

# ÅRSRAPPORT FOREBYGGENDE HJEMMEBESØG FREDENSBORG- HUMLEBÆK KOMMUNE I 2002



**ÆLDRE- SUNDHEDSAFDELINGEN**

## Indholdsfortegnelse

	side
Baggrund for de forebyggende besøg	3
Temaer ved de forebyggende besøg	4
Andre emner ved de forebyggende besøg	7
Kommende emner til de forebyggende besøg	7
Hvor mange tog imod de forebyggende besøg i 2002	8
Effekten af de forebyggende besøg	9
Nej tak til besøg i år 2002	11
Henvisninger til andre faggrupper i år 2002	11
Udgået af ordningen 2002	13
Henvisninger til kommunens demenskoordinator	13
Projekt: Forebyggelse af brand hos ældre	14
Småspisende	15
Samarbejde med seniorrådet	15
Kostundersøgelse	15
Slankekurser for pensionister	16
Artikel	16
Foredrag om forebyggende besøg	17
Henvendelser andre steder fra	17
Sygeplejersker med på de forebyggende besøg	17
Oplæg til ernæringsindsats i Ældre Sundheds Afdelingen	18
Forebyggelseskoordinatorernes fremtidige fokusområder	18
Kilder	19
Bilag 1	20
Bilag 2	23

## **1. BAGGRUND FOR DE FOREBYGGENDE BESØG.**

Fredensborg- Humlebæk Kommune har tilbudt de lovpligtige forebyggende hjemmebesøg til ældre igennem de seneste syv år. I 1997 fik alle +80 -årige tilbud om to besøg pr. år. I 1998 fik også de +75 -årige tilbuddet.

Målet med de forebyggende besøg er at opspore begyndende svækkelse og funktionstab hos den ældre, samt at sætte ind med enkle råd og vejledning om f.eks.: Fysisk aktivitet, træning, sund ernæring, aktiviteter og samvær med andre, m.h.p. at forebygge sygdom, ensomhed, afhængighed af hjælp, sygehusindlæggelser og for tidlig død.

De forebyggende besøg har til hensigt at skabe tryghed og trivsel for den enkelte ældre, samt at fremme en vellykket aldring.

Forebyggelseskoordinatorerne i Fredensborg- Humlebæk Kommune tilbyder besøg til de selvhjulpne ældre, som bor i eget hjem. Visitationssygeplejerskerne varetager de forebyggende besøg til ældre, der modtager hjælp fra hjemmeplejen.

De ældre får tilsendt et brev med tilbud om et forebyggende besøg med en fastsat dato og tidspunkt. Tilbuddet forpligter ikke den ældre til at tage imod besøg. Men denne metode har vist sig, at give den højeste besøgsprocent, og dermed formentlig også den bedste forebyggende effekt. Og Fredensborg- Humlebæk Kommune har i flere år haft en høj japrocent til besøgene. I følge rapporten "Kommunernes administration af reglerne om forebyggende hjemmebesøg til ældre" fra Ankestyrelsen (1), fik cirka 40% af målgruppen hjemmebesøg i år 2000.

I Fredensborg- Humlebæk Kommune har den gennemsnitlige japrocent ligget mellem 63-67%.

Ved de forebyggende besøg sker det af og til, at den ældre har et ønske om at drøfte noget, der er presserende for dem, med forebyggelseskoordinatoren. Det kan være tabet af en nær slægtning, ensomhed eller tanker, der presser sig på fra fortiden. Det kan være emner, som den ældre ønsker at drøfte med en fagperson med tavshedspligt, fremfor familie eller andre nære. Det kan f.eks. dreje sig om en sorg over et mistet barn, eller en anden familietragedie. Vi får ofte indblik i de ældres trængsler, sorger og bekymringer, som kan afføde idéer til nye tiltag i det forebyggende arbejde. Herunder kan vi nævne, at vi som noget nyt i 2002, benytter nogle spørgsmål vedr. depression. (2) Hvis vi oplever, at den ældre virker modløs, tilbyder vi at gennemgå spørgsmålene. Vi stiller ingen diagnoser, men henviser den ældre til egen læge m.h.p. udredning.

I rapporten fra den sociale ankestyrelse (1), peges der på, at kommunerne, i alt for ringe grad, bruger de indhentede oplysninger fra besøgene systematisk.

I Fredensborg- Humlebæk Kommune bruger vi informationer fra besøgene til at udvikle de forebyggende besøg.

Vi har udviklet samtalerne ved besøgene, med udgangspunkt i de ældres situation, trængsler og ønsker. Vi har deltaget i kurser, læst faglitteratur, fulgt med i medierne og samfundsudviklingen, for blandt andet at kunne sætte aktuelle forebyggende emner på dagsordenen ved besøgene.

I Fredensborg- Humlebæk Kommune har hvert besøg et forebyggende tema. Dette vil blive beskrevet mere indgående i det følgende.

## **2. TEMAER VED DE FOREBYGGENDE BESØG.**

Ikke alle kommuner har et fokus-emne eller tema til de forebyggende besøg. Nogle af vore nabokommuner i amtet har rettet henvendelse til forebyggelseskoordinatorerne her i kommunen, for at få inspiration til at udvikle de forebyggende besøg i deres kommuner. I Fredensborg- Humlebæk Kommune har vi valgt at gennemgå et nyt forebyggende emne ved hvert besøg, medmindre den ældre ønsker at drøfte andre forhold. Det er foreløbigt blevet til 11 emner, som beskrives i det følgende.

### **1. BESØG**

#### **Forebyggende besøg**

Forebyggelseskoordinatorernes serviceinformation (3) sendes til de ældre sammen med brevet med tilbud om et forebyggende besøg med en fastsat dato og klokkeslæt. Ved det første besøg får den ældre vejledning om kommunens aktivitetstilbud og hjælpeforanstaltninger, eventuelt udleveres kommunens pensionisthåndbog.

#### **Samtaleskema**

Allerede ved det første besøg er der mulighed for at udfylde et samtaleskema med 10 spørgsmål om den ældres egen opfattelse af helbred, smerte, tilfredshed med tilværelsen, ensomhed, træthed og ernæringstilstand, fysiske formåen samt hvor selvhjulpne de opfatter sig selv. (4)

Skemaet er udarbejdet i et samarbejde imellem forebyggelseskoordinatorerne i amtets 19 kommuner og Forebyggelses- og planlægningsafdelingen i Frederiksborg Amt, og har til hensigt at synliggøre, om den ældre er i risikogruppen. Spørgsmålene er opdelt i fire svarkategorier, som giver imellem 1-4 point, hvor 1 og 2 er bedst, men 3 og 4 udløser et faresignal.

Ud fra den måde den ældre besvarer spørgsmålene i skemaet, har vi mulighed for at give den ældre en specifik forebyggende vejledning. Et eksempel herpå, er f.eks. at motivere en ældre, der meget ofte føler sig ensom, til at søge kontakt til andre, f.eks. i kommunens dagcentre eller andre aktiviteter.

Samtaleskemaet er udformet således, at der er mulighed for, ved de følgende besøg, at gentage spørgsmålene, og registrere, om den ældre har fulgt vejledningen fra forrige besøg, eller om den ældre har mistet yderligere færdigheder, af den ene eller anden årsag.

Samtaleskemaet indeholder tre andre skemaer, herunder et:

- **Trætheds- og mobiletsskema.**

Skemaet indeholder 8 spørgsmål, der synliggør om den ældre føler sig træt ved daglig færden. (5) Skemaet kan give et billede af, hvilke ældre, der efter 5 år får et større behov for hjælp fra det offentlige, eller hvor forebyggelseskoordinatorerne kan sætte ind med vejledning, bl.a. om fysisk aktivitet og træning, m.h.p. at bryde den onde cirkel.

- **Kostskema til ældre.**

Dette skema er udviklet af Fødevaredirektoratet (6) og indeholder 6 spørgsmål, der kan kortlægge, om den ældre får dækket sit ernæringsbehov, eller er i risiko for fejlnæring eller underernæring. Ud fra den ældres besvarelser har vi mulighed for at sætte ind med kostvejledning, henvise til madservice eller spisning sammen med andre i f.eks. dagcentre eller i plejecentrenes caféer. Overvægtige henvises til bl.a. slankekurser i kommunens dagcentre eller plejecentrenes aktivitets- og træningsafsnit.

