



# ÅRSRAPPORT

2019



**Aldring og helse**  
Nasjonal kompetansetjeneste



## FAKTA:

**Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse ble etablert i 1997 og skal bygge opp og spre kompetanse innen fagområdene demens og alderspsykiatri samt aldring ved utviklingshemning og aldring ved funksjonshemning.**

Tjenesten, som retter seg mot både primær- og spesialisthelsetjenesten, helsepersonell, pasienter og pårørende, driver omfattende utviklings- og forskningsvirksomhet for å øke kunnskapen på sine felt. Formidling av kunnskap skjer ved produksjon av faglitteratur, utstrakt kurs-, undervisnings- og konferansevirksomhet, samt via internett.

Tjenesten har som mål å bygge opp faglige nettverk i alle helseregioner, slik at disse kan bidra inn i tjenestens oppgaver regionalt.

Aldring og helse har utarbeidet en kompetanse-spredningsplan som ligger tilgjengelig på våre nettsider. Aldring og helse driver på oppdrag fra Helsedirektoratet flere av prosjektene i Demensplan 2020. I tillegg har vi ansvar for å bygge opp kompetanse innenfor områdene utviklingshemning og aldring, funksjonshemning og aldring samt alderspsykiatri.

I tillegg til å drifte to kvalitetsregistre og en biobank, bidrar Aldring og helse på oppdrag fra Helsedirektoratet hvert fjerde år i en Nasjonal kartlegging av tilbudet til personer med demens i alle norske kommuner. Flere av våre forskningsprosjekter bidrar også til å formidle behandlingsresultater.

Nettverksbygging og såkornaktivitet fra Aldring og helse har ført til at flere selvstendige forskningsmiljøer innen våre fagområder er blitt etablert utenfor Aldring og helse. Fra at Aldring og helse hadde ansvar for alle faser av prosjektgjennomføring har vi nå gjerne en veilederfunksjon i samarbeid med andre forskningsmiljøer, mens hovedansvaret ligger hos det lokale miljøet.

NOEN HØYDEPUNKTER  
**SIDE 4**

FORSKNING OG UTVIKLING  
**SIDE 6**



KOMPETANSEHEVING  
**SIDE 10**

VÅR KOMMUNIKASJON  
**SIDE 15**



## NOEN HØYDEPUNKTER



1

### Fikk Demensforsknings- prisen 2019:

Seniorforsker Knut Engedal ved Aldring og helse har generert viktige forskningsresultater og bidratt til mer åpenhet om demens.

2

### Nytt nordisk nettsted om demens for personer med utviklingshemning:

Personer med utviklingshemning fikk tilgang til kunnskap og fakta om demens.

3

**Temakonferansen funksjonshemning og aldring:** Temaet Hjemmetjenestene for eldre i dag og i fremtiden skapte stort engasjement blant de mange fremmøtte.

4

### Ny doktorgrad:

Hver tredje sykehjemsbeboer med demens ved norske sykehjem har betydelig angst og angstsymptomer.

5

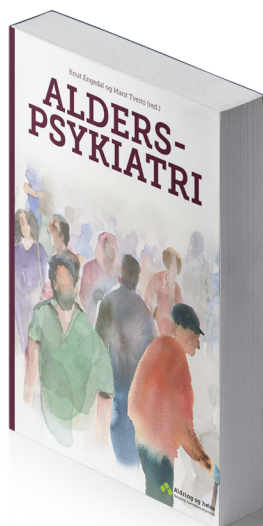
### Nettsiden Tid til å være ung fikk nytt design og nytt innhold:

Det ble lettere å finne frem for ungdom, og de ble oppfordret til å dele sine historier.

6

### Ny lærebok i alderspsykiatri:

Redaktørene Knut Engedal, Marit Tveito og flere av de aller flinkeste fagfolkene i Norge har bidratt, og læreboka setter en ny standard for dagens alderspsykiatri.



**7** **Hukommelsesstimulerende terapi for personer med demens i Norge lansert:**  
Nytt kurstilbud for kommuner i Norge om ny terapi, som vil bedre hukommelsen og livskvaliteten hos personer med demens.

**8** **Ny e-læringsattsning for leger om palliasjon og demens i gang:**  
Lindrende behandling ved livets slutt og personsentrert omsorg skal gå hånd i hånd.

**9** **Deltok i EUs demensprogram Act on dementia:**  
Programmet skal bidra til økt livskvalitet for europeiske pasienter med demens og deres omsorgsgivere.

**10** **«Håndbok for pårørende»:**  
Ny bok fra Forlaget aldring og helse ga pårørende et konkret, praktisk og nyttig redskap i møtet med demenssykdom i familien.



**11**

### **Huskeprisen til demensildsjel:**

Historiens første Huskepris-vinner, Marit Hoemsnes Angen, ble kåret på Demensdagene.

**12** **Oppdatert demensutredning:**  
Et mye brukt verktøy for basal demensutredning ble oppdatert ifb. at Helsedirektoratet satte i gang en informasjonskampanje.

**13** **Nytt forskningsprosjekt:**  
God mulighet for kommuner, gjennom det internasjonale forskningsprosjektet SHAPE, til å videreutvikle demens-tilbudet gjennom brukerskoler for personer med demens.

