

Budsjettinnspill til statsbudsjettet 2022 fra Nasjonalt senter for aldring og helse.

Vi blir flere eldre, og vi lever lenger. Hva kan et nasjonalt senter for aldring og helse bidra med?

Samtidig som levetiden øker, øker også tiden med sykdom. Det betyr at de gamle vil trenge mer tid og mer ressurser fra helse- og omsorgstjenestene. Er Norge godt rustet for denne utfordringen?

Sykdom og funksjonssvikt øker med høyere alder. Demens er en aldersbetinget sykdom, som øker i forekomst med økende alder, fra 5% i gruppen 70-75 år til 50% i gruppen over 90 år. I dag er det 101 000 personer med demens i Norge, i 2050 vil det være 236 000, og i 2100 trolig nærmere 400 000. Tallene er hentet fra Aldring og helses forekomststudie om demens, gjort i samarbeid med HUNT. Også en rekke andre sykdommer blir mer vanlig i høy alder, som kreft, gikt og hjerte-kar-sykdom. Sykdommene gir funksjonssvikt, som øker behovet for omsorgstjenester. Planlegger Norge for hvordan det økende behovet skal møtes?

Samtidig som det blir flere eldre med behov for omsorgstjenester blir det færre i gruppen som jobber i helse- og omsorgstjenesten. Denne utviklingen er særlig tydelig i distrikts-Norge der yngre grupper har flyttet bort, mens de eldre er blitt boende. I Innlandet fylke er det 2,6 personer i arbeidsfør alder (20-64) per person over 64 år. Dette tallet faller til 1,9 i 2035. Tilsvarende tall for Oslo er 5,3 og 3,8. Trøndelag ligger på landsgjennomsnittet (3,3 og 2,4), men med stor variasjon mellom kommunene.

For å fremme et godt liv i alderdommen og gjøre tiden med sykdom og funksjonstap så kort som mulig, må det legges til rette for de gode valgene gjennom hele livsløpet. For å fremme god helseatferd for en god alderdom, trenger vi et presist budskap, basert på sikker kunnskap.

Fra forslag til statsbudsjett

I forslag til statsbudsjett foreslås det at Aldring og helse avvikles som kompetansetjeneste fra 2022, men videreføres som Nasjonal senter for aldring og helse underlag Helse Sør-Øst RHF.

Aldring og helse takker for tilliten.

Helse Sør-Øst RHF har ansvar for å etablere senteret innenfor rammen av midlene til nasjonale kompetansetjenester mv.

Hva kan Aldring og helse bidra med?

Aldring og helse ble etablert i 1997 etter et stortingsvedtak i sosialkomiteen, og retter seg mot både primær- og spesialisthelsetjenesten,

Vi har i dag kompetansetjenestefunksjon på disse områdene:

- Demens
- Utviklingshemning og aldring

- Funksjonshemning og aldring
- Alderspsykiatri

Nasjonalt kompetansetjeneste for aldring og helse har opparbeidet en unik kompetanse og sentral posisjon i Norge på forskning, utvikling og formidling av kunnskap og kompetanse om aldring og eldrehelse.

Et nytt nasjonalt senter for aldring og helse skal bygge på og videreutvikle forskning, kunnskaps- og kompetanseutvikling og formidling av kunnskap og kompetanse om aldring og eldrehelse innenfor områdene:

- Kognisjon og demens
- Normal aldring og aldringsprosesser
- Fysisk helse, sykdom og funksjonsevne ved aldring
- Psykisk helse, sykdom og funksjonsevne ved aldring
- Folkehelse og forebygging med betydning for aldring
- Utviklingshemning og aldring

Vi vil ha en helhetlig tilnærming til vårt fagfelt som skal fremme helse, forebygge sykdom og gi forutsetninger for å leve med sykdom.

