



Demensplan
for Stryn
kommune

2022-2025

Kvalitetskontroll

Utarbeida av	Anita Skarstein, Siw Rognmo Vangen, Mariann H. Yri, Berit Hage, Linda Hopland Bergset og Eivind Skjerven
Dato	

Godkjent av	
Dato	

Innhald

1	INNLEIING	5
2	DEMENSPLANEN SI FORANKRING OG AMBISJONAR	6
2.1	BAKGRUNN OG FORMÅL.....	6
2.2	MANDAT OG PLANPROSESS.....	6
2.3	OMFANG OG AVGRENSING	6
2.4	ARBEIDSGRUPPE OG STYRINGSGRUPPE.....	7
3	OVERORDNA MÅL OG FØRINGAR	8
3.1	OVERORDNA MÅL OG VISJON	8
3.2	NASJONALE FØRINGAR	8
3.3	LOKALE FØRINGAR	9
4	DEMENS	11
4.1	ÅRSAKSFAKTOR.....	11
4.2	GRUPPER SOM KAN HA SÆRSKILTE BEHOV	12
4.3	BEHANDLING	12
4.4	FØREBYGGING.....	13
4.5	FØREKOMST.....	13
4.6	RESSURSBRUK.....	15
4.7	UTFORDRINGAR INNAN DEMENSOMSORGA PÅ LANDSBASIS.....	16
5	INNSATSOMRÅDE	17
5.1	MEDBESTEMMING OG DELTAKING	18
5.2	FØREBYGGING OG FOLKEHELSE.....	20
5.3	GODE OG SAMANHENGANDE TENESTER.....	22
5.3	PLANLEGGING, KOMPETANSE OG KUNNSKAPSUTVIKLING	24
6	UTVIKLINGSBEHOV	26
7	TILTAK	28
7.1	TILTAKSPLAN.....	28
7.2	ØKONOMISKE FØRESETNADAR	28
8	PLAN FOR EVALUERING OG OPPFØLGING AV TILTAK	29
8.1	EVALUERING OG OPPFØLGING AV DEMENSPLANEN	29
8.2	EVALUERING OG OPPFØLGING AV STRATEGIAR OG TILTAK	29
9	VEDLEGG	30
10	LITTERATURLISTE – REFERANSER	31
	VEDLEGG 1 – DAGENS TILBOD	32
	VEDLEGG 2 – MANDAT.....	36
	VEDLEGG 3- NASJONALE FØRINGAR.....	39
	VEDLEGG 4 – TILTAKSPLAN.....	40

Forord

Vi veit vi står overfor vekst i tal eldre i åra som kjem, og at levealder vil truleg auke. Vi veit også at fleire vil leve med demens.

Demens er ein sjukdom som ikkje rammar berre den eine, men også i stor grad pårørande.

For at både dei som utviklar demens, og deira pårørande skal ha ein føreseieleg kvardag, er det viktig at dei veit kva dei kan forvente av tenesteyting frå kommunen.

I Stryn kommune ynskjer vi å legge så godt til rette som mogleg innan demensomsorga. Det er difor lagt ned mykje arbeid i å utarbeide denne planen. Planen skal sikre at dei som vert råka av demens og deira pårørande får gode og tilpassa kommunale tenester.

Målet for planarbeidet er å sikre:

- At personar med demens og deira pårørande vert fanga opp til rett tid og vert sikra gode og tilpassa tenester.
- Kommunal tenesteyting bidreg til å skape eit demensvennleg samfunn.
- Tenesteytinga til personar med demens og deira pårørande er prega av god kompetanse og høg kvalitet på tenestene.

Eg vil med dette rette eit stor takk til arbeidsgruppa som har jobba med planen, og alle aktørane som har gjeve innspel til denne.

Så håpar eg at innbyggjarane i Stryn kommune kjenner seg trygge på at dei får den hjelpa dei treng dersom sjukdomen rammar seg eller nokon av sine.

Stryn, mai 2022
Heidi Vederhus
Kommunalsjef Helse og sosial

1 Innleiing

På landsbasis har om lag 101.000 nordmenn ein demenssjukdom i dag. Ettersom førekomsten av demens aukar med alderen, vil det av demografiske årsaker bli ei fordobling av personar med demens fram mot 2040. Kognitiv svikt og demens medfører utstrekt bruk av helse- og sosialtenester og vil utgjere ei aukande samfunnsutfordring i åra framover.

Fleirtalet av personar med demens bur heime og ynskje å fortsette med det. Samtidig veit vi at det ofte kan bli ei utfordring å meistre daglege aktivitetar, både for den det gjeld, og for pårørende og nærkontaktane.

Få kroniske sjukdomar medføre så stort tap av livskvalitet og tap av så mange gode leveår som demens. Det er viktig at tiltak settast inn tidleg, og at ein gjennom rettleiing og tilrettelegging legg til rette for eigenmestring. Når sjukdommen rammar må kommunen ha eit godt og forutsigbart tilbod, både for den sjuke og for dei rundt.

Demensplan med foreslegne tiltak vil være eit viktig bidrag for å kvalitetssikre og vidareutvikle tenesta.



Bilde: demensplan 2025

2 Demensplanen si forankring og ambisjonar

2.1 Bakgrunn og formål

Stryn kommune har hatt ein demensplan som vart godkjent i 2009. Det er behov for revisjon av denne for å sikre langsiktig og heilheitleg planlegging og kvalitetsutvikling av tenestetilbod.

Demensplanen skal bidra til å kvalitetssikre arbeidet med demens i kommunen og skissere strategiar for å vidareutvikle tenesta. Demensplanen inngår i øvrig planarbeid til kommunen, herunder budsjett, årsmelding og overordna plandokument.

2.2 Mandat og planprosess

Planen er utarbeida etter mandat frå kommunalsjef Helse- og sosial (vedlegg 1). Leiar for arbeidet har vore ergoterapeut og leiar for hukommelsesteamet Anita Skarstein. I planprosessen har det vore kartlegging av dagens teneste og kvar dei største utfordringane ligg, der medverknad har vore ivaretatt gjennom brukar- og medarbeidarprosessar. Kartlegginga har omfatta 5 møter i arbeidsgruppa. På eine møtet deltok folkehelse rådgjeveren i Stryn Kommune. Vidare har det vore gjennomført møte med fastlegane, med leiarane for dagtilboda og telefonmøte med frivilligsentralen. Hukommelsesteamet har vore sterkt representert i kartlegginga sidan 3 av 4 medlem var med i arbeidsgruppa. Saksbehandlarar og leiarar har også vore representert i arbeidsgruppa. Prosjektleiar gjennomførte gruppeintervju av pårørande for å identifisere kva tilbod dei var fornøgde med, sakna eller meinte burde styrkast/forbetrast. Prosjektleiar har hatt to digitale møter med USHT for innspel til planarbeidet og systematisk oppfølging. Det har vore 5 møter med styringsgruppa. Med utgangspunkt i dette har styringsgruppa, leiarane og arbeidsgruppa utarbeida tiltaksplan.

2.3 Omfang og avgrensing

Målgruppa for planen er innbyggjarane i kommunen og alle tilsette som yte tenester. Planen gjeld for alle avdelingane i helse- og sosialetaten. Planen omhandlar tenestetilbodet til alle som har ei demensdiagnose uavhengig av andre diagnosar, og beskriv ikkje særomsorg til enkelte diagnosegrupper.

2.4 Arbeidsgruppe og styringsgruppe

Arbeidet med demensplan starta juni 2021 med ei arbeidsgruppe breidt samansett av fagfolk frå ulike etatar og tenesteområde.

Samansetning arbeidsgruppe:

Ergoterapeut og leiar av hukommelsesteam, Anita Skarstein
Einingsleiar pleie- og omsorgstenester område Stryn, Siw Rognmo Vangen
Avdelingsleiar demensavdeling Vikane, Mariann Yri
Avdelingsleiar heimesjukepleien Vikane, Berit Hage
Psykisk helsearbeidar, Linda Hopland Bergset
Brukarrepresentant rådet for eldre og personar med nedsett funksjonsevne, Eivind Skjerven

Samansetning styringsgruppe:

Prosjektleiar, Anita Skarstein
Einingsleiar pleie- og omsorgstenester område Stryn, Siw Rognmo Vangen
Einingsleiar pleie- og omsorgstenester område Vikane, Kari-Anne T. Haveland
Einingsleiar helse, Alexander Rande
Nestleiar helse og sosial, Oddhild Hilde
Kommunalsjef helse og sosial, Heidi Vederhus

3 Overordna mål og føringar

3.1 Overordna mål og visjon

Det overordna målet for planen er at den skal belyse viktige endringar og utfordringar innan demensomsorga og samtidig gje strategiske føringar for demensarbeidet i kommunen.

Stryn kommune sin visjon «*Vi vil utvikling*» står sentralt i arbeidet med demensplanen.

Verdiane til kommunen er Stolte – Tydeleg – Rause – Ytande – Nyskapande.

3.2 Nasjonale føringar

For at personar med demens skal få ivaretatt sin rett til eit tilpassa tenestetilbod er det dei siste åra utarbeida ei rekke faglege veilederar og anbefalingar til kommunane basert på gjeldande lovverk og nasjonale føringar. Nasjonal fagleg retningslinje om demens utdjupar og oppsummerar i stor grad kva ein frå nasjonalt hold anbefalar å etablere som del av ei tiltakskjede for personar med demens.

