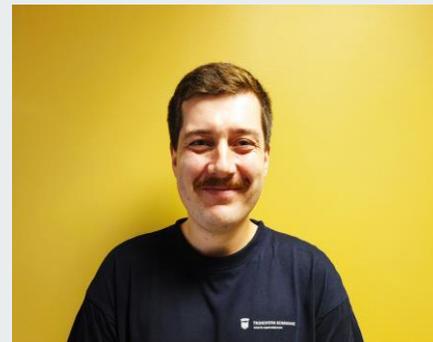




# Tidlig innsats voksne og eldre



Johannes Eide

Har du begynnende utfordringer i hverdagen?

## Hva er tidlig innsats?

- Hovedmål:

*"Eldre med begynnende funksjonssvikt skal gjennom tverrfaglig fokus på helsefremmende og forebyggende tiltak, fremfor kompenserende tiltak, styrke egne forutsetninger for å klare seg best mulig i egen hverdag for å utsette behov for personhjelp og hjemmetjenester"*

- En rehabiliterende innsats med fokus på egenmestring og brukermedvirkning





## Bakgrunn

- Problemstilling: Økende andel eldre og en økende tendens til å sette inn raske og administrative vedtak på kompenserende tiltak
- Behov for større fokus på å ivareta og styrke utførelse av aktiviteter og søke etter årsakene bak ønskene om kompenserende tiltak
  
- Startet opp som prosjekt i 2011 med arbeidshypotesen: *"Vil tidlig intervensjon ved bruk av ergo- og fysioterapeuter være med på å utsette igangsetting av trygghetsalarm, praktisk bistand hushold, tilsynsbesøk, og/eller personhjelp til dusj og begrense omfanget av tjenester og bidra til at bruker bor hjemme lengst mulig?"*



## Bakgrunn

### Evaluering av prosjektet:

- 83% opplevde noen eller stor betydning for utførelse av hverdagsoppgaver
- 92% opplevde økt helsekompetanse
- 11/18 deltakere har vedlikeholdt eller økt fysisk funksjon etter 12 mnd.

2012/2013: Innført som arbeidsform i alle bydelene i Trondheim kommune under navnet Tidlig innsats



## Tidlig innsats i dag

- Tverrfaglig samarbeid mellom Enhet for ergoterapitjeneste og Enhet for fysioterapitjeneste
- En del av kommunens satsning på Hverdagsmestring
  
- Ca. 350 tverrfaglige kartlegginger årlig
- 8 ergoterapeuter og 8 fysioterapeuter fordelt på 4 bydeler

## Målgruppe

- Personer over 65 år som ikke har hjemmetjeneste og som ber om enkle tjenester
- Særlig aktuelt ved begynnende utfordringer med daglige gjøremål, bevegelse, sanseapparat eller kognisjon
- Grad 3 - 5 i klinisk skrøpeligheitskala

	<b>3</b>	<b>KLARER SEG BRA</b>	Personer med <b>velkontrollerte medisinske problemer</b> , selv om de kan ha symptomer av og til. De er <b>ikke regelmessig aktive</b> utover vanlig gange.
	<b>4</b>	<b>LEVER MED SVÆRT MILD SKRØPELIGHET</b>	Tidligere «sårbar». Denne kategorien markerer en overgang fra å være helt selvhjulpel. Selv om de <b>ikke er avhengig av daglig hjelp</b> fra andre, vil <b>symptomer begrense aktivitet</b> . De klager ofte over at de er «langsomme» og/eller blir slitne/trøtte ila dagen.
	<b>5</b>	<b>LEVER MED MILD SKRØPELIGHET</b>	Disse er <b>mer tydelig langsomme</b> , og trenger hjelp til <b>komplekse aktiviteter</b> i dagliglivet (personlig økonomi, transport, tungt husarbeid). Vanligvis vil mild skrøpeligheitskala i økende grad føre til problemer med å handle eller gå utenfor hjemmet alene, lage mat, håndtere medisiner, og begynner å begrense lett husarbeid.

## Hvordan jobber vi?

- Tverrfaglig breddekartlegging i hjemmet med fokus på forebyggende og helsefremmende tiltak hvor pasienters ønsker og behov er sentrale

### Aktuelle kartleggingsverktøy

- ADL-taxonomien
- SPPB
- Sjekkliste "Eldre med begynnende funksjonssvikt"
- COPM og andre kartleggingsverktøy ut fra situasjon

Målsetting for videre intervensjon

## ICOPE Priority Conditions

The main target group is older people with declines in intrinsic capacity and functional ability.

ICOPE  
INTEGRATED CARE FOR OLDER PEOPLE



World Health Organization  
www.who.int



## Fagspesifikke ansvarsområder

### Ergoterapeuter:

- Hverdagsaktivitet - selvstendighet og mestring i ADL
- Tilrettelegging og tilpasning av aktiviteter og omgivelser
- Deltakelse i sosiale aktiviteter og fritid
- Sansetap og kognisjon

### Fysioterapeuter:

- Kroppsfunksjoner; balanse, svimmelhet, styrke, utholdenhet, bevegelighet
- Forebygging av fall og funksjonssvikt



## Tiltak

### Eksempler:

- Understøtte livsstilsvalg
- Råd og veiledning
- Relasjons- og motivasjonsarbeid
- Trene på aktivitetsferdigheter
- Tryggingstiltak
- Oppfølging av fysisk funksjon
- Tiltak knyttet til sansetap

## Noen erfaringer

- Flere sammensatte problemstillinger med ulike barrierer for gjennomføring av hverdagsaktivitet
- "Yngre" grupper med ulike utfordringer
- Vi kommer for sent inn i forløpene

## Hva er gevinsten med Tidlig innsats?

- Økt egenmestring
- Utsette hjelpebehov
- Bidra til en verdig alderdom
- Øke helsekompetanse

"Forebyggende tiltak og økt helsekompetanse – som kunnskap om ernæring, fysisk aktivitet og kompetanse til å ta vare på seg selv – får stor betydning for den enkeltes helsetilstand som styrker kommunenes muligheter til å kunne tilby omsorgsoppgaver i tilstrekkelig omfang"(NOU 2023:4, "Tid for Handling", s 279.)

