



Status på sundhedsfremmende indsatser 2024

I dette notat gives en status på Ishøj Kommunes sundhedsfremmende indsatser i Center for Voksne og Velfærd. I notatet beskrives følgende:

- Året der er gået
- Udvikling i antal henvendelser og forløb
- Tilbud om forløbsprogrammer
- Tilbud om ernæringsterapi
- Tilbud om ryge- og nikotinstop
- Tidlig opsporing
- Brobygning
- Perspektivering

Året der er gået

Sundhedslovens §119 danner grundlag for Ishøj Kommunes opgave med at skabe rammerne for en sund levevis for borgerne. Dette gælder både arbejdet med at undgå forværring af sygdom samt arbejdet med at undgå at sygdommen indtræffer. Sundhedskonsulenternes kerneopgave er at vejlede og motivere Ishøj Kommunes borgere til at kunne mestre deres sygdom på baggrund af borgernes vilkår, ressourcer og sundhedskompetencer. Sygdomsmestring er dels med til at understøtte borgerne i at leve et sundt, aktivt og meningsfuldt liv på trods af en kronisk sygdom, og dels forebygger det forværring af sygdom samt forebygge indlæggelser, behov for hjælp mm. Dette arbejde kan ændre sundhedstilstanden og livskvaliteten for borgerne til det bedre på længere sigt snarere end at give effekt her og nu. Derudover varetager sundhedskonsulenterne enkelte opgaver, som fx tilbud om hjælp nikotinstop, der har til formål at forebygge at borgerne rammes af sygdom og sundhedsudfordringer.

Sundhedskonsulenternes indsatser udspiller sig indenfor forløbsprogrammer for kronikere med diabetes type 2, prædiabetes, KOL, kræft og hjertesygdomme, hvor borgerne tilbydes undervisning, vejledning og træning i relation til deres sygdom og helbred. Udover forløbsprogrammerne tilbydes borgerne ernæringsterapi ved en sundhedskonsulent, der er klinisk diætist, til borgere der har et uplanlagt vægttab eller BMI under 18.

Sundhedskonsulenterne varetager ryge- og nikotinstopkurser for kommunens voksne borgere. Ishøj Kommune er en del af det tværkommunale samarbejde "Klar livet – uden røg og rusmidler", hvor sundhedskonsulenter tager del i samarbejdet via vidensdeling og netværksdannelse.

I 2024 har der på sundhedskonsulenternes område været fokus på tidlig opsporing af borgere, der enten har, eller er i risiko for at udvikle kroniske sygdomme som fx diabetes og KOL. Derfor har sundhedskonsulenterne været til stede i lokalsamfundet. I samarbejde med den boligsociale helhedsplan Fælles om Vejleåparken har sundhedskonsulenterne opstartet et tilbud om en sundhedscafé, der gør det let tilgængeligt for beboerne i Vejleåparken at få et sundhedstjek.

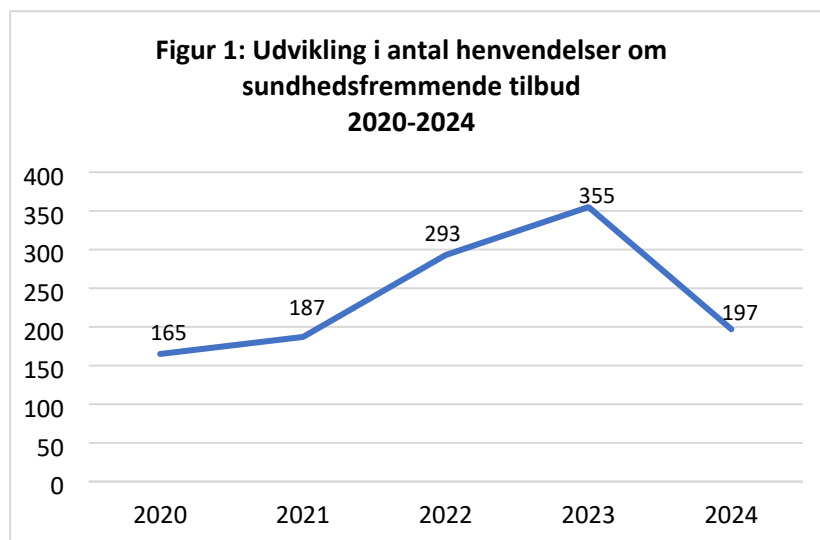


Udvikling i antal henvendelser og forløb

I 2024 er der sket et fald i det registrerede antal henvendelse (se figur 1), mens antallet af forløb til gengæld er langt højere (se tabel 1) og giver et mere retvisende billede af antallet af borgere der har været tilknyttet sundhedsfremmende tilbud i 2024. Sammenlignes antallet af forløb i 2023 og 2024, er der et lille fald i antallet af forløb i 2024.