I Demensplan 2025 presentera Regjeringa sin 5-årsplan for å forbetre tenestetilbodet til personar med demens og deira pårørnde. Det overordna målet er å bidra til eit meir demensvennleg samfunn. Handlingsplanen bygger på 4 innsatsområde:

- Medbestemming og deltaking
- Førebygging og folkehelse
- Gode og samanhengande tenester
- Planlegging, kompetanse og kunnskapsutvikling

Demensplanen for Stryn kommune tek særleg utgangspunkt i dei fire strategiske hovudgrepa i demensplan 2025.

Mål for planen

- sikre at dei som vert råka av demens og deira pårørnde vert fanga opp i rett tid og får gode og tilpassa kommunale tenester
- kommunal tenesteyting bidreg til eit demensvennleg samfunn
- tenesteytinga til personar med demens og deira pårørnde er prega av god kompetanse og høg kvalitet på tenestene

Visjon for demensomsorga

Stryn kommune møter innbyggerane sitt behov innan demensomsorga med god kvalitet og tidleg innsats. Kommunen skal utvikle gode og forutsigbare tenester for personar med demens og deira pårørnde.

Sjå elles vedlegg 3 over retningsgjevande planar og meldingar.

3.2.1 Lovkrav

Personar med demens har ei rekke rettigheter nedfelt i lovkrav. Lovkrav i Lov om pasient- og brukerrettigheter (pasient- og brukerrettighetsloven), lov om kommunale helse- og omsorgstjenester m.m (helse- og omsorgstjenesteloven), lov om helsepersonell m.v. (helsepersonelloven), forskrift om en verdig eldreomsorg (verdighetsgarantien) og forskrift om kvalitet i pleie- og omsorgstjenestene (kvalitetsforskrift for pleie- og omsorgstjenestene) handlar blant anna om:

- rett til nødvendige helse- og omsorgstenester
- rett til medverknad og informasjon. Medverknaden si form skal tilpassast den enkelte si evne til å motta informasjon
- pårørande sin rett til å medverke saman med pasienten dersom pasient ikkje har samtykkekompetanse
- tilby dagaktivitetstilbod til heimebuande med demens
- rett til individuell plan og koordinator
- legge til rette for psykososiale tiltak og aktivitet
- tilby miljømessige og psykososiale tiltak basert på personsentrert omsorg og behandling
- sikre at brukaren av pleie- og omsorgstenestene får tilfredsstilt grunnleggande behov (mat og drikke, tannbehandling/munnhelse)
- tilby nødvendige pårørandestøtte, blant anna i form av opplæring og veiledning, avlastningstiltak og omsorgsstønad
- innrette tenestene slik at pasient eller brukar bli gitt eit forsvarleg, heilheitleg, koordinert og verdig tenestetilbod

3.3 Lokale føringar

Stryn kommune har vedtatt fleire lokale planar som har betydning for arbeidet med demensplanen. Dette er kommuneplan samfunnsdel, Leve heile livet, kompetanseplan og rehabiliteringsplan.

- **Kommuneplan samfunnsdel 2013-2024.** Kommuneplanen sin samfunnsdel er det overordna styringsdokumentet for kommunen og skal vere førande for utviklinga i Stryn kommune. Det overordna målet innan helse og omsorgstenestene er at alle innbyggjarar skal ha tryggleik og livskvalitet og at dei får forsvarlege helse- og omsorgstenester ut frå individuell trong.
- **Leve heile livet.** I 2020 utarbeida Stryn Kommune grunnlagsdokumentet Leve heile livet. Planen har ei rekke strategiar og mål som skal sikre at dei eldre kan meistre livet lengre og kjenne seg trygge på at dei får god hjelp når dei har behov for det.

- **Rehabiliteringsplan.** I 2019 vart det utarbeida Rehabiliteringsplan for Stryn Kommune. Hovudmålet i rehabiliteringsplanen er å betre kvaliteten, samhandlinga og koordineringa mellom nivå og innanfor desse, og styrke brukarperspektivet.
- **Strategisk kompetanseplan:** Kompetanseplanen blei vedtatt i 2020. Målet med kompetanseplanen er å bidra til å heve kvaliteten på tenestene vi skal levere til innbyggerane

4 Demens

Begrepet demens har opphav i latin og betyr «ute av sinn». Demens er ei fellesnemning for fleire hjernesjukdomar. Demens kjenneteiknast ved endringar i kognisjonen (evne til å ta i mot, bearbeide og uttrykke informasjon) og åtferd i ei så stor grad at det påverkar evna til å meistre aktivitetar i dagleglivet.

Demens utviklar seg gradvis over tid og fører til aukande endring i hjernen. Det er store forskjellar frå person til person kor fort og korleis sjukdomen utviklar seg. Det første teiknet på demens er vanlegvis aukane gløymse. Det startar ofte med problem med å hugse småting, som kva dei gjorde i går. Seinare svekkast orienteringssansen, og dei kan gå seg vill eller ha lett for å bli forvirra. Til slutt kan dei gløyme korleis dei gjennomfører viktige kvardagslege ting som å lage mat, kle på seg eller gå på toalettet. Seinare i forløpet vil det kunne være større endringar i personlegdom og veremåte. Dette inneber at personen som får demens gradvis blir dårlegare inntil vedkommande har behov for hjelp heile døgnet (Nasjonalforeningen).

Ein person med demens har eit gjennomsnittleg sjukdomsforløp på 8,1 år. Forløpet er delt inn i tre stadier:

1. Frå symptomdebut til diagnosestilling - gjennomsnittleg varigheit 3,0 år
2. Frå diagnosestilling til innlegging på institusjon - gjennomsnittleg varigheit 3,0 år
3. Opphald på institusjon - gjennomsnittleg varigheit 2,1 år (Skoglid m.fl, 2020)

4.1 Årsaksfaktor

Det er fleire og samansette årsaker til at ein utviklar demenssjukdom. Både arv og livsstil kan spele ei rolle i utviklinga av demens. Hyppigast årsak er Alzheimers sjukdom, ein degenerativ hjernesjukdom som alltid fører til demens over tid. Om lag 60 % av alle med demens har denne sjukdomen. Andre hyppige årsaker til demens er cerebrovaskulær sjukdom - om lag 15 % til 20 % får vaskulær demens som ei følge av

I	1. svekka hukommelse, især for nyare data + 2. svekking av andre kognitive funksjonar (dømmekraft, planlegging, tenking eller abstraksjonsevne) Den kognitive svikten må påverke dagleglivet sine funksjonar: <i>Mild:</i> Verkar inn på evne til å klare seg sjølv <i>Moderat:</i> Må ha hjelp frå andre <i>Alvorleg:</i> Må ha kontinuerleg tilsyn og pleie
II	Klar bevisstheit
III	Sviktande emosjonell kontroll, motivasjon eller sosial åtferd, minst eit av fylgjande: <ol style="list-style-type: none"> 1. emosjonell labilitet 2. Irritabilitet 3. Apati 4. Unyansert sosial åtferd
IV	Varigheit på minst seks månadar eller meir

Generelle diagnosekriterier for demens, ICD-10

hjerneslag. Hjå 10 % til 15 % er årsaka demens med lewylegemer, medan 5% får frontotemporal demens (åtferds- og språkvariant).

Ein ser også auka risiko for demens ved:

- Parkinsons sjukdom
- Multippel sklerose (MS)
- Downs syndrom
- Eldre med alkoholproblem
- Mild kognitiv svikt (Helsedirektoratet, 2020)

4.2 Grupper som kan ha særskilte behov

Dei ulike sjukdomane gir ulike symptom, og personane med demens vil ha svært ulike behov. Ei lita gruppe av personane som får demens har i tillegg særskilte behov. Dette gjeld blant anna:

- Yngre personar med demens (under 65 år)
- Personar med utviklingshemming og demens
- Personar som ikkje har etnisk norsk bakgrunn
- Personar med alvorleg psykiatrisk lidning
- Personar med rusmisbruk
- Personar med demens med utfordrande åtferd (APSD)

Desse personane har oftast behov for ekstra tilrettelegging ved oppfølging, og krev gjerne mykje ressursar frå både pårørande og helse- og omsorgspersonell. Ein må søke samarbeid på tvers av sektorar og sørge for god dialog med spesialisthelsetenesta for å ivareta kvaliteten på tenestene rundt desse personane (Helsedirektoratet, 2020).

4.3 Behandling

Det finst ingen kur eller enkelttiltak som bremsar eller stoppar utviklinga av demens, men det finst legemiddel som kan forsinke utviklinga av symptom og gi ei viss betring i ein periode. Medikamentell behandling er berre ein del av omsorga som personar med demens og familiane treng. Eit tilrettelagt miljø, fysisk aktivitet og andre meningsfulle aktivitetar, vil være av betydning for å kunne fungere best mogleg i kvardagen.

4.4 Førebygging

Førebygging av demens handlar i stor grad om å legge til rette for god helse med fleire gode leveår og livskvalitet, redusere uheldige miljø- og livsstilfaktorar og redusere sosial ulikheit i helse (Helse- og omsorgsdepartementet, 2021). I fylgje Lancet-kommisjonen har 60% av demenstifella på verdsbasis ukjent årsak, medan 40% kan skuldast 12 risikofaktorar som kan påverkast. Desse risikofaktorane har ulik betydning i ulike fasar av livet:

Tideleg i livet	Midt i livet	Seint i livet
lav utdanning (7%)	hørselstap (8%)	røyking (5%)
	traumatisk hovudskade (3%)	depresjon (4%)
	høgt blodtrykk (2%)	sosial isolasjon (4%)
	høgt alkoholforbruk (1%)	fysisk inaktivitet (2%)
	fedme (1%)	luftforureining (2%)
		diabetes (1%)

Dette viser at det er viktig å starte førebygginga tideleg med tiltak og førebyggjande helsearbeid, og at det aldri er for seint å forebygge demens.