- Tidlige intervensjoner kan redusere helsekostnader nå sikt





## Veien videre med Tidlig innsats

- Tidligere inn i forløp
- ICOPE



3

### KLARER SEG BRA

Personer med **velkontrollerte medisinske problemer**, selv om de kan ha symptomer av og til. De er **ikke regelmessig aktive** utover vanlig gange.



4

### LEVER MED SVÆRT MILD SKRØPELIGHET

Tidligere «sårbar». Denne kategorien markerer en overgang fra å være helt selvhjulpent. Selv om de **ikke er avhengig av daglig hjelp** fra andre, vil **symptomer begrense aktivitet**. De klager ofte over at de er «langsomme» og/eller blir slitne/trøtte ila dagen.



5

### LEVER MED MILD SKRØPELIGHET

Disse er **mer tydelig langsomme**, og trenger hjelp til **komplekse aktiviteter** i dagliglivet (personlig økonomi, transport, tungt husarbeid). Vanligvis vil mild skrøpeligheit i økende grad føre til problemer med å handle eller gå utenfor hjemmet alene, lage mat, håndtere medisiner, og begynner å begrense lett husarbeid.



## FOREBYGGENDE HELSEHJELP

Har du begynnende utfordringer i hverdagen?



### Målgruppe

- Personer over 65 år uten hjemmetjenester.
- Første kontakt med kommunale helse- og velferdstjenester.
- Etterspør hjelpemidler, trygghetsalarm, praktisk hjelp.
- Begynnende utfordringer med daglige gjøremål grunnet ryggopprått bevegelsesproblematikk eller sansetap.
- Grad 3-5 i Klinisk skrøpeligheitsskala (CFS).



### Mål

- Utsette hjelpebehov i hjemmet.
- Bistå personer til å forbedre, opprettholde eller komme tilbake til ønsket funksjonsnivå for å mestre hverdagen best mulig.
- Forebygge fall og funksjonssvikt.
- Øke deltakelse i og utenfor hjemmet.
- Avdekke behov for helsetjenester, trygghetsalarm eller hjelpemidler.



### Hvordan jobber vi?

- Tverrfaglig hjemmebesøk med ergo- og fysioterapeut.
- Breddekartlegging med fokus på forebyggende og helsefremmende tiltak.
- Fokus på hverdagsaktivitet.
- Brukers ønsker og behov sentralt.
- Øke egenaktivitet og helsekompetanse.
- Introdusere treningstilbud og sosiale aktiviteter.



### Kontakt oss

- Personer kan henvende seg direkte til ergo- eller fysioterapijenesten.
- Fastleger og andre fagpersoner kan henvise via e-link til HVK, ergo- eller fysioterapijenesten med en beskrivelse av aktuelle utfordringer.
- Enhet for ergoterapijeneste: Tlf: **90 50 64 54**.
- Enhet for fysioterapijeneste: Tlf: **46 81 34 83**.



## FOREBYGGENDE HELSEHJELP

Har du begynnende utfordringer i hverdagen?



### Målgruppe

- Deg over 65 år uten hjemmetjenester.
- Ved nyetablert kontakt med kommunale helse- og velferdstjenester.
- For deg med begynnende utfordringer med daglige gjøremål grunnet endringer i funksjon.
- For deg som ønsker råd og tips om en god alderdom.



### Mål

- Fortsette med de aktivitetene du ønsker.
- Øke kunnskap om egen helse.
- Forebygge fall og funksjonssvikt.
- Øke deltakelse i og utenfor hjemmet.
- Avdekke behov for helsetjenester, trygghetsalarm eller hjelpemidler.



### Hvordan jobber vi?

- Hjemmebesøk med ergo- og fysioterapeut.
- Breddekartlegging med fokus på forebyggende og helsefremmende tiltak.
- Fokus på hverdagsaktivitet.
- Dine ønsker og behov er sentrale.
- Introdusere treningstilbud og sosiale aktiviteter.



### Kontakt oss

- Du kan henvende deg direkte til ergo- eller fysioterapijenesten.
- Fastleger og andre fagpersoner kan henvise via e-link til HVK, ergo- eller fysioterapijenesten med en beskrivelse av aktuelle utfordringer.
- Enhet for ergoterapijeneste: Tlf: **90 50 64 54**.
- Enhet for fysioterapijeneste: Tlf: **46 81 34 83**.



### Referanser:

World Health Organization 2019: [Integrated Care of Older People\(ICOPE\): guidance for person-centred assessment and pathways in primary care](#). Sveits.

Norges offentlige utredninger 2023: 4 (2023): [Tid for handling: Personalet i en bærekraftig helse- og omsorgstjeneste](#). Oslo: Departementenes sikkerhets- og serviceorganisasjon, Teknisk redaksjon.

### Kontaktinformasjon:

Johannes Eide  
johannes.eide@trondheim.kommune.no  
Enhet for ergoterapitjeneste, Trondheim kommune