
Hembesök som främjar de äldres välbefinnande

Anvisningar för dem som gör hembesök som främjar välbefinnandet

Tupu Holma & Hannele Häkkinen

Bakgrund

I Finland har man i över tio års tid gjort hembesök hos äldre kommuninvånare (numera hembesök som främjar välbefinnandet). Syftet med besöken är att bidra till en äldre persons välbefinnande, funktionsförmåga och hälsa. Hembesök som främjar välbefinnandet hör enligt 12 § i lagen om stödjande av den äldre befolkningens funktionsförmåga och om social- och hälsovårdstjänster för äldre, nedan äldreomsorgslagen, till de tjänster som främjar befolkningens välbefinnande och som kommunerna ska tillhandahålla för invånarna. Utöver hembesöken är rådgivningstjänster, hälsokontroller och mottagningar för de äldre sådana tjänster.

Syftet med ett hembesök som främjar välbefinnandet är att stödja den äldres förmåga att klara sig hemma. Hembesöken inriktas vanligtvis på personer som hör till en viss åldersgrupp (oftast 75–80-åringarna). Numera rekommenderas det att hembesöken i synnerhet görs hos sådana äldre vars levnadsförhållanden eller livssituation bedöms innebära risker som ökar behovet av service. Riskgrupper är exempelvis äldre närståendevårdare, personer som nyligen mist sin make/maka eller annan närstående, ensamma, personer som skrivits ut från sjukhus och personer med minnessjukdom.

Vad gör man på ett hembesök?

Det viktigaste är att en yrkesutbildad person inom social- och hälsovården och den äldre under hembesöket för ett samtal om den äldres nuvarande situation och kommande behov. Den äldre uppmuntras till att använda sina egna resurser för att upprätthålla förmågan att leva självständigt. Den äldre ska få information om de tjänster som kommunen erbjuder och de personer som han eller hon kan ta kontakt med om han eller hon behöver hjälp. Efter behov ska han eller hon hänvisas till en bedömning av servicebehovet eller noggrannare utredningar av funktionsförmågan.

I samband med hembesök som främjar välbefinnandet kan man också på olika sätt testa och mäta funktionsförmågan enligt överenskommen praxis i kommunen. Man ska dock veta för vilket ändamål test och mätningar görs. Det lönar sig också att ta reda på vilka möjligheter den egna kommunen har att ingripa om testresultaten till exempel visar en nedsatt funktionsförmåga hos den äldre och ett behov av intensiv rehabilitering.

Strukturerad intervju

Som stöd i samtalet brukar man använda en intervjublankett eller ett intervjuformulär. Vid intervjuerna har kommunerna använt blanketter som de själva har utarbetat eller en intervjublankett som Finlands Kommunförbund utarbetade 2004. De har använts antingen som sådana eller i tillämpad form.

Intervjublanketten bildar stommen för samtalet och hjälper den anställda att känna igen risker som eventuellt kan försämra funktionsförmågan. Användningen av blanketten bidrar till att hembesöken görs enhetligt och systematiskt och hjälper den anställda att på ett systematiskt sätt ta upp även svåra frågor i samtalet, till exempel missbruk. De intervjublanketter som numera används har utarbetats så att de leder till en heltäckande och helhetsinriktad genomgång av de olika delområdena av den äldres livssituation. Klara svarsalternativ i en strukturerad intervjublankett underlättar hanteringen av resultaten. Intervjublanketten fungerar också som stöd för bedömningen och slutsatserna. Det är viktigt att innehållet i de intervjublanketter som kommunerna använder är så enhetligt som möjligt.

Kommunförbundets reviderade intervjublankett

I samband med Kommunförbundets utvecklingsprojekt utarbetade man år 2004 en gemensam intervjublankett för de kommuner som deltog i projektet. I slutet av 2013 uppdaterades

blanketten så att den motsvarar aktuella riktlinjer för äldreomsorgen. Den nya blanketten beaktar bland annat äldreomsorgslagen (980/2012), en rekommendation om bedömning av funktionsförmågan i samband med tjänster som främjar den äldre befolkningens välbefinnande (2013) som är utarbetad av det nationella TOIMIA-nätverket (nationellt expertnätverk för mätning och bedömning av funktionsförmågan) samt Kvalitetsrekommendation för att trygga ett bra åldrande och förbättra servicen (Social- och hälsovårdsministeriets publikationer 2013:15).

Vid utarbetandet av intervjublanketten användes också en omfattande webbhandbok (www.ikaneuvo.fi) som har utarbetats av Finlands Kommunförbund och Institutet för hälsa och välfärd samt annat aktuellt material som berör den äldre befolkningen, såsom IKINÄ-opas (en handbok om att förebygga halkolyckor bland de äldre), Turvallisia vuosia (Trygga år), som utarbetades 2013 i samband med en kampanj för förebyggande av olycksfall i hemmen, Säkerhetsanvisningar för äldre (Rådet för brottsförebyggande 2013) samt enkäter och intervjumallar som har utarbetats i kommunerna eller i samband med olika projekt.

