



Stefna  
Reykjavíkurborgar  
í málefnum  
eldri borgara  
til ársins  
**2017**



Reykjavíkurborg  
Velferðarsvið



# Í upphafi

Reykjavíkurborg vill vera aldursvæn borg sem tekur mið af þörfum eldri borgara. Aðgengileg, aðlaðandi og hentug borg fyrir eldri borgara er aldursvæn borg.

Þjónusta við eldri borgara hefur verið á höndum bæði ríkis og sveitarfélaga. Á næstu árum er stefnt að því að sveitarfélög taki við allri þjónustu. Í ljósi þessa vilja borgaryfirvöld setja fram stefnu í málefnum eldri borgara. Hún er unnin í nánu samstarfi við hagsmunasamtök eldri borgara og sérfræðinga í öldrunarþjónustu. Þessi stefna lýsir framtíðarsýn Reykjavíkurborgar á það hvernig mæta megi þörfum eldri borgara og um leið hvernig samfélaginu getur nýst sem best sá auður sem þeir búa yfir.

.....

***Stefna í málefnum eldri borgara er sýn til framtíðar og snýst um það hvernig borgin getur stutt við samfélagsþátttöku og virkni eldri borgara.***

.....

Það er ekki einungis aðgangur að þjónustu sem hefur afgerandi áhrif varðandi líðan og lífsgæði heldur að einstaklingurinn finni að hann sé sjálfráða og geti átt innihaldsrík samskipti við sína nánustu og aðra.

Það er því mikilvægt að þjónusta sé þannig uppbyggð að starfsfólk í heimaþjónustu sem og á stofnunum leggi sig fram um að virkja frumkvæði og fá fram vilja þeirra sem þjónustunnar njóta. Þannig verði þjónustan veitt á forsendum þess sem hana þiggur.

Til lengri tíma er lagt til að horfið verði frá því að aðgreina fólk og þjónustu við það eftir aldri, sjúkdómum, fötlun eða öðrum skilmerkjum, heldur eigi þjónusta og stuðningur að taka mið af þörfum hvers og eins. Mikil áhersla er lögð á samráð við eldri borgara og fagfólk í öldrunarþjónustu þegar mótuð er stefna í málefnum eldri borgara. Jafnframt er tekið mið af niðurstöðum rannsókna í málaflokknum.

.....

***Stefnt er að því að öll nærþjónusta verði á hendi Reykjavíkurborgar þar með talin heilsugæsla.***

.....

Í þessari stefnu er tekið á helstu áhersluþáttum Reykjavíkurborgar í málefnum eldri borgara. Kaflarnir eru:

- Gæði og samráð
- Forvarnir
- Stuðningur til sjálfstæðrar búsetu
- Fjölbreyttir búsetumöguleikar
- Heilbrigðisþjónusta
- Aðstandendur
- Starfsfólk



# Gæði og samráð

Þjónusta við eldri borgara í Reykjavík skal vera af miklum gæðum og eiga þau gæði að birtast í allri þjónustu sem boðið er upp á. Þegar talað er um gæði er átt við að þjónusta skuli uppfylla fyrirfram gefin gæðaviðmið, að ákvarðanataka um þjónustuna sé gagnsæ og jafnræðis sé gætt. Lögð er áhersla á áreiðanleika og öryggi.

## REGLUBUNDNAR KANNANIR Á HÖGUM OG VIÐHORFUM ALDRAÐRA

Stefnt er að því að lífshjarakannanir meðal eldra fólks verði gerðar reglubundið en þannig má draga upp heildarmynd af breytingum. Mikilvægt er að gera samanburðarhæfar rannsóknir að lágmarki á 4 ára fresti.

.....

*Þátttaka eldri borgara í barna-  
uppeldi hefur verið könnuð hér  
á landi og sýna niðurstöður að  
62% eldri borgara hafa aðstoðað  
við umönnun barna og þar af  
37% tvisvar í viku eða oftar.  
Þeir sem hafa gaman að þessu  
umönnunarhlutverki telja sig yngri  
og vonast til að lifa lengur.*

*(Amalía Björnsdóttir og Ingibjörg H. Harðardóttir, 2007)*

.....



