundt materiell, informasjonsbrosjyrer, brev, mappe-innhold osv...
- For å si det enkelt...., vi møttes FLERE ganger...
- **UTROLIG NYTTIG!!!!**



# FØRSTE REAKSJON...

- "Hva skal dere forebygge mot....?"
- Vi blir jo eldre...."
- Kanskje burde det hete "Helsefremmende hjemmebesøk" ...??



# MÅL!!!!

- Vi kom i mål, så da var det bare å sette i gang!
  - Bestille lister fra SKATT SØR
    - Sortere ut de med tjenester
    - Sende ut brev
  - Spenningen var stor....., HVOR mange var det snakk om???
- Arendal
  - 179
- Grimstad
  - 92
- Lillesand
  - 26



# BESØKERE...??

- HVEM SKULLE BESØKE  
ALLE DISSE???
- 297 personer
- Maks 3 om dagen
- 99 dager
- 50 % stilling  
= 5 måneder....
- Løsningen ble:
  - Arendal valgte å vente pga omorganisering
  - Lillesand ville drøye til januar 2013
  - Jeg tok for meg Grimstad



# HVOR MANGE SA JA?

	Antall	Tilbudt besøk	Takket nei	Ikke hjemme	Besøkte/ %
Grimstad	<b>92</b>	<b>92</b>	<b>26 / 28 %</b>	<b>9 / 10 %</b>	<b>55 / 60 %</b>

MEN.....

Alle som takket **nei** sa **JA** til å bli kontaktet neste år...





# SELVE BESØKET...

- Besøket deles grovt sett i tre deler:

## 1) En åpen samtale der den eldre får styre det meste

- Det skal være en samtale med fokus på ressurser og helsefremming
- Følgende tema SKAL vi innom:
  - Fysisk aktivitet
  - Kost
  - Sosialt nettverk
  - Trygghet og sikkerhet

## 2) Gjennomgang av informasjonsmappa

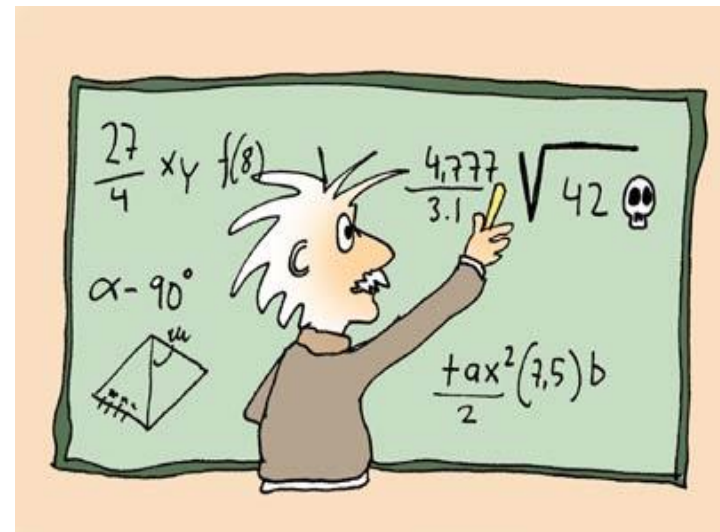
- 65 +, øvelser som holder deg i form
- Matnyttige råd for seniorer
- Kommunal infobrosjyre
- Vern for eldre
- Seniorturer i kommunen
- Lyst på livet
- Bilfører 65 +
- Aktivitetsoversikt
- Nyttige telefonnummer
- Trygghet i hjemmet for eldre