4.5 Førekomst

Førekomst av demens aukar med alderen, sjølv om demens ikkje er ein naturleg del av det å bli eldre. Blant menneske over 90 år har meir enn kvar tredje person utvikla demens. Demens førekjem også hos personar yngre enn 65 år (tidleg debut), men er svært sjeldan.

Tidlegare undersøkingar har vist at det er noko fleire kvinner enn menn som har demens. Årsaka til dette er ukjent, og forskjellen kan ikkje aleine forklarast av at kvinner har høgare levealder (Gjæra m.fl, 2020).

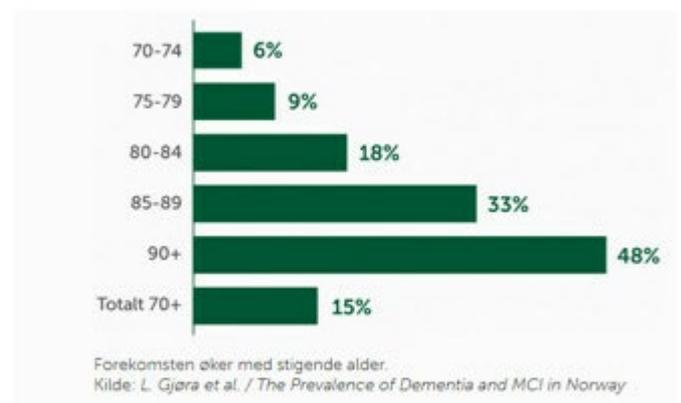


Fig 1: Aldring og helse

Andre førekomsttal:

- Om lag 60 % av alle personar med demens bur i eigen heim
- 42% av dei over 70 år som mottok helsetenester i heimen, har demens
- 84% av dei som har langtids plass i sjukeheim har demens (lever i snitt litt over 1 år i sjukeheim)
- 48% av dei over 90 år har demens
- 90% av personar med demens mottok hjelp frå pårørande
- 16% av kvinnene over 70 år har demens, 13% av menn
- 50-60% av dei med ein mild kognitiv svikt vil over tid utvikle demens (ca.10-15% kvart år)
- 35,5% av dei over 70 år har ein mild kognitiv svikt (MCI)
- 90% vil utvikle APSD i løpet av sjukdomsforløpet

4.5.1 Førekomst og framskrivingar for Stryn

Det er store forskjellar i aldring i dei ulike kommunane i landet. Stryn er ein av disktrikskommunane som vil få ein merkbar auke innan fleire eldre og samtidig færre yngre innbyggjarar (Leknes m.fl, 2018).

I fylgje demenskartet vil Stryn Kommune få fylgjande utvikling i tall innbyggjarar med demenssjukdom, fordelt på aldersgrupper:

År	Sum	30-64 år	65-79 år	80-89 år	90 år +
2020	158 (2,22%)	2	49	68	39
2025	179 (2,57%)	2	58	85	34
2030	209 (3,01%)	2	58	106	43
2040	282 (4,10%)	2	67	137	76
2050	331 (4,88%)	2	64	166	99

(Demenskartet.no)

I framskrivingane ligg Stryn over landsgjennomsnittet i høve forventa førekomst av demens. Til samanlikning er det til dømes estimert at 2,98% av innbyggjarane i Oslo vil ha demenssjukdom i 2050, medan førekomsten i Stryn er estimert til 4,88% .

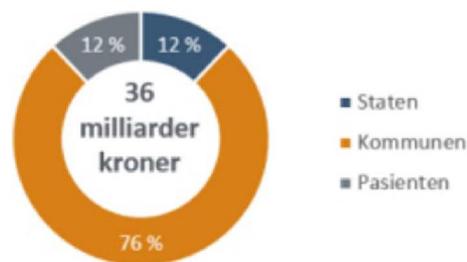
Tabellen viser ei rimeleg stabil utvikling i dei to yngste aldersgruppene fram mot 2050. Den største auken kjem i aldersgruppa over 80 år. Samtidig veit ein at over halvparten av eldre over 80år bur aleine (SSB, 2019). Dei vil oftare kunne trenge tett oppfølging, enten av pårørande, frivillige og/eller av det offentlege.

4.6 Ressursbruk

Pleie og omsorg av personar med Alzheimers og andre demenssjukdomar krev mykje ressursar frå helsetenesta. Ettersom det i dag ikkje finst ei effektiv behandling mot demens er dei største kostnadspostane relatert til pleie og omsorg, av dette sjukeheimsopphald og heimesjukepleie.

I 2020 var totalkostnaden på 44 milliardar kroner på landsnivå, og det ventast å stige til dryge 180 milliardar i 2040.

Kommunane finansierer størsteparten av helsetenestekostandane med heile 76% (ca.36 milliardar). Av dette går ca. 60% av kostanden til opphald i institusjon og 21% til heimesjukepleie. Spesialisthelsetenesta dekker berre 12 prosent av helsetenestekostnadene, og dei siste 12 prosentar dekkast av pasienten sjølv (Skoglid m.fl, 2020).



I 2016 vart årleg ressursbruk i kommunane stipulert til ca.358 000 kr per pasient (Bergh, 2016). Prognoser og tall innan førekomst av demens og kostnad viser at Stryn kommune vil få ein markant auke i ressursbruken knytt til demensomsorga i framtida.

4.6.1 Hjelp frå pårørande

Offentleg og uformell omsorg supplerer kvarandre ved at pårørande ofte gir praktisk og emosjonell støtte, medan tyngre omsorgsoppgåver hovudsakeleg er det offentlege sitt ansvar. Denne kombinasjonen gjer det mogleg for personar med demens å bu heime (Hagen, 2020).

Ei undersøking viser at demenssjuke mottek i snitt mellom 60 og 85 timer hjelp frå pårørande i månaden når demensdiagnosen stillast. Dette aukar til 160 timar rett før innlegging på sjukeheim (tilsvarande ei full stilling). På same tid får dei 16 timar heimesjukepleie og 1-2 timar heimhjelp i månaden. Ein femtedel av brukarane får dagtilbod 1-2 gongar per veke (Bergh, 2016).

Grunna fleire eldre og utfordringar med rekruttering av helsepersonell er kommunen avhengig av at pårørande yte omsorg ovanfor personar med demens. Dette behovet vil mest truleg auke i framtida.



4.7 Uffordringar innan demensomsorga på landsbasis

Demensplanen 2025 skissera følgande nasjonale utfordringar innan demensomsorga:

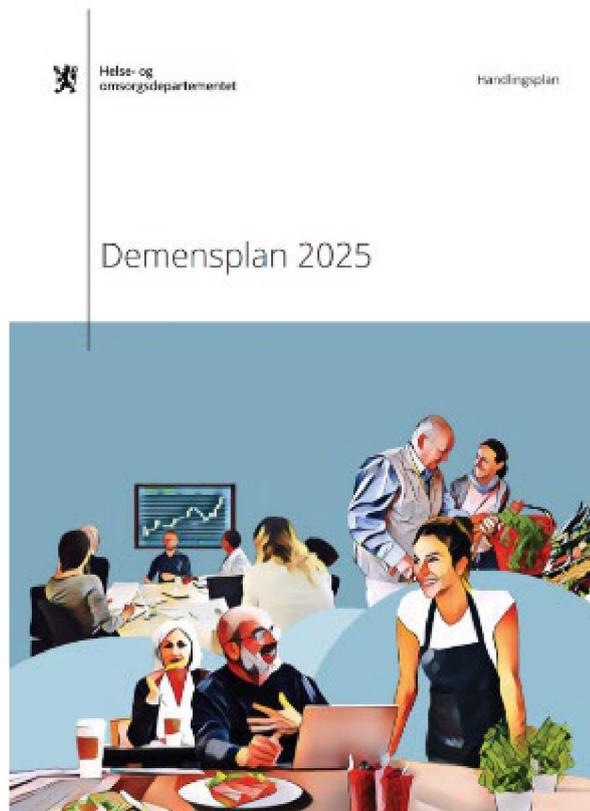
- Om lag 101.000 nordmenn har ein demenssjukdom
 - Demens aukar med alderen
 - Tall personar med demens vil fordoblast fram mot 2040
 - Del eldre vil auke sterkast i dei mindre sentrale delane av landet
 - Den demografiske utviklinga vil gi mangel på helse- og omsorgspersonell
 - Stigma om demens i befolkninga
- Den enkelte sitt behov vert ikkje kartlagt god nok før tenester tildelast
 - Mange sjukeheimsbebuarar får ikkje tilbod om å snakke om sine verdiar og ynskje for framtidig behandling
 - Fleire pårørande har behov for bli meir sett og lytta til. Fleire pårørande opplever at dei ikkje får tilstrekkeleg med informasjon og avlastning
 - Avlastningsteneste i kommunane er ofte prega av standardløysingar
 - Stor variasjon i dagtilboda (lite tilpassa den enkelte, passivitet)
 - Få personar med demens som har vedtak på støttekontakt (1331 stk i 2018)
 - For få diagnostiserast tidleg noko / for mange får ikkje diagnosen i det heile
 - Kun 40% av kommunane har faste rutinar eller modellar for systematisk oppfølging
 - Utredning av demens hos etnisk minoritetar kan gi kommunikasjonsutfordringar
 - Vold og overgrep på sjukeheimar grunna utfordrande åtferd
 - Mange eldre bur aleine, og dei fleste har ikkje føresetnadane for å tilpasse eigne bustadar eller kjøpe ny bustad
 - Teknologiske- og digitale produkt eller fysiske barrierar i samfunnet kan gjere det vanskeleg å meistre alminnelege kvardagsaktivitetar
 - Redusert næringsstatus hos personar med demens (reduert evne til å handle inn / lage mat)
 - Mange personar med demens brukar mange legemiddel – og ofte med uklar indikasjon
 - Mange personar med demens har behov for bistand til å ivareta eiga tannhelse

5 Innsatsområde

Demens er ei stor påkjenning og utfordring både for den som rammast, dei pårørende, helse- og omsorgstenestene og samfunnet. Auken innan demens vil sette eit sterkt preg på dei kommunale helse- og omsorgstenestene når det gjeld kapasitet, kompetanse og fagleg tilnærming, fysisk utforming og arkitektur, samt samspel med pårørende og frivillige. Det vil også påverke samarbeidet med spesialisthelsetenesta.