## EFLING UPPLÝSINGA- OG RÁÐGJAFARÞJÓNUSTU

Reykjavíkurborg vill stuðla að fjölbreyttu framboði af námskeiðum og afþreyingu fyrir eldri íbúa, hvort heldur sem það er skipulagt af borgaryfirvöldum, íbúum sjálfum í sjálfbodaðastarfi eða félagasamtökum. Efla þarf upplýsinga- og ráðgjafarþjónustu um málefni sem varða eldri borgara en upplýsingar um þá þjónustu sem eldri borgurum stendur til boða í borginni eiga að berast þeim í gegnum notendavænar heimasíður, með útgefnu upplýsingaefni og betri ráðgjafarþjónustu.

Upplýsingar um þjónustu þurfa að vera aðgengilegar.

.....

*Taka skal mið af aðstæðum hverju sinni og veita þjónustu alla daga ársins allan sólarhringinn, þegar þörf er á, með sveigjanleika og öryggi að leiðarljósi.*

.....

## GREITT AÐGENGI AÐ ÞJÓNUSTU

Til að tryggja samfellu í þjónustu og að heildarsýn sé á einni hendi um þarfir og óskir íbúa er stefnt að því að öll nærþjónusta verði á hendi Reykjavíkurborgar. Nú þegar er heimahjúkrun orðin hluti af heimaþjónustu borgarinnar og á næstu árum mun öll öldrunarþjónusta færast frá ríki til sveitarfélaga. Mikilvægt skref hefur því þegar verið stigið.

## ÁBENDINGAR UM ÞJÓNUSTU

Íbúar sem fá heimahjúkrun geta sent inn rafræna ábendingu um hvaðeina sem varðar þjónustuna sem þeir þiggja, hvort sem um kvörtun eða hrós er að ræða. Reykjavíkurborg mun á næstu árum taka upp slíkt ábendingarkerfi fyrir alla heimaþjónustu og með því er tryggt að ábendingar fari réttar boðleiðir og skili sér í bættri þjónustu.

## ÞJÓNUSTUHÓPUR ALDRAÐRA

Þjónustuhópur aldraðra í Reykjavík starfar samkvæmt lögum um málefni aldraða og er hlutverk hópsins að fylgjast með heilsufari og félagslegri velferð aldraðra og samhæfa þjónustu. Auk þess gerir hópurinn tillögur til sveitastjórna um öldrunarþjónustu og leitast við að tryggja að aldraðir fái þá þjónustu sem þeir þarfnast. Í hópnum eiga sæti fulltrúar frá Félagi eldri borgara, heilsugæslu og fulltrúar borgarinnar.

## ÖLDUNGARÁÐ

Nýlega var samþykkt að koma á öldungaráði sem væri skipað eldri borgurum og er tilgangur þess að vera borgarstjórn til ráðgjafar. Hlutverk, tilgangur og skipan ráðsins skal mótað af skrifstofu borgarstjórnar í samvinnu við Félag eldri borgara í Reykjavík.

## NÆRÞJÓNUSTUHÓPAR

Nærþjónustuhópar hafa verið starfandi í nokkrum hverfum borgarinnar. Um er að ræða samstarf á milli þeirra stofnana og félagasamtaka sem vinna að málefnum eldri borgara innan viðkomandi hverfis. Mikilvægt er að efla störf nærþjónustuhópa og koma þeim á í öllum hverfum borgarinnar.

.....

*Rannsóknir sýna að fólk vill vera virkt á efri árum.*

.....



## NOTENDASAMRÁÐ

Mikilvægt er að fagleg áhersla í þjónustu sé í takt við þarfir og óskir eldri borgara. Til að kanna þarfir aldraðra hverju sinni mun Reykjavíkurborg framkvæma þarfagreiningu árlega. Notendasamráð er mikilvæg leið til að fanga væntingar og óskir um úrræði. Þjónustuhópur aldraðra í Reykjavík, öldungaráð og nærþjónustuhópar eru vettvangur til að ná slíku fram.