- **Emneskema/tillægsskema**

Skemaet indeholder 12 tillægsspørgsmål til den ældre om: Bolig, økonomi, netværk, interesser, hjælpemidler, syn og hørelse, kommunikation, hukommelse, inkontinens, mave- tarmfunktion, evt. sygdomme og medicin.

Tillægsspørgsmålene giver os, sammen med de øvrige skemaer, et helhedsbillede af den ældres livssituation, og synliggør de områder, hvor vi kan sætte ind med en forebyggende vejledning.

Samtaleskemaerne kan gennemgås ved efterfølgende besøg. bl.a. giver det os mulighed for, at følge den ældres formåen og opfattelse af livskvalitet, samt registrere om den ældre følger vejledningen fra tidligere besøg.

## **2. BESØG**

### **Motion**

Vi udleverer og gennemgår kommunens pjece "Motion er sundt" (7), et hæfte om bl.a. fysisk aktivitets indvirkning på musklerne og livskvaliteten uanset alder, samt kommunens aktivitets- og træningstilbud.

## **3. BESØG**

### **Forebyggelse af fald.**

Den ældre får kommunens pjece "forebyggelse af fald" (8), med enkle råd om, hvordan man sikrer sit hjem, så man undgår at falde. Ligeledes får den ældre vejledning om fysisk aktivitet og hoftebeskyttere.

## **4. BESØG**

### **Knogleskørhed**

Den ældre får kommunens pjece "Forebyggelse af knogleskørhed" (9). Vi giver vejledning om kalk- og D- vitaminrig mad til ældre, der har knogleskørhed eller er i fare for at få sygdommen. Desuden indeholder pjecen gode råd om motion, kommunens aktivitets- og træningstilbud samt hoftebeskyttere.

## **5. BESØG**

### **Sund kost**

Med udgangspunkt i de officielle kostanbefalinger, har vi udarbejdet en pjece "Spis sundt - en vejledning til pensionister" (10). Pjecen indeholder vejledning om sund kost. Der sættes fokus på de næringsstoffer, som de fleste danskere får for lidt af. Ved besøget tilbyder vi individuel kostvejledning til de ældre, der får for lidt af de livsnødvendige næringsstoffer, eller henviser til kommunens madservice, caféer eller madordninger i dagcentre. Der er ligeledes mulighed for at genopfriske den ældres viden om specielle diæter, som f.eks. diabeteskost, hjertevenlig kost, slankemad eller kost til småspisende.

## **6. BESØG**

### **Fællesskab**

Mange ældre er alene. Nogle er ensomme, andre er tilbageholdende. Vi udleverer et lille hæfte fra Forebyggelsesrådet i Frederiksborg Amt. Hæftet er udviklet i samarbejde med Planlægnings- og forebyggelsesafdelingen i Frederiksborg amt og kommunerne og indeholder gode råd om, hvordan de ældre kommer i kontakt med andre.(11)

## **7. BESØG**

### **Kostundersøgelse**

Den ældre får tilbud om individuel kostvejledning, samt en gennemgang af "Kostskema til ældre" (6). Vi samler besvarelserne m.h.p. at gøre status over de ældres kostvaner i Fredensborg- Humlebæk Kommune. Den første opgørelse af de ældste borgers kostvaner resulterede i 2002 i en rapport (12), som blandt andet blev sendt ud til alle forebyggelseskoordinatorerne i Frederiksborg Amt.

## **8. BESØG**

### **Traffiksikkerhed**

Mange ældre kører bil eller på cykel i en høj alder. Mange er usikre i trafikken, pga. nedsat gangfunktion, nedsat syn eller svækket hørelse, og mange fornemmer at de er længere tid om at reagere i en kritisk situation. Vi gennemgår Rådet for Større Traffiksikkerheds to små hæfter om ældre i trafikken "Er du også over 65 år – og kan du lide at cykle?" (13) og "Rutinen ruste med alderen –men det er der råd for!" (14)

Bl.a. sætter vi fokus på refleksbrikker, ældresagens genopfrisknings-kørekurser, samt enkelte nyere færdselsregler.

## **9. BESØG**

### **Søvn/hvile**

Mange oplever, at søvnmønsteret ændres med stigende alder. Nogle sover mindre, andre mere. Mange ældre får sovemedicin eller beroligende medicin i årevis. Vi sætter fokus på emnet, med et lille hæfte fra Forebyggelsesrådet i Frederiksborg Amt. Hæftet "Søvn/hvile" (15), som indeholder gode råd om, hvordan de ældre kan opnå bedre søvnvaner.

Ligeledes har vi registreret, hvor mange ældre, der tager medicin for at kunne sove, samt vejlede dem om, at tale med egen læge om, om det er nødvendigt.

## **10. BESØG**

### **Forebyggelse af brand hos ældre**

Det er en kendt sag, at ældre mennesker oftere er udsat for dødsbrande end yngre. Vi sætter fokus på emnet, bl.a. for at vejlede de ældre om, hvordan de med enkelte råd, kan sikre sig selv imod brand. Vi benytter tre forskellige pjecer om emnet til at vejlede de ældre.

- "Røgalarmer redder liv" (16)
- "Undgå Brand i Hjemmet – 10 gode råd til ældre og deres pårørende" (17) Folderen er udarbejdet af en tværfaglig arbejdsgruppe under Beredskabsstyrelsen i samarbejde med Ældre Sagen.
- "Skru op for elsikkerheden" fra Elektricitetsrådet. (18)

I 2002 indgik vi i et landsdækkende projekt, i samarbejde med Beredskabsstyrelsen i København, om forebyggelse af brand hos ældre i forbindelse med de forebyggende besøg. Projektet beskrives mere indgående side 12 og i bilag 1.

## **11. BESØG**

### **Drik vand og få det bedre**

Mange mennesker drikker for lidt væske. Dette gælder også de ældre. Ofte medfører væskemangel sygdom, forvirring, glømsomhed samt indlæggelse på sygehus. Vi har sat fokus på emnet, efter opfordring fra Seniorrådet, og udarbejdet en lille folder "Drik vand og få det bedre" (19). Mange ældre drikker ikke nok vand eller mælkeprodukter, derfor indeholder hæftet bl.a. tips og opskrifter på suppe, frugtdrikke og is, for at pege på andre former for væske til det daglige "drikkeregnskab".

## **3. ANDRE EMNER VED DE FOREBYGGENDE BESØG.**

Udover de før nævnte tilbud, får de ældre, individuel vejledning om bl.a. følgende tilbud:

- Helbredstillæg
- Havehjælp/snerydning
- Varmetilskud
- Boligsikring
- Hjælpemidler, herunder kropsbårne hjælpemidler og inkontinens-hjælpemidler
- Økonomi, f.eks. henvisning til servicecenter eller sagsbehandler
- HT-handicapkørsel
- Omsorgstandpleje
- Demenskoordinator
- Dagcentre/daghjem
- Døgnplejen
- Pensionistbolig
- Madudbringning
- Kommunens slankekurser
- Fødder og fodtøj. Herunder gennemgang af en pjeces om emnet, som er udarbejdet af statsautoriseret fodterapeut Charlotte Esbjørn.
- Diabeteskost. Herunder gennemgang af Diabetesforeningens pjecer.
- Omsorgsbesøg ved tab af nære slægtninge.
- Hjertevenlig kost, herunder gennemgang af Hjerteforeningens pjecer.
- Patientvejledere i Frederiksborg Amt.
- Patientforeninger
- Praktiserende læger
- Kommunikationscenter: Hørecentral/synscenter

## **4. KOMMENDE EMNER TIL DE FOREBYGGENDE BESØG.**

### **Gennemgang af medicinskabet**

Vi har erfaret, at mange ældre har mange typer medicin i medicinskabet. Apotekerne tilbyder gennemgang af medicinskabet imod betaling. Egen læge har naturligvis ansvaret

for de ældres medicinering, men vi tilbyder at gennemgå de ældres medicinskab, for at se, om der er for mange slags medicin, om dato er overskredet, om der er medicin, som kan forstærke eller formindske hinandens virkning. Bl.a. receptpligtig medicin og håndkøbsmedicin, som f.eks. naturlægemidler. Vi har udarbejdet en serviceinformation "Hvad har du i medicinskabet". Ved behov, vil vi opfordre den ældre til at tale med egen læge om sit medicinforbrug.