# SELVE BESØKET...

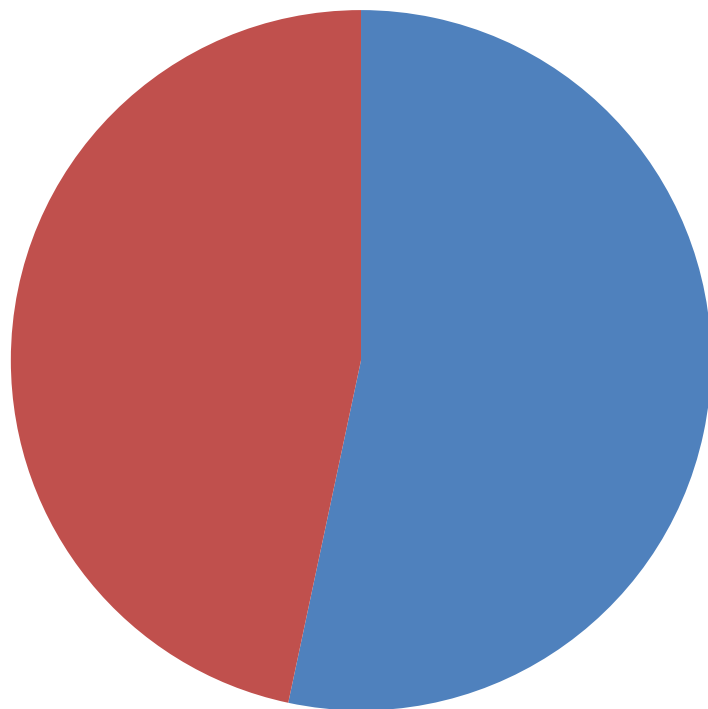
## 3) Spørreskjema

- Utdanning/arbeid
- Bolig
- Fysisk nærmiljø
- Funksjonsnivå i hverdagen
- Sosial deltagelse og fysisk aktivitet
- Bruk av teknologi
- Allmentilstand
- Fall
- Ernæring
- Hjelpemidler