Kommunförbundets reviderade intervjublankett innehåller följande teman:

- A Bakgrundsuppgifter
- B Hälsa
- C Funktionsförmåga
- D Boende och livsmiljö
- E Information om tjänster
- F Egna mål och egen välfärdsplan
- G Sammanfattning, slutsatser och vidare planer

Bilaga 1. Funktionsförmågan kartläggs och rörelseförmågan testas (TOIMIA)

Bilaga 2. Checklista för att förebygga olycksfall

A Bakgrundsuppgifter

Utöver kontaktuppgifterna ställs frågor om bland annat nuvarande civilstånd, boendeform och vem som den äldre bor med. Dessutom handlar samtalet om ämnen som inte ska dokumenteras i handlingarna (till exempel karriär, släkt och vänner). Ett samtal om dessa ämnen bidrar till en dialog. Om uppgifterna samlas in för kommunplaneringen ställer man flera frågor och dokumenterar flera svar.

B Hälsa

Hälsotillståndet kartläggs bland annat genom att man utreder den självupplevda hälsan och förändringarna jämfört med till exempel fjolåret samt användningen av läkemedel, tobak och alkohol. Dessutom utreds matlusten, sömnen, synen och hörseln. Vid sidan om samtalet får den äldre information om de faktorer som påverkar hälsan och anvisningar om levnadsvanor som främjar välbefinnandet efter behov.

C Funktionsförmåga

I syfte att bedöma funktionsförmågan utreder man bland annat rörelseförmåga och benägenhet att falla samt motionsvanor

- sinnesstämning, minne och sociala relationer
- hur den äldre klarar av vardagssysslor: att handla i matbutiken, att utföra lätta och tunga hushållsarbeten, att röra sig utanför hemmet samt hjälpmedel

D Boende och livsmiljö

Det ställs frågor om bland annat den äldres trivsel i sin livsmiljö och bostad, bostadens tillgänglighet och trygghet samt möjligheten att göra ändringar i bostaden.

E Information om tjänster

De äldre ska informeras om tjänsterna på ett lämpligt sätt. Den äldre får information om serviceutbudet i kommunen och hänvisas vid behov till olika tjänster.

I samband med ett hembesök ges den äldre en handbok eller information om tjänsterna i kommunen, en checklista för att förebygga olycksfall och annat behövligt material.

F Egna mål och egen välfärdsplan

Under hembesöket gestaltas den äldres egna målsättningar för ett bra åldrande. Den anställda och den äldre ska tillsammans utarbeta en välfärdsplan som avslutning på hembesöket. Planen ger svar på bland annat följande frågor:

- Vilka saker är viktiga för den äldre? Vad gör honom/henne glad/orolig?
- Vad vill den äldre själv göra för sitt eget välbefinnande?
- Den äldres egen plan för de närmaste månaderna (motion, fritidsintressen, kultur...): en konkret tidtabell och konkreta åtgärder

Välfärdsplanen lämnas till den äldre. Den anställda och den äldre ska komma överens om uppföljningen av hur den äldre följer planen (till exempel uppföljning per telefon etc.).

G Sammanfattning, slutsatser och vidare planer

Man ska alltid utarbeta en sammanfattning av samtalen och intervjun på hembesöket. Med den äldres tillstånd ska sammanfattningen enligt överenskommen praxis i kommunen fogas till patient-/klienthandlingarna som sådan eller i sammandrag. Sammanfattningen ska innehålla de saker som man tillsammans har kommit överens om och en prognos över servicebehoven. Sammanfattningen ges till den äldre.

Bilaga 1. Funktionsförmågan kartläggs och rörelseförmågan testas (TOIMIA) (i samband med tjänster som främjar välbefinnandet hos den äldre befolkningen)

Bilaga 1 sammanställer intervjublankettens frågor som är centrala för en kartläggning av funktionsförmågan. Frågorna gestaltas till en helhet, vilket underlättar bedömningen och dragandet av slutsatser. Om kartläggningen väcker oro för en nedsatt funktionsförmåga ska man bedöma läget noggrannare.

Utöver frågorna i bilaga 1 kan den anställda efter prövning och enligt de tilldelade resurserna bedöma den äldre personens funktionsförmåga också i praktiken. Då kan den anställda använda **ett TUG-test (Timed Up-and-Go)** som är lätt att genomföra. De svårigheter som kommer till uttryck i testet berättar att personen löper en allt större risk för att falla. Om det utifrån den grova kartläggningen ovan visar sig motiverat kan delområdena av rörelseförmågan noggrannare bedömas genom några test av den fysiska prestationsförmågan (Short Physical Performance Battery, **SPPB**) eller genom deltest av förmågan (4 meter gång, balans och uppstigning från stol). Ett svagt resultat i SPPB-testet förutspår att rörelseförmågan kommer att försvagas. Alla test och mått som nämns ovan samt deras bruksanvisningar finns på finska i TOIMIA-nätverkets databas under länken www.toimia.fi.