### **Gode råd mod tyveri.**

Mange ældre er bange for at færdes på gader og stræder, fordi de frygter at blive overfaldet. Ifølge Det Kriminalpræventive Råd er de ældre ikke de mest udsatte for umotiveret gadevold. Det Kriminalpræventive Råd har udarbejdet en pjece med gode råd om, hvordan man forebygger taskerøveri, overfald m.m. bl.a. med det formål at lokke de ældre ud på gader og stræder, i stedet for at isolere sig i eget hjem. Vi vil indhente materialet, og vurdere, om det egner sig, som vejledningsmateriale, ved de forebyggende besøg.

### **Styrk ryggen.**

Det er aldrig for sent at forebygge rygproblemer. Mange ældre får sammenfald i ryggen, eller en foroverbøjet holdning i ryggen. Det kan forebygges med enkle øvelser, som kan foregå hjemme i stuen. Vi vil i samarbejde med plejehjemmenes fysioterapeuter udarbejde en lille folder med øvelser.

### **Få et bedre syn.**

Mange ældre benytter briller. Men mange får ikke udskiftet brillerne i tide, og ser dårligt. Vi vil udarbejde en lille folder om emnet, med forslag til, hvordan man opnår et bedre syn.

## **5. HVOR MANGE TOG IMOD DE FOREBYGGENDE BESØG I 2002.**

I følgende opgørelse, medregnes kun de forebyggende besøg, der tilbydes til de ældre over 75 år, som ikke får hjælp fra hjemmeplejen. I år 2002 fik i alt 833 borgere tilbud om et eller flere besøg.

Heraf sagde 541 personer ja tak til et, to eller flere besøg.

I fig.1. fremgår japrocenten for 2002. Den lå nogenlunde konstant, sammenlignet med tidligere år.

I år 2002 har vi medtaget antallet af de <75 –årige, for at illustrere, hvor mange der deltager i de forebyggende besøg sammen med deres ægtefælle +75 år. I år 2002 deltog 40 personer ved et eller flere besøg. De yngre ægtefæller var født i perioden 1928-1937.

For de øvrige aldersgrupper varierede japrocenten. Den var lavest for de 75-79-årige (59%), (65%) for de 80-84-årige og højest (77%) for de +85-årige. Den gennemsnitlige besøgsprocent var i alt 65%. Se fig.1. 28 af de yngre ægtefæller fik ligesom deres ældre ægtefæller specifik vejledning om forebyggende tiltag, se tabel 1.

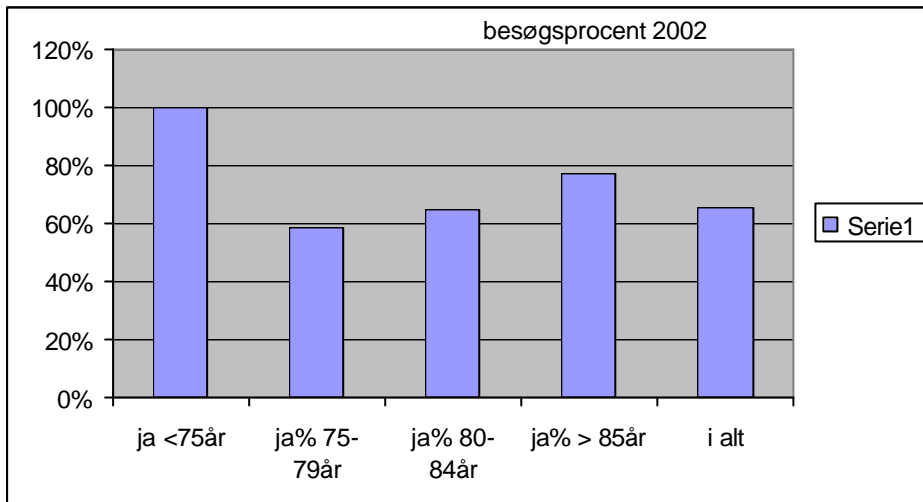


Fig.1 viser japrocenten fordelt på aldersgrupperne <75 år, 75-79 år, 80-84 år og +85 år i 2002. Søjlen yderst til højre viser den samlede japrocent i kommunen i 2002 (i alt).

I fig.2 fremgår japrocenten 1-6 fra 2002 til 1997. Japrocenten har ligget nogenlunde konstant for de 75-79-årige siden 1998, hvor de kom med i ordningen.

Japrocenten for 2001 var højere, end de andre år, men tallene var ikke pålidelige, idet ca. 70 af nejsigerne ikke fik tilbud om besøg i 2001, pga. vakance i afdelingen.

Forebyggelseskoordinatorernes indberetninger til Danmarks Statistik fremgår af bilag 2, hvor vi har registreret antallet af de gennemførte forebyggende besøg fra 1997 til 2002.

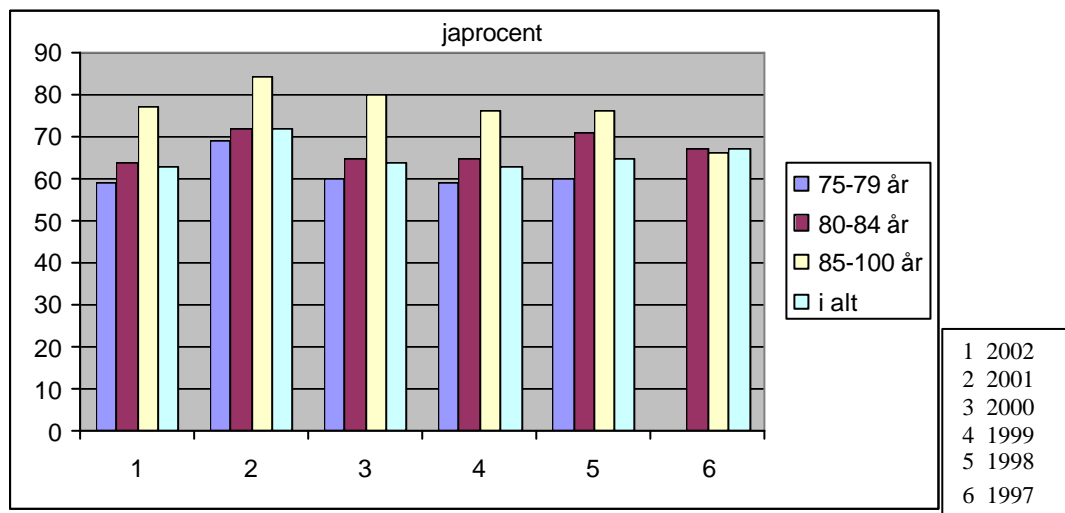


fig.2. viser japrocenten fordelt på aldersgrupper fra 2002 til 1997.

## **6. EFFEKTEN AF DE FOREBYGGENDE BESØG.**

Det ville være ønskværdigt, om forebyggelseskoordinatorerne kunne vise, at de forebyggende besøg medførte mindre behov for hjemmehjælp, sygehusophold samt andre udgifter i sundhedsvæsenet. Vi har i samarbejde med afdelingschefen udviklet en metode,

hvor vi kan synliggøre, om de ældre reagerer på den vejledning de får ved de forebyggende besøg. Vi registrerede ved besøgene, om de ældre fulgte den vejledning, som vi gav dem, ved det forrige besøg. I de seneste år har registreringerne af fulgt vejledning ligget imellem 82-86%, hvilket var et flot resultat.

I år 2002 viste registreringerne af fulgt vejledning at 82% fulgte vores vejledning. I tabel 1. herunder ses procenten for fulgt vejledning på nogle udvalgte områder. Opgørelsen gælder for Humlebæk-området 2002.

Som noget nyt har vi også registreret, den vejledning, som yngre ægtefæller under 75 år får. I alt 28 <75 år har fulgt vejledningen.

Tabel 1.

Måling af effekten af rådgivningen ved de forebyggende besøg.