## REYKJAVÍK VILL VERA „ALDURSVÆN BORG“

Lagt er til að Reykjavíkurborg sækir um aðild að Global Network of Age Friendly Cities eða samstarfi um Aldursvænar borgir á vegum Alþjóða heilbrigðismálastofnunarinnar (WHO).

Markmiðið með því að taka þátt í Aldursvænum borgum er að meta stöðu Reykjavíkurborgar m.t.t. aðgengis og umhverfispáttá, móta stefnu til framtíðar og framfylgja aðgerðum sem miða að því að gera borgir aðgengilegar, aðlaðandi og hentugar fyrir eldri íbúa. Með þátttöku í Aldursvænum borgum myndi Reykjavíkurborg verða betri borg til að búa í fyrir alla íbúa og aldurshópa. Af hálfu WHO er lögð áhersla á víðtækt samstarf og þátttöku eldri borgara í uppbyggingu verkefnisins. Þau atriði sem sérstaklega eru skoðuð með tilliti til að gera borgir aldursvænar skiptast í eftirfarandi átta flokka.

- |   |                       |   |                                   |
|---|-----------------------|---|-----------------------------------|
| 1 | Útisvæði og byggingar | 5 | Virðing og samfélagsþátttaka      |
| 2 | Samgöngur             | 6 | Menntun                           |
| 3 | Húsnæði               | 7 | Fjarskipti og upplýsingar         |
| 4 | Félagsleg þátttaka    | 8 | Samfélags- og heilbrigðisþjónusta |

Reykjavíkurborg leggur áherslu á forvarnir í málefnum eldri borgara. Með öflugum forvörnum er hægt að auka lífsgæði og stuðla að virkni og heilbrigði borgara. Upplýsingar úr reglulegum könnunum á högum og viðhorfum aldraðra nýtast við forvarnir í þágu þessa hóps. Jafnframt er mikilvægt að tryggja gott aðgengi að upplýsingum og þjónustu. Lögð er áhersla á að í samfélaginu séu fjölbreytileg tækifæri fyrir aldraða til hreyfingar, frístundaiðkunar, menntunar, sjálfbóðaliðastarfa og annarrar iðju.

## HREYFING

Stuðlað verði áfram að heilbrigði og hreyfingu með því að bjóða upp á niðurgreiðslu á sundstöðum, ýmsar tegundir af leikfimi á félagsmiðstöðvum og sundstöðum og jafnframt verði litið til samstarfs við líkamsræktarstöðvar.

.....

*Ef stuðlað er að virkni og heilbrigði eldri borgara er um leið hlúð að þeim sem missa heilsu sína og færni til daglegra athafna.*

.....

## VALDIÐ FÆRT TIL ÞÁTTTAKENDA Í FÉLAGSSTARFI

Árið 2011 voru starfræktar 16 félagsmiðstöðvar í Reykjavík á vegum Velferðarsviðs. Á árinu 2011 sóttu 1277 eldri borgarar slíkt félagsstarf og voru konur í miklum meirihluta eða 922 á móti 355 körlum. Undanfarin ár hafa verið tekin ýmis skref í átt að aukinni sjálfbærni í starfinu og valdeflingu þátttakenda.

Áfram verður haldið á þeirri leið en Reykjavíkurborg mun styðja við starfsemina með húsnæði og annarri aðstöðu. Jafnframt verður aukin áhersla lögð á stuðning við sjálfbóðaliða og sjálfsprottið félagsstarf m.a. á vegum Félags eldri borgara í Reykjavík.

## FÉLAGSSTARF MEÐ STUÐNINGI

Þátttaka í félagsstarfi getur reynst ýmsum erfið vegna veikinda eða fötlunar. Reykjavíkurborg mun tryggja að í boði verði skipulagt félagsstarf með sérstökum stuðningi fyrir þann hóp s.s. í þjónustuíbúðakjörnum borgarinnar.

