



IDÉBESKRIVNING

Safe Elderly - Nästa steg!

”EKEN” på Nacka Seniorcenter Ektorp

2014-01-27
Kerstin Seipel

Innehållsförteckning

1	Förutsättningar	Fel! Bokmärket är inte definierat.
2	Sammanfattning	3
3	Bakgrund	3
4	Projektidé.....	5
5	Samarbetspartners	7
6	Effektmål	8
7	Organisation	8
8	Grov tidplan för projektet.....	9
9	Projektägare	10
10	Finansiering.....	10

I Förutsättningar

Krav för beviljande av ansökan för förebyggande arbete är att kommunen skall i samarbete med landstinget erbjuda ett antal återkommande förebyggande besök till de som är 65 år och äldre, och bor i ordinärt boende.

2 Sammanfattning

Nacka Seniorcenter Ektorp blev 2010 certifierat som första äldreboende i världen, enligt den internationella kvalitetscertifieringen International Safe Elderly. Nacka Seniorcenter Ektorp vill nu, som ett nästa steg i trygg- och säkerhetsarbetet för äldre öppna upp EKEN i Nacka med ett proaktivt och hälsoinriktat arbete för äldre i syfte att stärka säkerheten och minska risken för fallskador och andra orsaker till försämrad hälsa. EKEN står för Egen Kraft och Energi.

3 Bakgrund

I EU:s övergripande strategi för smart och hållbar tillväxt för alla, Europa 2020, har en åldrande befolkning identifierats som en av Europas stora samhällsutmaningar. Således har äldres hälsa fått en framträdande roll i flaggskeppsinitiativet Innovationsunionen och året 2012 utsågs av kommissionen att vara året för *Active Healthy Ageing and Solidarity between generations*. Denna utmaning möter även de nordiska länderna samt att vi i Norden också har ett jämförelsevist högt antal frakturer, framför allt hos kvinnor över 65 år.

Säkerhet och trygghet är viktiga komponenter för äldres livskvalitet och välbefinnande. Nästan två tredjedelar av alla dödsolyckor (65 %) och nästan hälften av alla slutenvårdstillfällen (47 %) till följd av olyckshändelser drabbar personer 65 år eller äldre. Detta fastän denna åldersgrupp endast utgör drygt 17 procent av befolkningen¹. Överrepresentation av äldre i skadestatistiken och den framtida demografiska utvecklingen redovisas av bland andra Nationellt Centrum för erfarenhetsåterföring från Olyckor, NCO i såväl "Olyckor i siffror" som i en särskild "Äldreskadestatlas". Äldres skadeproblematik gäller nationellt liksom i hela västvärlden, vilket även har redovisats av OECD i projektet "Emerging risks" (2006) samt av Räddningsverket och Kunskapscentrum för äldres säkerhet "Skador bland äldre personer i Sverige" (NCO 2009).

De senaste åren har Nacka kommun arbetat intensivt med sitt övergripande politiska mål att stärka säkerheten och tryggheten i kommunen. År 2000 blev Nacka certifierad som en Säker och Trygg kommun enligt internationell standard

¹ NCO 2008:9

av WHO Collaborating Centre on Community Safety Promotion, Karolinska institutet, Stockholm. Kommunen blev återcertifierad i december 2010. Som ett led i detta arbete så certifierades också Nacka Seniorcenter Ektorp (NSC Ektorp) i december 2010, som första äldreboende i världen, enligt den internationella kvalitetscertifieringen International Safe Elderly. Arbetet bedrevs tillsammans med Dr Tommy Rosenberg, grundaren av Kunskapscentrum för äldres säkerhet, Karlstad Universitet och Myndigheten för Samhällsskydd och Beredskap MSB. Arbetet med Safe Elderly har också inspirerats av det arbete som utförs i Norge Skadeforebyggande forum i Oslo har tagit initiativ till att starta ett nordiskt nätverk kring dessa frågor och träffas regelbundet ett par gånger per år.

