

*Varde Kommune*



[www.vardekommune.dk](http://www.vardekommune.dk)

*Rapport for året 2012*  
*Forebyggende hjemmebesøg*

*Minna Grunnet*  
*Pia Høgh*  
*Kirsten Bentsen*

*Forebyggelseskonsulenter*  
*Center for Sundhedsfremme*

## Årsrapport 2012

### Lovgrundlag

- Lov om social service § 79 a

### Målsætning

- at der tilbydes alle borgere over 75 år, der ønsker det, mindst 1 forebyggende hjemmebesøg om året.

I Varde kommune er det politisk vedtaget at undtage de borgere fra ordningen, som modtager både personlig og praktisk hjælp.

### Formålet med forebyggende hjemmebesøg

- at drøfte emner, som har betydning for helbred og trivsel
- at få talt om glæder og vanskeligheder ved at blive ældre
- at drøfte dagligdagen og få inspiration til at gøre den lettere
- at få hjælp til at løse eventuelle problemer af helbredsmæssige, social eller praktisk karakter
- at få oplysninger om Varde Kommunes aktiviteter og tilbud

### Tilrettelæggelsen af besøgene

Besøgene er tilrettelagt og udført efter de retningslinier, der står i loven.

Tilbudet er i 2012 givet således:

- Borgere, **født i ulige årstal**, tilsendes brev med tilbud om et forebyggende hjemmebesøg **med dato og klokkeslæt**.
- Borgere, **født i lige årstal**, tilsendes brev med tilbud om et forebyggende hjemmebesøg **uden dato og klokkeslæt**.
- Borgere der 2 på hinanden følgende gange har sagt nej til besøg tilsendes brev uden tid.
- Borgere der modtager hjemmepleje (både personlig og praktisk hjælp), tilbydes ikke forebyggende hjemmebesøg.
- Borgere der bor på plejecentre tilbydes ikke forebyggende hjemmebesøg.
- Borgere, født i 1936, 1934 og 1932, tilbydes hjemmebesøg eller deltagelse i temamøde.

### Hvad indeholder et forebyggende hjemmebesøg?

De borgere, vi besøger, er meget forskellige, derfor er indholdet af vores besøg også forskelligt. Generelt taler vi med alle om: kosten, væskebehov, interesser, aktiviteter, mobilitet, vaner, familierelationer, venner og hverdagen.

Fokus er på de muligheder, der er hos den enkelte, og vores fornemste opgave er at tage udgangspunkt i borgerens ressourcer.

## Forebyggende hjemmebesøg og udfordringsretten:

Varde kommune har i 2011 søgt og fået dispensation vedr. forebyggende hjemmebesøg. **Borgerne, der indtil nu har modtaget brev uden dato, skal frit kunne vælge om de ønsker et forebyggende hjemmebesøg i eget hjem, eller om de vil deltage i et Temamøde.**

Hvorfor denne valgmulighed?

- Borgere, der modtager forebyggende hjemmebesøg, får råd og vejledning på et langt tidligere tidspunkt, inden ”problemerne” opstår.
- Borgere, der ikke tager imod forebyggende hjemmebesøg, henvender sig først når der er ”problemer”
- Ved at give disse borgere (tidligere takket nej) tilbud om at deltage i temamøder, giver vi dem mulighed for, at få relevant viden i forhold til hvad de selv kan gøre for fortsat at have et godt ældre liv. Endvidere bliver disse borgere orienteret om, hvilke tilbud der generelt er i kommunen og som kunne have interesse for den ældre.

Temamødernes afholdelse:

- 1-2 gange årligt
- Ølgod, Oksbøl, Nr. Nebel. Varde samt Gl. Helle kommune (Helle hallen)

Temamødernes indhold ændres 1 gang årligt: i 2012 var temaet Faldforebyggelse

Andre emner der kan tages op er:

- ” Det gode liv”
- Faldforebyggelse
- Demens
- Kost
- Motion i dagligdagen
- Livskvalitet og livsmød
- Glæder ved at blive ældre

Kontaktform i fremtiden:

- Borgere, der er født i **ulige årstal** (75 år i år – ændres næste år), modtager **brev med dato** for besøg
- Borgere, der er født i **lige årstal** (1936 + 1934 + 1932 + evt. 1930), modtager **brev med tilbud om et forebyggende hjemmebesøg eller at deltage i et temamøde**. Borgeren skal selv være aktiv for at modtage besøg eller deltage i temamøde.

Denne forskellige kontaktform er valgt for ikke at ”tabe de svage ældre”

Opfølgning på temamøderne:

- Små spørgeskemaer som borgerne opfordres til at besvare
- Statistik
  - tilbudt forebyggende hjemmebesøg/temamøde (brev uden dato)
  - deltaget i temamøde
  - modtaget forebyggende hjemmebesøg
  - ikke reageret på tilbud

Hvis forebyggelseskonsulenten, sammen med den ældre, vurderer at det ikke er relevant med deltagelse i temamøderne, vil borgeren fortsat modtage brev med dato for besøg.