## VIRKIR BIÐLISTAR EFTIR ÞJÓNUSTU

Tryggt skal að þeir sem fyrstir fá þjónustu eða húsnæðisúrræði s.s. þjónustuíbúðir séu þeir sem eru í mestri þörf fyrir þjónustuna og uppfylli sett skilyrði.

## FAGLEGT MAT

Mat á þjónustuþörf skal byggt á aðstæðum og tækifærum hvers og eins ásamt upplýsingum um líkamlegt, andlegt og félagslegt heilbrigði. Nýta skal mælitæki eins og RAI-HC, til að meta þörf fyrir heilbrigðisþjónustu og til að mæla gæði þeirrar þjónustu sem veitt er.



*Þjónustu við aldraðra skal veita af fagmennsku, ábyrgð og virðingu fyrir vilja og ákvörðunum þeirra.*

## STAÐA ALDRAÐRA Í REYKJAVÍK

Mannfjöldaspá fyrir Reykjavík sýnir að fjöldi 67 ára og eldri hækkar úr 10,9% fyrir árið 2012 í 12,5% árið 2018. Í könnun sem gerð var á högum og viðhorfum eldri borgara í Reykjavík kemur fram að 74% telja heilsufar sitt mjög gott eða frekar gott. Um 79% hreyfa sig einu sinni eða oftár í viku og 87% segjast sjaldan eða aldrei einmana. 41% segjast taka þátt í einhverju félagsstarfi öðru en félagsstarfi aldraðra og 26% segjast taka þátt í félagsstarfi eldri borgara.

(Capacent Gallup, 2012)

*Íslendingar hafa jákvæðara viðhorf til aldraðra og minni áhyggjur af hækkandi meðalaldri þjóðarinnar en almennt gerist hjá öðrum Evrópuþjóðum. Þetta er meðal niðurstaðna nýrrar evrópskrar könnunar sem gerð var við upphaf Evrópuárs aldraðra 2012.*

Í lok desember 2012 voru Reykvíkingar 80 ára og eldri 4.804. Af þeim bjuggu 84,1% heima og 15,9% í dvalar- eða hjúkrunarrými.



**84,1%**

80 ára eða eldri bjuggu heima árið 2012

**15,9%**

80 ára eða eldri bjuggu í dvalar-eða hjúkrunarrými árið 2012.



# Stuðningur til sjálfstæðrar búsetu

Brýnt er að fjölbreyttur stuðningur til sjálfstæðrar búsetu sé fyrir hendi til að styðja fólk til að búa heima sem lengst þrátt fyrir heilsubrest eða færniskerðingu. Lögð er áhersla á að þjónustan sé áreiðanleg, örugg og styðji við sjálfstæði íbúanna.

## HEIMAPJÓNUSTA

Heimajónusta skal taka mið af andlegri og líkamlegri heilsu sem og félagslegum aðstæðum notandans. Þjónustan þarf að taka mið af aðstæðum hverju sinni og veita skal þjónustu alla daga ársins allan sólarhringinn eftir þörfum, með sveigjanleika og öryggi að leiðarljósi. Heimajónusta er ætluð þeim sem þurfa aðstoð við heimilishald, persónulega umhirðu og/eða heimahjúkrun.

Íbúar þurfa eingöngu að greiða fyrir aðstoð við þrif og þvotta en öll önnur þjónusta er þeim að kostnaðarlausu. Reykjavíkurborg hefur sameinað að fullu alla heimajónustu þ.e. hjúkrun og félagslega þjónustu fyrir íbúa í Laugardal og Háaleiti. Velferðarráð hefur samþykkt að heimajónusta verði samþætt fyrir þau 60% notenda sem eftir eru.

.....

***Stuðning og aðstoð inni á heimilum aldraðra skal veita af fagmennsku, ábyrgð og virðingu fyrir vilja og ákvörðunum notandans.***

.....

