



Nyhetsbrev



Undervisningssykehjemmet og Senter for aldersforskning i Tromsø. Nr. 1 - 2005

I dette nyhetsbrev:

"Forskning om og for eldre" ved Peter F. Hjort

SAT :

- Kurs for personer med diabetes type II

USH Tromsø:

- LIA-Læring i arbeid

- Moderne teknologi-til glede for mange

- Statens seniorråd på besøk på Kroken sykehjem

- Frie midler 2005

- Ny utlysning "frie midler" 2005

Orienteringer fra SAT og USH Tromsø

Redaksjon og foto:

Pål Vegar Storeheier,
Kirsti Hagen og
Toril B. Mobakken

Forskning om og for eldre

Pensjonert professor Peter F. Hjort

Overskriften antyder at det er to motiver for aldersforskning. Det ene er at vi skal vite mer om alderdommen, og det andre er at forskningen skal være nyttig for de eldre. Aldersforskningen er et stort og mangfoldig felt som kan deles i tre deler.

1. Aldersprosessen er en normal del av livet og går sin gang i oss alle fra vi blir født. Den kan deles i tre store deler – kroppen, sinnet og det sosiale livet. Den kroppslige aldersprosessen styres av genene og omfatter biofysiske prosesser og egenskaper som kan måles, for eksempel muskelstyrke eller syn og hørsel. Aldringen i sinnet angår både tanker og følelser, og de sosiale aldersprosessene har viktige trekk som pensjonering og et skrumpende sosialt nettverk. Hele dette store forskningsfeltet kalles gerontologi (av geront, som er det greske ordet for olding). Forskningen drives av både samfunnsvitere og medisinerere. I Norge er NOVA et ledende miljø.

2. De eldres sykdommer er det andre store feltet. Det kalles geriatri og omfatter alle kroppens organer og langt over 100 sykdommer. Den siste store læreboken i geriatri er på 1650 sider, og geriatri er på samme tid en klinisk spesialitet og en tenkemåte som skiller seg fra alle de andre kliniske spesialitetene ved at den er opptatt – ikke av ett enkelt organ som for eksempel hjertet – men av hele det gamle mennesket med dets svake og sterke sider. Forskningen i geriatri angår dels spesielle kroniske sykdommer, for eksempel kreft eller åreforkalkning, og dels de store sykdommene i hjernen, spesielt demens og alderspsykiatri.

3. Helsetjenesteforskningen interesserer seg for forebyggende og helsefremmende arbeid, behandling, pleie, rehabilitering og omsorg. Gamle har alltid flere kroniske sykdommer (en 80-åring har gjennomsnittlig tre), og de behandles både av fastlegen, hjemmesykepleien, spesialisthelsetjenesten, sykehusene og av sykehjemmene. Det er store forskjeller i behandling og i behandlingskulturen, og helsetjenesteforskningen interesserer seg både for disse forskjellene, for hva de betyr og for den kultur som ligger bak dem. Tenk for eksempel på forskjellene i bruken av legemidler ved de 800 sykehjemmene i Norge. Ett sentralt problem er at vi på den ene side ønsker en lik og høy standard (jfr. "evidence-based medicine"), men samtidig er hver eneste pasient unik og forskjellig fra de statistiske gjennomsnittene.

Dessverre står aldersforskningen svakt i Norge, svakere enn i andre nordiske land. Det er derfor en sentral oppgave å styrke den i alle ledd. Ett lyspunkt er at undervisningssykehjemmene er blitt trygge og faste institusjoner. Etter mitt skjønn bør de engasjere seg spesielt i helsetjenesteforskningen for å styrke eldreomsorgen.