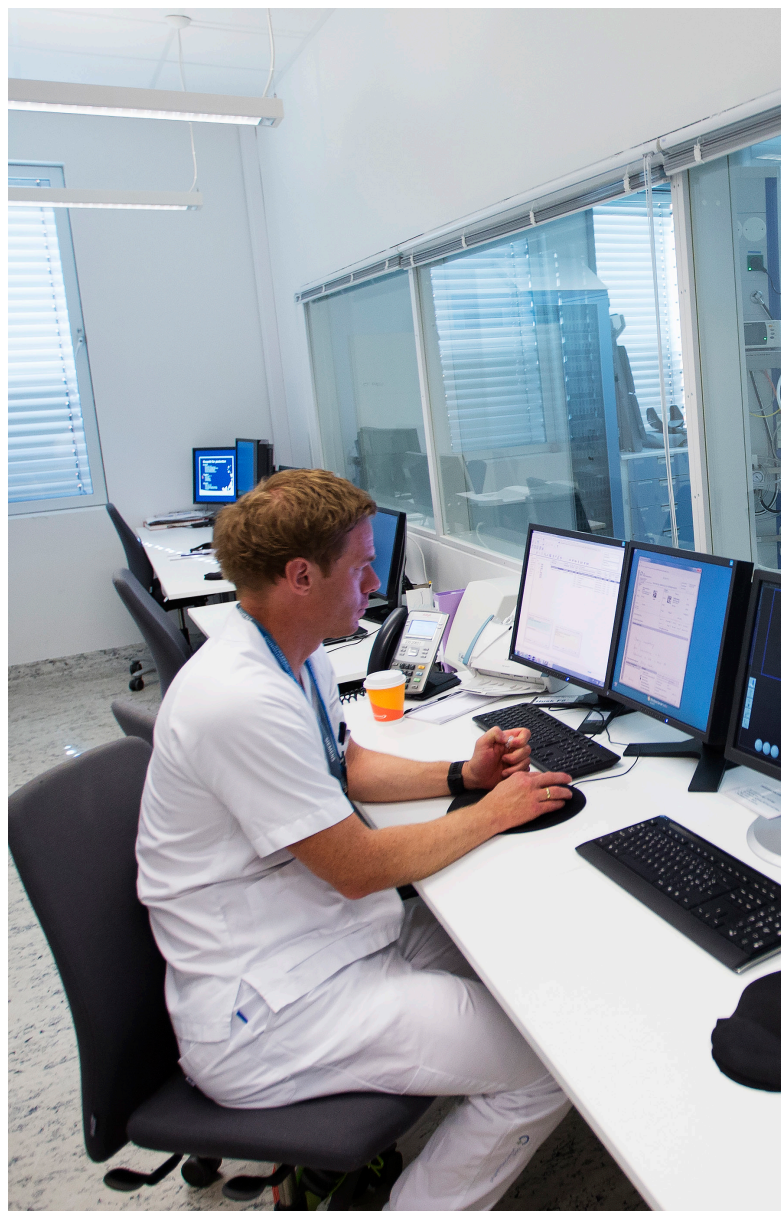


## FORSKNING OG UTVIKLING

Forskning og utvikling ved Aldring og helse skal skape kliniske og forskningsmessige nettverk på tvers av regioner, på tvers av profesjoner og på tvers av tjenestenivåer. Forskning og utvikling skal bidra til bedre grunnlag for beslutningstagere nasjonalt på våre fagområder. Forskning og utvikling skal ha klinisk relevans. Kunnskapen som skapes skal videreformidles raskt og på en forståelig måte for dem som bruker våre opplæringsressurser og våre nettsider. Fullstendig oversikt over våre forsknings- og utviklingsprosjekter finnes i e-rapport til Helse Sør-Øst og på våre nettsider.

Vår ambisjon er å gjøre flere lokale miljøer i stand til å gjennomføre selvstendig forskning innen våre fagområder. Samtidig vil vi fortsette å stå til rådighet for veiledning i planlegging av forskning. På flere områder har Aldring og helse gjennom sin forskning produsert grunnlagsinformasjon for beslutningstagere. Det gjelder blant annet forekomsttall for sykdommer hos eldre i flere deler av helse- og omsorgstjenesten, medikamentbruk, tjenestetilbud, kvalitetsindikatorer i omsorgstjenesten, utvikling av metoder for psykososiale tiltak i omsorgstjenesten, samt utvikling og evaluering av kompetansehevende tiltak.

I 2019 har vi fullført en datainnsamling for en nasjonal forekomstundersøkelse av demens. Dette skjer innenfor rammen av fjerde runde av Helseundersøkelsen i Nord-Trøndelag (HUNT4). I tillegg deltar sykepleierutdanningene ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU) og Nord universitet. I et underprosjekt (HUNT4 Trondheim 70+) er det gjort en tilsvarende undersøkelse i Trondheim kommune der kommunale helsearbeidere og sykepleierstudenter gjennomfører datainnsamlingen. Totalt ble 9940 personer 70 år eller eldre inkludert i HUNT4 og 1749 ble inkludert i HUNT4 Trondheim 70+. Dette er en av de største forekomststudier av demens på verdensbasis. Diagnostisering skjer ved at to kliniske og forskningsmessige eksperter uavhengig av hverandre setter diagnose. Dette arbeidet er påbegynt i 2019 og vil bli fullført i løpet av februar 2020. I 2019 har Aldring og helse fått i oppdrag å starte en oppfølgingsstudie av HUNT4 70+. Dette vil gi insidenstall for demens i Norge.



Planlagt start av datainnsamling er høsten 2020. Siden deltagerne i HUNT har blitt undersøkt flere ganger tidligere (1984-86, 1995-97, 2006-08), gir materialet en unik mulighet til å studere risikofaktorer for demens i et livsløpsperspektiv. Prosjekter som undersøker hørsel, depresjon og ensomhet, sosioøkonomisk status som risikofaktorer for demens, er startet med til sammen fem stipendiater involvert.

I et annet prosjekt gjennomfører vi en bred kartlegging av brukerbehov hos personer med demens, der personer med demens, pårørende og helsepersonell intervjues om deres respektive oppfatninger av behov hos personen med demens. Prosjektet munner ut i en modell for brukerinvolvering av tjenesten ved forskjellige stadier av demenssykdommen. Disse to prosjektene er en del av Demensplan 2020. Begge prosjektene vil gi kunnskap som er avgjørende for planlegging av helsetjenestene.