Innsatsområde i Stryn Kommune delast inn etter same struktur som dei fire innsatsområda som presenterast i Nasjonal Demensplan 2025:

1. MEDBESTEMMING OG DELTAKING
2. FØREBYGGING OG FOLKEHELSE
3. GODE OG SAMANHENGANDE TENESTER
4. PLANLEGGING, KOMPETANSE OG KUNNSKAPSUTVIKLING



5.1 Medbestemming og deltaking

Personar med demens skal kunne leve trygge og aktive liv – uavhengig av kvar dei er i sjukdomsutviklinga og kva omsorgsnivå dei er på.

Innsatsen frå den kommunale helse- og omsorgstenesta må bidra til så trygg og meiningsfull kvardag som mogleg, der personar med demens og deira pårørande er involvert i avgjersler, og har innflytelse over eige liv.

Det er viktig med tilpassa dagtilbod – slik at dagane opplevast som meiningsfulle og attraktive. Det er viktig å legge til rette for at personar med demens kan bevege seg ute aleine så lenge som mogleg. Det er behov for auka sosial kontakt og aktivisering for bebuarar på sjukeheimar og omsorgsbustadar.

Pårørande må anerkjennast og støttast slik at dei kan hjelpe og støtte sine nære utan sjølv å bli utslitne. Informasjon og støtte kan redusere pårørande sine omsorgsbelastningar og føre til ein betre kvardag både for pårørande og den som er sjuk. Då er det behov for gode avlastningstilbod slik at pårørande kan stå i omsorgsoppgåvene. Nasjonal fagleg retningslinje for demens peikar også på behovet for at kommunane har fleksible avlastningsordningar som er tilpassa personar med demens og behovet til dei pårørande.

Vidare er det viktig å legge til rette for pårørande/familien si moglegheit for å kombinere arbeid med kvardagsliv med omsorg for sine nære.

Velferdsteknologi er eit viktig bidrag for at personar med demens kan bu heime lenger og samstundes oppleve meistring og trygghet. GPS kan til dømes gi auka friheit. Velferdsteknologi vil også kunne gi avlastning for pårørande og omsorgspersonar.

Status Stryn

- **Brukarmedverknad:** rådet for eldre, bruker- og pårøranderåd på omsorgssentra, innkomsamtaler, fokus på «kva er viktig for deg?» ved kartlegging
- **Aktivitet:** dagtilbod for personar med demens 2 dagar i veka, tilbod om støttekontakt, aktivitet på omsorgssentra
- **Pårørandearbeid:** etablert hukommelsesteam, tilbod om pårørandeskule og opne temakvelder. Dagtilbod. Moglegheit for rullerande avlastningsopphald på omsorgssentra. Moglegheit for å søke på omsorgsstønad og velferdspemisjon
- **Digitale hjelpemiddel:** tilbod om velferdsteknologiske løysingar. Eiga arbeidsgruppe for Velferdsteknologi

Sjå vedlegg 1 for meir informasjon.

Slik vil vi ha det

Personar med demens opplever:

- at dei får god informasjon, blir lytta til og er delaktige i utforminga av eige tenestetilbod
- tilgang til relevant og tilpassa dagtilbod og aktivitetstilbod
- tilgang til tilpassa og fleksibel avlastning

Lokale utfordringar:

- Fleire pårørande opplever å ikkje få tilstrekkeleg informasjon. Dette gjeld til dømes informasjon om tenestene, rettigheter, stønadsordningar og økonomisk rådgiving
- Manglande systematikk for å sikre at tema som helsetilstand, verdiar, ynskjer for behandling og prognose vert tatt opp for heimebuande og bebuarene på omsorgssentra
- Få dagar med dagtilbod, og dermed avgrensa moglegheit til å tilby avlastning og eit meir tilrettelagt tilbod for deltakarane på dagtilbodet
- Mangelfullt tilbod til yngre personar med demens
- I lita grad fleksible avlastningsordningar
- Begrensa aktivisering heimen, blant anna grunna utfordringar med å rekruttere støttekontakter og ikkje etablert tilbod om aktivitetsvenn
- Pårørande som opplever at støttekontaktordninga ikkje fungerer
- All Velferdsteknologi ikkje fullstendig integrert del av tenesta enda

5.2 Førebygging og folkehelse

Det er anslått av 40% av demenstilfella kunne vore førebygd.

Det førebyggjande arbeid innan fysisk og psykisk helse er svært viktig. Depresjon er forbunde med ein lettare auka risiko for å utvikle demens. Forsking viser at trening kan redusere depresjon, uro og passivitet hos personar med demens.

Kommunen skal planlegge for aldersvennlege løysingar, gjennom å involvere næringsliv, arbeidsliv og frivilligheit, samt eldre. Kommunen må sjå på løysingar som bidreg til at flest mogleg kan bu heime lengst mogleg ved å tilrettelegge heimen eller omgivnadane. Førebyggjande heimebesøk er viktig.

Demensvennleg samfunn handlar om tiltak som aukar kunnskapen om demens blant innbygarane generelt, også næringslivet. Gjennom at fleire i samfunnet, også næringslivet, kan litt om demens, blir det lettare å leve med sjukdomen.

Mange vil ha nytte av møteplassar der brukarar og pårørande kan dele erfaringar, bygge sosiale nettverk og vere i dialog med fagpersonell.

Status Stryn

- **Aktiv og sunn aldring, skape fleire leveår med god helse:** cafetilbod for heimebuande, tiltak i regi av frivillige lag, grunnlagsdokumentet Leve heile livet, folkehelseråd gjevar i 40% stilling
- **Fysisk og psykisk helse:** psykisk helsearbeidsteneste, dagtilbod, heimeteneste og aktivitetstilbod, Frisklivssentral, Stryn Frivilligsentral, Røde kors, fallførebyggjande trening «sterk og stødig»,
- **Bustadplanlegging og stadsutvikling:** prosjekt med Husbanken, forebyggjande heimebesøk 80+, tverrfagleg bustadteam, hukommelsesteam
- **Meistring:** pårørandeskule med samtalegrupper
- **Andre faktorar som påverkar demens:** hørselskontakter, tilbod om kartlegging av ernæringsstatus, ruspolitisk oppfølgingsplan, ruskonsulent i 50% stilling, MOT/VIP førebyggjande arbeid, tannsjekk for bebuarane på omsorgssentra og heimebuande

For meir informasjon, sjå vedlegg 1

Slik vil vi ha det

Stryn kommune arbeider for å:

- bli eit aldersvennleg og demensvennleg lokalsamfunn der alle har moglegheit til å delta
- fremme fysisk og psykisk helse
- samhandle aktivt med frivilligheita
- tilrettelegge for at flest mogleg skal kunne bu lengst mogleg i eigen heim

Lokale utfordringar:

- Stigma i samfunnet om demens, begrensa kunnskap om demens
- Livsstilutfordringar knytt til inaktivitet, overvekt, tobakk og rus
- Lange intervall mellom kvar gong det er tilbod om gruppesamtale for pårørande (rekruttering)
- Manglande formelt møtefora mellom kommunen og frivillige
- Mange eldre einebustadar i kommunen som ikkje eignar seg å bli gamle i (krev tilrettelegging eller flytting)

5.3 Gode og samanhengande tenester

Personar med demens skal oppleve trygghet og forutsigbarheit i møte med tenesta. Tenestetilbodet skal ta utgangspunkt i den enkelte sine behov og ynskjer, og støtte dei til å vere aktive og trygge og meistre livet i eigen heim.

Personsentrert omsorg og behandling bidreg til å oppretthalde personleg autonomi, trygghet og forutsigbarheit i pasientforløpet. Tenesta må innrettast slik at tilsette kan forebygge og handtere åtferdsmessige hendingar, både for å ivareta den enkelte og for å beskytte omgivnadane. Små einingar på institusjonane bidreg til sosial interaksjon, oppleving av autonomi og til å ivareta individuelle behov og moglegheit for privatliv.

Utredning og diagnostisering er viktig for å utelukke andre årsaker til symptoma og gi symptomlindrande behandling. Tidleg diagnostisering kan gjere at ein får vere med på å planlegge framtida, inkludert avgangen frå arbeidslivet. Etter demensdiagnose er det viktig med tett og systematisk oppfølging for at personen med demens og pårørande kan bearbeide eigne reaksjonar og oppretthalde best moglege funksjonsnivå. Ein fast kontaktperson / koordinator må ta initiativ til samtale og individuell støtte, og er avgjerande for god og systematisk oppfølging. Vidare krevst det tett samhandling både på tvers av tenestene og med spesialisthelsetenesta for å sikre god oppfølging.