## DAGDVÖL

Mikilvægt er að tryggja sem flest stuðningsúrræði fyrir eldri borgara í heimahúsum til að viðhalda virkni þeirra og seinka eða koma í veg fyrir stofnanadvöl. Nokkrar dagvistanir eru reknar í Reykjavík í tengslum við hjúkrunarheimili, á vegum Félags aðstandenda alzheimerssjúklinga auk þess sem Reykjavíkurborg rekur eina almenna dagdvöl og eina sérhæfða dagdvöl fyrir fólk með heilabilun. Þar er boðið upp á tólmstundaiðju, hreyfingu, þjálfun, fæði, hvíldaraðstöðu, aðstoð við böðun og heilsufarseftirlit. Fjölga þarf dagþjálfunarúrræðum samhliða fjölgun aldraðra og hækkandi meðalaldri sem fjölgar þeim sem eiga við heilabilunarsjúkdóma.

## HOLLUR OG GÓÐUR MATUR

Fæðið sem Reykjavíkurborg býður sínum elstu borgurum skal vera hollt og lystugt. Þeir sem matreiða hafa þekkingu á gæðum og hollustu. Íbúar geta nálgast matinn á félagsmiðstöðvum og notið hans í félagsskap annarra eða fengið hann sendan heim til sín ef þörf er á. Stefnt er að því að auka fjölbreytni og val og bjóða upp á frekara séræði fyrir þá sem á því þurfa að halda.

## SÉRFRÆÐIÞJÓNUSTA

Eldri borgarar í Reykjavík glíma við hin ýmsu vandamál og áskoranir eins og aðrir borgarbúar. Þeir geta fengið aðstoð frá sérfræðingum á ýmsum sérsviðum s.s. vegna fjármála, húsnæðismála, ofbeldis, misnotkunar, einmanaleika eða annarra vandamála. Félagsráðgjafar, sálfræðingar, iðjuþjálfar og hjúkrunarfræðingar eru meðal þeirra sérfræðinga sem geta veitt aðstoð og ráðgjöf. Lögð er áhersla á að samþætta sérfræðiþjónustu við heimaþjónustu þar sem þörf er á og þannig koma betur og fyrir á móts við fjölbreyttar þarfir eldri borgara.

## HVÍLDARINNLAGNIR

Eldra fólk sem býr á heimilum sínum getur þurft á stuttum innlögnum á hjúkrunarheimili að halda til að endurhæfast, hvíla aðstandendur eða á meðan unnið er að því að auka þjónustu inn á heimilið. Reykjavíkurborg hefur aðgang að slíkum úrræðum og nýtir þau fyrir þá sem þurfa á þeim að halda.

.....

***Flestir eldri borgarar vilja búa heima eins lengi og þeir telja sig örugga þar.***

.....

## AKSTURSPJÓNUSTA

Eldri borgarar sem geta hvorki nýtt sér almenningssamgöngur né eigin farartæki, geta gegn vægu gjaldi notað sértæka akstursþjónustu til að komast ferða sinna. Markmiðið með akstursþjónustu er m.a. að gera fólki kleift að geta búið heima án þess að einangrast félagslega.





# Fjölbreyttir búsetumöguleikar

## ÍBÚÐIR FYRIR ALDRAÐA

Í Reykjavík hefur á undanförunum áratugum verið byggt talsvert af húsnæði sem er sérhannað m.t.t. þarfa eldri borgara varðandi aðgengi. Þessar íbúðir eru oft kallaðar þjónustuíbúðir en ekki er veitt sólarhringsþjónusta heldur er veitt þjónusta frá Velferðarsviði borgarinnar sem byggir á einstaklingsbundnu mati á þörf með sama hætti og til allra annarra íbúa borgarinnar. Reykjavíkurborg leggur áherslu á gott samstarf við þá sem byggja slíkar íbúðir.

.....

*Eldri borgarar kjósa að búa á eigin heimili eins lengi og kostur er og halda sjálfstæði sínu í lengstu lög. Þeir vilja þó eiga völ á öruggri búsetuþjónustu þegar þeir treysta sér ekki lengur til að búa heima.*

*(Sigurveig H. Sigurðardóttir, 2010)*

.....