Aldring og helse forsker også på temaer knyttet til nedsatt funksjonsevne og aldring, både generelt og blant personer som blir eldre med medfødt eller tidlig ervervet nedsatt funksjonsevne. I 2019 har Aldring og helse publisert flere artikler basert på befolkningsstudier (NorLag og HUNT) og nasjonale registerdata, om blant annet livskvalitet og mortalitet.

En studie fant stor mangel på jobb og dagaktivitet blant voksne og eldre med utviklingshemning i Norge. Den norske Downs syndrom og demensstudien, som ble startet opp av Aldring og helse på tampen av 2018, fikk i løpet av 2019 alle nødvendige godkjenninger for å gjennomføres. De aller fleste habiliteringsenheter ved norske sykehus vil bidra med å samle data og vi tar sikte på at rundt 150 voksne personer med Downs syndrom vil delta.

Det er etablert forpliktende internasjonalt samarbeid om forskningsprosjekter på alle fagområdene i Aldring og helse. Hoveddelen av samarbeidet gjelder i EU-området, men det er også bredt samarbeid med forskergrupper i Brasil, USA og Australia. Aldring og helse har deltatt i 2 arbeidspakker i EU Joint action on dementia "Act on dementia". Arbeidspakken "Residential care" er det Norge som har ledet, gjennom ass. forskningssjef Øyvind Kirkevold fra Aldring og helse. «Act on dementia» hadde sitt siste år i 2019, og er nå avsluttet.

Forskningen i Aldring og helse finansieres i all hovedsak av eksterne midler.

## FORSKNINGSPROSJEKTER

Aldring og helse gjennomfører selvstendige forskningsprosjekter, bygger nettverk for forskning i Norge og samarbeider med en rekke internasjonale forskningsmiljøer.



## VITENSKAPELIGE ARTIKLER

Vi publiserer vitenskapelige artikler både i norske og internasjonale vitenskapelige tidsskrifter.





## FORSKNINGSKOMPETANSE

Våre medarbeidere har vært hoved- eller medforfattere på i alt 66 vitenskapelige artikler. Vi hadde i 2019 15 PhD-stipendiater og to postdoktor-stipendiater. Det var ni professorer ansatt og/eller tilknyttet Aldring og helse, hvorav to var prof. emeritus.



2015



2016



2017



2018



2019



## KOMPETANSEHEVING

Aldring og helse jobber med kompetanseheving i hele landet og tilbyr kurs og konferanser for dem som jobber i helse og omsorgstjenesten. I tillegg til videreutdanning gjennom ABC-modellen har vi egen fagskole, tilbyr fagbrev og et opplæringstilbud for dem som ikke har fagutdanning. Vi har egne moduler for e-læring, og tilbyr fjernundervisning på nett.



Alle våre tiltak for kompetansespredning er spredt i hele landet og godt implementert i kommunehelsetjenesten og spesialisthelsetjenesten. Vi vil særlig nevne vår ABC-modell, som er bygd ut med flere temaer og påbyggingsmuligheter, og benyttes i de fleste norske kommuner. Vi driver helsefagarbeiderutdanning på oppdrag fra Helsedirektoratet, og vi har egen fagskole med to studieretninger. Vi samarbeider med høyskoler og universiteter om studieemner på bachelor- og masternivå. Vi utvikler stadig nye e-læringsmoduler, og har omfattende kurs- og konferansevirksomhet.

Aldring og helse bidrar med undervisning på oppdragskurs og underviser på forespørsel ved høyskoler og universiteter innenfor våre fagområder.

*Psyk-IT:* Opplæringsprogrammet Psyk-IT foregår som videoforelesninger a 20 minutter og målgruppen er alderspsykiatriske miljøer og primærhelsetjenesten. Forelesningene kan man se på nett eller laste ned som podcast.

*Ger-IT:* Aldring og helse og Norsk forening for geriatri samarbeider om fjernundervisning i geriatri. Undervisningen holdes som telefonmøte og presentasjoner knyttet til foredragene blir lagt ut på hjemmesiden [www.norskgeriatri.no](http://www.norskgeriatri.no) - i forkant av hvert møte



## STUDIETILBUD

### Helsefagarbeider:

På oppdrag fra Kompetanseløft 2015 og 2020 har Aldring og helse utviklet og driver et studietilbud for ufaglærte der målet er fagbrev som helsefagarbeidere. Prosjektet legger til rette for at personell uten relevant fagutdanning skal få alternative veier til å oppnå autorisasjon som helsefagarbeidere gjennom ulike opplæringsmodeller som bygger på ABC-konseptet.

### Fagskole:

Fagskolen aldring og helse tilbyr et nasjonalt fagskoletilbud med to studieretninger; Demensomsorg og alderspsykiatri og Utviklingshemning og aldring. Utdanningstilbudene er nettbasert med samlinger.

## FAGSKOLE

Fagskoleutdanningen er en yrkesrettet videreutdanning for helsefagarbeidere, hjelpepleiere, omsorgsarbeidere og aktivtører. Utdanningen bygger på bestått videregående opplæring innen helse- og sosialfag eller tilsvarende realkompetanse. Fagskolen aldring og helse er godkjent av NOKUT.