Professor Peter F. Hjort

Kurs for personer med diabetes type II

Siden oktober 2000 har opplæringskurset "Det å leve med diabetes type II" blitt arrangert to-fire ganger i måneden i regi av UNN ved Elisabeth-senteret i Tromsø. Professor Rolf Jorde og overlege Johan Svartberg er faglig ansvarlige for kurset, mens diabetessykepleier Tord Hagen er kurskoordinator. Kurset er et samarbeid mellom UNN, Elisabeth-senteret og Norges Diabetesforbund og er et todagers (til sammen 10 timer) kurstilbud til alle med diabetes type II. – "Som diabetiker har du rett til 10 timer opplæring og undervisning om diabetes", forklarer Tord Hagen. I løpet av kurset får deltakerne blant annet forklart hva diabetes type II er, hva som er bakgrunnen for behandlingen og hvordan man kan unngå eller forebygge seinskader på hjerte/kar, nerver, nyrer og øyne. Veiledning om kosthold og mosjon er også en viktig del av kursinnholdet. – "Kurset er praktisk rettet og vektlegger forklaringer fremfor formaninger. En sideeffekt av kursvirksomheten er at folk som er i samme situasjon kan treffes og utveksle erfaringer", sier Hagen.



Tord Hagen



I ettertid av kurset kan diabetessykepleieren sammen med ernæringsfysiologer og de andre aktørene bistå med individuell oppfølging og diabeteskontroller av deltakerne. Det er fra i mai i år planlagt oppstart av kurs også for de med diabetes type I.

Hittil har ca 700 diabetikere deltatt på diabeteskursene som avholdes ved Elisabeth-senteret. – "Det er allikevel bare en liten andel av diabetikerne i landsdelen som har benyttet seg av tilbudet. Bare i Tromsø er det for eksempel omkring 1500 personer med diagnosen diabetes type II", sier Hagen og oppfordrer alle interesserte til å ta kontakt på telefon 776 56596 eller 412 19963.

LIA- Læring i arbeid

Undervisningssykehjemmet i Tromsø fikk i 2003 midler fra KUP (Kompetanseutviklingsprogrammet ved Voksenopplæringsinstituttet) til gjennomføring av et IKT-basert prosjektet for å spre modeller for systematisk og planmessig arbeid med kompetanseplaner utviklet i USP (Undervisningssykehjemsprosjektet). Målet var å sikre god kvalitet på behandling, pleie og omsorg til pasientene.

Prosjektet startet opp i desember 2003 og fikk tittelen "Læring i arbeid". Tre sykehjem i Tromsø kommune (Kvaløysletta, Mortensnes og Hvilhaug), ett sykehjem i Nordland (Narvik) og ett i Finnmark (Nordkapp) har deltatt.

Det ble etablert en ressursgruppe på 3 medlemmer på hvert sykehjem som har hatt det daglige ansvaret for gjennomføring av de lokale prosjektene. Ressursgruppene har deltatt på undervisning og veiledning som USH Tromsø har arrangert med til sammen 60 timer. Det har vært avholdt 4 sentrale samlinger i Tromsø, mens mesteparten av undervisningen / veiledningen har foregått ved hjelp av videokonferanse og PC-baserte løsninger. I prosjektet har ressursgruppene utarbeidet en egen prosjektplan for sitt sykehjem, gjennomført en større kartleggingsundersøkelse over kompetanse og kompetansebehov hos ansatte, analysert data fra kartleggingsundersøkelsen, utarbeidet en kompetanseplan med program og gjennomført programmene de har planlagt.

Prosjektet "Læring i arbeid" er nå avsluttet og alle ressursgruppene har skrevet ferdig og levert sine sluttrapporter. Toril B. Mobakken har vært prosjektleder. Toril Agnete Larsen, Liv-Berit Knudsen og Toril B. Mobakken har gjennomført undervisning og veiledning. Det vil bli utarbeidet en egen rapport om prosjektet av Toril A. Larsen og Liv-Berit Knudsen.