# STATISTIKK, bare for gøy...

## Kjører bil



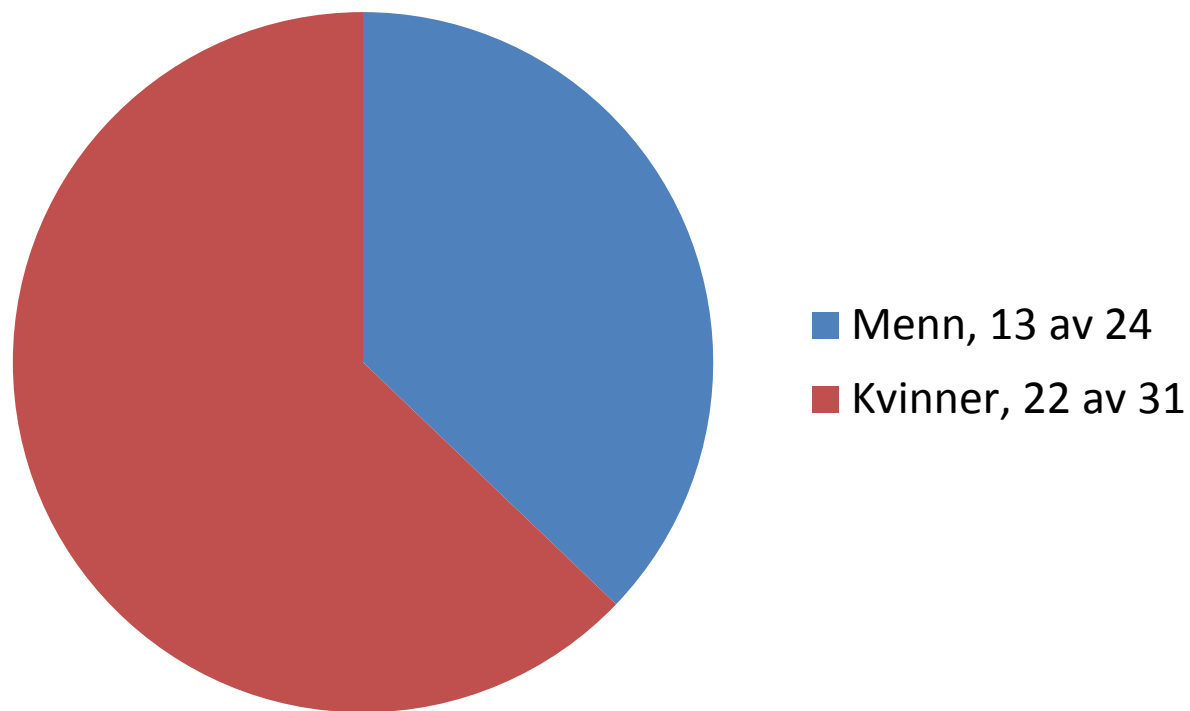
■ Menn, 24 av 24

■ Kvinner, 21 av 31



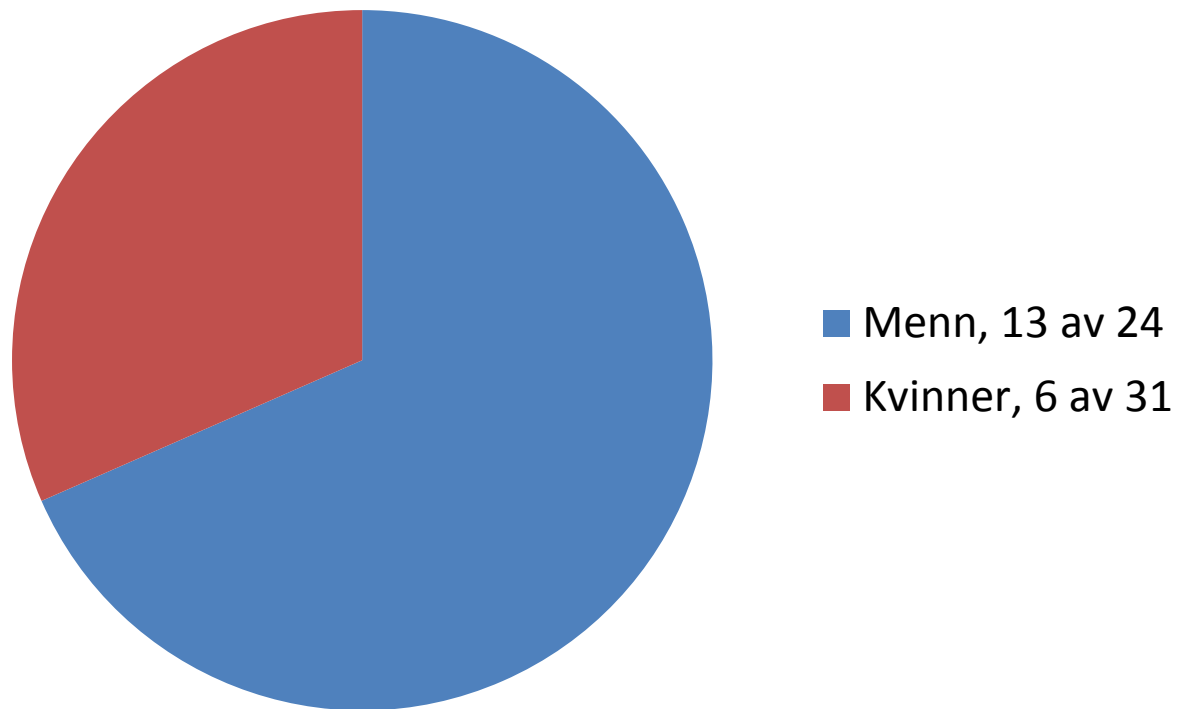
# STATISTIKK, bare for gøy...

## Faste sosiale aktiviteter



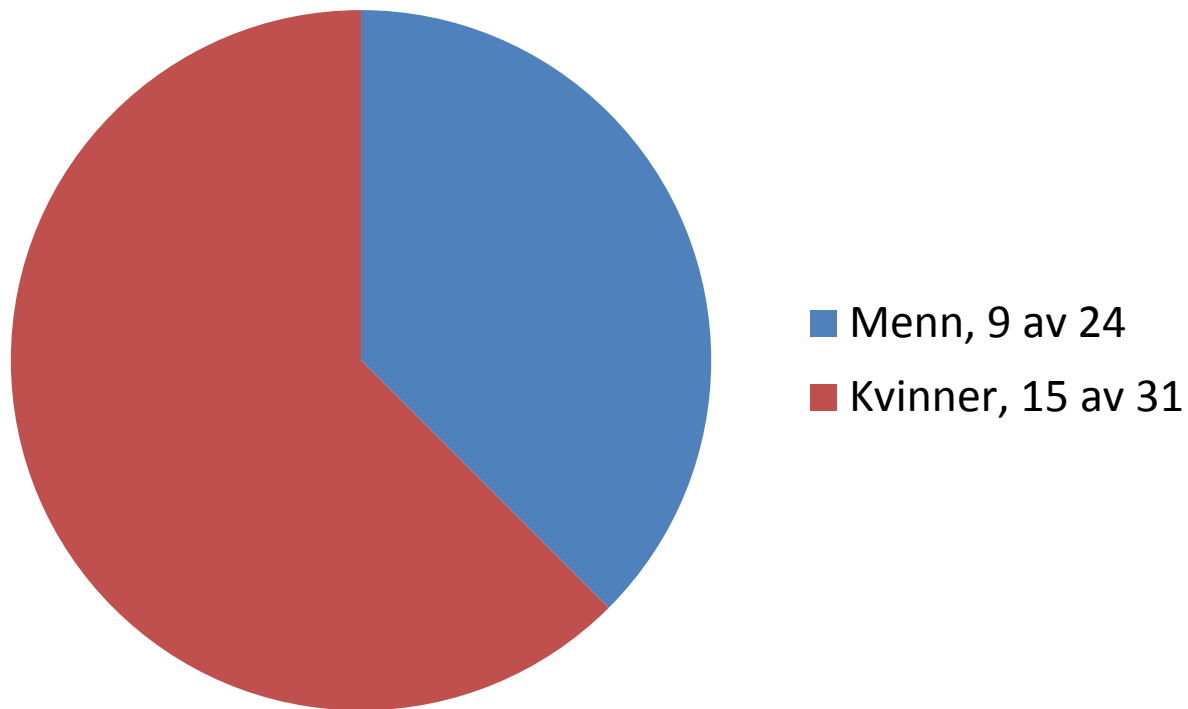
# STATISTIKK, bare for gøy...