Demenssjukdommen påverkar etter kvart evna til å planlegge og ta eigne slutningar. Førehands-samtaler er viktige sidan personar med demens kan ha vanskar med å uttrykke ønsker og behov ved livets slutfase. Pårørande erfarer at forhandssamtale og kartlegging av livshistoria er nyttige verktøy for å sikre eit godt samarbeid. Det er også viktig å skrive ei framtidsfullmakt så tidleg som mogleg.

Systematisk gjennomgang av legemiddel er eit viktig tiltak for å sikre hensiktsmessig bruk og forebygge pasientskade.

Status Stryn

- **Personsentrert omsorg:** tilsette med fokus på personsentrert omsorg, spesifikk intervensjonsmodell ikkje praktisert
- **Utredning og diagnostisering:** hukommelsesteam utfører basal demensutredning i samarbeid med fastlege. Utredning ved eldre medisinsk poliklinikk Nordfjordeid
- **Oppfølging etter diagnose:** dei med demensdiagnose får halvårleg oppfølging og re-test etter 1 år
- **Heimebuande med behov for tenester:** tilbod om heimebaserte tenester
- **Sjukeheim og andre heildøgns omsorgstenester:** Kommunen har to avdelingar tilrettelagt for personar med demens
- **Åtferd som er utfordrande:** tilsette med fokus på kapittel 4A og 46. Avviksregistrering ved trugslar og vald
- **Samhandling:** deltaking på samarbeidsmøter med eldre medisinsk poliklinikk. Kommunen deltek i nasjonalt læringsnettverk «gode pasientforløp». Koordinerande eining (KE) revitalisert i 2020
- **Lindrande behandling og omsorg:** temaet tatt opp i inkomstsamtale og i kartleggingssamtale i heimen
- **Legemiddelbruk /behandling:** årleg legemiddelgjennomgang på omsorgssentra

Slik vil vi ha det

Personar med demens og deira pårørende opplever:

- Å få individuelt tilrettlagte tenester basert på god innsikt i den enkelte sin situasjon og sjukdomshistorie
- God samhandling mellom ulike tenestetilbod
- Å få systematisk oppfølging etter fastsett diagnose
- Å motta god lindrande pleie og omsorg i livets slutfase
- Å motta tilbod på rett omsorgsnivå

Lokale utfordring:

- Begrensa personalressurs til å jobbe målretta med personsentrert omsorg
- Mangel på skjerma / tilrettelagt avdeling for personar med utfordrande åtferd
- Brukarar som ikkje erkjenner at dei har utfordringar med kognisjon og ikkje vil oppsøke hjelp / vil ta i mot hjelp
- Mange som får diagnosen seint i sjukdomsforløpet
- Brukarar som kjem seint inn på dagtilbod (avdi dei får diagnosen seint i sjukdomsforløpet)
- Mangelfull samhandling mellom hukommelsesteam og fastlegar angående brukarar som har fått ei demensdiagnose
- Begrensa kapasitet i hukommelsesteamet til å kunne tilby systematisk oppfølging av personar med demens (ingen stillingsprosent knytt til teamet)
- Ikkje tilbod om individuell koordinator for personar med demens / fast kontaktperson
- Lite fokus på framtidfullmakt
- Fleire av brukarane på omsorgssentra som ikkje bur i einingar spesielt tilrettelagd for kognitiv svikt

5.3 Planlegging, kompetanse og kunnskapsutvikling

Kunnskap om demens er avgjerande for å møte personar med demens med forståing og respekt, avdekke og diagnostisere sjukdommen så tideleg som mogleg og gi riktig behandling og omsorg. Kunnskap om sjukdommen er avgjerande for at personar med demens og deira pårørande skal oppsøke hjelp og forberede seg på endringar som kjem.

At alle har kunnskap og kompetanse om demens er avgjerande for å lukkast med å gjere samfunnet meir demensvennleg. Arbeidet med utvikling og spreing av personsentrert omsorg og miljøterapeutiske metodar/arbeidsformer er viktig. Demensomsorgens ABC og eldreomsorgens ABC er viktige bidrag for å heve kompetansen.

For personane med demens som sjølv ikkje kan oppsøke helse- og omsorgstenester eller ivareta eiga helse er det viktig å auke helsekompetansen deira. Helsekompetanse er evna til å finne, forstå, vurdere og bruke helseinformasjon (også digital). Pasientopplæring, kurs og veiledning er viktige individretta tiltak for å auke helsekompetansen til personar med demens, pårørande og helsepersonell. Systemretta tiltak handlar både om korleis helse- og omsorgstenesta organiserast for at det skal vere enkelt for brukarane å finne fram til rett tilbod og at tilbodet er tilpassa brukaren sin helsekompetanse.

Å skape ein heiltidskultur og arbeide for å rekruttere og behalde tilsette i alle personalgrupper er viktig. Det skal leggjast til rette for livslange karriereløp.

Status Stryn

- **Kunnskap om demens i samfunnet og helsekompetanse:** Pårørandeskulen , heimesider med informasjon om hukommelsesteam og demens. Revidering av skriftleg informasjon på nettet, mål å få eit klart språk.
- **Kompetanse og kompetanseheving:** kompetanseplan for helse og omsorg. Tilbod om demensomsorgens ABC og eldreomsorgens ABC. E-læring via veilederen.no.

For meir informasjon, sjå vedlegg 1

Slik vil vi ha det

Stryn kommune har:

- Fokus på å auke kunnskapen om demens i samfunnet
- Tilsette med god kompetanse innan demens og som yte tenester av høg fagleg kvalitet

Lokale utfordringar

- Rekruttere nok deltakarar til pårørandeskule til å kunne arrangere det årleg
- Ikkje tilbod om brukarskule / for få brukarar til å arrangere brukarskule
- Sikre tilgang på tilstrekkeleg, kompetente og kvalifisert helse- og omsorgspersonell (utfordringar med å rekruttere, kombinert med mange som går av med pensjon)
- Rekruttere deltakarar til demensomsorgens og eldreomsorgens ABC
- Tilsette med begrensa norskkunnskap
- Leiarar utan leiarkompetanse
- Begrensa fokus på organisasjons- og tenesteutviklingsnivå korleis helse- og omsorgstenesta skal ta omsyn til pasientar og brukar si helsekompetanse (systemretta tiltak)

6 Utviklingsbehov

Stryn kommune arbeider godt med demensomsorga på mange områder i dag, og ut frå lovkrava tilbyr Stryn Kommune fagleg forsvarlege helse- og omsorgstenester. Dei helseerettslege grunnprinsippa som handlar om forsvarleg tenesteyting, nødvendige helse- og omsorgstenester, brukarmedverknad og informasjon, aktivitet, pårørandestøtte er ivaretatt med dagens tilbod.

Kartlegginga viser at det er behov for forbetring og utvikling av tenesta for å møte dagens og framtidens utfordringar. Kort summert er det behov for:

<p>Medbestemmelse og deltaking</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Betre informasjon ➤ Sikre system rundt inkomstsamtale / førehandssamtaler og min livshistorie ➤ Auke opp dagtilbod, få brukarane inn tidlegare ➤ Tilby fleksibel avlastning ➤ Styrke tilbodet om aktivisering i heimen, til dømes nettverksbygging og støttekontakt ➤ Styrke tilbodet om Velferdsteknologi
<p>Førebygging og folkehelse</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Innsats for å bli eit demensvennleg samfunn ➤ Større fokus på forebyggande arbeid ➤ Vidareutvikle tilbodet førebyggande heimebesøk ➤ Vidareutvikle/styrke samarbeidet med frivillig sektor

Gode og sammenhengende tenester



- Arbeide systematisk med opplæring og innføring av metodar for personsentrert omsorg
- Auke tal pasientrom tilrettelagt for personar med demens/kognitiv svikt
- Styrke rutine rundt personar med utfordrande åtferd
- Tilby systematisk oppfølging
- Tilby fast kontaktperson/demenskoordinator
- Styrke samarbeid med fastlege og spesialisthelsetenesta med tanke på å fange opp personane med demens tidleg i sjukdomsforløpet

Planlegging, kompetanse og kunnskapsutvikling



- Auke kunnskapen om og forståelsen av demens i befolkninga og hos helsepersonell
- Auke leiarkompetansen
- Sikre tilgang på kompetent og kvalifisert helsepersonell
- Auke/større fokus på helsekompetanse på organisasjons- og tenesteutviklingsnivå
- Jobbe for auka deltaking på eldreomsorgens/demensomsorgens ABC

Bilder: demensplan 2025

7 Tiltak

Tiltak seier noko om kva brukar, pårørande og tilsette kan forvente av Stryn kommune og det kommunale tenesteapparatet framover. I tillegg viser tiltaka prioriteringar kommunen vil gjere på kort og lang sikt.