## Projekt – Tryk med nyt netværk

Center for Sundhedsfremme har i 2011 søgt Trykfondens om midler til projektet ”Tryk med nyt netværk”

Der blev søgt om 436.000 kr. og der er givet tilsagn om 200.000 kr. Projektet bliver gennemført med øget egenfinansiering.

Projektperiode: 1. september 2011 – 31. december 2013

Hvorfor dette projekt?

- Vores erfaring, gennem de besøg vi tilbyder til ældre der har mistet en ægtefælle, er at det især er svært for de nye enkemænd at etablere eller genetablere netværk.
- Undersøgelser viser at især ældre mænd, der mister en partner, hyppigere rammes af depression og isolation. Dette skyldes et indskrænket socialt netværk og manglende udadvendt kontakt.

Projektets målgruppe:

- Ældre mænd +75 -årig, som for nylig har mistet deres ægtefælle eller samlever

Projektets formål:

- At forebygge depression og evt. selvmord hos ældre mænd, som har mistet deres ægtefælle eller samlever
  - Yde personlig støtte, øge livskvaliteten og styrke det sociale netværk for målgruppen.
  - At uddanne frivillige ambassadører (bestående af mandlige lokale ressourcepersoner, som selv har oplevet at miste en ægtefælle eller samlever), så de sammen med de nye enkemænd kan deltage i nogle arrangementer, så der skabes tryk ved det nye netværk.

Projektets opstart:

- Erfaringsindsamling og behovsafdækning blandt enkemænd (hvad var det for tilbud de havde brug for i tiden efter at de havde mistet)
- Finde lokale ressourcepersoner (frivillige ambassadører)
  - 1-2 i hver af de gamle kommuner
- Uddanne de frivillige ambassadører i:
  - kommunikation
  - sorg og tab
  - tegn på depression
  - kendskab til det lokale foreningsliv og tilbud

Projektet er i gang:

- Den nye enkemand får tilbudt et besøg af forebyggelseskonsulenten ca 2 mdr. efter at have mistet sin ægtefælle eller samlever
- Den nye enkemand får tilbudt et ambassadørbesøg senest 5-6 mdr. efter ægtefælles/samlevers død.
  - I starten vil det nok være efter henvendelse fra forebyggelseskonsulenten, men efterhånden som projektet bliver kendt, kan den nye enkemand eller andre også henvende sig.

## Resultater

Borgere i Varde Kommune over 75 år tilbydes et forebyggende hjemmebesøg i eget hjem 1 gang årligt. Med tilbuddet ønsker vi, at sætte ind før eventuelle problemer opstår. På hjemmebesøget drøftes emner såsom, hvad der har betydning for helbred og trivsel, glæder og vanskeligheder ved at blive ældre, hvordan hverdagen gøres lettere og hjælp til at løse problemer af helbredsmæssig, social eller praktisk karakter. Udover den generelle indsats har vi i 2012 haft følgende fokusområder for besøgene – forhøjet blodtryk, forhøjet blodsukker og efterladte. Vi har afholdt temamøder og fortsat arbejdet med projekt ”Tryk med nyt netværk”.

**Blodtryk:** I 2012 blev der fundet forhøjet blodtryk hos 21 borgere, som ikke havde nogen kendt forhøjet blodtryk. Hos 22 personer, som var i behandling for forhøjet blodtryk, blev der målt for høje værdier og henvist til kontrol hos egen læge. – Forhøjet Blodtryk medfører bl.a. hjerneblødning med deraf følgende lammelser mm. Lidelser der er meget omkostningstunge for såvel borgerne i forhold til livskvalitet som for samfundet i form af udgifter til behandling, pleje, pension mm.

En borger som kommer i behandling og undgår hjerneblødning med en halvsidig lammelse kan medføre en kommunal besparelse på ca. 500.000 kr. årligt afhængig af sværhedsgraden.

**Enkebesøg:** I forhold til efterladte og depression, følger vi med i afgangslister fra KMD og tilrettelægger at besøgene tilbydes ca. 3 måneder efter ægtefælles død til den efterladte, hvor der så er fokus på hvordan borgeren har det. Mange ældre udtrykker stor glæde over at kunne tale med en uvildig person om stort og småt i forbindelse med at blive alene. Der er i 2012 aflagt 54 sådanne besøg fordelt på 21 kvinder og 33 mænd.

**Forebyggende hjemmebesøg:** Der har i 2012 været ca. 3600 borgere over 75 år som var berettiget til et forebyggende hjemmebesøg.