Deltagere i LIAProsjektet

Moderne teknologi – til glede for mange

Kroken sykehjem har mottatt kr. 130.000 etter oppløsning av Alfild og Alf Petersens legat. Ekteparet Petersen bestemte i sitt testamente at avkastningen av legatet skulle plasseres i obligasjoner som skulle gi en viss avkastning hvert år, disse avkastningen skulle komme Kroken sykehjem til gode. Legatet ble søkt oppløst til Fylkesmannen på bakgrunn av at det gav svært små avkastninger pga dagens lave rente. I møte med styret i legatet ble det bestemt at legatet i sin helhet skulle løses ut og at midlene skulle søkes brukt til anskaffelse av musikk/lydanlegg med storskjerm som skulle komme beboerne til gode. Kroken sykehjem har gått til innkjøp av storskjerm med musikk og lydanlegg som er etablert i fellesarealene i sykehjemmet. Anlegget brukes til å vise filmer, se store sportsarrangementer etc. Anlegget er til stor glede for beboere og ansatte på sykehjemmet.



Storskjerm på Smørtorget

Statens seniorråd på besøk på Kroken sykehjem

Statens seniorråd er et rådgivende organ for sentrale myndigheter i spørsmål som gjelder seniorpolitikk. De arbeider med en utredning om moderne seniorpolitikk. Utredningen vil fokusere på barrierer som hindrer seniorer i å delta aktivt i samfunnet og tiltak som kan bedre forholdene. Utredningen skal omhandle seniorennes situasjon i arbeidslivet, deltagelse i beslutningsprosesser, kulturliv, samt boligpolitikk. Utredningen skal overleveres regjeringen ved Arbeids- og sosialministeren i juni 2005.

Statens seniorråd valgte å legge bolighøringen til Tromsø 15. februar 2005 i samarbeid med en lokal referansegruppe bestående bl.a. av Tromsø elderråd, Tromsø kommune, Husbanken i Hammerfest, Tromsø boligbyggelag AL, Nor-bygg AS og MultiBo AS. Kroken sykehjem var også representert på bolighøringen.



Wenche Gæver orienterer om Bukta SPA

Senorrådets leder, Astrid Nøkleby Heiberg, tok initiativ til et besøk på Kroken sykehjem. Rådet fikk en kort introduksjon om Undervisningssykehjemmet og "frie midler" prosjektet, Bukta SPA. De tok seg også tid til en omvisning på sykehjemmet. Vi takker for et inspirerende besøket.

"Frie midler 2005"

På bakgrunn av diskusjon, kriterier og tidligere erfaringer tildeles i alt kr. 135 200 til "frie midler" på Styringsgruppens møte 14.02.05. Det kom inn 12 søknader. Nesten alle søknadene faller innenfor et eller flere av Undervisningssykehjemmets mål og er tiltak som kan fremme faglig utvikling. To søknader ble avslått og noen må utdype sine søknader nærmere før de sluttbehandles. Som vanlig er det mange spennende prosjekt, og noen vil bli presentert på Vårkonferansen 2006.

Fra USH Tromsø, Kroken sykehjem og samarbeidspartner Omsorgstjenesten Jadeveien har disse fått midler:

Gerd Pedersen for avdeling Dalheim for prosjekt *"Som fisken i vannet"*, bad i oppvarmet basseng, virkning på kropp og sjel, Aud Jakobsen / Torhild Jonassen avdeling Dalheim for *"Verandabage"*, naturen nærmere pasientene og Elisabeth Meløy / Cathrine Rundhaug for avdeling Minde med prosjektet *"Vi fargelegger livet"*, videreføring av et prosjekt om individuell aktivisering.

Andre: Ellinor Larsen / Mari Ann Benonisen, avdeling Lakselvbukt for *"Liv og røre, hjelper på humøret"*, aktiviseringsprogram til personer med demens, Lisbeth Christiansen, avdeling Laureng i Tromsø for *"Isbansbyen Tromsø – de gamle minnes"*, Gunda Hamland, avdeling Heracleum i Tromsø for *"Styrking av fellesskapet / nettverket for beboere på Heracleum bo- og servicesenter"*, Irene Hansen, Narvik sykehjem for *"Felles informasjonsbrosjyre til nye pasienter"* og Marit Skifte, Narvik sykehjem for *"Samtalegruppe for pårørende"*

Ny utlysning "frie midler" 2005

På bakgrunn av at rammen for "frie midler" 2005 - kr. 200 000, ikke ble tildelt i sin helhet, besluttet styret å lyse ut resterende midler, ca kr. 65 000 med **søknadsfrist 1. april 2005**. Eventuelle nye søknader skal behandles av styringsgruppen på møtet 25. april 2005. Kriterier og søknadsskjema er de samme som ved siste utlysning og kan fås ved henvendelse til Undervisningssykehjemmet.