Arbetet, som i Nacka benämns "Tryggt och Säkert särskilt boende", innebär att verksamheten arbetar skadeförebyggande, långsiktigt och systematiskt och utgår från fyra utvecklingsområden:

1. Falltrauman
2. Läkemedelshantering
3. Hot/Våld / Suicid, social isolering
4. Genusfrågor

Projektet "I Nacka står vi stadigt" som främst vänder sig till hemmaboende personer över 65 år, redovisas i en delrapport från 2009 att de äldres medelvärde av självskattning av hälsa har ökat under projektets gång. Vidare att samarbete i team (arbetsterapeut, fysioterapeut, dietist, distriktssköterska) har utvecklats samt att kunskapen och medvetenheten om risker för fall har ökat bland äldre och personal inom hemtjänst, vårdcentraler, i kommunen och landstinget. I Nacka har antalet personer över 80 år med fallskador minskat men ligger trots detta på röda siffror enligt Socialstyrelsens och SKL:s rapport "Öppna jämförelser 2011. Vård och omsorg om äldre"².

Förutom att orsaka stort lidande innebär enbart äldres falloolyckor stora kostnader för samhället med cirka 5 miljarder kronor varje år³. En uppskattning baserad på åldersstrukturen i Nacka kommun⁴ ger vid hand att cirka 200 allvarliga fallskador inträffar per år i kommunen. Med en beräknad samhällskostnad på 250.000 kr per fallskada så blir kostnaden 50 miljoner kronor per år bara i Nacka kommun! En reduktion med 20% av dessa fallskador skulle alltså – förutom de påtagliga förbättringarna i hälsotillstånd och livskvalitet – kunna innebära avsevärda kostnadsreduktioner.

² <http://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/18517/2011-12-5.pdf> s. 79 ind 13.)

³ www.msb.se

⁴ Demografiska data hämtade från SCB / Regionplanekontoret SLL

För vissa insatser finns god evidens vad gäller möjligheten att minska risken för fall och frakturer:

- Träningsinsatser – individuellt utformade samt i grupp
- Nutritioninsatser
- Social gemenskap
- Följsamhet till Socialstyrelsens kvalitetsparametrar för läkemedelsbehandling av äldre.
- Anpassning av hemmiljön och utprovning av hjälpmedel som anpassas till hemmiljön
- Insatser för rökstopp hos rökande patienter
- Substitution av D-vitamin för de patienter där brist på D-vitamin kan påvisas

4 Projektidé

I och med WHO-certifieringen så är grunden lagd för ett kontinuerligt kvalitetsförbättringsarbete. Nu vill vi ta nästa steg. Vår avsikt är att skapa EKEN på Nacka Seniorcenter Ektorp. EKEN står för Egen Kraft och Energi. EKEN ska vara för kunder över 65 års ålder, med identifierade riskfaktorer för fallskador. Vi vill i detta projekt primärt inrikta oss på fallskadeprevention men vår övertygelse är att de föreslagna insatserna, som har en bred karaktär, kommer att ge positiva effekter även på andra hälsorisker och inom de övriga utvecklingsområdena i trygg och säkerhetsarbetet.

EKEN på Nacka Seniorcenter Ektorp

Vi vill nu bilda en ny form av förebyggande insats, specifikt förebyggande mot fallskador, ”EKEN”, inriktad på de grupper som beskrivs ovan. Kunder skulle kunna rekryteras dels från kontakter med kommunen (exempelvis anhöriga till kunderna på äldreboendet, dagverksamheter, kontakter med biståndshandläggare, kontakter med hemtjänsten) dels genom annons eller liknande.

EKEN i Nacka skall ha breda inklusionskriterier. Kunderna ska uppfylla följande kriterie:

1. Minst 65 års ålder.

Exklusionskriterier ska vara:

1. Redan befintlig regelbunden träning.

Vi kommer att aktivt sträva efter en bred fördelning åldersmässigt, med syfte att såväl gruppen under som över 80 års ålder skall vara av storlekar som möjliggör aktiva uppföljningar studiemässigt.

Vi skulle arbeta teambaserat, med följande personalkategorier aktiva:

Sjuksköterska
Fysioterapeut
Arbetsterapeut

Vi skulle också vilja ha följande personalresurser knutna till mottagningen påsikt och på konsultbas:

Geriatriker
Dietist / Nutritionskompetens
Apotekare
Logoped
Kurator
Präst eller Diakon

Arbetsätt

Vi arbetar i team efter en strukturerad modell:

1. Kunden bokas in till ett första besök till EKEN av sjuksköterskan. Där skulle en första, grundlig bedömning göras av kunden och dennas behov. Sköterskan följer frågor från skattningsinstrumentet InterRAI.
2. Kunden får en personlig hälsoplan som bland annat innehåller träning och vidare besök till EKENS team vid behov. Kunden erbjuds besök hos fysioterapeut som går vidare med bedömning gällande balans, muskelstyrka osv. Fysioteraputen håller i gruppträningar som är speciellt utformad för dessa patienter och är anpassat efter individen. Den träning som redan finns i Nacka för äldre, Qi-Gong och Balansskolan kan även kombineras med denna träning. EKENS team träffas för kund-konferens regelbundet. Geriatriker är rådgivande och ger stöd till teamet.
3. Sjuksköterskan rekommenderar kontakt med husläkare om behov finns avseende t ex läkemedelsgenomgång eller annat.
4. Kunden blir en del av det sociala mötet som uppstår på Nacka Seniorcenter Ektorp, det erbjuds restaurangbesök och många nya bekantskaper.
5. Träningsprogrammet fortsätter under minst sex månader.
6. Med tre månaders intervall sker uppföljning av sjuksköterskan samt fysioterapeut som då följer upp med ny registrering enligt skattningsprotokollen Skattningarna skulle utgöra underlag för förnyade hälsoplaneringar.

Träningsinsatserna kommer att dokumenteras tydligt med avseende på problemområde, utgångsvärden, uppsatta mål, grad av måluppfyllelse. Vid en första 3 månaders period rekryteras ca 18 patienter/kunder. Andra 3-månaders perioden rekryteras ca 18 nya, tredje perioden ca 18 till osv. Sammanlagt skulle ca 70 patienter/kunder kunna rekryteras under ett år.

5 Samarbetspartners

EKEN kommer att samarbeta med olika aktörer inom kommun och landsting. Vid start kommer geriatriker från Familjeläkarna i Saltsjöbaden AB då ett samarbete redan finns etablerat för SC Ektorps särskilda boende.

Verksamheten för Sociala Stödresurser (VSS) bedriver en mängd skilda verksamheter på uppdrag av många olika beställare och kunder. Kundkretsen består av alla åldrar, från vaggan till graven.

Organisationen ska kontinuerligt vara öppen för nya uppdrag och hitta bra samverkanslösningar.

VSS har ett verksamhetsstöd som bl a arbetar för ökad kvalitet i verksamheterna samt ökad säkerhet och trygghet för verksamheternas kunder. Verksamhetsstödet sköter också omvärldsbevakning inom bl a äldrefrågor.

Nacka Seniorcenter Ektorp, som ingår i organisationen Verksamheten för Sociala Stödresurser (VSS) är Nacka kommuns största Seniorcenter och tillhandahåller 116 äldreboendeplatser varav 20 platser är avsedda för demensvård. Därutöver finns en dagverksamhet, kiosk/reception, café och ett eget kök med restaurang. Ytterligare faciliteter är ett IT- café, bibliotek samt hårfrisör och fotvård. I fastigheten finns ett stort gym med träningsredskap. I anslutning till gymmet finns mindre utrymmen där individuell behandling kan ges av sjukgymnast och arbetsterapeut. NSC Ektorp är ett hus med liv och rörelse och med många aktiviteter. Det är också en mötesplats som ger möjlighet till nya kontakter och att odla gamla bekantskaper. Även seniorer, som inte bor på seniorcentrat är välkomna att ta del av den sociala gemenskapen. I december 2010 blev NSC Ektorp certifierat som världens första ”trygg och säkert särskilt boende” enligt WHO Safe Community.

Mer än två tredjedelar av de boende på NSC Ektorp är kvinnor. Medelåldern bland de boende är för närvarande 87,4 år. NSC Ektorp är också välbesökt av seniorer som bor kvar i hemmet; bland annat besöker 20- 70 externa gäster dagligen restaurangen.

Personalen på NSC Ektorp utgörs förutom av verksamhetschef och enhetschefer av fysioterapeuter, arbetsterapeuter, sjuksköterskor, undersköterskor, vårdbiträden, kockar samt ekonomi/servicepersonal och administration. Totalt c:a 125 anställda.

Familjeläkarna i Saltsjöbaden driver husläkarmottagningar i norr- och söderort samt betjänar drygt 70 särskilda boenden (servicehus, korttidsboenden, vård- och omsorgsboenden) med läkarinsatser. NSC Ektorps har valt att samarbeta med Familjeläkarna sedan sommaren 2008 och detta samarbete är väl fungerande och utmärks av ett ömsesidigt förtroende.

FoU center där forskning angående fallprevention och fallolyckor redan bedrivs kommer att kontaktas för samarbete och utvärdering.