	Ja	ja	ja	ja	ja	nej	nej	nej	nej	nej	fulgt rådgivning
	< 75 år	75-79 år	80-84 år	>85 år	i alt	< 75 år	75-79 år	80-84 år	>85 år	i alt	procent
væske	0	3	2	0	5	0	0	0	0	0	100%
kost	2	15	9	2	28	0	1	0	0	1	97%
motion	7	22	5	4	38	0	1	2	1	4	90%
aktivitet	3	7	3	4	17	1	3	3	0	7	71%
fald	1	7	4	1	13	0	0	0	0	0	100%
besøgsven	0	1	0	0	1	0	2	0	0	2	33%
telefon ved seng	0	6	0	0	6	0	1	1	1	3	67%
inkontinens	0	6	0	3	9	0	0	0	0	0	100%
vægtrådgivning	3	26	6	5	40	1	1	0	1	3	93%
brand/ røgalarm	5	14	17	8	44	1	11	7	2	21	68%
trafik/kørsel	0	2	2	0	4	0	0	0	0	0	100%
havehjælp/sne	0	10	2	1	13	0	1	1	0	2	87%
helbredstillæg	1	9	3	1	14	0	1	3	0	4	78%
kommunikationscenter	1	5	2	3	11	1	1	2	1	5	69%
obstipation	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	50%
trickyve	0	1	1	0	2	0	0	0	0	0	100%
depression	1	3	1	1	6	0	0	0	0	0	100%
søvn/ hvile	0	6	8	1	15	1	1	2	2	6	71%
indkøb	0	5	4	1	10	0	2	1	0	3	77%
økonomi/sagsbehandler	3	6	4	7	20	0	1	0	1	2	91%
transport	0	7	6	4	17	0	0	1	1	2	89%
demenskoordinator	0	3	3	2	8	0	0	3	1	4	67%
bolig/omsorgskonsulent	1	3	0	2	6	0	1	1	1	3	67%
knogleskørhed	0	2	0	1	3	0	0	0	0	0	100%
sum	28	169	83	51	331	5	28	28	12	73	82%

Tabel 1 viser antallet af borgere der har fulgt forebyggelseskoordinatorens vejledning, samt antallet af borgere, der ikke har fulgt vejledningen fordelt på emner og aldersgrupperne <75år til +85 år.

21 personer blev vejledt om søvnvaner i 2002. Heraf registrerede vi, at 15 personer fik sovemedicin. 6 personer ønskede ikke at ændre på deres søvnvaner i 2002. Opgørelsen er ført i Humlebæk-området.

## 7. NEJ TAK TIL BESØG I ÅR 2002

Vi har registreret i alt 254 borgeres begrundelser for at sige nej tak til besøg i 2002. Se tabel 2. Da registreringerne gælder for hele året, kan borgerne tælle med i registreringen to gange, da de får to tilbud om besøg pr. år. De fleste af nejsigerne var 75-79 år, i alt 132 personer, det var især enker eller ægtepar, der svarede, at de klarede sig godt. Se tabel 2.

Tabel 2.

nej tak år 2002							
<b>75-79 år</b>	Klarer sig selv	Ønsker ikke kommunens indblanding	Har ikke tid	Besøgene er for hyppige	Vil selv henvende sig	Andet	Sum
Ugifte mænd	9	0	0	0	0	0	9
Enkemænd	6	0	0	0	0	3	9
Fraskilte mænd	6	0	0	0	0	2	8
Ugifte kvinder	13	11	0	1	0	1	26
Enker	38	1	0	0	2	3	44
Fraskilte kvinder	8	0	0	0	3	0	11
Ægtepar	16	0	0	0	0	6	22
Begge ægtefæller	36	2	4	0	0	0	42
Sum	132	14	4	1	5	15	171
<b>&gt;80 år</b>	Klarer sig selv	Ønsker ikke kommunens indblanding	Har ikke tid	Besøgene er for hyppige	Vil selv henvende sig	Andet	Sum
Ugifte mænd	5	0	0	0	0	0	5
Enkemænd	2	0	0	0	0	0	2
Fraskilte mænd	1	0	0	0	0	0	1
Ugifte kvinder	6	0	0	1	0	0	7
Enker	13	0	0	0	0	0	13
Fraskilte kvinder	3	0	0	0	0	1	4
Ægtepar	20	0	1	0	0	0	21
Begge ægtefæller	28	0	2	0	0	0	30
Sum	78	0	3	1	0	1	83

Tabel 2. Opgørelsen viser, nogle af årsagerne til, hvorfor nogle ældre ikke ønsker besøg i år 2002. Tabellen er opdelt i aldersgrupperne 75-79 år og +80 år.

## 8. HENVISNINGER TIL ANDRE FAGGRUPPER I ÅR 2002.

Som noget nyt har vi opgjort det samlede antal vejledninger om kommunens hjælpeforanstaltninger. Tidligere registrerede vi kun antallet af henvisninger til hjælpeforanstaltninger. Men det gav ikke et fyldestgørende billede af borgernes behov, da

mange ældre foretrak selv at rette henvendelse til f.eks. hjemmeplejen, sagsbehandler eller Aktivitets- og træningsafsnittene, efter forebyggelseskoordinatorernes vejledning.

Skemaet herunder er udviklet i et kvalitetssikringsprojekt i samarbejde med Frederiksborg Amt og forebyggelsesafdelingerne i de 19 kommuner i amtet. (3,4,5,6)

I 2002 fik i alt 487 borgere vejledning om kommunens aktiviteter og støttetilbud. Som det fremgår af tabel 3 var de største vejledningsområder: Træning/motion (91 personer), aktivitet og foreningsliv (64 personer), dagcentrene (54 personer). Heraf kan det fremhæves, at flere valgte at tilmelde sig til slankekurserne i Aktivitets- og træningsafsnittene i Fredensborg og i Humlebæk Dagcenter. Endvidere blev der vejledt om hjælpemidler/boligændringer (38 personer), egen læge/speciallæge (37 personer).

31 personer fik vejledning om hjemmehjælp, 21 personer fik vejledning om kommunens madservice, 20 personer fik vejledning om eller blev henvist til demenskoordinator, 20 personer fik vejledning om inkontinens-hjælpemidler og 9 personer blev vejledt eller henvist til sygepleje.

291 af kommunens 75-79-årige, 105 af de 80-84-årige og 55 af de +85-årige fik vejledning i et eller flere af emnerne. Desuden fik 36 personer under 75 år vejledning. De fik tilbud om at deltage i de forebyggende besøg, idet de havde en ægtefælle, der var over 75 år. Se tabel 3.

Tabel 3.

Orientering om andre faggrupper	i alt	i alt	i alt	i alt	Kommunen
Aldersgrupper	under 75 år	75-79 år	80-84 år	over 85 år	i alt
hjemmehjælp	3	14	11	3	31
sygepleje	0	6	3	0	9
hjælpemidler/boligændringer	3	16	9	10	38
madservice	0	9	7	5	21
træning/motion	8	60	22	1	91
genoptræning	1	7	0	0	8
sagsbehandler	6	10	3	1	20
boligansøgning	0	6	1	1	8
demenskoordinator	0	11	4	5	20
fodterapeut	2	7	0	4	13
hjemmeservice	2	12	2	3	19
dagcenter	5	35	12	2	54
aktivitet/foreningsliv	3	49	9	3	64
psykolog	0	0	0	1	1
egen læge/speciallæge	2	21	7	7	37
inkontinens	0	14	3	3	20
kommunikationscenter syn	1	3	3	2	9
kommunikationscenter hørelse	0	11	9	3	23
kommunikationscenter tale	0	0	0	1	1
sum	36	291	105	55	487

tabel 3. viser antallet af borgere, der har modtaget vejledning om et af kommunens støttetilbud.

## **9. UDGÅET AF ORDNINGEN 2002**

I 2002 udgik i alt 49 personer af ordningen vedr. de forebyggende besøg, fordi de overgik til hjemmeplejen eller døde. Se fig.3.