2015



2016



2017



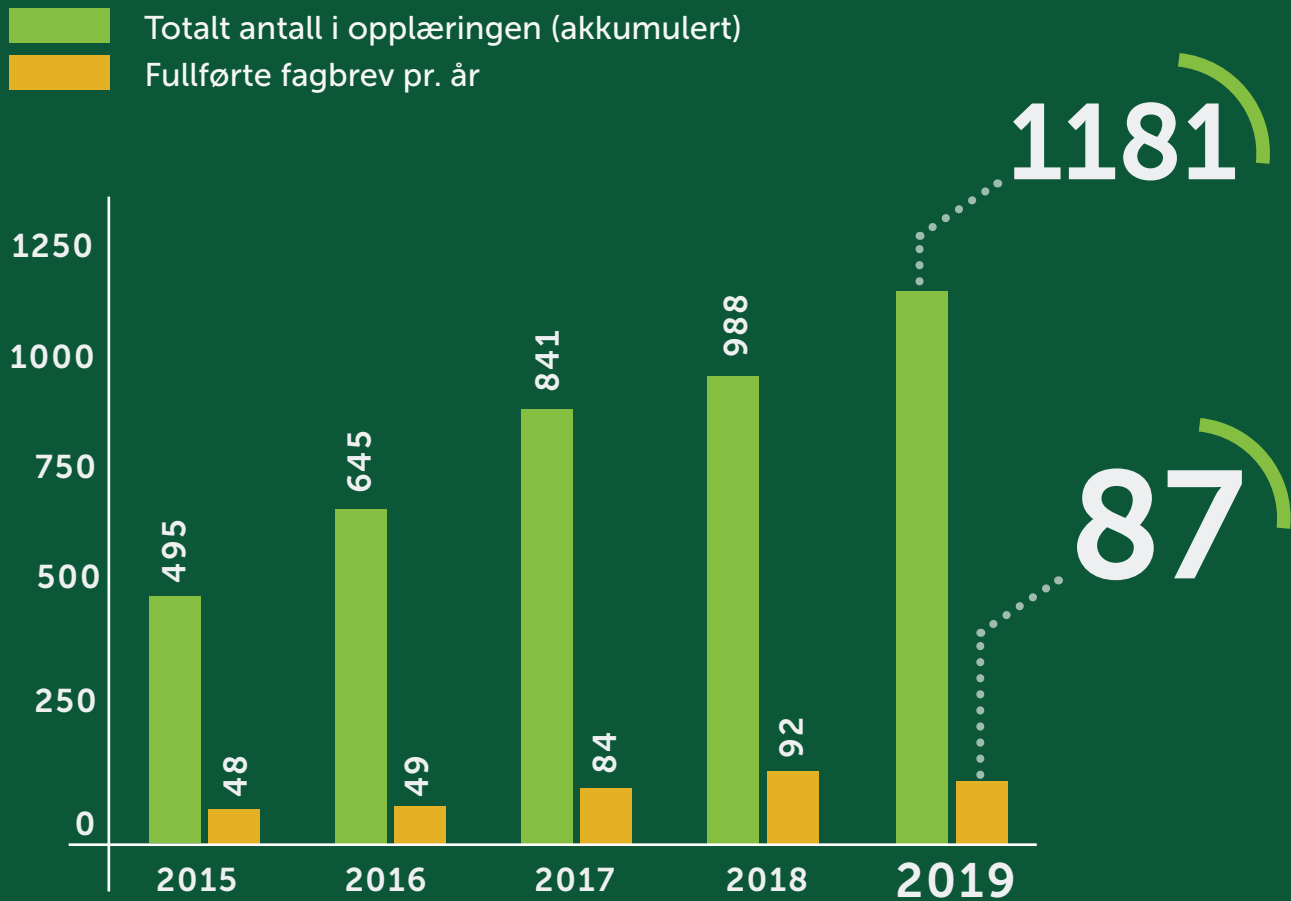
2018



2019

## HELSEFAGARBEIDER

Denne opplæringsmodellen gir fagbrev som helsefagarbeider. Vi tilbyr en individuell tilpasset opplæring som er samlings- og nettbasert med veiledet praksis på egen arbeidsplass. Opplæringen er gratis gjennom tilskudd fra Kompetanseløftet 2020.





## ABC-opplæringen

Helse- og omsorgsdepartementet og Helse- og omsorgsdirektoratet har på bakgrunn av gode resultater med Demensomsorgens og Eldreomsorgens ABC, videreført satsingen som en del av Kompetanseløft 2020, Demensplan 2020 og Omsorgsplan 2020. Aldring og helse hatt ansvar for utviklingen og implementeringen av Demensomsorgens og Eldreomsorgens ABC. ABC-opplæringen er et omfattende kompetansetiltak for bedriftsintern opplæring i helse- og omsorgssektoren. Implementering og oppfølging skjer i samarbeid med utviklingssentra for sykehjem og hjemmetjenester, alderspsykiatriske og geriatriske enheter i spesialisthelsetjenesten, interkommunale kompetansesamarbeid og ved fylkeskommunalt ressurscenter for voksenopplæring i videregående skole, samt med fylkesmannsembetene.

Opplæringen er gjennomført med tverrfaglig sammensatte refleksjonsgrupper i den enkelte kommune, og halvårslige fagdager regionalt, ofte ved samarbeid mellom flere kommuner.

Demensomsorgens ABC perm 2 ble revidert og tatt i bruk fra november 2019. Det er utarbeidet to nye filmer «Hva er palliasjon?» og markedsføringsfilmen «E-læringskurs demens og palliasjon for sykepleiere og helsefagarbeidere».

Vårt nye digitale registreringsystem for ABC-opplæringen har i løpet av 2019 blitt videreutviklet. Høsten 2019 ble den nye brukerportalen lansert og tatt i bruk. I 2019 har all ABC-aktivitet kun vært registrert elektronisk. Det arbeides fortløpende med å opprettholde underleverandørvitalene med kvalifiserte fagmiljøer i fylkene.

I tilknytning til ABC-satsingene, har Aldring og helse på oppdrag fra Helsedirektoratet gitt ut "Detta må jeg kunne - introduksjon til helse- og omsorgsarbeid" og "Detta må jeg kunne – gode tjenester til personer med utviklingshemning". Målet med "Detta må jeg kunne" er å sikre at alle som arbeider i tjenestene har et minimum av relevant kunnskap. Heftene er tiltenkt vikarer, støttekontakter, personer med lite norskkunnskaper og ansatte uten relevant utdanning.