Aldring og helses kompetanselinje:

- Samle kunnskap
- Skape kunnskap
- Tilgjengeliggjøre kunnskap
- Distribuere kunnskap
- Implementere kunnskap
- Evaluere egen aktivitet

Våre målgrupper:

- Ansatte, studenter og forskere på alle nivåer i helsetjenestene
- Nasjonale helsemyndigheter
- Beslutningstakere på alle nivåer
- Eldre
- Pårørende til eldre
- Allmennheten

Aldring og helse takker for muligheten til å videreføre vårt arbeid og til å arbeide for en mer helhetlig forståelse av aldring og eldrehelse. Vi takker også for muligheten til å inkludere ny kunnskap om folkehelse og forebygging i vårt arbeid, slik at vi kan bidra på hele bredden i fagfeltet.

Gjennom vårt nye og bredere mandat som et nasjonalt senter har vi både kompetansen til og et sterkt ønske om å bidra til å forberede Norge på en aldrende befolkning. Aldring og helses styrke er forskning på høyt internasjonalt nivå samtidig med omfattende opplæring og formidling, slik at ny kunnskap raskt implementeres hos målgruppene. Vår visjon er: Aldring og helse – fra kunnskap til praksis.

Områder det fremover vil være behov for kunnskap om:

- Hva skal til for å oppnå en sunn og aktiv alderdom («healthy ageing»), der eldre personer kan stå lenger i jobb og opprettholde god funksjon inn i alderdommen?
- Sosial ulikhet i en eldre befolkning, konsekvenser dette får for funksjon og behov for og planlegging av tjenester.
- Eldre og seksuell helse
- Skrøpeligheit hos eldre: forekomst, insidens, risikofaktorer og hvilke subgrupper er ekstra utsatt.
- Psykisk sykkelighet hos en eldre befolkning, hvordan forebygge depresjon hos eldre?
- Sammenhenger mellom psykologiske ressurser hos eldre, psykisk helse og selvstendig fungering i hverdagen. Hvilke tiltak øker eldre personers psykologiske robusthet og autonomi?
- Konsekvenser av ensomhet og sosial isolasjon hos eldre.
- Eldre med utviklingshemning og deres behov.
- Forskjeller i aldring i by og bygd og utvikling av tjenestemodeller ut fra ulike demografiske forhold.

Noen viktige tiltak for å møte utfordringene:

- Kontinuerlig satsing på kompetanse i tjenestene, også for ufaglærte, ekstravakter og vikarer, for eksempel gjennom Aldring og helses ABC-opplæringer eller andre av våre kompetansehevingstilbud.
- Økt satsing på kompetanse hos ansatte med minoritetsbakgrunn.
- Økt satsing på kompetanse hos ledere i tjenestene
- Vurdere innhold i frisklivssentraler med tanke på behovet i en aldrende befolkning, og arbeide for at den nasjonale veilederen for de nasjonale sentralene gir tydeligere føringer for hva Friskliv Senior bør inneholde.
- Tiltak som kan bidra til at eldre blir styrket psykisk og fysisk og dermed i større grad kan være uavhengige av tjenester.
- Utvikle modeller for samarbeid om utredning og oppfølging av eldre på tvers av tjenestenivåer og profesjoner, slik at vi sikrer en bærekraft, helhetlig oppfølging av eldre med sammensatte behov.
- Utvikle tilbud til eldre med nevrologiske og geriatiske helseutfordringer og deres pårørende etter mal av tiltakene innenfor demensomsorgen.
- Utvikle opplæringstiltak og systemer for riktig bruk av velferdsteknologi for personer med demens, gjennom tverrfaglig innsats.
- Utvikling av gode modeller for samarbeid med frivillige, samt opplæringstilbud til frivillige.
- Legge til rette for at norske registre har gode og lett tilgjengelige data om eldre for å kunne følge utviklingen og hente ut viktig informasjon for beslutningstakere og andre.
- Sørge for gode lav-terskeltilbud til eldre på fysisk og psykisk helse.

Til siste kulepunkt:

Aldring og helse er nå bedt om å overta koordinering og oppfølging av tiltakene Sterk og stødig og Takk, bare bra. Ingen av tiltakene har videre finansiering fra 2022. Aldring og helse mener

dette er svært gode modeller som kan bidra til å opprettholde funksjon og forhindre sykkelighet og økt behov for oppfølging og behandling:

Sterk og stødig

Inaktivitet er en av de store truslene mot selvhjelpenhet og fungering i hverdagen for mange eldre. En alvorlig konsekvens er fall og fallskader. De nasjonale anbefalingene for fysisk aktivitet presiserer at eldre med nedsatt balanse bør gjøre balanseøvelser og styrketrening tre eller flere dager i uken i tillegg til å være fysisk aktiv i minst 150 minutter hver uke.