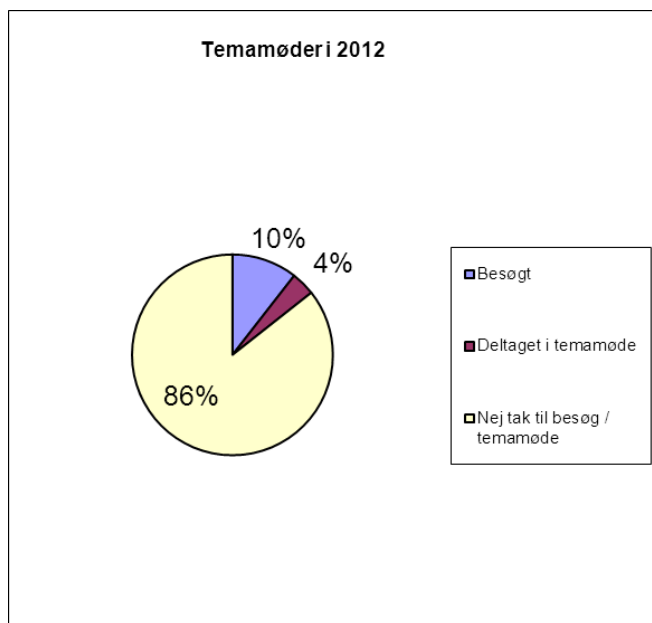
Vi har tilbudt forebyggende hjemmebesøg til 2374 borgere over 75 år samt 70 ægtefæller under 75 år. Der er i 2012 gennemført 1110 besøg - målgruppen for besøgene er på ca. 3600. Tallet er meget tilfredsstillende set i lyset af at der har været trukket ressourcer ind til andre forebyggende indsatser, temamøde, projekt samt efteruddannelse.

## Fokusområde 2012

I 2012 har vi ud over de forebyggende hjemmebesøg:

- Fortsat haft fokus på blodtryk.  
21 borgere havde ukendt hypertension  
22 borgere havde ureguleret hypertension.
- Tilbudt besøg til borgere, der har mistet deres ægtefælle  
54 borgere modtog besøg efter at have mistet sin ægtefælle, heraf 21 kvinder og 33 mænd.
- Temamøde:
  - Der har i 2012 været tilbudt temamøder 7 steder i kommunen.
  - Der har været afholdt 5 temamøder, 2 blev aflyst pga. for få deltagere.
  - Der har været sendt 912 breve ud, 96 har ønsket et forebyggende hjemmebesøg og 36 har deltaget i et Temamøde.

Vi har oplevet det meget ressourcekrævende rent administrativt, at afholde temamøder, og fremmødet har ikke været stort. Til gengæld har de, der har deltaget i møderne, været meget positive, og syntes de fik stort udbytte af møderne. Vi har ændret på titlen for temadagen uden resultat. Vi af spurgte nejsigerne i en periode, om årsagen til de ikke deltog. De fleste kunne ikke huske de havde modtaget tilbuddet, andre troede vi havde travlt.



- Projekt ”Tryk med nyt netværk”.

I Januar 2012 blev det første ambassadørmøde afholdt med 5 ambassadører, og efterfølgende har der været holdt møde med ambassadørerne i september og december.

I Marts 2012 fandt uddannelsen af ambassadørerne sted ved forebyggelseskonsulenterne.

- kommunikation
- sorg og tab
- tegn på depression
- kendskab til det lokale foreningsliv og tilbud

I den efterfølgende periode satte vi ved vores besøg ekstra fokus på ambassadørordningen, når vi besøgte enkemænd.

En enkemand har benyttet sig af ordningen med godt resultat, ambassadørerne er forsat meget positive og brænder for opgaven, dette har bl.a. ført til at en af ambassadørerne har startet en madklub for enkemænd,

Vores øgede fokus har også ført til, at flere enkemænd på eget initiativ er kommet videre.

**Andre opgaver:**

Ud over at udføre de forebyggende hjemmebesøg til ældre over 75 år, har vi i 2012:

- Deltaget i Konference om KRAM afholdt af DSR
- Deltaget i seminar: Ældre indvandrere og flygtninge.
- Deltaget i Temadag/Konference: Mental sundhed i Ældrelivet.
- Deltaget i personale seminar CFS, afholdt Sea West, Nr. Nebel.
- Deltaget i netværksmøde for forebyggelseskonsulenter i Gl. Ribe Amt.
- Deltaget i Årskursus for forebyggelseskonsulenter.
- En forebyggelseskonsulent har deltaget og afsluttet 1 diplommoduler i sundhedsfremme og forebyggelse, med fokus på de forebyggende hjemmebesøg.
- Deltaget i projekt: Tidlig opsporing af diabetes 2.
- Tilbudt at måle blodsukker ved de forebyggende hjemmebesøg i perioden oktober – december. Der blev målt blodsukker på 169 borgere og fundet 7 borgere, som havde forhøjet blodsukker og som ikke var i behandling. Desuden blev der fundet 5 borgere med forhøjet blodsukker som var i behandling.
- Deltaget i følgende aktiviteter: Målt blodsukker ved Varde kultur uge
- Undervist sygeplejestuderende, social og sundhedshjælper samt assistenter flere gange om året.

**Fokusområder i 2013:**

I 2013 vil vi:

- Fortsat sætte fokus på blodtryk og ældre der mister deres ægtefælle.
- Temamøder
- Projekt ”Tryk med nyt netværk”
- Ældre og it
- Kol

*Minna Grunnet  
Pia Høgh  
Kirsten Bentsen*

*Forebyggelseskonsulenter  
Center for Sundhedsfremme*