Månedens ord;

"Når man blir eldre, blir man både litt dummere og litt klokere" (Fransk ordtak)

Orienteringer fra Undervisningssykehjemmet:

Torsdagsforelesinger – Eldreomsorg på videokonferanse for våren 2005 i samarbeid med NST startet opp 17.02.05. For nærmere informasjon se; www.undervisningskatalogen.no

Vårkonferanse tirsdag 15. mars i Tabletten, farmasibygget i Breivika. Ansatte ved undervisningssykehjemmet, samarbeidspartene og andre har muligheter til å søke "frie midler" for å gjøre utviklingsarbeid. Programmet i år består blant annet av innlegg hvor ansatte legger fram resultater fra prosjektene de gjennomførte i 2004. I tillegg har vi fått leder for USH Karasjok, Kristine Grønmo til å presentere det samiske tunet i Karasjok. Førsteamanuensis Hans Ketil Normann har en forelesning / refleksjon knyttet til dagliglivet i sykehjem med tittel: Sykehjemmet som hjem. **Påmeldingsfrist 12. mars.**

Orienteringer fra SAT:

Disse er blitt tildelt nye forskningsmidler for 2004 fra SAT:

- **Cathrine Arntzen** med prosjektet: "Et forstående perspektiv på personer med hjerneslag og apraksi – en praksisstudie"
- **Aud-Mari Sohini Fjelltnun** med prosjektet: "Å vente på sykehjemsplass"
- **Hege Gjertsen** med prosjektet: "Overgangsstipend til utarbeidelse av post doc prosjekt med fokus på eldres forhold til helsevesenet"
- **Knut Høltedahl** med prosjektet: "Optimalisering av kreftoppfølging og kreftdiagnostikk"
- **Jan Magnus Kvamme** med prosjektet: "Effekt av næringsdrikk-intervensjon ved underernæring hos eldre sykehuspasienter"
- **Heidi Aarmo Lund** med prosjektet: "Kvalitetsindikator for behandlingen av syke eldre"
- **Bård Smedsrød** med prosjektet: "Cellular and tissue accumulation of waste substances as a clue to the ageing process"
- **Pål Vegar Storeheier** med prosjektet: "Hørselstap hos eldre beboere i sykehjem"
- **Johan Svartberg** med prosjektet: "Eldre menn og testosteron"

Slik når du de ansvarlige i SAT og USH

Ansvarlige ved SAT

Pål Vegar Storeheier, Senter for aldersforskning i Tromsø, Forskningsparken, 9294 Tromsø. Treffes på telefon 776 46940 / 414 41306 og e-post paals@fagmed.uit.no. SAT sin hjemmeside finnes på: <http://uit.no/172/>

Ansvarlige ved USH Tromsø;

Kontoret til USH er i andre etasje på Kroken sykehjem. Vi har telefonnummer; 77 67 28 50 og 77 75 73 47. Der kan medarbeiderne treffes. Undervisningssykehjemets hjemmeside: www.undervisningssykehjem.net, og e-post: uspkrok@start.no. Leder; Kirsti Hagen, treffes på telefon 77 67 28 50 og 77 75 73 47, e-post: kirsti.hagen@tromso.kommune.no Fagutviklingskonsulent Toril Bülow Mobakken; treffes på telefon: 77 75 73 46 og 48 03 45 99, e-post: toril.b.mobakken@tromso.kommune.no