I samarbeid med Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg har Aldring og helse utviklet Musikkbasert miljøbehandling i eldre- og demens-omsorg. Dette er en del av et større samarbeidsprosjekt ledet av Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, på oppdrag fra Helsedirektoratet. Implementeringen av ABC Musikk-basert miljøbehandling er godt i gang.

## ABC-MODELLEN

Tabellen viser en akkumulert oversikt over unike personer som har deltatt i ABC-opplæringen

Akkumulert antall unike personer per oppstartsår	2015	2016	2017	2018	2019
Demensomsorgens ABC	17.579	19.256	21.399	22.905	24.992
Eldreomsorgens ABC	2.210	3.724	4.766	5.352	6.093
Mitt livs ABC	0	261	1.302	2.752	3.846
ABC Musikkbasert miljøbehandling	0	48	366	713	921
<b>Totalt*</b>	<b>19.431</b>	<b>22.033</b>	<b>25.665</b>	<b>28.913</b>	<b>32.463*</b>
<b>Antall kommuner med deltakere</b>	<b>392</b>	<b>397</b>	<b>405</b>	<b>408</b>	<b>409</b>

\* Unike personer totalt for alle ABC-opplæringene vil typisk være lavere enn summen av unike personer for hver ABC-opplæring, fordi personer deltar i flere ABC-opplæringer. Personer som har avbrutt opplæringen er ekskludert i tellingene.

Ved utgangen av 2019 hadde 28.188 personer minst én fullført ABC-perm.

Per utgangen av 2019 hadde det vært deltakere fra 97% av landets daværende 422 kommuner, dvs. 409 kommuner hadde eller hadde hatt deltakere siden oppstart av ABC-opplæringen i 2005/2006.

### E-læring

Aldring og helse arbeider systematisk med å utvikle digitale ressurser og e-læring, både som en del av vår ABC-modell og skolevirksomhet og som enkeltstående moduler med relevante tema tilgjengelig på våre nettsider. Den digitale undervisningsatsingen i Aldring og helse har til hensikt å gjøre kompetansen ytterligere tilgjengelig i hele Norge og for alle målgrupper.





## VÅR KOMMUNIKASJON

Vår kommunikasjon understøtter hovedoppdraget til Aldring og helse ved å være med på å sikre nasjonal kompetanseoppbygging og kompetansespredning. Vi jobber aktivt med kommunikasjon i tradisjonelle og digitale kanaler og har stor spredning og dekning i vårt arbeid. Vi har vekst i trafikk i alle kanaler og ser et stort potensiale for videre vekst.

Nettsidene til Aldring og helse hadde i overkant av 1 536 000 sidevisninger i 2019. Det er økning på 24% mot 2018. Antall økter/sesjoner i samme periode økte med 42% til mer enn 563 000.

Aldring og helse benytter sosiale medier aktivt i formidling og kompetansespredning. På Facebook hadde vi en økning av likerklubb på 15% til 20 818 likerklubb. Videovisning har et stadig større omfang og i 2019 hadde vi en vekst på 61% til 242 100 minutter videovisning. På Twitter hadde vi en økning av antall følgere på 7% til 1 265 følgere. Antall følgere på Instagram økte med hele 132% til 2 338 følgere.

Aldring og helse jobber løpende med å utvikle digitale møtepunkter med brukere. Appen "Kunnskap om demens" er ved årsskiftet installert på 10.489 enheter. Ansatte i Aldring og helse har holdt et stort antall muntlige presentasjoner, foredrag, kurs og presentert postere på nasjonale og internasjonale konferanser og kongresser.

Vi er omtalt i 988 eksterne artikler i 2019. Vår klart største kilde til omtale er sosiale medier med Facebook i spissen. Videre er Twitter, Instagram, VG, Dagbladet, blogg, Vi over 60 og Sykepleien de viktigste kildene til omtale. Utover dette, en rekke lokale papir/nett medier.

Aldring og helse sender jevnlig ut nyhetsbrev til dem som ønsker. Ved utgangen av 2019 var det 7037 abonnenter til vårt nyhetsbrev.

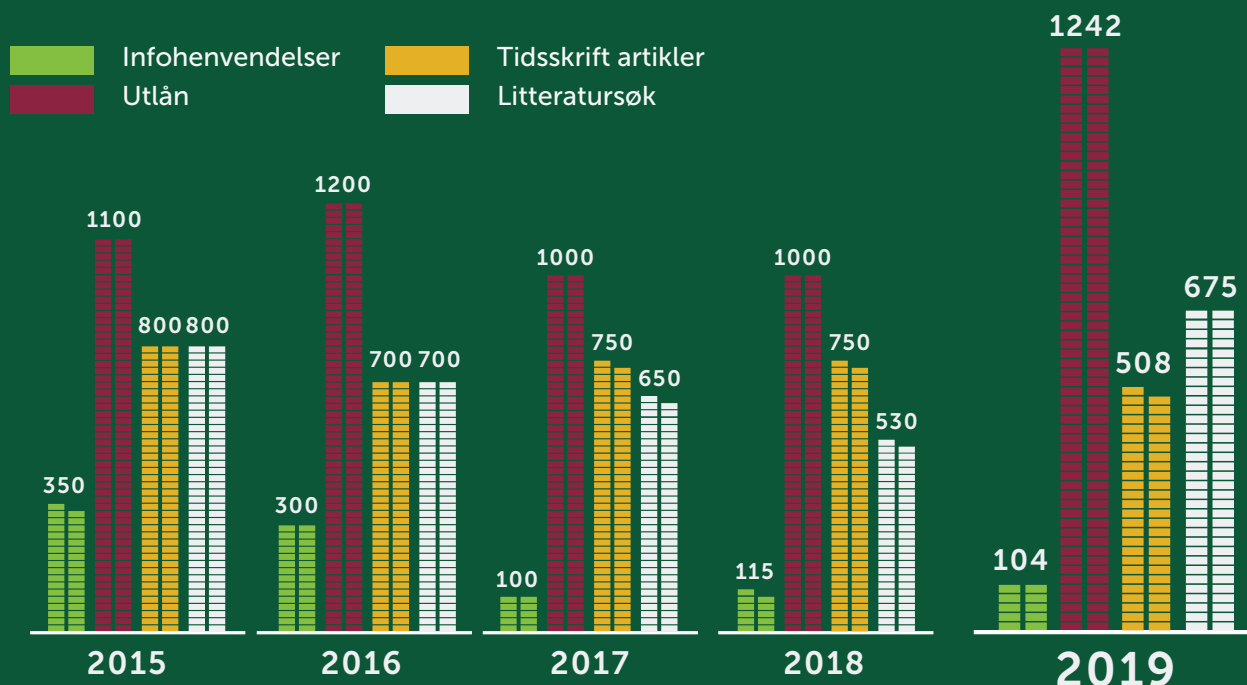
Aldring og helse hadde også i år stand under hele Arendalsuka og arrangerte to frokostseminarer der: «Aktiviteter med mening for eldre» og «Ensomhet blant eldre». Begge seminarer var godt besøkt.