Bilaga 2. Checklista för att förebygga olycksfall

En checklista som är avsedd för de äldre och deras närstående hjälper dem att observera de vanligaste farorna i de äldres vardag. Man kan gå igenom checklistan på ett hembesök som främjar välbefinnandet och/eller lämna den till den äldre som senare kan fördjupa sig i den. <http://www.kotitapaturma.fi/checklista-for-att-forebygga-olycksfall/>

Användning av intervjublanketten

Intervjublanketten fungerar som stöd för samtalet under hembesöket. Intervjublanketten eller en del av frågorna kan före hembesöket skickas till den äldre så att han eller hon kan bekanta sig med frågorna eller kartlägga läget i förväg. Intervjublanketten kan utnyttjas i samband med en välfärdsundersökning som skickas till en bredare skara, i gruppssammankomster för de äldre eller på rådgivningsställen.

Frågorna i intervjublanketten styr samtalet vars syfte är att uppmuntra och instruera den äldre att använda sina egna resurser optimalt. Det är inte meningen att samla in och spara mycket information om den äldres situation. Om man noggrannare vill kartlägga till exempel de äldre kommuninvånarnas boende för kommunernas strategier eller välfärdsplaner kan den viktigaste informationen sammanställas i excel eller på ett motsvarande underlag för statistikföring. Då kan det behövas tilläggsfrågor eller preciserande frågor.

Merparten av frågorna i Kommunförbundets intervjublankett baserar sig på en rekommendation av det nationella expertnätverket för mätning och bedömning av funktionsförmågan (TOIMIA) och evidens om funktionsförmågan hos de äldre. Till denna del är svaren nationellt jämförbara.

Det är viktigt att de som gör hembesök som främjar välbefinnandet får utbildning i att föra samtal som är jämlika och motiverande och att bedöma funktionsförmågan hos en äldre person på ett övergripande sätt.

Fortsättning och slutsatser

Under hembesöket ska den anställda göra anteckningar i syfte att kunna bedöma behovet av stöd och hjälp. Bedömningen baserar sig på de saker som har lyfts fram i samtalet och som kan påverka funktionsförmågan negativt eller personens möjligheter att klara sig hemma. Det är möjligt att känna igen risker genom att poängsätta svaren. Den anställda kan också anteckna + och - och använda sitt professionella omdöme då man tillsammans drar slutsatser om den äldres situation. Bilaga 1 jämte frågorna är avsedd att göra det lättare att dra slutsatser om styrkorna och svagheter i fråga om funktionsförmågan hos den äldre.

Slutsatserna dras tillsammans. Vilka är de styrkor och positiva saker med hjälp av vilka den äldre även framöver klarar sig i vardagen? Hurdana risker innebär framtiden? Vilka aspekter i fråga om funktionsförmågan, hälsan och välbefinnandet borde ännu förstärkas? Har den äldre behov av service eller stöd nu eller i framtiden?

Motionsbrist, en försämring av det självupplevda hälsotillståndet, känslan av att vara onödig, trötthet, en försvagad syn, benägenhet att falla, minskad utomhusmotion, ett stort antal sjukdomar och svårigheter att klara av tunga hushållsarbeten är några tecken på att funktionsförmågan snabbt håller på att försvagas. Om antalet faktorer som förutspår en försvagning är stort ska man planera hur uppföljningen genomförs (per telefon, genom ett nytt hembesök eller i en grupp).

När man drar slutsatser ska man också observera de faktorer som förstärker den äldres egna resurser. Forskningen visar att följande faktorer hjälper en att klara sig hemma:

- bra kondition och hälsa, positiv livsinställning, humor
- ihärdighet och oeftergivlighet
- regelbunden motion och vardagsmotion
- skötsel av vardagssysslor
- hjälp och stöd från de närstående och vänner
- familj, vänner och fritidsintressen
- skäligt ekonomiskt läge
- fungerande och tillräckliga hjälpmedel samt trygg livsmiljö.

Material som stöd för hembesök som främjar välbefinnandet

1. Anvisningar för dem som gör hembesök som främjar välbefinnandet
2. Intervjublankett
3. Blankett för en egen välfärdsplan
4. Bilaga 1. Funktionsförmågan kartläggs och rörelseförmågan testas (TOIMIA) (anvisningar för TUG-test och SPPB-test)
5. Bilaga 2. Checklista för att förebygga olycksfall (www.kotitaturma.fi/checklista-for-att-forebygga-olycksfall/)

Materialet finns i pdf-format på Kommunförbundets webbplats på adressen:
<http://www.kommunerna.net/sv/sakkunnigtjanster/social-halsovard/social-service/aldreomsorgen/radgivningstjanster-och-valfardsframjande/hembes%C3%B6k/Sidor/default.aspx>

Vid behov kan materialet också fås i wordformat.

Närmare upplysningar Hannele Häkkinen, hannele.hakkinen@kommunforbundet.fi