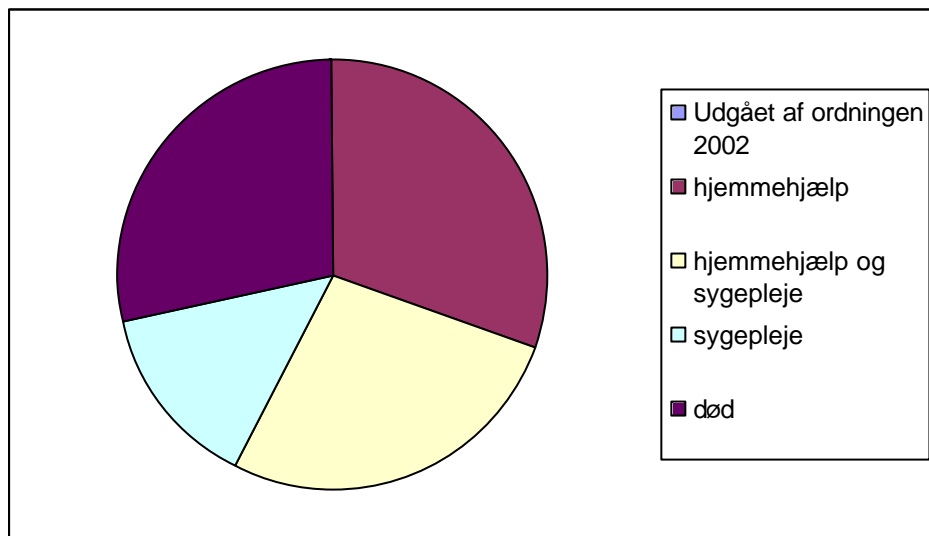


Fig.3 viser årsagerne til at 49 ældre udgik af de forebyggende besøg.

15 personer fik varig hjemmehjælp, 13 fik både hjemmehjælp og sygepleje, 7 personer fik sygepleje og 14 personer udgik af ordningen pga. dødsfald.

## **10. HENVISNINGER TIL KOMMUNENS DEMENSKOORDINATOR.**

I 2002 fik vi mulighed for at henvise ældre med hukommelsesproblemer til kommunens nye demenskoordinator.

Som et eksempel herpå, havde en af de ældre demente borgere i årevis sagt nej tak til de forebyggende besøg. En bekendt rettede en anonym henvendelse til den ældres sagsbehandler, og fortalte om den ældres problemer med hukommelsen. Sagsbehandleren kontaktede forebyggelseskoordinatoren og vi forsøgte i fællesskab at kontakte den ældre. Den ældre sagde nej tak til forebyggende besøg, som blev tilbudt pr. brev.

Men forebyggelseskoordinatoren valgte alligevel at besøge borgeren på det planlagte tidspunkt. Den ældre kvinde bød hende indenfor. Kaffekopperne stod parat på kaffebordet, hvilket tydede på, at kvinden havde ventet besøget, selvom hun havde meldt afbud. Den ældre var dement. Resultatet blev at demenskoordinatoren kom ind i billedet og kunne støtte den ældre i den fortsatte udredning og vejledning.

Med dette eksempel vil vi blandt andet anskueliggøre, at de forebyggende besøg rummer muligheden for, at sætte tidligt ind overfor begyndende hukommelsestab og demens, m.h.p. et bedre behandlingsforløb.

De forebyggende besøg tilbydes til ældre, som ikke har kontakt med hjemmeplejen. Derved er der mulighed for at opspore tidlige tegn på demens.

Tallene taler for sig selv, idet forebyggelseskoordinatorerne i år 2002 vejledte i alt 20 borgere om demens og demenskoordinatorens arbejdsområde, samt henviste i alt 7 til kommunens demenskoordinator.

## Nye aktiviteter i 2002.

### 11.PROJEKT: FOREBYGGELSE AF BRAND HOS ÆLDRE.

I 1999 tog vi initiativ til at sætte fokus på emnet "forebyggelse af brand hos ældre" ved de forebyggende besøg. Ved det 8. forebyggende besøg gennemgik og udleverede forebyggelseskoordinatorerne pjecen "Røgalarmer redder liv" (16) til de ældre over 75 år ved de forebyggende besøg, m.h.p. at forebygge dødsbrande hos de ældre.

Undersøgelser havde vist, at det især er de ældre over 65 år, der dør pga. brand, og en røgalarm kan sikre, at den ældre hører, at noget er galt og reagerer hurtigere og undgår dødsbrand. I 2002 indgik vi i et projekt med Beredskabsstyrelsen i København, m.h.p. at forebygge brand hos ældre mennesker. Vi fik tilbud om at benytte det vejledningsmateriale og folderen "Undgå brand i hjemmet – 10 gode råd til ældre og deres pårørende", som var udviklet til projektet. (17) Kommunen anvender fortsat materialet.

Vi gennemgik i en tre måneders periode, pjecen "Undgå brand i hjemmet" (2) ved de forebyggende besøg til ældre over 75 år, og registrerede, om de ældre var interesseret i emnet. Tabel 4. viser, at 90% af de ældre var interesseret i emnet, også de 39%, som i forvejen havde sikret sig mod brand, f.eks. ved at have en telefon ved sengen, så det var nemt at kalde 112, eller en velfungerende røgalarm i hjemmet. I tabel 5 fremgår det, at 68% af de ældre havde handlet på vejledningen om forebyggelse af brand, da vi fulgte op på vores vejledning ved et efterfølgende besøg i 2002.

tabel 4.

Forebyggelse af brand hos ældre +75 år 2002	ja	nej	i alt	ja%
Har interesse for emnet	55	6	61	90%
Vil handle på vejledningen	27	8	35	44%
Har i sikret sig mod brand i forvejen	24	3	27	39%

Tabel 4 viser hvor mange af de ældre, der var interesseret i at høre om emnet forebyggelse af brand, hvor mange, der ville handle på vejledningen og hvor mange procent, der i forvejen havde sikret sig mod brandulykker.

tabel 5

	ja	ja	ja	ja	ja	nej	nej	nej	nej	nej	ja
alder	<75	75-79	80-84	+85	i alt	<75	75-79	80-84	+85	i alt	procent
brand	5	14	17	8	44	1	11	7	2	21	68%

Tabel 5 viser, antal personer, der har fulgt vejledning om forebyggelse af brand, fordelt på aldersgrupper samt den gennemsnitlige procent "fulgt vejledning" for alle aldersgrupper.

Projekteter mere indgående beskrevet i bilag 1.

## **12. SMÅTSPISENDE.**

Forebyggelseskoordinatorerne har, med deres faglige baggrund, mulighed for at tilbyde individuel kostvejledning til ældre.

I 2002 fik vi henvendelser fra hjemmeplejen, m.h.p. at give individuel kostvejledning til småtspisende og underernærede ældre i hjemmeplejens regi. Det drejede sig specielt om ældre, som havde en kropsvægt på ca. 40 kg eller derunder, og som var i fare for at dø af underernæring. Vi tog på disse særlige hjemmebesøg i tre tilfælde, gav individuel kostvejledning, og indgik et samarbejde med bl.a. Benediktehjemmets køkken om madservice til småtspisende.

I et tilfælde udfærdigede vi i samarbejde med Benediktehjemmets økonomi en specialdesignet diæt til en ældre kvinde, som fik sin kost vha. en ernæringssonde. Kvinden vejede blot 32 kg, da vi startede med behandlingen. Men ved hjælp af en proteinrig- og fedtrig kostplan vendte vi hendes vægtskurve. I dag vejer kvinden ca. 40 kg, og har det bedre.

## **13. SAMARBEJDE MED SENIORRÅDET.**

I foråret 2002 inviterede et udvalg i Seniorrådet forebyggelseskoordinatorerne til et møde, for blandt andet at etablere et samarbejde om de forebyggende tiltag i kommunen. Dette møde kom der meget godt ud af. Blandt andet foreslog Seniorrådet, at vi udviklede en lille folder om væske, da mange ældre drikker for lidt, og flere indlægges på sygehus, pga. væskemangel.

Pjecen fik titlen "Drik vand og få det bedre" (19) og indgår nu i de forebyggende besøg. Pjecen er tilgængelig i kommunens servicecentre, plejehjem, Aktivitets- og træningsafsnit samt bibliotekerne og døgnplejen, og kan læses på kommunens hjemmeside. Det blev endvidere besluttet, at vi fremover holder et årligt møde med hele Seniorrådet.