7.1 Tiltaksplan

Det har vore naudsynt å gjere prioriteringar innan skisserte utviklingsbehov da det vert for omfattande å jobbe målretta med alle. Behova som ein har valt å jobbe vidare med i planperioden 2022-2026 er vurdert ut frå viktigheit og ressurs, og er:

- betre informasjon
- sikre system rundt inkomstsamtale/førehandssamtale og min livshistorie
- Styrke rutine rundt personar med utfordrande åtferd
- innsats for å bli eit demensvennleg samfunn
- vidareutvikle og styrke samarbeidet med frivillig sektor
- tilby systematisk oppfølging
- tilby fast kontaktperson / demenskoordinator
- styrke samarbeidet med fastlege og spesialisthelsetenesta med tanke på å fange opp personar med demens tidleg i sjukdomsforløpet
- jobbe for auka deltaking på eldreomsorgens/demensomsorgens ABC

Tiltak knytt opp til dei enkelte behova vert presentert i vedlegg 4.

7.2 Økonomiske føresetnadar

Økonomisk handlingsrom er ein av dei medverkande faktorane det må takast omsyn til når det skal planleggast for framtidig demensarbeid.

Det er eit mål å forbetre tenestene innan dagens rammer og økonomisk handlingsrom. Men ein ser at styrking av dagens tilbod, mellom anna når det gjeld å auke opp dagaktivitetstilbod og tilby systematisk oppfølging, vil krevje større ressursar enn det Stryn kommune har på budsjettet i dag.

Demensplan med føringar for utviklande tiltak skal takast med i handlingsdelen av økonomiplanen for etaten. Retningslinjene må oppdaterast jamleg og vere lett tilgjengelege.

8 Plan for evaluering og oppfølging av tiltak

8.1 Evaluering og oppfølging av demensplanen

Planen skal gjelde for perioden 2022-2026.

Planen som heilheit skal evaluerast/reviderast innan 31.01 kvart år, nestleiar i helse- og sosialetaten er ansvarleg for evalueringa. Evalueringa skal gjennomførast i samråd med hukommelsesteamet.

Ny analyse og kartleggingsdata må reviderast kvart fjerde år. Nestleiar i helse- og sosialetaten delegerer ansvar for analysearbeid.

8.2 Evaluering og oppfølging av strategiar og tiltak

Tiltaksplanen skal evaluerast årleg i samband med årsmeldinga. Leiar for einingane rapporterer om eventuelle avvik i krav til behov, definerte mål og satsingsområde i årsmeldinga. Gjennomgangen kan vere retningsgivande for justeringar og vidareføring av strategiar og tiltak.

9 Vedlegg

Vedlegg 1: Dagens tilbud

Vedlegg 2: Mandat

Vedlegg 2: Nasjonale føringar – retningsgivande planar og meldingar

Vedlegg 3: Tiltaksplan

10 Litteraturliste – referanser

- Aldring og helse: *Fakta om demens*. Aldring og helse. Tilgjengelig frå: https://www.aldringoghelse.no/demens/fakta-om-demens/?doing_wp_cron=1628592340.4005980491638183593750 (henta 08.10.21)
- Aldring og helse: *Demenskartet*. Tilgjengeleg frå: <https://demenskartet.no/#4651>
- Bergh, S og Lillesveen, B (2016): Ressursbruk og forløp. *Demens og alderspsykiatri* 20(2), s.14-16
- Gjøra, L m.fl (2020): *Forekomst av demens i Norge*. Aldring og helse. Tilgjengelig frå: https://butikk.aldringoghelse.no/file/sync-files/rapport-forekomst-av-demens-a4_2020_web.pdf (henta 12.10.21)
- Hagen, P.I og Eide, A H (2020): Omsorgsbelastning for pårørende til hjemmeboende personer med demens. *Tidsskrift for velferdsforskning*, s.237-248
- Helsedirektoratet (2020): *Demens. Nasjonal faglig retningslinje*. Helsedirektoratet. Tilgjengelig frå: <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/demens/om-demens> (henta 01.10.21)
- Helse- og omsorgsdepartementet (2021). *Demensplan 2025 (2021 – 2025)*
- Leknes, S m.fl (2018): «*Befolkningsframskrivinger 2048. Modeller, forutsetninger og resultater*». Tilgjengelig frå: <https://ssb.brage.unit.no/ssb-xmlui/handle/11250/2558090> (henta 13.10.21)
- Nasjonalforeningen (2021): «*Hva er demens*». Nasjonalforeningen for folkehelse. Tilgjengelig frå: <https://nasjonalforeningen.no/demens/hva-er-demens/>(henta 16.08.21)
- SSB (2019): «*1 av 3 eldre bor alene*». SS`B. Tilgjengelig frå: <https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/1-av-3-eldre-bor-alene> (henta 23.11.21)
- Skogli, E m.fl (2020): «*Samfunnskostander knyttet til Alzheimer og annen demenssykdom*». Menon-publikasjoner. Tilgjengelig frå: <https://www.menon.no/wp-content/uploads/2020-64-Samfunnskostnader-knyttet-til-Alzheimers-og-annen-demenssykdom.pdf> (henta 16.09.21)

VEDLEGG 1 – DAGENS TILBOD

HELSEFREMMANDE OG FOREBYGGANDE TENESTETILBOD

Frisklivssentral

Frisklivssentralen er eit forebyggjande lavterskeltilbod. Frisklivssentralen i Stryn har tilbod om ei rekke friskliv- og meistringskurs og treningar som kan bidra til å forebygge livsstilssjukdomar som hjarte-karsjukdomar og demens.

Aldersvennlege bustadar

Stryn kommune deltek i eit prosjekt med Husbanken, distriktssenteret og 11 andre kommunar der ein ser på korleis ein kan utvikle aldersvennlege bustadar og bumiljø i distrikta.

Kommunen har eit tverrfagleg bustadteam som kan bistå innbyggjarane ved behov for tilrettelegging av bustad. Hukommelsesteamet kan også bistå med heimebesøk der ein kan kartlegge busituasjon og gir råd/veiledning på tilpassing og aktuelle hjelpemiddel/velferdsteknologiske løysingar.

Digitale hjelpemiddel

Stryn kommune kan tilby velferdsteknologiske løysingar som tryggleiksalarm, elektronisk medisineringsstøtte, varslings- og lokaliseringsteknologi, digitale tilsynsløysingar og elektroniske dørlåsar. Kommunen arbeider for å legge til rette for digital kontakt med familie og venner på brukarane på omsorgssentera og omsorgsbustadane ved å installere fiber.

Eiga arbeidsgruppe som arbeider med velferdsteknologiske løysingar

Førebyggjande heimebesøk 80+

Alle heimebuande 80åringar i Stryn får tilbod om eit forebyggjande heimebesøk. Målet med heimebesøket er å bidra til at dei eldre innbyggjarane skal kunne bu i eigen heim lengst mogleg, og oppleve meistring i kvardagen uavhengig av funksjonsnivå.

Folkehelserådgjevar

Kommunen har folkehelserådgjevar i 40% stilling som skal stimulere til, koordinere og vidareutvikle tiltak for styrking av folkehelsa.

Fysisk og psykisk helse

Kommunen har eit variert tilbod innan psykisk helse og rus. Dette er psykisk helsearbeidarteneste, dagtilbod, heimeteneste og aktivitetstilbod.

Kommunen har utarbeida ruspolitisk oppfølgingsplan og tilsett ruskonsulent i 50% stilling. Helsesjukepleiarane arbeider med førebygging av avhengigheitsskapande middel blant unge MOT /VIP.

Kommunen har tilbod om fallforebyggjande trening «sterk og stødig». I tillegg til er det tilbod om seniortrim hjå Gym Stryn.

HELSE- OG OMSORGSTENESTER TIL HEIMEBUANDE, PÅRØRANDEARBEID

Heimesjukepleie

Heimesjukepleie er nødvendig helsehjelp i form av pleie og omsorg, førebygging og behandling grunna sjukdom og skade. Slik hjelp skal bidra til at brukarane kan fungere i eigen heim.

Legetenester

Legetenesta er ein viktig del av det samla kommunale helsetilbodet. Fastlegen har ei medisinfagleg koordineringsrolle.

Fastlegane samarbeidar ofte med hukommelsesteamet i Stryn og eldremedisinsk poliklinikk i høve demensutredning.

Hukommelsesteam

Hukommelsesteamet er ein del av Stryn kommune sitt tilbod til heimebuande personar som har kognitive utfordringar. Teamet kan hjelpe med kartlegging, råd, informasjon og rettleiing. Hukommelsesteamet jobbar for å gi informasjon til pårørande. Det skjer i form av pårørandesamtale på kartleggingsbesøk, egne informasjonsborsjyrer og omtale på heimesida. Ved mistanke om kognitiv svikt / demens utføre hukommelsesteamet basal demensutredning i samarbeid med fastlege. Kartlegginga gjennomførast i tråd med anbefalingane frå aldring og helse. Dei med demensdiagnose får halvårleg oppfølging og re-test etter 1 år.

Koordinator og individuell plan

Har du behov for langvarige og koordinerte tenester, kan du å få utarbeidd ein individuell plan. Det vert då oppnemnt ein koordinator for dine tenester. Koordinerande eining i Stryn skal bidra til å sikre heilhetlege og koordinerte tilbod til pasientar og brukarar med behov for tenester frå fleire fagområder, nivå og sektorar.

Praktisk bistand i heimen

Heimehjelp vert tildelt personar som på grunn av funksjonssvikt, sjukdom eller skade har behov for personleg/praktisk hjelp eller rettleiing i heimen. Tenesta kan kompensere for eigen meistring i å klare dagleglivets praktiske gjeremål i heimen.