## Bruker PC



# STATISTIKK, bare for gøy...

## Trener fast



# SAMARBEID MED UIA

- Masterstudenter i helseinformatikk
  - Ville lage et spørreskjema
  - Det KAN brukes til forskning
  - Prøvde det ut på noen av de vi besøkte
  - Siste utgave er klar og brukes nå på alle
- Doktorgradsstipendiat
  - Vi deltar på hennes prosjekt
  - Prøve ut telefonintervensjon
    - Kan være kjempenyttig for oss!!
      - FORDI....
    - Vi må bruke vår faglige vurdering til å avgjøre oppfølgingen



# VEIEN VIDERE??

- Hva bestemmer den enkelte kommune seg for?
  - Arendal vet foreløpig ikke
  - Grimstad ønsker å legge det inn i driften
  - Kristiansand ønsker det samme
- Hvordan følge opp?
  - 55 besøkte født 34 + de 25 som takket nei = 80
  - + nye 60 født 35 + ca 25 som takker nei = 175
  - + nye 65 født 36 + ca 30 som takker nei = 270
  - osv osv osv.....

**DET BALLER FORT PÅ SEG  
DETTE DERE!!!!**





# FORSKNING

- Danmark....
  - Mikkel Vass og Kirsten Avlund
    - Etterutdanning av besøkere?
      - Etter intervensjonsslutt?
    - Hvem takker ja....?
    - Legene; de 5 D-er, ta på alvor, ikke skyld på alder...
    - Dødelighet, sykehjemsplass, sykehusinnleggelser...?
- Sverige og Tyskland....
  - Gruppetilbud..., er det bedre enn FH?
  - Ledes av tverrfaglig team
    - Økt selvtillit
    - Empowerment



# MER.... 😊

- Ikke bare lage et verktøy...., MEN....
- Gruppeaktivitet!!
  - Lyst på livet 😊
    - Kost
    - Fysisk aktivitet
    - Sikkerhet i hjemmet
    - Sosialt nettverk
    - Normal aldring



# HVA FUNGERER? (tror jeg...)

- Tid.....
- Lytte.....
- Følge opp....
- Lytte mer....
  - Hva sier de egentlig?
  - Er det noe som skurrer...?
  - Har det skjedd noe siden sist jeg var her.....??
- Ikke alltid ha så mange gode råd.....
- Husk hvem som er eksperten 😊
- Hva likte de før....?
- Hvorfor gjør de det ikke lenger....?
- Drikk kaffe!!!!!!!!



# TREFFE MÅL...



Hopp-film.wmv



Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester

# TREFFE MÅL...

- Hva ER målet vårt?
- Hvorfor gjør vi dette egentlig.....?
  - Spare penger?
  - Færre folk inn på sykehjem?
  - Færre brukere av kommunale tjenester?
  - Eller vil vi ærlig og oppriktig at FOLK skal holde seg friske lenger????



# MÅLE EFFEKT...

- Det er den største utfordringen da.....
- Hvordan måler du resultatet av helsefremmende arbeid....????
  - Jeg blir veldig glad for en fasit her altså.....
  - Vi kan **SYNSE**, men å vite eksakt om det var våre forebyggende hjemmebesøk som gjorde at fru Hansen bodde hjemme til hun sovnet inn 99 år gammel, nei DET er ikke lett å si....



# EVALUERING...

- Referansegruppaa
  - ”jungeltelegrafan” ...
- Masteroppgave
  - Forventninger...
- Spørreskjema?
  - Til de som har hatt besøk...