## **14. KOSTUNDERSØGELSE**

I 2002 udarbejdede vi en rapport vedr. de ældres kost-, motions og drikkevaner (20), bl.a. for at kortlægge de ældre borgeres kostvaner i kommunen.

Resultaterne fra spørgeskemaerne viste, at vores spørgeskema "kostvejledning" var et godt arbejdsredskab til at afdække de ældres kost-, drikke- og motionsvaner. Borgerne gav ligeledes udtryk for, at det var et udmærket spørgeskema, fordi der blev sat fokus på eventuelle mangler i kost- og motionsvanerne, samt fordi de ældre fik vejledning om, hvad de kunne ændre, eller fik ros fordi de fulgte de officielle anbefalinger.

### Småtspisende

Forebyggelseskoordinatorerne fandt 8 småtspisende borgere, som var eller var i fare for at blive underernærede, via spørgeskemaet. De fik alle vejledning om kost til småtspisende. Der blev bestilt madservice til 3 borgere. Alle otte blev bedt om at kontakte egen læge m.h.p. vejledning og vægtkontrol.

### Overvægtige

Forebyggelseskoordinatorerne fandt via spørgeskemaet 7 overvægtige borgere, der ønskede vægttab. De fik alle vejledning om slankekost. I 2001 fik de overvægtige mulighed for at deltage på et slankekursus for pensionister i Humlebæk Dagcenter.(21)

### De ældres kostvaner

Af de 66 adspurgte i miniundersøgelsen, fulgte 48% de officielle anbefalinger for kosten. 16% fik for lidt kalk (Calcium), 36% fik for lidt D-vitamin i kosten, 16% tog ikke den anbefalede multi-vitamin-mineraltablet, 12% fik for lidt væske og 9% fik (muligvis) for lidt frugt eller grønt og havde ofte forstoppelse.

### De ældres motionsvaner

73% af de ældre fulgte Sundhedsstyrelsens anbefaling om at bevæge sig udendørs over 4 timer pr. uge både sommer og vinter. Heraf bestod udendørsaktiviteterne af bl.a.: Gåture, indkøb, havearbejde og cykelture.

### Kostundersøgelser i fremtiden.

Forebyggelseskoordinatorerne vurderede, at de fortsat vil benytte spørgeskemaet "kostskema til ældre" m.h.p. at afdække de ældres kost-, motions- og drikkevaner i kommunen fremover, bl.a. med henblik på at tilbyde de ældre individuel kostvejledning, ved behov.

Rapporten "Kostundersøgelse 2000-2001" blev sendt ud til alle der arbejder med forebyggende besøg i Frederiksborg Amt til inspiration, og kan også læses på kommunens hjemmeside [www.fhkom.dk](http://www.fhkom.dk) ->borgerservice->sundhed og velvære.

## **15.SLANKEKURSER FOR PENSIONISTER.**

I 1999 var vi med til at etablere og udvikle slankekurser for kommunens pensionister og efterlønsmodtagere i dagcentrene og aktivitets- og træningsafsnit. Vi fungerer fortsat som instruktører og kostvejledere i slankekurserne.

Slankekurserne har haft gode resultater. De ældre tabte i vægt. Nogle mere end andre. Men derudover oplevede de ældre, at de fik et mere aktivt liv, flere fysiske aktiviteter samt nye bekendte og flere kræfter til de daglige gøremål.

Vi udarbejdede en rapport om slankekursernes resultater i 2002. (21)

## **16.ARTIKEL**

Forebyggelseskoordinatorerne og en sygeplejerske fra hjemmeplejen i Fredensborg-Humlebæk Kommune blev i 2002 interviewet til bladet Nyhedsinformation i et temanummer om mad til ældre. Det kom der en artikel ud af (22), som beskrev Fredensborg- Humlebæk Kommunes forebyggende tiltag, herunder kommunens slankekurser for ældre samt undervisning af plejepersonalet om kost til småtspisende ældre.

Flere henvendte sig efterfølgende, for at få mere at vide om projekterne, blandt andet blev forebyggelseskoordinatorerne indbudt til at holde et oplæg om Kommunens projekter på Omsorgsorganisationernes årskursus om forebyggende hjemmebesøg 2002.

## **17. FOREDRAG OM DE FOREBYGGENDE BESØG.**

Vi har bestræbt os på, at udbrede kendskabet til kommunens forebyggende tiltag til samarbejdspartnere udenfor kommunen og amtet. Blandt andet via foredragsvirksomhed.

I foråret 2002 blev vi inviteret til et amtsmøde i Søllerød Kommune for forebyggelseskoordinatorerne i Københavns amts nordkommuner. Vi holdt en indlæg om den måde, vi tilrettelægger de forebyggende besøg i kommunen, med bl.a. et tema ved hvert besøg, samt omtalte de miniprojekter, der var i gang vedr. småtspisende ældre, slankekurser for pensionister samt forebyggelse af brand. Alle deltagerne fik udleveret pjecer med kommunens logo, adresse og telefonnummer, herunder: Serviceinformation vedr. de forebyggende besøg, Forebyggelse af fald, forebyggelse af knogleskørhed, Spis sundt samt Motion er sundt.

Desuden fremlagde vi vores slankeprojekter ved Omsorgsorganisationernes Årskursus for de forebyggende besøg i 2002. Alle deltagerne, ca. 250 personer, fik udleveret rapporten Evaluering af slankekursus i Humlebæk Dagcenter 2001. (21) (Omsorgsorganisationerne stod for trykning og distribution).

I april 2002 fremlagde vi vores arbejdsgange og projekter (temaer ved de forebyggende besøg, slankekurser, småtspisende samt forebyggelse af brand) ved et halvårskursus for forebyggende hjemmebesøg i Frederiksborg Amt. Alle deltagere fik kommunens pjecer med logo, telefonnummer og kontaktpersoner.

Endvidere har vi flere gange fremlagt vore initiativer på [www.Forebyggelsesforum.dk](http://www.Forebyggelsesforum.dk), som formidler forebyggende tiltag til alle, der arbejder med forebyggelse i Danmark. Dette har givet respons, og flere har efterfølgende henvendt sig til os, for at få mere at vide om vores arbejde.

## **18. HENVENDELSER ANDRE STEDER FRA.**

Vi kan fremhæve, at flere kommuner i 2002 rettede henvendelse til os, for at få inspiration til at udvikle de forebyggende besøg i deres egen hjemkommune. De fleste havde hørt eller læst om vores tiltag i forbindelse med halvårsmøderne med kolleger i Frederiksborg amt, en artikel om de forebyggende besøg i Fredensborg- Humlebæk Kommune i tidsskriftet Nyhedsinformation, via Forebyggelsesforum samt Årskursus for forebyggende hjemmebesøg, mv.

## **19. SYGEPLEJERSKESTUDERENDE MED PÅ DE FOREBYGGENDE BESØG.**

Vi har altid tilbudt undervisning om de forebyggende besøg til kommunens studerende på plejecentrene et par gange årligt. Men som noget nyt i 2002, fik vi tilbud om, også at have sygeplejerskestuderende med på de forebyggende besøg, da forebyggelse er et led i de studerendes uddannelse.

Det er et tiltag, som vi er glade for. Først og fremmest fordi det udbreder kendskabet til de forebyggende besøg i kommunen og udenfor kommunen. I alt 6 sygeplejerskestuderende kom i 2002 med på de forebyggende besøg. Ved evalueringen efter besøgende, gav de studerende udtryk for, at det var udbytterigt for dem at deltage i forebyggende besøg. På denne måde fik de et indblik i de ældres liv, som ikke fik hjælp fra hjemmeplejen.