Dagaktivitetstilbod for personar med demens

Tilbodet skal bidra til at personen med demens kan bu lengre heime og gi avlastning til pårørande. Det er dagtilbod for personar med demens ved Stryn Omsorgssenter og Vikane Omsorgssenteret for 10 brukarar, x2 pr. veke. Det er tilbod om transport til/frå tilbodet.

Støttekontakt

Det kan søkast på støttekontakt. Støttekontakt tilbyr sosialt samvær etter behov og følgje til ulike fritidsaktivitetar, og er eit gratis tilbod.

Økonomisk bistand

Pårørande og andre som har sær store og tyngande omsorgsoppgåver ovanfor heimebuande kan søke kommunen om omsorgsstønad.

For å kunne kombinere arbeid med kvardagsliv kan kommunalt tilsette søke om inntil 12 dagar velferdspermisjon utan løn for omsorg og pleie av nærstående med demens (for tilsette i andre sektorar: 10 dagar i arbeidsmiljølova).

Det er også mogleg å få dekkja tapt arbeidsforteneste av pasientreiser ved pasientfølge når lege skriv på «følgje er nødvendig».

Pårørandeskule

Ein del av påørandearbeidet til hukommelsesteamet er jamleg arrangement av påørandeskule. Dette er eit kurstilbod med faglege førelesningar, plenums- og gruppesamtale for familie/venner av ein person med demens.

Hukommelsesteamet arrangerer også opne temakvelder med ulike tema innan demens.

Avlastningsopphald

Avlastningsopphald er eit tidsavgrensa opphald i institusjon. Målet er å gje den påørande i heimen avlastning og å gje den eldre moglegheit til å bu heime så lenge som mogleg. I Stryn er det tilbod om rullerande avlastningsopphald, noko som kan bidra til forutsigbarheit for dei påørande, samt kan bidra til mindre uro hos personen med demens ved at personen er godt kjent med sjukeheimen, personalet og rutiane. Det blir gitt tilbod om avlastningsopphald på Stryn Omsorgssenter og Vikane Omsorgssenter.

LANGTIDSOPPHALD I INSTITUSJON

Langtidsopphald

Langtidsopphald er for personar med omfattande og langvarige behov for helsehjelp. Personen har stor svikt i eigenomsorg og har behov for heildøgns pleie og omsorg.

Stryn kommune har institusjonsplassar ved Stryn omsorgssenter og Vikane Omsorgssenter. For bebuarane på omsorgssenter er det auka fokus på– både på gruppe- og individnivå, samt lagt til rette for generasjonsmøter på omsorgssentra. Døme er mimrestunder, måndagscafe, musikk&dans og trilleturar. Det vert også lagt til rette for generasjonsmøter på omsorgssentra.

Tilrettelagt bu- og behandlingstilbod for personar med demens

Eit tilbod for personar med demens som treng langvarig, bevisst og stabil innsats for å fungere optimalt. Det er i dag to avdelingar tilrettelagt for personar med demens - Lyngen på Stryn Omsorgssenter og Rebakken på Vikane omsorgssenter. Det er henholdvis 8 plassar i Stryn og 8 i Innvik. Ved Vikane omsorgssenter pågår det bygningsmessig rehabilitering for å endre omsorgssenteret sin funksjonalitet. Alle rom blir einerom, samt eit ektefellerom, og det blir fleire fellesareal

SAMARBEID MED FRIVILLIGE ORGANISASJONAR

Frivilligsentralen

Frivilligsentralen er ein møteplass som formidlar kontakt mellom menneske i lokalmiljøet – nokon treng hjelp og noko ynskjer å hjelpe. Stryn kommune har medeigarskap og aktivt samarbeid med Stryn Frivilligsentral, som blant anna arrangerer dans på omsorgssentera,

dataklubb, turgrupper, kaffistove og mimregruppe.

Røde Kors

Røde Kors står på for trygge og gode lokalsamfunn, og har blant anna aktivitet for sosial inkludering. Stryn Røde Kors gir gjennom aktiviteten «Besøksvenn» eit tilbod til menneske i lokalmiljøet som av ulike grunnar ønskjer nokon å snakke med. Dett er eit tilbod på omsorgssentra og for heimebuande.

BRUKARMEDVERKNAD SYSTEM- OG INDIVIDNIVÅ

Systemnivå

Rådet for eldre og personar med nedsett funksjonsevne er eit rådgivande organ som kan uttale seg i saker som gjeld personar med funksjonsnedsetting og kome med forslag og anbefalingar i slike saker. Brukar- og pårørande råd på omsorgssentera er Eit fora der brukarar og pårørande påverke innhald og kvaliteten på tenesta dei mottar frå kommunen. Rådgivande organ for einingsleiarane.

Individnivå

Det er inkomstsamtaler på omsorgssenteret og uformelle samtaler i omsorgsbustadane, og tilbod om pårørandesamtale ved behov. Samtalene gir brukar eller pårørande moglegheit til å planlegge, samt godkjenne, behandling og oppfølging.

Kartlegging i heimen har fokus på «kva er viktig for deg?»

Det vert gjennomført regelmessige brukarundersøkingar. Dei vert også

gjennomført som intervju for at dei med nedsett kognitiv funksjon skal ha moglegheit til å gi tilbakemelding.

SPESIALISTHELSETENESTA

Eldre medisinsk poliklinikk

Eldre medisinsk poliklinikk er ein del av medisinsk poliklinikk på Sentralsjukehuset i Førde og Nordfjordeid. Det er eit tilbod for pasientar frå omlag 70 år med samansette problemstillingar, og ei av arbeidsoppgåvene er å utreie personar med kognitiv svikt. Fastlege henviser til eldre medisinsk poliklinikk.

Hukommelsesteamet får rapportar frå eldre medisinsk poliklinikk på dei brukarane som samtykker til det. Hukommelsesteamet prioriterar også å delta på samarbeidsmøter arrangert av eldre medisinsk poliklinikk.

KOMPETANSE

ABC-opplæring

Kommunen satsar på kompetanseheving av personsentrert omsorg og miljøbehandling, ved å tilby ABC-opplæring

Kompetanseplan

Kommunen fikk i 2020 utarbeida strategisk kompetanseplan. To av måla i kompetanseplanen er at alle leiarane skal leiarkompetanse og heve kompetansen innan demens/geriatri.

VEDLEGG 2 – MANDAT DEMENSPLAN 2021-2025

- **Prosjektnamn:**

Demensplan 2021-2025

- **Prosjekteigar:**

Kommunalsjef helse og sosial

- **Prosjektleder:**

Leiar i demensteam

- **Styringsgruppe:**

Prosjektleder, Anita Skarstein

Einingsleiar pleie- og omsorgstenester område Stryn, Siw Rognmo Vangen

Einingsleiar pleie- og omsorgstenester område Vikane, Kari-Anne T. Haveland

Einingsleiar helse, Alexander Rande

Nestleiar helse og sosial, Oddhild Hilde

Kommunalsjef helse og sosial, Heidi Vederhus

- **Prosjektgruppe:**

Ergoterapeut og leiar av demensteam, Anita Skarstein

Einingsleiar pleie- og omsorgstenester område Stryn, Siw Rognmo Vangen

Avdelingsleiar demensavdeling Vikane, Mariann Yri

Avdelingsleiar heimesjukepleien Vikane, Berit Hage

Psykisk helsearbeidar, Linda Hopland Bergset

Brukarrepresentant, Eivind Skjerven

- **Prosjektperiode:**

01.06.21-30.11.21

- **Bakgrunn for prosjektet:**

Regjeringa har utarbeidd den tredje nasjonale demensplanen som gjeld planperiode 2021-2025. Det overordna målet er å legge til rette for eit meir demensvennleg samfunn. Den nasjonale demensplanen har følgjande mål:

- Personar med demens og deira pårørande vert fanga opp til rett tid og vert sikra gode og tilpassa tenester
- Personar med demens og deira pårørande vert sikra medbestemmelse og deltaking i eit demensvennleg samfunn, slik at dei kan leve aktive og meningsfulle liv med fysisk, sosial og kulturell aktivitet som er tilpassa den einskilde sine interesser, ynskjer og behov
- Auka forskning og kunnskap om førebygging og behandling av demens

Stryn kommune sin gjeldande demensplan er frå 2009. Det er behov for å lage ny plan.

- **Prosjektet si oppgåve:**

Det skal utarbeidast ny planen for demensarbeidet i Stryn kommune. Denne skal byggje på

- Demensplan 2025

- Demensplan Stryn kommune, revidert utgåve 2009
- Helse- og omsorgstenestelova
- Forskrift om kvalitet i pleie og omsorgstenestelova

Planen skal skildre Stryn kommune sine mål og strategiar for korleis vi skal yte tenester til målgruppa i åra som kjem. Den skal peike på utfordringar vi står overfor og korleis vi legg til rette for å kunne møte desse.

Planen skal ha eit førebyggjande perspektiv.

Planen skal peike på samarbeid med andre aktørar slik at kommunal tenesteyting bidreg til eit heilskapleg og involverande demensvennleg samfunn.

Planen skal ha ein hadlingsdel med tidsperspektiv, og peike på kven som har ansvar for å følgje opp kvart punkt i planen.

- **Formål med planen:**

Planen skal sikre at dei som vert råka av demens og deira pårørande får gode og tilpassa kommunale tenester.

- **Mål for planarbeidet:**

Personar med demens og deira pårørande vert fanga opp til rett tid og vert sikra gode og tilpassa tenester.

Kommunal tenesteyting bidreg til å skape eit demensvennleg samfunn.