## ÞJÓNUSTUÍBÚÐIR

Þjónustuíbúðir Reykjavíkurborgar er úrræði sem borgin hefur upp á bjóða fyrir þá sem þurfa meiri þjónustu en unnt er að veita heima eða telja sig ekki nægjanlega örugga heima við. Um er að ræða leiguíbúðir á viðráðanlegu verði þar sem veitt er sólarhringsþjónusta. Við mat á þörf fyrir þjónustuíbúðir Reykjavíkurborgar er tekið tillit til líkamlegrar og andlegrar heilsu, húsnæðisaðstæðna og fjárhagsstöðu. Úthlutun í þjónustuíbúðir Reykjavíkurborgar grundvallast á faglegu mati.

Lögð er áhersla á að fólk haldi sjálfstæði sínu og virkni en fái til þess stuðning eftir þörfum. Í öllum þjónustuíbúðakjörnum er félagsstarf með stuðningi, aðstoð við böðun, aðstoð við heimilishald og persónulega umhirðu. Sólarhringsvaktþjónusta er í öllum íbúðunum og er öryggiskerfi tengt í allar íbúðir og er beintenging til starfsmanna íbúðakjarnans. Markmiðið með þjónustuíbúð er að brúa bilið á milli búsetu á eigin heimili og á hjúkrunarheimili fyrir þá sem þess þurfa.

Stefnt skal að því að bjóða upp á þjónustuíbúðir með þarfir ólíkra hópa aldraðra í huga s.s. gæludýraeigenda, fólks með vímuefnavanda eða geðrænan vanda.

Á árinu 2011 bjó eldra fólk í 373 þjónustuíbúðum á vegum Reykjavíkurborgar. Rými er fyrir 434 íbúa í einstaklings- og tveggja herbergja íbúðum. Meðalaldur íbúa í þjónustuíbúðum Reykjavíkurborgar þann 31. desember 2012 var 84,7 ár. Meðalaldur kvenna var á þessum tíma 85,5 ár og karla 82,9 ár.

.....

***Mikilvægt er að hafa fjölbreytt úrval af húsnæði til að mæta ólíkum þörfum eldri borgara. Reykjavíkurborg leggur áherslu á að aldraðir telji sig örugga á heimilum sínum og að þörfum þeirra fyrir þjónustu sé mætt þar sé þess nokkur kostur.***

.....

## **ÖRYGGISÍBÚÐIR**

Öryggisíbúðir eru íbúðaklasar sem tengjast hjúkrunarheimilum. Þar er veitt sólarhringsþjónusta með aðgengi að vaktþjónustu hjúkrunarfræðings. Heimaþjónusta og heima-hjúkrun er veitt samkvæmt einstaklingsbundnu mati og aðstaða er fyrir félagsstarf. Reykjavíkurborg rekur öryggisíbúðir í tengslum við hjúkrunarheimilið Seljahlíð en er auk þess með samninga við Eir um þjónustu inn í slíkar íbúðir.

## **BREYTINGAR Á HÚSNÆÐI**

Á síðustu árum hafa verið þróunarverkefni sem tengjast breytingum á húsnæði í einkaeigu. Markmiðið með þessum verkefnum hefur verið að auðvelda aðgengi íbúa að íbúðum sínum til að koma í veg fyrir að þeir þurfi að flytja annað. Stefnt er að áframhaldandi uppbyggingu á þessu sviði en ljóst er að til þess þarf sameiginlegt átak margra aðila s.s. ríkis, sveitarfélags og löggjafarvalds.

.....

*Þeim sem þurfa meiri þjónustu en unnt er að veita í heimahúsi skal tryggt hjúkrunarrými.*

.....

## **HJÚKRUNARHEIMILI**

Hjúkrunarheimili er fyrir þá sem hafa mikla þörf fyrir umönnun og hjúkrunarþjónustu. Öll önnur úrræði þurfa að hafa verið reynd áður en til dvalar á hjúkrunarheimili kemur. Mikilvægt er að starfsfólk hjúkrunarheimila sé vel þjálfað og nægjanlega hátt hlutfall fagmenntaðra sem geta metið þörf fyrir félags- og heilbrigðisþjónustu og tryggt íbúum rétta umönnun 24 tíma sólarhrings. Í Reykjavík er fjöldi hjúkrunarheimila og rekur borgin tvö þeirra; Droplaugarstaði og Seljahlíð. Reykjavíkurborg og Velferðarráðuneytið vinna að áætlun um uppbyggingu og fjölgun hjúkrunarrýma til að fullnægja þörfum til ársins 2020.

