



FREDENSBORG
KOMMUNE

ÅRSRAPPORT

FOREBYGGENDE HJEMMEBESØG 2008



Ældre og Handicap



Forebyggende hjemmebesøg i Fredensborg Kommune.

Kommunerne har fra 1996 stået for at gennemføre forebyggende hjemmebesøg til borgere 75+ år ifølge loven om forebyggende hjemmebesøg. Formålet med besøgene er at sikre, at ældre borgere klarer sig godt og lever et så godt liv som muligt. Efter kommunesammenlægningen i 2007 har Fredensborg kommune gennemgået organisatoriske forandringer, som også har fået betydning for organiseringen af de forebyggende hjemmebesøg. I 2008 var der ansat tre forebyggelseskoordinatorer til at varetage de forebyggende hjemmebesøg til ca. 1600 borgere.

Forebyggende hjemmebesøg har besparende effekt på længere sigt, bl.a.: Færre indlæggelser og færre indlæggelsesdage.

Kilde: Rødovreprojektet.

Vi tager kontakt via et brev. Borgere mellem 75-79 år modtager et brev uden tidsangivelse. Borgerne skal selv henvende sig til os, hvis de ønsker besøg. Borgere på 80+ år modtager et brev med tidspunkt for besøg. Borgerne skal selv melde afbud, hvis de ikke ønsker besøg. Borgere, som mister en ægtefælle, får et særligt tilbud om et besøg, ca. 6 uger efter dødsfaldet. Borgeren skal selv melde afbud, såfremt der ikke ønskes besøg.

40 procent siger ja tak til besøg.

1488 borgere fik tilbudt et eller flere forebyggende hjemmebesøg i 2008.

595 borgere sagde ja tak til et eller flere besøg.

21 % af borgerne mellem 75-79 år,

50 % af borgerne mellem 80-84 år og

71 % af borgerne 85+ år siger ja til besøg.

49 borgere, dvs. ægtefæller, under 75 år, har ligeledes deltaget i et forebyggende besøg i 2008.

Forebyggelse og sundhedsfremme.

Vi vedlægger en pjece i hvert brev. Vi har selv udarbejdet 14 informationsfoldere med hvert sit forebyggende eller sundhedsfremmende tema. En serviceinformation om forebyggende besøg vedlægges i første brev, med information om, hvad borgerne kan forvente sig af et forebyggende hjemmebesøg, og oplysninger om, hvordan de kan kontakte os.

Ved de efterfølgende henvendelser vedlægges en af de øvrige pjecer, hver gang med et nyt emne. Det er vores erfaring, at flere af de borgere, som siger nej tak til besøg, læser pjecerne, og på den måde får idéer til, hvordan de selv forebygger, f.eks. et fald, inkontinens, finder nye aktiviteter, eller kommer i gang med at motionere og spise sundt. Alle vore pjecer blev revideret i 2008.

Pjecer om forebyggelse og sundhedsfremme:

Forebyggende besøg – Serviceinformation.

Hvad har du i medicinskabet?

Spis sundt – en vejledning til pensionister.

Motion er sundt.

Brug kroppen. Styrk ryggen med rygøvelser.

Fald.

Brand.

Inkontinens – forebyggelse - hvad gør jeg.

Knogleskørhed – forebyggelse.

Sov godt – uden sovepiller.

Hold balancen.

Drik vand – og få det bedre.

Nedsat syn?

Nedsat hørelse?

Sundhed og trivsel – test din sundhed. (Ny 2008)

Afstemning af forventninger til besøget.

Ved hvert besøg er det borgeren, som sætter dagsordenen for, hvad vi skal tale om. For at sikre kontinuitet i besøgene, tager vi udgangspunkt i en samtaleguide, som er med til at afdække borgerens resurser. På denne måde sikrer vi os, at forandringer i borgerens hverdag opfanges ved et af de følgende besøg, og at borgeren får den rette forebyggende vejledning. Desuden vejleder vi om kommunens social- og sundhedstilbud, boligtilbud og aktiviteter. Vi har mulighed for at benytte pc ved besøget, og har dermed adgang til oplysninger fra tidligere besøg. Vi kan også benytte et samtaleskema, hvor vi noterer, hvilke aftaler, vi har truffet med borgeren.