Standen var også i år meget populær, og det var blant annet mulig å få hilse på demensselen Paro, få målt sin gripestyrke og få testet sin kognitive funksjon og få høre mer om Aldring og helses ulike satsinger og tilbud. I tillegg deltok Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg på vår stand, og kunne blant annet tilby kartlegging av musikkpreferanser med VR-briller. Aldring og helse har deltatt i planlegging og gjennomføring av nasjonal informasjonskampanje om demens i regi av Helsedirektoratet.

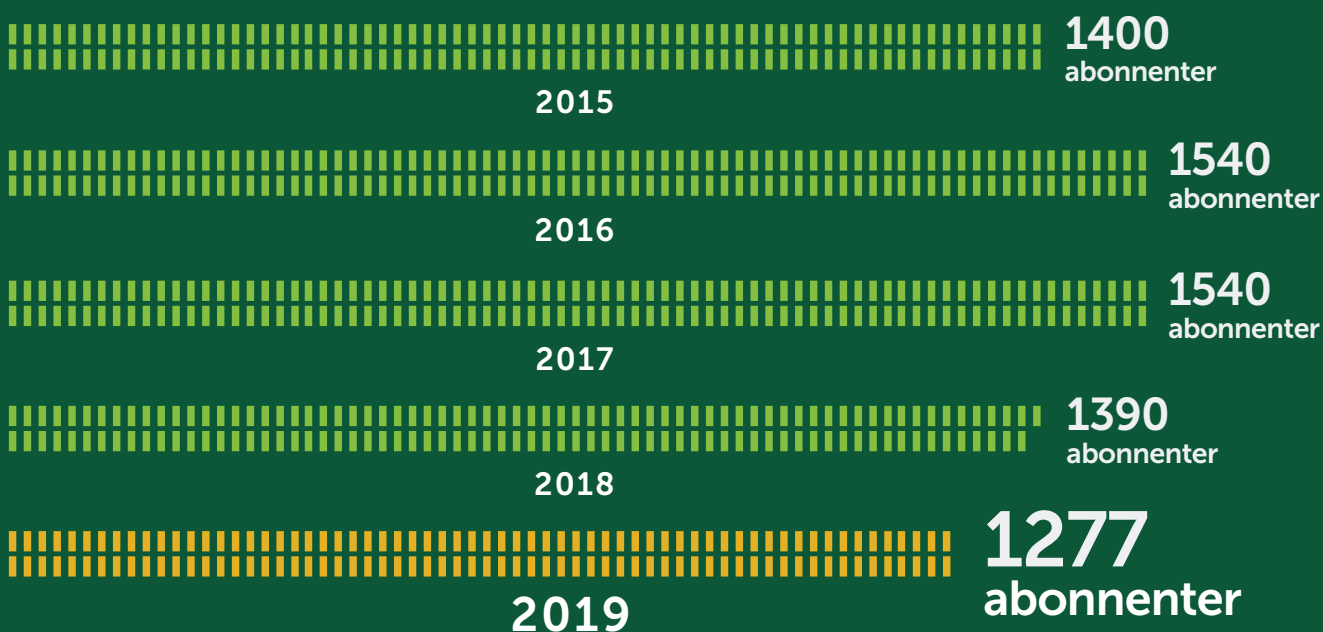
## BIBLIOTEKET

Bibliotekjeningen er nasjonal, og for alle. Man kan enkelt låne fra vår samling ved henvendelse til oss via nett, over telefon eller ved å besøke oss. Biblioteket er en del av fjernlånsamarbeidet mellom bibliotekene.