## **20. OPLÆG TIL ERNÆRINGSINDSATS I ÆLDRE- SUNDHEDSAFDELINGEN.**

Siden år 2000 har vi været i gang med at kortlægge behovet for en øget ernæringsindsats i hjemmeplejen i kommunen. Blandt andet tilbød vi, i samarbejde med en afsnitsleder for plejen og kommunens økonomaer og ergoterapeuter, undervisning om kost til småtspisende til alle kommunens hjemmehjælpere, plejepersonale og sygeplejersker, samt tilbud om undervisning i "hjælp til spisning". Undervisningen satte fokus på, hvordan man hjælper de småtspisende og underernærede borgere til at tage på i vægt, ligesom hjemmehjælpere fik udleveret enkle redskaber til at "finde" de undervægtige borgere, herunder en BMI- tabel og kostpjecer. Det var hensigten, at undervisningen skulle medvirke til et fortsat fokus på de småtspisende og underernærede hos alle faggrupper (hjemmehjælpere, plejepersonale, sygeplejersker, køkkenpersonale, fysio- og ergoterapeuter, forebyggelseskoordinatorerne samt andre samarbejdspartnere, der kommer i kontakt med borgerne/beboerne).

Arbejdsgruppen formulerede nogle anbefalinger i en rapport (23) vedr. de småtspisende og underernærede borgere i Fredensborg- Humlebæk Kommune i år 2000. Desværre førte disse ikke til et formaliseret samarbejde, pga. der på dette tidspunkt var andre projekter i gang. Men det ville være optimalt at udvikle en kvalitetsstandard mht. en øget ernæringsindsats til borgerne, m.h.p. at forebygge komplikationer ved underernæring samt sygdom og genindlæggelse.

Der skal nedsættes en arbejdsgruppe, bestående af funktionslederne af service, områdeleder for Aktivitet og Service og forebyggelseskoordinator, m.h.p. at udarbejde en kostpolitik i kommunen samt sætte fokus på kommunens kostpolitik. Arbejdsgruppen forventes etableret i 2003.

## **21. FOREBYGGELSESKOORDINATORERNES FREMTIDIGE FOKUSOMRÅDER.**

I samarbejde med afdelingschefen udvikler vi løbende de forebyggende besøg i kommunen, samt evaluerer praksis m.v. I 2003 vil vi sætte fokus på aktiviteter, blandt andet i kommunens dagcentre, ved at tilbyde eller arrangere foredrag, eller andre aktiviteter med et forebyggende emne på dagsordenen.

Ligeledes vil vi i samarbejde med kommunens pensionistklubber tilbyde foredrag af forebyggende karakter, for at nå ud til et bredere publikum, ligeledes m.h.p. at synliggøre de forebyggende besøg.

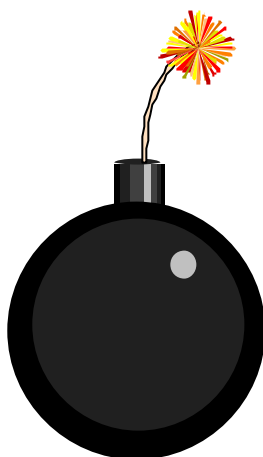
Af Heidi Hansen, [hih@fhkom.dk](mailto:hih@fhkom.dk) og Sheila Brace Olsen, [sbo@fhkom.dk](mailto:sbo@fhkom.dk) , [www.fhkom.dk](http://www.fhkom.dk)  
Ældre- Sundhedsafdelingen, Fredensborg- Humlebæk Kommune, marts 2003

## Kilder

- (1) Kommunernes administration af reglerne om forebyggende hjemmebesøg til ældre, Den sociale Database, Ankestyrelsen, december 2002, <http://www.densocialedatabase.dk>
- (2) Scoring af Major (ICD-10) depression, Psykiatrisk Forskningsenhed, Hillerød Sygehus.
- (3) Serviceinformationen "Forebyggende besøg" kan læses på kommunens hjemmeside [www.fhkom.dk](http://www.fhkom.dk) ->ældre->forebyggende besøg.
- (4) Samtaleskema forebyggende besøg, er udarbejdet i et samarbejde imellem forebyggelseskoordinatorerne i amtets 19 kommuner og Forebyggelses- og planlægningsafdelingen i Frederiksborg Amt, 2001.
- (5) Trætheds- mobilitetsskema, af ergoterapeut, lektor, Phd. Kirsten Avlund.
- (6) Kostskema til ældre, Fødevarerdirektoratet, 1998.
- (7) Motion er sundt, forebyggelseskoordinatorerne, Fredensborg- Humlebæk Kommune.
- (8) Forebyggelse af fald, forebyggelseskoordinatorerne, Fredensborg- Humlebæk Kommune.
- (9) Forebyggelse af knogleskørhed, forebyggelseskoordinatorerne, Fredensborg- Humlebæk Kommune.
- (10) Spis sundt- en vejledning til pensionister, forebyggelseskoordinatorerne, Fredensborg- Humlebæk Kommune.
- (11) Fællesskab, Forebyggelsesrådet i Frederiksborg Amt, materialet er udviklet i samarbejde med Socialchefernes kreds i kommunerne og forebyggelseskoordinatorerne i kommunerne, 2001.
- (12) Miniundersøgelse, ældres kostvaner, motions- og drikkevaner ved de forebyggende besøg 2001, [www.fhkom.dk](http://www.fhkom.dk) ->borgerservice->sundhed og velvære->
- (13) "Er du også over 65 år – og kan du lide at cykle?", Rådet for større færdselssikkerhed.
- (14) "Rutinen ruster med alderen –men det er der råd for!", Rådet for større færdselssikkerhed.
- (15) Søvn/Hvile, Forebyggelsesrådet i Frederiksborg Amt, materialet er udviklet i samarbejde med Socialchefernes kreds i kommunerne og forebyggelseskoordinatorerne i kommunerne, 2001.
- (16) "Røgalarmer redder liv" , Bygge- og Boligstyrelsen, Dansk Varefakta Nævn og Foreningen af Kommunale Beredskabschefer.
- (17) "Undgå Brand i Hjemmet – 10 gode råd til ældre og deres pårørende" . Folderen er udarbejdet af en tværfaglig arbejdsgruppe under Beredskabsstyrelsen i samarbejde med Ældre Sagen.
- (18) "Skru op for elsikkerheden" fra Elektricitetsrådet.
- (19) Drik vand og få det bedre, [www.fhkom.dk](http://www.fhkom.dk) ->borgerservice->sundhed og velvære.
- (20) "Kostundersøgelse 2000-2001", Heidi Hansen, Fredensborg- Humlebæk Kommune, 2002, [www.fhkom.dk](http://www.fhkom.dk) ->borgerservice->sundhed og velvære.
- (21) Evaluering af slankekursus i Humlebæk Dagcenter 2002, Heidi Hansen og Tine Nygaard, Fredensborg- Humlebæk Kommune, [www.fhkom.dk](http://www.fhkom.dk) ->borgerservice->sundhed og velvære.
- (22) "Diætister på forebyggende besøg", Jens Fonnesbech, NYHEDSINFORMATION, Februar 2002, s.16-17.
- (23) Småtspisende- og underernærede borgere i Fredensborg- Humlebæk Kommune, Heidi Hansen og Jette Vestergaard, Fredensborg- Humlebæk Kommune 2000.

# bilag 1

## FOREBYGGELSE AF BRAND HOS ÆLDRE VED DE FOREBYGGENDE BESØG FREDENSBORG- HUMLEBÆK KOMMUNE ÅR 2002



### ÆLDRE SUNDHEDS AFDELINGEN FREDENSBORG- HUMLEBÆK KOMMUNE

#### **Baggrund**

Forebyggelseskoordinatorerne tog i 1999 initiativ til at sætte fokus på emnet "forebyggelse af brand hos ældre" ved de forebyggende besøg. Ved det 8. forebyggende besøg gennemgik og udleverede forebyggelseskoordinatorerne pjecen "Røgalarmen redder liv" til de ældre over 75 år ved de forebyggende besøg, m.h.p. at forebygge dødsbrande hos de ældre. Undersøgelser havde vist, at det især er de ældre over 65 år, der dør pga. brand, og en røgalarm kan sikre, at den ældre hører, at noget er galt og reagerer hurtigere og undgår dødsbrand.