Det forebyggende besøg skal styrke borgerens evne til at klare dagligdagen bedst muligt.

Ved det første besøg gennemgås borgerens helhedssituation, for at afdække, om der er områder, som borgerne kan styrke. Nogle af de områder vi vil sikre os, at borgeren bliver informeret om er bl.a.: aktiviteter, motion,

social kontakt, kommunens service, bolig, og hvor man kan få hjælpemidler og lignende. Vi har samlet nogle eksempler fra de forebyggende hjemmebesøg i det følgende.

Besøg hos et ægtepar

Ægteparret oplever at deres livssituation er blevet væsentlig forværret inden for de sidste tre år. Manden har nedsat lungefunktion, slidgigt og er overvægtig. Men da han i flere år ikke har været hos lægen, motiveres han til at søge læge og til at motionere. Hustruen lider af blodprop, diabetes og depression. De vil gerne flytte, da de ikke kan overskue at passe hus og have længere. Vi vejleder dem om, hvordan de ansøger om en ældrebolig. Parret er glade for det forebyggende besøg, og giver udtryk for, at de føler sig trygge ved at kunne kontakte os ved behov. Vi følger op på vejledningen ved en telefonsamtale. Parret ser nu lysere på tilværelsen og manden har været hos lægen.

Besøg til en kvinde, som er blevet alene

Kvinden fortæller med fattet stemme, at hun har et godt helbred og har det godt socialt og økonomisk. Hun klarer selv alle praktiske - og personlige opgaver. Ægtefællens sygdom har bundet hende til hjemmet i flere år, derfor vil hun orientere sig imod nye aktiviteter. Kvinden overvejer at flytte fra sit hus, om et års tid, når der er faldet mere ro over dagligdagen. Vi vejleder om kommunens aktiviteter og muligheden for at søge anden bolig.

Besøg hos borger med KOL

En ældre kvinde er begrænset i at udføre daglige gøremål pga. astma og KOL. Hun bliver let forpustet, og kan ikke motionere på et almindeligt pensionisthold pga. overvægt. Da hun hører om kommunens KOL hold, er hun meget interesseret. Vi henviser kvinden til kommunens Pleje- og aktivitetscentre. Ved opfølgningen, kort efter besøget, fortæller kvinden, at hun er glad for at motionere sammen med andre borgere med luftvejsproblemer.

Besøg hos en borger med anden etnisk herkomst.

Kvinden er flygtet til Danmark, og har boet alene i sin lejlighed i et socialt boligbyggeri i Fredensborg kommune i mange år. Kvinden taler perfekt dansk. På trods af sygdom og konstante smerter, klarer hun alle opgaver uden hjælp. Kvindens netværk er lille. Hun har fire børn, men de bor alle i udlandet. De har ikke set hinanden i mange år, og kvinden har ikke økonomi til at besøge dem. Pga. nedsat lungefunktion er kvinden ophørt med at træne i aktivitetscenteret, og hun er ophørt med at være aktiv bruger i dagcenteret, da hun ikke føler sig velkommen. Kvinden hilser på sine

naboer, men det bliver aldrig til mere, og hun undrer sig over, at danskerne ikke inviterer hende indenfor til en kop kaffe, som man ville gøre i hendes hjemland. Kvinden har to gode veninder i lokalområdet, som begge har nogenlunde samme baggrund, som hende selv. Under den forebyggende samtale taler vi om muligheden for at deltage i aktiviteter for borgere med anden etnisk herkomst end dansk, motion, besøgstjenesten, hjælpemidler og økonomi.

Henvisninger.

Vi henviser til visitator, hvis borger har behov for madordning, hjemmehjælp eller andre ydelser, eller vejleder borgerne om, hvordan de ansøger om hjælpemidler og lignende. I de fleste tilfælde er borgeren selv i stand til at tage kontakt til terapeuter og lignende. Men vi er behjælpelige med at kontakte forskellige samarbejdspartnere, i de tilfælde hvor borgerne ikke magter det, f.eks. hvis de ikke kan tale i telefon pga. nedsat hørelse.