# Litteratur

- Antonovsky, Aaron. (1991). *Hälsans mysterium*. [Stockholm]: Natur och Kultur.
- Avlund, K., Vass, M., Kvist, K., Hendriksen, C., & Keiding, N. (2007). Educational intervention toward preventive home visitors reduced functional decline in community-living older women.
- Clark, J. (2001). Preventive home visits to elderly people. Their effectiveness cannot be judged by randomised controlled trials.
- Dapp, Ulrike, Anders, Jennifer, von Renteln-Kruse, Wolfgang, & Meierbaumgartner, Hans Peter. (2005). Active health promotion in old age: methodology of a preventive intervention programme provided by an interdisciplinary health advisory team for independent older people
- Elkan, R., Kendrick, D., Dewey, M., Hewitt, M., Robinson, J., Blair, M., . . . Brummell, K. (2001). Effectiveness of home based support for older people: systematic review and meta-analysis.





# Litteratur

- Folkehelseloven. (2011). Lov om folkehelsearbeid (folkehelseloven). Retrieved 1. januar 2012, from [www.lovdatab.no](http://www.lovdatab.no)
- Green, Jackie, & Tones, Keith. (2010). *Health promotion: planning and strategies*. Los Angeles: Sage.
- Gustafsson, Susanne, Wilhelmson, Katarina, Eklund, Kajsa, Gosman-Hedström, Gunilla, Zidén, Lena, Kronlöf, Greta H., . . . Dahlin-Ivanoff, Synneve. (2012). *Health-Promoting Interventions for Persons Aged 80 and Older Are Successful in the Short Term-Results from the Randomized and Three-Armed Elderly Persons in the Risk Zone Study*.
- Helse og omsorgsdepartementet. (2008). *Samhandlingsreformen: Rett behandling – på rett sted – til rett tid. (St.melding 47 (2008-2009))*. Oslo: Helse og omsorgsdepartementet Retrieved from <http://www.regjeringen.no/>.



# Litteratur

- Kronborg, C., Vass, M., Lauridsen, J., & Avlund, K. (2006). Cost effectiveness of preventive home visits to the elderly: economic evaluation alongside randomized controlled study.
- Preventive Home Visits: Experiences Gathered in a Swedish Municipality.
- Sahlen, K. G., Dahlgren, L., Hellner, B. M., Stenlund, H., & Lindholm, L. (2006). Preventive home visits postpone mortality--a controlled trial with time-limited results.
- Sahlèn, Klas-Goran. (2002). *Halsa På-projektet: Effekter av forebyggande hembesøk hos pigga pensionærer i Nordmaling.* (Rapport), Umeå Universitet.
- Stuck, A. E., Egger, M., Hammer, A., Minder, C. E., & Beck, J. C. (2002). Home visits to prevent nursing home admission and functional decline in elderly people: systematic review and meta-regression analysis..
- Theander, E., & Edberg, A. K. (2005). Preventive home visits to older people in Southern Sweden. *Scand J Public Health*, 33(5), 392-400.
- van Haastregt, J. C., Diederiks, J. P., van Rossum, E., de Witte, L. P., & Crebolder, H. F. (2000). Effects of preventive home visits to elderly people living in the community: systematic review.



# Litteratur

- Vass, M., Avlund, K., Hendriksen, C., Andersen, C. K., & Keiding, N. (2002). Preventive home visits to older people in Denmark: methodology of a randomized controlled study.
- Vass, M., Avlund, K., Siersma, V., & Hendriksen, C. (2009). A feasible model for prevention of functional decline in older home-dwelling people--the GP role. A municipality-randomized intervention trial..
- Vass, Mikkil, Avlund, Kirsten, & Hendriksen, Carsten. (2007). Randomized intervention trial on preventive home visits to older people: Baseline and follow-up characteristics of participants and non-participants.
- Vass, Mikkil, Avlund, Kirsten, Kvist, Kajsa, Hendriksen, Carsten, Andersen, Christian K., & Keiding, Niels. (2004). Structured home visits to older people. Are they only of benefit for women? A randomised controlled trial. *Scandinavian Journal of Primary Health Care*, 22(2), 106-111. doi: 10.1080/02813430410005829
- Vass, Mikkil, Avlund, Kirsten, Lauridsen, Jørgen, & Hendriksen, Carsten. (2005). Feasible Model for Prevention of Functional Decline in Older People: Municipality-Randomized, Controlled Trial. *Journal of the American Geriatrics Society*, 53(4), 563-568. doi: 10.1111/j.1532-5415.2005.53201.
- Yamada, Y., Ekmann, A., Nilsson, C. J., Vass, M., & Avlund, K. (2012). Are acceptance rates of a national preventive home visit programme for older people socially imbalanced?: a cross sectional study in Denmark.

TUSEN TAKK FOR AT JEG FIKK  
KOMME HIT TIL VAKRE SOGN OG  
FJORDANE!!!!