## TIDSSKRIFTET

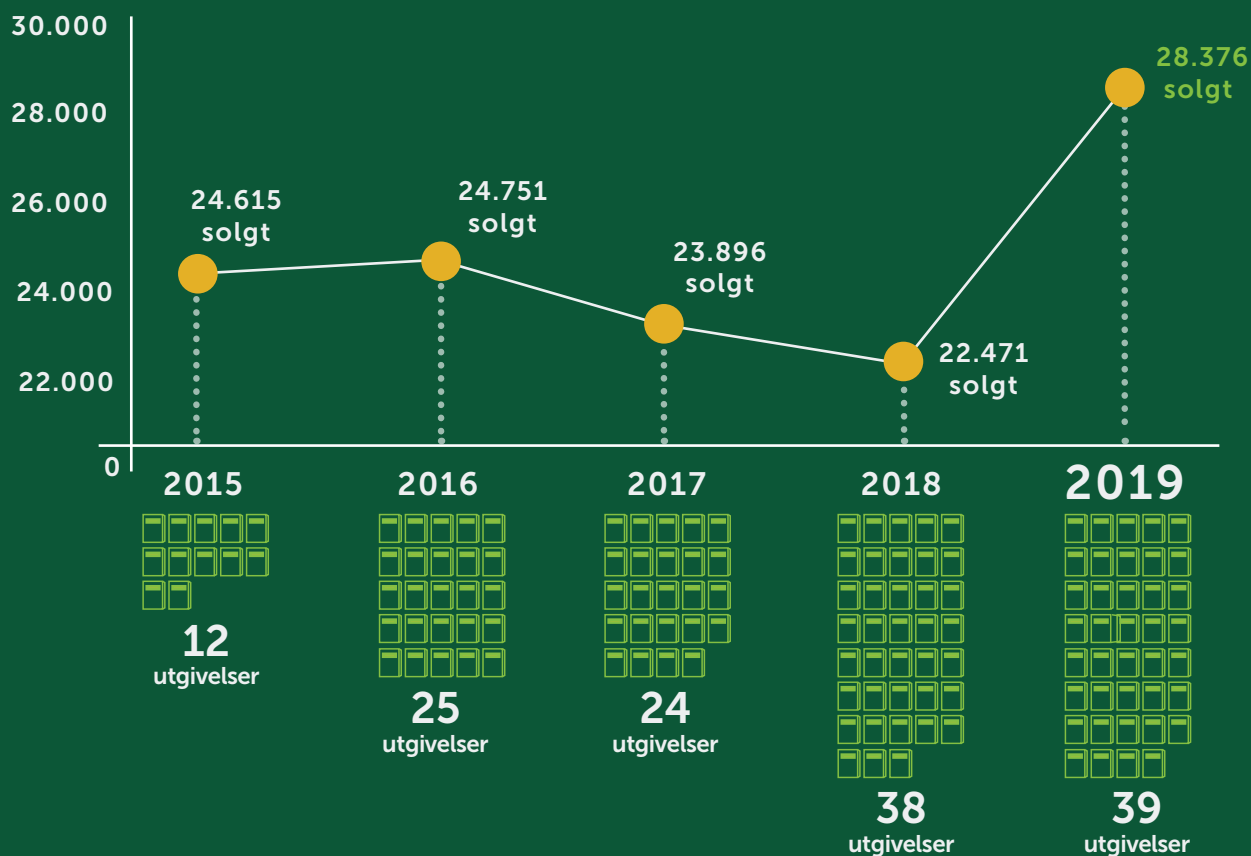
Tidsskriftet aldring og helse er et fagtidsskrift som henvender seg til alle som arbeider med, eller er opptatt av temaer knyttet til fagområdene våre. Om man er fagperson, pårørende eller har generell interesse for temaet, kan du få faglig påfyll. (Fra 2020 er Tidsskriftet nedlagt)



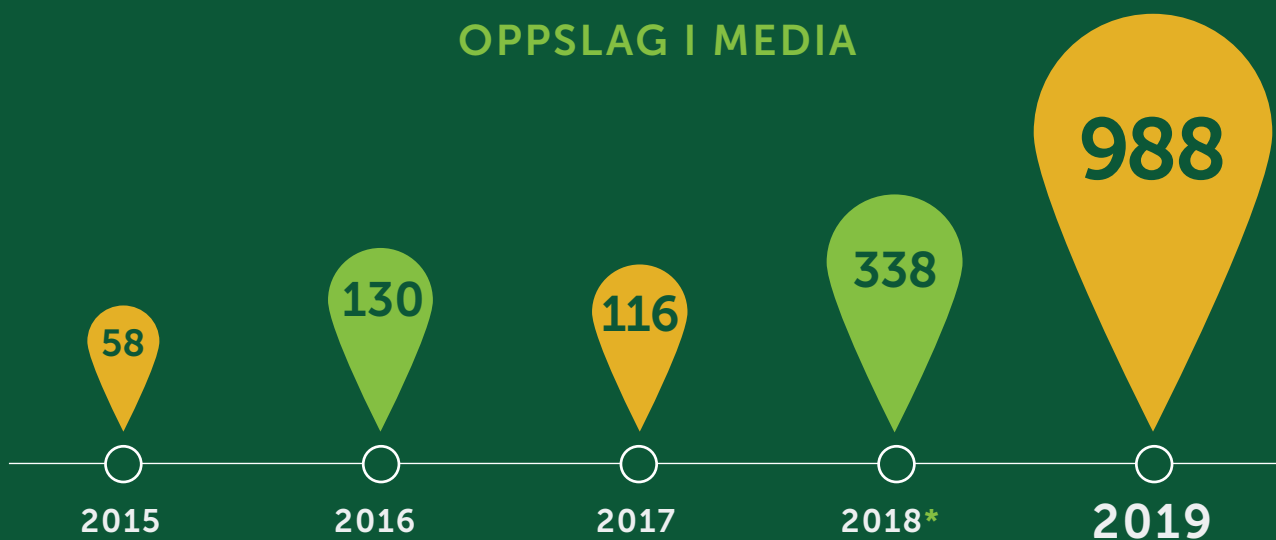


## FORLAGET

Forlaget utgir lærebøker, temabøker, fagrapporter og undervisningsmateriell tilknyttet våre fagområder. Forlaget produserer i tillegg til litteratur, også film og lydbøker.