Reykjavíkurborg vill leggja metnað sinn í að efla virkni og draga úr einmanaleika á hjúkrunarheimilum og vinna að innleiðingu stefnu sem hámarkar lífsgæði og sjálfsákvörðunarrétt íbúa.

.....

*Mikilvægt er að starfsfólk leggi sig fram um að virkja frumkvæði og ná fram vilja þeirra sem þjónustunnar njóta, með þeim hætti er þjónusta frekar veitt á forsendum þess aldraða.*

.....





## GÆÐAVIDMIÐ

Reykjavík var fyrst sveitarfélagi til að taka upp gæðaviðmið í heilbrigðisþjónustu í heimahúsum. Með því að nota RAI-HC tækið til að meta þjónustupörf og gæði þeirrar heilbrigðisþjónustu sem veitt er, er hægt að fylgjast með gæðum og ráðast í sérstaka umbótavinnu þar sem hennar er þörf.

.....

*Reykjavíkurborg veitir heilbrigðisþjónustu með hæfu fagfólki sem geta veitt fólki þjónustu í hinum ýmsu búsetuformum.*

.....

## HEILABILUN

Umönnun og hjúkrun einstaklinga með heilabilun verður með hverju ári stærri þáttur í þjónustu við aldraða. Starfsfólk borgarinnar í öldrunarþjónustu þarf að hafa þekkingu á þeim einkennum sem benda til heilabilunar og þannig stuðla sem fyrst að því að viðkomandi fái viðeigandi greiningu á heilsugæslu, hjá heimilislækni eða á minnismóttöku Landspítalans. Starfsfólkið þarf að fá sérstaka kennslu og þjálfun í umönnun og samskiptum við fólk með heilabilun og er það á ábyrgð Reykjavíkurborgar að bjóða upp á slíka þjálfun. Sýnt þykir að með fjölgun aldraðra muni fjölga þeim sem greinast með heilabilun og því er stefnt að frekari valkostum í stuðningi og búsetu fyrir þennan hóp.



## AUKIN ÞJÓNUSTA HEIM

Að annast fólk við lífslok er vandmeðfarið og krefst sérstakrar aðgætni og þekkingar. Með aukinni sérhæfingu í heimaþjónustu stefnir Reykjavíkurborg að því að veita góða líknarmeðferð í samstarfi við sérfræðinga í þeim málaflokki.

Nú þegar er hafið samstarfsverkefni milli Landspítalans og heimahjúkrunar sem tekur mið af öflugri hjúkrun við fólk með hjartabilun. Slíkt verkefni skilar sér í bættri þjónustu og auknum lífsgæðum.



*Heilbrigðisþjónusta á vegum borgarinnar á að einkennast af gæðum, skilvirkni og því að mæta breytilegum þörfum íbúa fyrir umönnun og meðferð.*





# Aðstandendur

Aðstandendur gegna lykilhlutverki í þjónustu við aldraða en sú þjónusta er oft lítt sýnileg fyrir en róðurinn verður of þungur. Aðstandendur geta skyndilega þurft að taka að sér hlutverk umönnunaraðila í kjölfar heilsubrests og yfirleitt án þess að hafa þjálfun eða reynslu af umönnun. Heimþjónustu sem veitt er af opinberum aðilum er ætlað að styðja við og bæta þá aðstoð en ekki að taka við hlutverki aðstandandans. Hingað til hefur mat á þörf fyrir heimþjónustu ekki falið í sér mat á þörf aðstandenda fyrir stuðning. Afleiðingin getur verið að hætta er á að þörfum þess sem er í umönnunarhlutverki sé ekki sinnt.