Skadeforebyggande forum är ett norskt kontakt- och samarbetsforum som samlar aktörer från ideella organisationer, försäkringsbolag, näringsliv och offentlig sektor till gemensamma insatser. Forumet arbetar tvärsektorielt. Den övergripande målsättningen är att förebygga allvarliga olyckor och främja det skadeforebyggande arbetet. Forumet skapar mötesplatser, förmedlar information, initierar och utvecklar projekt, och motiverar till insatser. Tillsammans med medlemmarna och samarbetspartners arbetar forumet för ett tryggare samhälle.

Raisoft Ltd är ett finskt företag som erbjuder RAI-baserade programvaru- och utbildningslösningar för mångprofessionellt samarbete på flera språk inklusive svenska. Lösningarna tillämpas för bedömning av funktionsförmåga, vårdplanering, resursfördelning och kvalitetsarbete (mer information i bilaga 1).

HUR är ett finskt företag som erbjuder träningsredskap för framför allt seniorer, rehabilitering och 40 + "wellness" marknaden. HUR utvecklades utifrån ett forskningsprojekt som bedrevs på Tekniska Universitetet i Helsingfors 1989. Företaget har nära samarbete med forskningsvärlden och grundade "HUR labs" som är en testmiljö för forskning inom området och applicering på produkterna (mer information i bilaga 1).

6 Effektmål

Primära effektmål skulle vara en ökning av fallskadepreventiva parametrar (som t ex ökad benstyrka, ökad balans, ökat välbefinnande osv).

Målet är en ökning med ca 30% från utgångsläge.

Sekundära effektmål skulle vara frekvens av frakturer till följd av falltrauman och som leder till sjukvårdskonsumtion. Dessa skulle jämföras med utvecklingen av dessa frakturer i kommunen som helhet.

Målet är en minskning av frekvensen av dessa frakturer med 20% inom en 3-5 års period.

7 Organisation

Följande grupper skulle bildas inom projektets ram:

Styrgrupp

- Verksamhetschef för NSC Ektorp
- Verksamhetschef för Familjeläkarna i Saltsjöbaden AB
- Representant för kommunen (chefen för enheten Äldre, Socialtjänsten)

Projektarbetsgrupp

- Projektledare/Fysioterapeut
- Sjuksköterskan
- Arbetsterapeut

Referensgrupp

- Representanter för pensionärsorganisationerna
- Biståndshandläggare
- I projektet ingående kompetenser / resurser (Ann Svalberg, Familjeläkarna i Saltsjöbaden AB)
- Representanter från berörda enheter inom kommunen
- Skadeforebyggande forum, Oslo

8 Grov tidplan för projektet

Hösten 2013:	Rekrytering av personal. Sammankallande av styrgrupp. Utbildning i InterRAI.
November 2013	Förstudie.Rekrytering av pilotgrupp. Sammankallande av projektarbetsgrupp. Sammankallande av referensgrupp. Informationsinsatser.
Januari 2014:	Rekrytering av de första kunderna – genom info till pensionärs föreningar, individuell information på restaurangen. Annonser i NVP. Iordningsställande av EKEN.
Jan - Feb 2014:	Öppnande av EKEN.
Mars 2014:	Första uppföljande skattningarna nr 1.
Juni 2014:	Alla uppföljande skattningar nr 1 är genomförda, de första skattningarna nr 2 är genomförda.
November 2014:	Uppföljande skattningar nr 2 är genomförda. De första skattningarna nr 3 är genomförda. Delredovisning av projektet.
Mars 2015:	Uppföljande skattningar nr 3 är genomförda. De första skattningarna nr 4 är genomförda.

Maj 2015: Vetenskaplig utvärdering av effektmålen.

Juni 2014: Uppföljande skattningar nr 4 är genomförda
Preliminär slutredovisning av projektet

November 2015: Slutredovisning av projektet.

9 Projektägare

Nacka kommun.

10 Finansiering

Vi söker medel för projektstarten under 2013. Se bifogad kostnads kalkyl.

Öppenhet och mångfald

*Vi har förtroende och respekt för människors kunskap
och egna förmåga - samt för deras vilja att ta ansvar*



POSTADRESS

Nacka kommun, 131 81 Nacka

BESÖKSADRESS

Stadshuset, Granitvägen 15

TELEFON

08-718 80 00

E-POST

info@nacka.se

SMS

716 80

WEBB

www.nacka.se

ORG.NUMMER

212000-0167