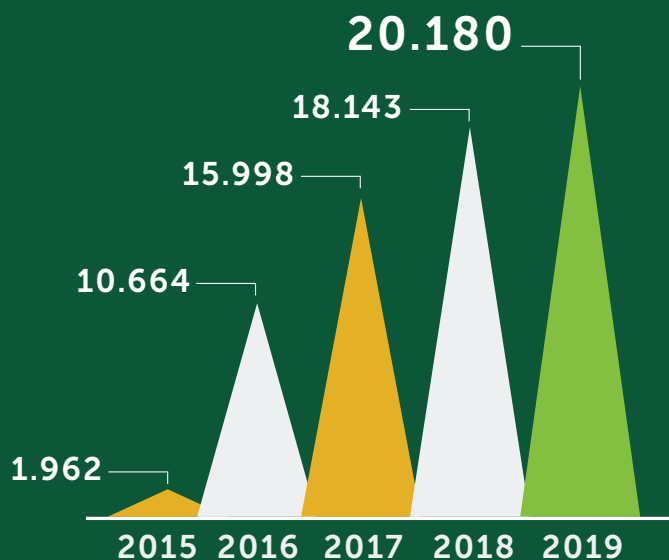
## OPPSLAG I MEDIA



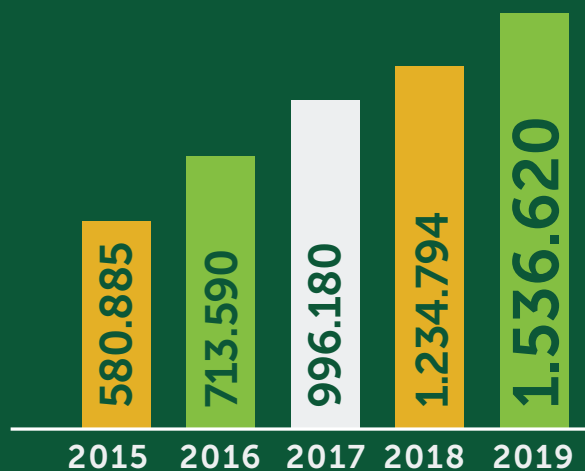
\* Ny tellemåte fra og med 2018. Inkluderer sosiale medier.

## WEB/SOSIALE MEDIER

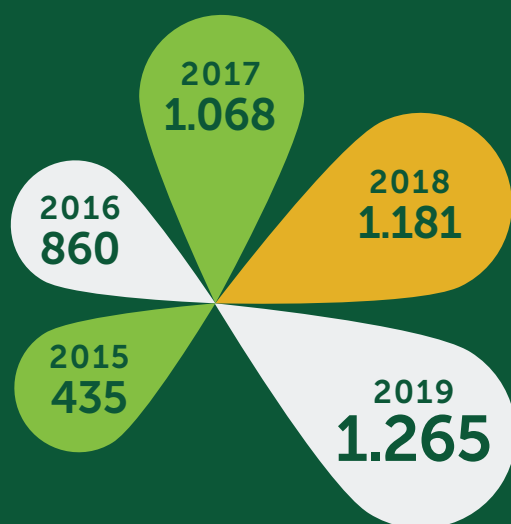
Vi kommuniserer nyheter, ny kunnskap og fagstoff i form av tekst, bilder og video gjennom hyppige oppdateringer på vår nettside, nyhetsbrev og sosiale medier, som facebook, twitter og instagram.



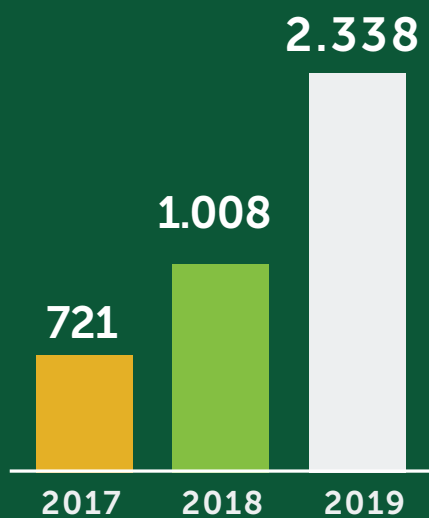
 Facebook følgere



 Nettsidevisninger



 Twitterfølgere



 Instagramfølgere

## FORANKRING

Aldring og helse er administrativt underlagt Sykehuset i Vestfold, og har en styringsgruppe med representanter fra Sykehuset i Vestfold og Oslo universitetssykehus. I styringsgruppa sitter forsknings- og innovasjonsdirektør Jørn Evert Jacobsen (SiV) og klinikkleder medisinsk klinikk Morten Mowe (OUS). I tillegg møter daglig leder Kari Midtbø Kristiansen, forskningsjef Geir Selbæk, administrasjonssjef Bjørg Aaring og spesialrådgiver Finn Hall i styringsgruppa.



Foto: Sykehuset i Vestfold

## REFERANSEGRUPPEN

Referansegruppen har i 2019 bestått av:

**JORUNN HELBOSTAD**  
**ASTRID DANILOFF**  
**BERNHARD LORENTZEN**  
**CATHRINE ARNTZEN**  
**INGRID HAUG OLSEN**  
**MARIANNE NIELSEN**  
**WENCHE FROGN SELLÆG**

Referansegruppens leder (HMN)  
Brukerrepresentant  
Representant Helse Sør-Øst  
Representant Helse Nord  
Kommunal representant  
Representant Helse Vest  
Brukerrepresentant

©Aldring og helse, 2020  
1. utgave / 1. opplag, 2020  
ISBN: 978-82-8061-612-8  
Foto: Martin Lundsvoll  
Layout: Headspin AS  
Trykk: ETN Grafisk

Materialet er vernet etter åndsverkloven.  
Uten uttrykkelig samtykke er eksemplarframstilling,  
bare tillatt når det er hjemlet i lov.

Alle henvendelser om rapporten kan rettes til:  
**Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse**  
Postboks 2136, 3103 Tønsberg  
Tlf: 33 34 19 50  
E-post: [post@aldringoghelse.no](mailto:post@aldringoghelse.no)  
[www.aldringoghelse.no](http://www.aldringoghelse.no)