## RÁÐGJÖF OG STUÐNINGUR VIÐ AÐSTANDENDUR

Aðstandendur hafa þörf á ráðgjöf og stuðningi. Mikilvægt er að þeir fái góðar upplýsingar og leiðbeiningar. Þeir þurfa jafnframt að stjórna ákvörðunum og þurfa öðru hverju hvíld frá umönnunarhlutverkinu. Þeir umönnunaraðilar sem eru mjög bundnir yfir veikum aðstandanda þurfa oft á meiri hvíld að halda en þá stuttu stund sem heimþjónustustarfsmaður stoppar og því er mikilvægt að öldruðum standi til boða hvíldarinnlagnir og dagvist.

Markvisst skal unnið að því að kortleggja þörf aðstandenda fyrir stuðning og ráðgjöf um leið og metin er þörf fyrir heimþjónustu. Þjálfarar skal starfsfólk í því að veita ráðgjöf og stuðning til aðstandenda.

.....

***Búseta heima í faðmi ástvina getur viðhaldið lífsgæðum hjá veikum öldruðum.***

.....



Þekking, reynsla og ánægja starfsfólks tryggir gæði þeirrar þjónustu sem veitt er. Störfingur þurfa að vera eftirsóknarverð og bjóða þarf upp á skapandi og heilbriggt vinnuumhverfi sem stuðlar að því að hæfileikar hvers og eins fái notið sín.

Þjónusta við eldri borgara er bæði gefandi og krefjandi starf. Rannsóknir hér á landi hafa leitt í ljós að starfsmenn í öldrunarþjónustu eru oft undir miklu álagi en þeir eru sammála um að starf þeirra sé mikilvægt og gefandi. Reykjavíkurborg leggur áherslu á símenntun, fræðslu og þjálfun starfsfólks. Lögð er áhersla á að starfsfólk af erlendum uppruna geti bæði skilið og tjáð sig á íslensku.

Brýnt er að starfsfólk finni að borin sé virðing fyrir störfum þeirra. Bæta þarf skilning fólks á umönnunarstörfum og gæta þarf vel að starfsaðstöðu og stuðningi við starfsfólk. Starfsfólk þarf að hafa aðgang að verkfærum, starfsaðstöðu og þekkingu til að geta leyst af hendi þau verkefni sem því er falið.



# Að lokum

Eldri borgarar eru gefendur og þiggjendur í samfélaginu eins og aðrir borgarbúar. Þeir eru virkir samfélagsþegnar sem gefa mikið til samfélagsins hver á sinn hátt. Mikilvægt er að horfa á öldrun þjóðarinnar sem tækifæri til framfara og framþróunar.

Virk öldrun er lykilhugtak en með því er gert ráð fyrir margvíslegri getu og möguleikum eldra fólks. Í samfélaginu þarf að vera sveigjanleiki sem tekur mið af aðstæðum hvers og eins, virða þarf reynslu og þekkingu þeirra sem eldri eru og hlúa sérstaklega að þeim sem eru í viðkvæmri stöðu.

Þjónusta þarf að byggja á einstaklingsbundnum þörfum hvers og eins. Öldrun fylgja oft breytingar og áskoranir við að takast á við ný verkefni en hafa þarf í huga að eldri borgarar eru ekki einsleitur hópur, þeir hafa eftir sem áður ólík áhugamál, langanir og skoðanir. Bætt lífskjör, heilbrigðisþjónusta, fyrirbyggjandi aðgerðir og endurhæfing hefur bætt til muna heilsu aldraðra. Betri heilsa dregur úr og seinkar þörf á utanaðkomandi stuðningi og eykur um leið getu eldri borgara til að leggja sitt lóð á vogarskálarnar til hagsbóta fyrir borgarsamfélagið.

## Velferðarsvið Reykjavíkurborgar 2013

Ábyrgðarmaður: Birna Sigurðardóttir

Hönnun: Helga Valdís Árnadóttir

Prófarkalestur: Halldóra Sigurðardóttir

Ljósmyndir: Ýmsir, úr safni Reykjavíkurborgar og Shutterstock.com