Besøgsven ønskes

En ældre herre er ofte trist og ensom. Borgeren får information om kommunens aktivitetstilbud. Men pga. nedsat hørelse, ønsker han, at mødes med andre "på tomandshånd". Borgeren får vejledning om Ældresagens besøgstjeneste, og han vil gerne have en besøgsven. Vi træffer en aftale om at etablere kontakt til en besøgsven.

Opsporing af demens.

I flere tilfælde er det ved et forebyggende hjemmebesøg, at vi bliver opmærksomme på borgerens første tegn på glemsomhed eller demens, da vi kommer i hjemmet inden borgeren har andre former for hjælp. Vi opfordrer borgere, som oplever hukommelsesproblemer til at gå til lægen for at blive undersøgt nærmere. Borgere, som er udredt, henviser vi til kommunens demenskoordinatorer. Se boksen "eksempel demens".

Eksempel demens.

En ældre mand er opmærksom på, at han ikke husker så godt længere. Han glemmer ting, som han altid har haft meget nemt ved at huske, f.eks. tal og navne. Det er vanskeligt for ham at lære ny teknik, f.eks. at benytte dankort eller at betjene en mobiltelefon, og det er svært at finde vej. Det har han talt med sin læge om, og han er under udredning for demens. Nu vil han gerne kontaktes af kommunens demenskoordinator, for at få vejledning og støtte.

Hvad siger borgerne, når de siger nej tak til besøg?

Ikke alle borgere reagerer, når de får et brev fra os. De borgere, der selv skal henvende sig, for at få besøg, men som ikke ønsker det, hører vi normalt ikke fra. Men vi har lavet et udpluk af de svar vi har fået i 2008 i boksen "Hvorfor siger de nej tak?"

Hvorfor siger de nej tak?

- Du kan sikkert bruge din tid på andre, som har mere brug for det end mig.
- Det er en god service. Det er rart, at I tænker på os ældre.
- Jeg vil gemme brevet, og selv henvende mig, hvis jeg får behov for et besøg. Det er godt at vide, at jeg har en kontaktperson i kommunen.
- Tak for dit brev. Jeg synes, at vi springer over denne gang. Jeg har det godt, og jeg er jo aktiv som selvtræner og i flere andre klubber.

Hvad siger borgerne, som siger ja til besøg?

I det følgende har vi samlet et udpluk af de kommentarer borgerne giver os, når vi er på forebyggende hjemmebesøg, se boksen "tak fordi du kom".

Tak fordi du kom.

- Tak for besøget.
- Jeg har fået god vejledning.
- Vi er jo faktisk kommet rundt om hele min livssituation.

Borgerne følger vores vejledning.

Det er vores erfaring, at de fleste borgere 75+ år er interesseret i at bevare et godt funktionsniveau, og at de borgere, som tager imod et forebyggende hjemmebesøg i høj grad er interesseret i at ændre vaner. Vi har samlet nogle eksempler fra 2008, som beskriver, hvad borgerne siger ved det opfølgende besøg.

Borgere, som har ændret livsstil.

- Vi er gået i gang med at selvtræne, og vi er glade for, at vi kom i gang.
- Jeg har fået skridsikkert underlag under mine tæpper og jeg har fået en røgalarm.
- Jeg er begyndt at stille vand i køleskabet hver dag. Men det er svært at drikke 1½ liter om dagen.
- Jeg har sat krydser i pjecen her. Jeg får for lidt grøntsager og for lidt motion, så det vil jeg prøve at lave om på. Er det godt nok, hvis jeg køber frosne grøntsager?

Borgere, som har ansøgt om hjælpemidler mv.

- Jeg har søgt om helbredstillæg. Det giver luft i min økonomi.
- Jeg har fået rollator. Nu kan jeg selv købe ind.
- Jeg har fået bevilget Tena. Det er jeg glad for.
- Vi har fået teleslynge til vores tv. Nu kan jeg læse i min bog, mens min mand ser tv, uden at jeg behøver at bruge ørepropper!
- Jeg har købt håndholdt telefon fra Ældresagen. Nu kan jeg nemt ringe til en af de nærmeste.
- Konsulenten kommer hjem til mig og vejleder mig om hjælpemidler, som kan forbedre mit syn. Nu kan jeg læse mine breve på en CCTV skærm.