Faldet i henvendelser skyldes højst sandsynligt menneskelige fejl i oprettelsen af henvendelser, for ellers ville faldet i forløb være tilsvarende. Der er i slutningen af 2024 ændret i arbejdsgangen og der bør være en større overensstemmelse mellem henvendelser og forløb i 2025, dog vil der aldrig være hel overensstemmelse, da der af og til kan være flere forløb tilknyttet en borger.

Faldet i antal af henvendelser har skabt en øget opmærksomhed på opdateringen af sundhed.dk, så viden om Ishøj Kommunes tilbud er så lettilgængelig som mulig. Det er via sundhed.dk, at praktiserende læger og personale på hospitalerne kan hente oplysninger om sundhedstilbud i Ishøj Kommune. Derudover har borgere og andre samarbejdspartnere mulighed for at søge information om sundhedstilbud på sundhed.dk.



I 2024 har der været 283 sundhedsfremmende forløb. Dette giver et billede af, hvor mange borgere der har været tilknyttet tilbuddene på sundhedsområdet.

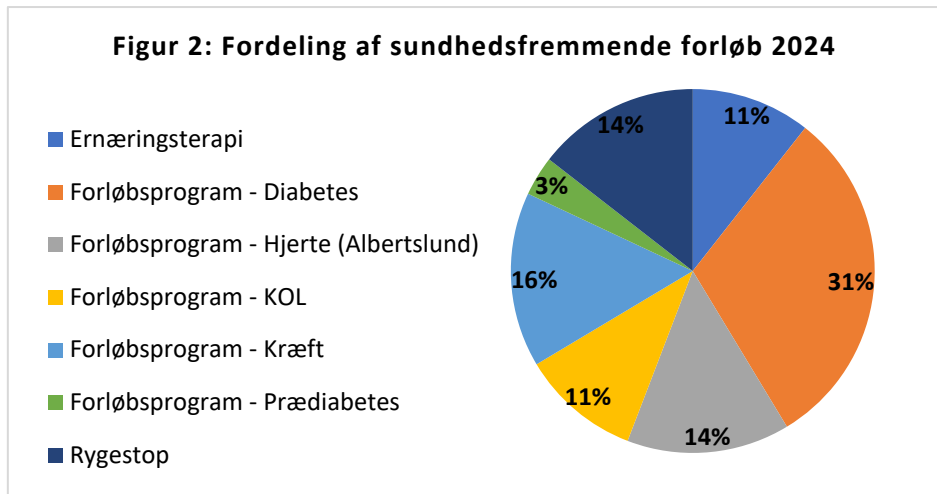
Fordelingen mellem de forskellige typer af sundhedsfremmende indsatser samt udviklingen fra 2023 til 2024 ses i nedenstående figur.

Tabel 1: Udvikling i antal sundhedsfremmende forløb 2023-2024

Forløb	2023	2024
Ernæringsterapi	36	30
Forløbsprogram - Diabetes	83	87
Forløbsprogram - Hjerte (Albertslund)	25	41
Forløbsprogram - KOL	26	30
Forløbsprogram - Kræft	65	44
Forløbsprogram - Prædiabetes	12	10
Rygestop	42	41
Forløbsprogram - Øvrige	26	-
Total	315	283



I figur 2 ses fordelingen af de sundhedsfremmende forløb. Diabetes forløbsprogram fylder knap 1/3 af alle forløb i de sundhedsfremmende tilbud. De øvrige tilbud er nogenlunde ligeligt fordelt.



Tilbud om forløbsprogram

Borgere med diabetes og prædiabetes, kræft eller lungesygdomme kan blive tilbudt et forløbsprogram ved sundhedskonsulenterne i Ishøj Kommune¹. Borgerne kan henvises fra egen læge og hospital eller selv henvende sig. Forløbsprogrammerne har til formål at støtte borgerne til bedre at mestre deres sundhedsudfordringer, så de får bedre muligheder for at leve et aktivt og meningsfuldt liv til gavn for dem selv og deres families sundhed. Dette sker blandt andet ved at borgerne understøttes i at øge deres handlekompeterencer til at skabe gode vaner og en sund livsstil med udgangspunkt i den enkelte borgers hverdagsliv.