Tenesteytinga til personar med demens og deira pårørande er prega av god kompetanse og høg kvalitet på tenestene.

- **Brukarinvolvering:**

Det skal vere brukarrepresentant i prosjektgruppa.

Planen skal leggest ut på høyring slik at brukarar, pårørande og aktuelle aktørar internt og eksternt har mogelegheit å gje uttale før godkjenning. Dette gjeld bl.a. brukar- og pårørande grupper og utval, alle interne avdelingar som møter personar med demens, frivillige lag og organisasjonar, spesialisthelsetenesta og Utviklingscenteret for sjukeheimar og heimetenester (USHT Vestland)

- **Ressursar ved utarbeiding av plan:**

USHT Vestland seier følgjande i si handlingsplan for 2021:

Demensplan 2025

USHT skal bidra til at kommunane planlegg og gjennomfører sine tenester i tråd med mål, satsingsområde og tiltak i Demensplan 2025. Personsentrert omsorg, heilskapleg tenestetilbod og kompetanse er prioriterte områder for oss i 2021. Kommunar som ynskjer det kan få rettleiing og oppfølging i sitt arbeid av USHT og ressurspersonar vi har samarbeid med.

Andre ressursar i planarbeidet:

- Spesialisthelsetenesta
- Andre kommunar
- NHI.no

- Helsebiblioteket.no
- M.fl.

- **Omfang og avgrensing:**

For å få eit demensvennleg samfunn må mange aktørar inn: alle typar statlege- og kommunale tenester, lokalt næringsliv, frivillige organisasjonar, familie og vener m.fl.

Denne planen vert avgrensa til å gjelde kommunale tenester innan helse- og sosialetaten, men planen skal vise til punkt der ein kan og bør samhandle med andre aktørar utanfor etaten.

- **Økonomi:**

Det er ikkje sett av ekstra midlar til planarbeidet. Ressursar til utarbeiding av planen må takast av ordinære drift.

Prosjektgruppa vert oppmoda om å finne løysingar innanfor rammene vi har. Framlegg til tiltak vil kome fram av planen sin handlingsdel. Eventuelle kostnadar (ressursauke) må kome fram i denne delen, og vil bli brukt som grunnlag i økonomiplan og budsjettprosessar framover.

- **Gjeldande dokument for prosjektet:**

- Demensplan 2025, Helse- og omsorgsdepartementet si handlingsplan 2021-2025
- Demensplan Stryn kommune, revidert utgåve 2009
- Helse- og omsorgstenestelova
- Forskrift om kvalitet i pleie og omsorgstenestelova

Helsing
Stryn kommune, Helse og sosial

Heidi Vederhus
kommunalsjef

VEDLEGG 3 - NASJONALE FØRINGAR – RETNINGSGIVANDE PLANAR OG MELDINGAR

Nasjonale meldingar, planar og NOU	Lover og forskrifter
<ul style="list-style-type: none"> • Demensplan 2025 • Leve hele livet st.meld 15 • Morgendagens omsorg st.meld 29 • Samhandlingsreforma st.meld 47 • Innovasjon i omsorg NOU 	<ul style="list-style-type: none"> • Nasjonal fagleg retningslinje for demens • Lov om kommunal helse - og omsorgstjenester • Lov om helsepersonell • Lov om pasient- og brukerrettigheter • Lov om folkehelsearbeid • Lov om psykisk helsevern • Kommunelova • Akuttmedisinforskrifta • Forskrift om ledelse og kvalitetsforbedring i helse og omsorgtjenesten • Forskrift om habilitering, rehabilitering, individuell plan og koordinator • Veileder om habilitering, rehabilitering, individuell plan og koordinator • Forskrift om en verdig eldreomsorg

VEDLEGG 4 - TILTAKSPLAN

TILTAKSPLAN

MÅL: auke medbestemming og deltaking						
Delmål	Tiltak	Gjennomføringsplan	Ansvarleg	Tidsrom/frist	Økonomi	Evalueringsform
Personar med demens opplever tilgang til relevant og tilpassa dagtilbod og aktivitetstilbod	Auke dagtilbodet til 5 dagar pr. veke	Få økonomisk handlingsrom og politisk godkjenning. Rekruttere kompetanse	Kommunalsjef helse og sosial	Økonomiplan	1 200 000	
Personar med demens opplever at dei får god informasjon, blir lytta til og er delaktige i utforminga av eige tenestetilbod	Demens tema på leve heile livet konferanse		Einingsleiar Stryn	Oktober -22	Prosjektmidlar	
	Hukommelsesteamet har orienteringsmøte om tenestetilbodet med fastlegane x 1 pr.året	Hukommelsesteamet avtaler med einingsleiar helse om tidspunkt	Hukommelsesteam	September kvart år		Evaluerast ved årleg gjennomgang av tiltaksplanen
	Gjennomgang og betring av søkeord på kommunal nettside Oppdatert informasjon på kommunal nettside	Hukommelsesteamet utarbeidar liste på søkeord. Servicekontor publiserar. Kontinuerlig oppdatering av informasjon på nettside	Hukommelsesteam / servicekontoret	Kontinuerleg. Årleg utsjekk i september		
	Hukommelsesteamet orienterar om tenestilbod på personalmøte / allmøte		Einingsleiar Stryn og Vikane	Årleg, hausten		

Demensplan

	Innhenting av erfaring/innspeil frå brukarar og pårørande	Nytte etablerte fora til dialog; brukar og pårøranderåd, samtalegruppe, pårørandeskule, eldrerådet og andre fora. Innspeil vert tatt opp i styringsgruppa	Hukommelsesteam	November kvart år		Møte med styringsgruppa
	Sikre system rundt inntakssamtale / førehandssamtaler og "Min livshistorie" ved å revidere samtaleguide og rutine for førehandssamtale og "Min livshistorie"	Reviderte rutine og guide leggst i kommunen sitt kvalitetssystem; Compilo	Assisterande einingsleiar i samarbeid med hukommelsesteam	Årleg		

MÅL: førebygging og folkehelse						
Delmål	Tiltak	Gjennomføringsplan	Ansvarleg	Tidsrom/frist	Økonomi	Evalueringsform
Stryn kommune arbeider for å bli eit aldersvennleg og demensvennleg lokalsamfunn der alle har moglegheit til å delta	Opplæringskurs for næringsliv, kommunale sektorar m.m	Hukommelsesteamet arrangerar kurs	Hukommelsesteamet	Våren -23		Evaluerings skjema i etterkant av kurs
	Hukommelsesteamet er aktive i høyringsprosessar på kommunale planar	Kommunalsjef helse og sosial sender aktuelle planar til hukommelsesteam for høyring	Kommunalsjef helse og sosial	Når planane er på høyring		
Stryn kommune arbeider for å samhandle aktivt med frivillegheita	Vidareutvikle / styrke samarbeidet med frivillig sektor ved å ta initiativ til samarbeidsmøte for å reetablere samarbeidsrutine	Avtale møte med frivilligsentralen	Nestleiar helse- og sosial	Oktober -22		

MÅL: ha gode og samanhengande tenester						
Delmål	Tiltak	Gjennomføringsplan	Ansvarleg	Tidsrom/frist	Økonomi	Evalueringsform
Personar med demens og deira pårørande opplever å få systematisk oppfølging etter fastsett diagnose	Søke om tilskotsmidlar til systematisk oppfølging frå Statsforvaltaren		Nestleiar helse- og sosial, avd. leiar fysio- og ergoterapi	Ved søknadsfrist	Eigenandel på 150 000,-	
	Utarbeide rutine for systematisk oppfølging av personar med demens	Velje modell for systematisk oppfølging	Prosjektleiar tilskotsmidlar	Innan hausten -23		
	Tilby fast kontaktperson til personar med demens. Definere rolle og utarbeide arbeidsrutiner		Prosjektleiar tilskotsmidlar	Innan hausten -23		
Personar med demens og deira pårørande opplever god samhandling mellom ulike tenestetilbod	Styrke samarbeidet mellom hukommelsesteam og fastlege ved å få på plass gode rutiner for å henvise nye pasienter med diagnosen demens frå fastlege til hukommelsesteamet		Einingsleiar helsetenester	Innan 31.12.22		
Personar med demens og deira pårørande opplever å motta tilbod på rett omsorgsnivå	Revidere kriteria for demensavdelingane	Heilskapleg gjennomgang av ulike omsorgsnivå i omsorgsbustad/institusjon	Tildelingsnemnda	Innan 01.04.23		

MÅL: auka kunnskap og kompetanse på demens						
Delmål	Tiltak	Gjennomføringsplan	Ansvarleg	Tidsrom/frist	Økonomi	Evalueringsform
Stryn kommune har tilsette med god kompetanse innan demens og som yte tenester av høg fagleg kvalitet	Oppmode alle tilsette om å delta på demensomsorgens ABC.		Avdelingsleiarane	Ved oppstart av nye kurs	Lønnsutgifter til deltakarane (50/50)	Antal tilsette som tek ABC-opplæring
	Stimulere til vidareutdanning innan demensomsorg	Følgje kompetanseplan sin målsetnad	Avdelingsleiarane	Kontinuerleg, seinast innan høgskulen sin søknadsfrist	Stipendordning ut frå kommunen sine retningslinjer	Antal tilsette som tek vidareutdanning
Stryn kommune har fokus på å auke kunnskapen om demens i samfunnet	Tilby pårørandeskule årleg		Hukommelsesteam	Innan oktober	Tilskot frå aldring og helse	Evaluering i etterkant av arrangert pårørandeskule