Kostvejledning til borgerne.

Raske borgere kan tilmelde sig kommunens mad og motionshold, men borgere med et fysisk- eller psykisk handicap har ofte behov for individuel diætvejledning. Vi kan tilbyde individuel diætbehandling. I 2008 fik vi 45 henvisninger til diætvejledning fra vore samarbejdspartnere. Vi tilbyder et besøg, som varer ca. 1 time, og hvor der udarbejdes en diætplan. Opfølgningen på vejledningen foregår ofte i et tæt samarbejde med personalet i kommunens hjemmepleje eller træningscentre. I boksen "Kostvejledning til kørestolsbruger", giver vi et eksempel på at kostvejledningen virker.

Kostvejledning til kørestolsbruger.

En yngre herre henvises til diætvejledning på baggrund af en ansøgning til en større elektrisk kørestol. Borgeren vejer for meget, og han kan ikke træne pga. sit handicap. Han er interesseret i en samtale med diætisten, som udarbejder en kostplan sammen med borgeren. Ægtefællen, som står for madlavningen, vil gerne støtte sin mand i kostomlægningen. Efter ca. 2½ måned har borgeren tabt 18 cm i taljen. Der er ikke længere behov for en større kørestol. En større kørestol ville koste i omegnen af 25.000 kr.

I 2008 udgav vi en Statusrapport Kost- og ernæringsindsatser til ældre borgere, som kan læses på Videntcenter på ældreområdet's hjemmeside.

<http://www.aeldreviden.dk/fagomraader/forebyggelse/Vaerktoejskasse/Dokumentation.html>

Forebyggelse og sundhedsfremme.

Vi underviser kommunens social- og sundhedselever om forebyggende besøg, og Kommunens sygeplejestuderende bliver introduceret til de forebyggende hjemmebesøg, ved at følge os en halv arbejdsdag. Vi samarbejder med dagcentre,

ældreklubber og foreninger, og sætter fokus på et forebyggende og sundhedsfremmende emner.

Udveksling af viden.

I starten af 2008 fik vi en henvendelse fra Västerås Kommune i Sverige. De ville gerne på studiebesøg hos os, idet de skulle i gang med at tilbyde forebyggende hjemmebesøg. Vi introducerede dem til de forebyggende besøg i Fredensborg Kommune, og udvekslede erfaringer.

Vi deltager ligeledes i et netværk med andre kommuner om forebyggende hjemmebesøg, og mødes på skift i de enkelte kommuner.

Anbefalinger og fremtidige mål.

For at sikre, at borgerne får en ensartet service i Fredensborg Kommune, også mht. indholdet i de forebyggende besøg, vil vi i 2009 udarbejde en kvalitetsstandard for de forebyggende hjemmebesøg og arbejde med forskellige henvendelsesmetoder.

Vi vil udvikle samarbejdet om vores fælles borgere med de praktiserende læger i kommunen med henblik på at yde en sammenhængende/ bedre service.

I 2009 skal der arbejdes med at udfylde ældrepolitikens mål om at medarbejdere, der har anden etnisk baggrund end dansk i Ældre og Handicap uddannes til at være ambassadører for kommunens tilbud til ældre med anden etnisk baggrund end dansk. Vi vil indgå i dette arbejde.

Bilag 1.

Forebyggende besøg 2008
Samlet opgørelse for Fredensborg
kommune fra 1.1.2008-31.12.2008

Nr. besøg	< 75 år	75-79 år	80-84 år	>85 år	I alt
1. besøg	49	139	224	166	529
2. besøg	0	8	20	34	62
3. besøg	0	0	2	2	4
ja i alt	0	147	246	202	595
nej i alt	0	561	247	83	891
Tilbud i alt		708	493	285	1486
Japrocent		21 %	50 %	71 %	40 %

Forebyggelseskoordinator
Heidi Niemeier
hih@fredensborg.dk
tlf. 72562351

Forebyggelseskoordinator
Maria Bjørrild
marb@fredensborg.dk
tlf. 72562577

Ældre og Handicap
Job og Velfærd
Fredensborg Kommune
Januar 2009

Foto: Heidi Niemeier