Sterk og stødig er et helsefremmende og forebyggende lavterskel treningstilbud som baserer seg på flere internasjonale studier som har undersøkt effekten av balanse- og styrketreningsprogram for eldre med risiko for fall og funksjonssvikt.

En bærekraftig driftsmodell med bruk av frivillige innebærer at ansvar for koordinering, opplæring og faglig oppdatering blir ivaretatt på nasjonalt nivå. Aldring og helse ønsker å ta over ansvar for spredning av modellen gjennom opplæring av koordinerende fysioterapeuter og frivillige instruktører i norske kommuner.

Behovet for denne type tilbud har blitt spesielt synlig under og etter covid-19-pandemien ettersom isolasjon og nedstenging av tilbud har ført til redusert aktivitets- og funksjonsnivå i målgruppen. Samarbeid mellom offentlig, frivillig og privat sektor trekkes fram som en viktig strategi for å møte utfordringene på eldreområdet.

Skrøpeligheit hos eldre er en allerede en stor samfunnsutfordring som kan føre til redusert livskvalitet og behov for tjenester. Det er trolig lettere å opprettholde god funksjon hos de som ennå ikke er skrøpelige enn å reversere skrøpeligheit. Det er en fordel at Sterk og stødig er en fleksibel modell slik at den også kan nå personer med demens gjennom tiltaket Fortsatt aktiv

Takk, bare bra..

Mange eldre opplever ulike former for tap som for eksempel dårligere helse, miste venner eller familie etc. Dette kan medvirke til tristhet, smerter, indre uro, engstelse eller depresjon. Takk, bare bra.. (Tbb) er et kurs i forebygging og mestring av depresjon, spesielt utviklet for eldre mennesker over 60 år. Det finnes ulike kurstilbud for mestring av depresjon for barn og voksne, for eksempel Kurs i mestring av depresjon (KiD), men Tbb er direkte rettet mot eldre mennesker. Tbb kan også brukes som forebyggende og helsefremmende tiltak og har dermed en stor målgruppe. Det er viktig å få utdannet kursledere som kan tilby Tbb rundt om i alle landets kommuner. Etter endt kursopplæring kan kursledere holde Tbb-kurs for eldre, hvor de lærer ulike kognitive metoder for hjelp til selvhjelp. Kurslederkurset retter seg mot ansatte med 3-årig helse- og sosialfaglig utdanning og er et 4 dagers kurs.

Depresjon kan være en risikofaktor for å utvikle demens samt at eldre også er definert som en sårbar gruppe for dårlig psykisk helse etter covid-19 restriksjonene, og konsekvensene av disse.

Aldring og helses behov:

Slik vi leser statsbudsjettet sikres Aldring og helse økonomisk gjennom den eksisterende modellen for nasjonale kompetansetjenester mv. i 2022, men det legges ikke opp til en økning i vår rammebevilgning. Det er ikke nevnt noe om hvordan videre finansiering er tenkt. Vi håper Stortinget ser nytten av et nasjonalt senter for aldring og helse med en bred og helhetlig tilnærming til aldring

og eldrehelse, og sørger for at senteret får nødvendige arbeidsvilkår til å kunne fylle sin rolle fremover. Først da kan Aldring og helse fullt ut bidra med nødvendig kunnskap med tilhørende tiltak for å møte utfordringene som følger med en aldrende befolkning.

Aldring og helse har i 2021 en budsjettert basisramme på totalt 35 104 tkr. Vi har estimert at en økning til 60 000 tkr vil gjøre det mulig å få opp gode prosjekter og tiltak i et helhetlig perspektiv på aldring og eldrehelse.

03.11.2021

Kari Midtbø Kristiansen, daglig leder Aldring og helse

Geir Selbæk, forskningssjef Aldring og helse