I efteråret 2001 læste vi i en avis, at Beredskabsstyrelsen i København havde indledt et projekt med Ringe Kommune, Århus Kommune og Søllerød Kommune, m.h.p. at forebygge brand hos ældre mennesker. Vi blev nysgerrige, og ville gerne høre mere om, hvad projektet gik ud på, og tog kontakt til Beredskabsstyrelsen i København. De var glade for vores henvendelse. Faktisk så glade, at de tilbød Fredensborg- Humlebæk Kommune

at deltage i projektet, selvom det allerede var godt i gang. Vi kom med, sådan lidt på sidesporet, men fik tilbud om at benytte det vejledningsmateriale og en folder (1,2,3), der var udviklet til projektet.

I marts måned 2002, havde vi, sammen med kommunens beredskabschef, et indledende møde med Beredskabsstyrelsen, hvor vi blev enige om, hvad vi i Fredensborg- Humlebæk Kommune kunne bidrage med til projektet. Aftalen imellem Beredskabsstyrelsen og forebyggelseskoordinatorerne var, at forebyggelseskoordinatorerne i en tre måneders periode, skulle udlevere og gennemgå pjecen "Undgå brand i hjemmet" (1) ved de forebyggende besøg til ældre over 75 år.

Da forebyggelseskoordinatorerne syntes, at det også var vigtigt at udbrede budskabet til ældre, som ikke var fyldt 75 år, valgte de at indlede et samarbejde med kommunens to dagcentre m.h.p. at tilrettelægge to foredrag om forebyggelse af brand hos ældre ved kommunens beredskabschef. Efter ca. 3 måneder, skulle projektet evalueres i samarbejde med Beredskabsstyrelsen i København.

### **Metode.**

I marts måned begyndte vi at sætte fokus på emnet forebyggelse af brand hos ældre ved så mange forebyggende besøg, som det overhovedet var muligt, og gennemgik og udleverede Beredskabsstyrelsens pjeces "Undgå brand i hjemmet" (2) til borgerne. Pjecen indeholdt ti gode råd om forebyggelse af brand hos ældre, som vi uddybede i samtalen med borgerne. Ligeledes tilbød vi, at afprøve husstandens røgalarm, for at tjekke om den fungerede. Hvis borgerne ved besøget havde andre presserende problemer, valgte vi at vente med at komme ind på emnet, til et senere besøg. Udover pjecen fik vi inspirationsmateriale om ældre og brand fra beredskabsstyrelsen. (2,3)

For at få nogle målbare resultater af vores indsats, udarbejdede vi et afkrydsningskema, m.h.p. at føre statistik over, hvor mange af de ældre, der havde interesse for emnet, hvor mange der ønskede at handle på vejledningen eller ikke ville handle på vejledningen. Vi førte samtidig statistik over, hvor mange der i forvejen havde sikret sig imod brand, bl.a. ved at have en velfungerende røgalarm i hjemmet.

Sammen med kommunens beredskabschef, tilrettelagde vi, to foredrag om emnet i kommunens to dagcentre i Fredensborg og Humlebæk. Annonceringen af foredragene skete via pressemeddelelser i de lokale aviser, via opslag samt omtale ved de forebyggende besøg til ældre.

### **Resultater.**

Forebyggelseskoordinatorerne nåede at gennemgå pjecen "undgå brand" (1) til 76 borgere. Heraf havde 70 personer interesse for emnet. Seks personer var ikke interesserede i emnet. 37 personer ville handle på vejledningen. 10 personer ville ikke handle på vejledningen. 33 personer havde i forvejen sikret sig mod brand, ved at følge et af de 10 punkter i folderen (1), eller havde en røgalarm i hjemmet.

Evaluering af foredragene "undgå brand i hjemmet" i dagcentrene i Humlebæk og Fredensborg. Der deltog imellem 20-27 personer i hvert dagcenter. De stillede mange spørgsmål og gav udtryk for, at de havde fundet beredskabschefens oplæg interessant og lærerigt.

Ligeledes gav de ældre, der blot havde læst om foredragene i dagcentrene i den lokale avis, at de var opmærksomme på forebyggelse af brand, udtryk for at de var interesserede i emnet ved de efterfølgende forebyggende besøg.

### **Fremtidsvisioner.**

Vi har ud fra deres statistiske beregninger af de ældres udtalelser, vedr. interesse for emnet, konkluderet, at vi fortsat vil sætte fokus på emnet "forebyggelse af brand hos ældre" ved det 8. forebyggende besøg. I pjecen fra Beredskabsstyrelsen, sættes der fokus på røgalarmer som et forebyggende tiltag i hjemmet samt fokus på andre forebyggende tiltag, som f.eks.: De nyere selvslukkende strygejern, kaffemaskiner og brødristerere med timere, der slukker efter et vist tidsrum, samt råd om at man ikke bør at ryge i sengen, at man bør slukke for kogeplader og undgå at have brandbart materiale i nærheden af kogepladerne, for at forebygge brand.

#### Kilder:

1. Beredskabsstyrelsen i samarbejde med ÆLDRE SAGEN, folderen "10 RÅD TIL ÆLDRE OG DERES PÅRØRENDE – UNDGÅ BRAND I HJEMMET.
2. Beredskabsstyrelsen, Ældre Sagen, Foreningen af Kommunale Beredskabschefer, Rigspolitiet, Dansk Brand- og sikringsteknisk Institut, Københavns Brandvæsen, Københavns Politi, Beredskabsforbundet og Peter M. Leth, Aarhus Universitet. "UNDGÅ BRAND – et debatoplæg om Ældre og Brand.
3. Beredskabsstyrelsen, Foreningen af Kommunale Beredskabschefer, Rigspolitiet, Ældre Sagen, Rigspolitchefen, Danske Brand- og sikringsteknisk Institut, Københavns Politi, Københavns Brandvæsen, Peter Leth v. Aarhus Universitet og Beredskabsforbundet. "UNDGÅ BRAND" Til pleje- og sundhedspersonalet samt de pårørende.

## Bilag 2

Borgere, der har modtaget et eller flere besøg i Fredensborg- Humlebæk Kommune 2002						
	<75 år	75-79 år	80-84 år	>85 år	sum	%
ja	40	263	146	92	541	63%
nej	0	184	81	27	292	37%
		sum	sum	sum		
	40	447	227	119	833	100%
	ja <75år	ja% 75-79år	ja% 80-84år	ja% > 85år	i alt	
I alt	100%	59%	64%	77%	65%	

Borgere, der har modtaget et eller flere besøg i Fredensborg- Humlebæk Kommune 2001						
		75-79 år	80-84 år	>85 år	sum	%
ja		277	160	98	535	72%
nej		122	62	19	203	28%
		sum	sum	sum		
		399	222	117	738	100%
		ja% 75-79år	ja% 80-84år	ja% > 85år		
I alt		69%	72%	84%	72%	

Borgere, der har modtaget et eller flere besøg i Fredensborg- Humlebæk Kommune 2000						
		75-79 år	80-84 år	>85 år	sum	%
ja		259	135	74	468	64%
nej		175	74	19	268	36%
		sum	sum	sum		
		434	209	93	736	100%
		ja% 75-79år	ja% 80-84år	ja% > 85år		
I alt		60%	65%	80%	64%	

Borgere, der har modtaget et eller flere besøg i Fredensborg- Humlebæk Kommune 1999						
		75-79 år	80-84 år	>85 år	sum	%
ja		272	132	70	474	63%
nej		190	72	22	284	37%
		sum	sum	sum		
		462	204	92	758	100%
		ja% 75-79år	ja% 80-84år	ja% > 85år		
I alt		59%	65%	76%	63%	

		Borgere, der har modtaget et eller flere besøg i Fredensborg- Humlebæk Kommune 1998				
		75-79 år	80-84 år	>85 år	sum	%
ja		237	163	71	471	65%
nej		161	68	23	252	35%
		sum	sum	sum		
		398	231	94	723	100%
		ja% 75-79år	ja% 80-84år	ja% > 85år		
I alt		60%	71%	76%	65%	

Procent	Borgere, der har modtaget et eller flere besøg i Fredensborg- Humlebæk Kommune 1997					
	75-79 år	80-84 år	>85 år	sum	%	
ja	0	121	50	171	67%	
nej	0	60	26	86	33%	
	sum	sum	sum			
	0	181	76	257	100%	
	ja% 75-79år	ja% 80-84år	ja% > 85år			
I alt	#####	67%	66%	67%		