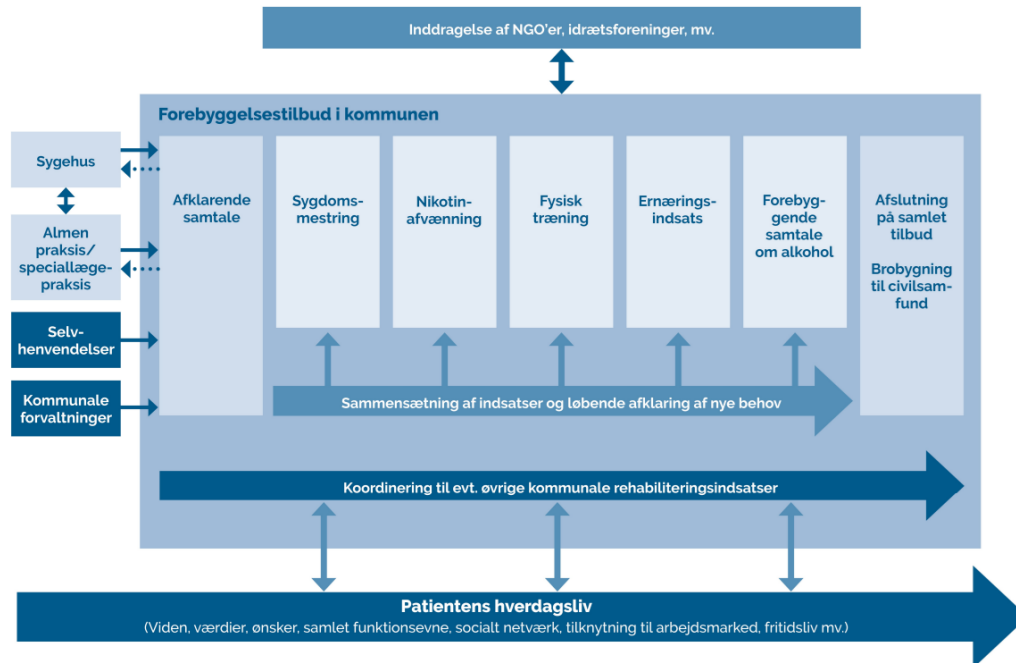
Alle borgere tilbydes en individuel afklarende samtale, hvor sundhedskonsulenten får informationer omkring borgerens hverdag, livsvilkår og sundhedskompetencer. På den baggrund afklares det sammen med den enkelte borger, hvilke tilbud vedkommende har behov for. Sundhedskonsulenterne har mulighed for at tilbyde følgende:

- Holdbaseret undervisning i sygdomsmestring.
- Træning ved Genoptræning Ishøj kan tilrettelægges som superviseret træning på hold med en fysioterapeut eller som et selvtræningsforløb.
- Ryge- og nikotinstop forløb.
- Individuelle samtaler i sygdomsmestring for de borgere, der ikke kan indgå på et hold fx på grund af psykiske udfordringer eller sproglige barrierer.

¹ Forløbsprogram for borgere med hjertesygdomme varetages af Albertslund Kommune og forløbsprogram for længeryg varetages af Genoptræning Ishøj.



Figur 3 nedenfor giver et overblik over forløbsprogrammerne og de primære samarbejdspartnere relateret hertil².



Tilbud om ernæringsterapi

Borgere med et uplanlagt vægttab eller et BMI under 18, bliver tilbudt et forløb ved en sundhedskonsulent, der er klinisk diætist, med henblik på at bremse vægttabet og i bedste fald opnå en vægtøgning. Borgerne kan fx være ældre, der har mistet deres ægtefælle og deraf mindsket appetit. Det kan også være en naturlig del af det at blive ældre, at sultfornemmelsen bliver mindre, og nogle ældre kan glemme at spise og drikke. Samtalerne kan foregå i forbindelse med borgernes træning i Brohuset, være over telefon eller som hjemmebesøg.

Tilbuddet om et forløb med ernæringsterapi har til formål at forebygge konsekvenser af vægttab såsom fx funktionstab, øget risiko for sygdomme og risiko for indlæggelser, der dels kan have betydning for den enkeltes livskvalitet og selvstændighed, og dels kan have betydning for behov for kommunale indsatser som fx genoptræning og hjemmepleje. Borgere, der er underernærede, er i stor risiko for hyppige og langvarige indlæggelser, svækket immunforsvar, øget faldtendens, hyppigere infektioner samt længere genoptræningsforløb.

Tilbud om ryge- og nikotinstop

Ishøj Kommune skal tilbyde borgerne en indsats for ryge- og nikotinstop, og er i den forbindelse en del af det tværkommunale samarbejde "Klar livet – uden røg og rusmidler", som har særligt fokus på unge. Sundhedskonsulenterne tilbyder ryge- og nikotinstopforløb til voksne borgere. Disse forløb kan både være på hold eller individuelt, hvilket vurderes på baggrund af den enkelte borgers behov og ressourcer. Udover forløb i Ishøj så har borgere fra Ishøj Kommune, gennem det tværkommunale samarbejde, mulighed for at

² Kilde: Forebyggelsestilbud til borgere med kronisk sygdom, kvalitetsstandarder af Sundhedsstyrelsen 2024. Der henvises til alkoholforebyggelse andet steds.



deltage i ryge- og nikotinstop forløb i andre kommuner. Borgerne har ligeledes mulighed for at få økonomisk støtte til nikotinerstatningsprodukter på apoteket.

Det tværkommunale samarbejde giver sundhedskonsulenterne og andre medarbejdere i Ishøj Kommune mulighed for at blive opkvalificeret indenfor røg- og nikotinstop samt mulighed for netværksdannelse og mulighed for at forstørre og forstærke de igangværende indsatser.

Tidlig opsporing

I 2024 har sundhedskonsulenterne haft et fokus på tidlig opsporing af borgere med kroniske sygdomme samt borgere i risiko herfor. Det er blandt andet sket via følgende indsatser:

- Sundhedskonsulenterne har haft fokus på at være synlige i lokalområdet. Det skaber mulighed for at gå i dialog med borgerne omkring deres sundhedstilstand og gøre borgerne opmærksomme på Ishøj Kommunes sundhedstilbud. Sundhedskonsulenterne deltog derfor i Sunde og Skønne Dage arrangeret af Ishøj Bycenter. Derudover har sundhedskonsulenterne stået ved Ishøj Station i forbindelse med International Diabetesdag og International Lungedag. Her havde borgerne mulighed for at blive risikovurderet for diabetes og få målt deres lungefunktion. Tilstedeværelsen har ligeledes givet sundhedskonsulenterne mulighed for at invitere borgere til tilbud som fx forløbsprogrammer samt ryge- og nikotinstop.
- I samarbejde med den boligsociale helhedsplan "Fælles om Vejleåparken" har sundhedskonsulenterne udviklet et tilbud med en lokal sundhedscafé. I efteråret 2024 blev konceptet afprøvet. I sundhedscaféen tilbydes blandt andet vejledning om kronisk sygdom, psykiske udfordringer, ensomhed, søvnproblemer, kost, ryge- og nikotinstop samt livsstilsændringer. Formålet med sundhedscaféen er at gøre undervisning og vejledning lettere tilgængeligt og invitere til deltagere til kommunens øvrige sundhedstilbud. Samme koncept er blevet afprøvet i Torslunde, hvor borgerne fik mulighed for at få lavet et mindre sundhedstjek med blodtryksmåling, blodsuktermåling, risikovurdering for diabetes og måling af lungefunktion samt generel vejledning. Der deltog cirka 20 borgere ved den første sundhedscafé i Vejleåparken og cirka 10 i Torslunde.
- Sundhedskonsulenterne har et kontinuerligt fokus på at informere samarbejdspartnere omkring Ishøj Kommunes tilbud på sundhedsområdet. Det sker blandt andet via kommunikationstiltag samt kontakt til praktiserende læger, apoteker, fysioterapiklinikker, fodterapeuter, biblioteket og borgerservice.

Brobygning

Brobygning er tænkt ind som en fast del af individuelle samtaler og holdundervisning i regi af forløbsprogrammerne og de øvrige sundhedstilbud. Ishøj Kommunes frivilligkoordinator samt relevante foreninger og netværk inviteres i undervisningen for at bygge bro mellem det kommunale tilbud og civilsamfundet. Borgerne informeres om relevante fællesskaber og aktiviteter i lokalsamfundet, og der er mulighed for dialog omkring tilbud i foreninger og netværk. Dette skal være med til at skabe synlighed og kendskab for borgerne, give borgerne mulighed for at deltage og bidrage i fællesskaber samt på længere sigt bidrage til at forebygge ensomhed og inaktivitet for den enkelte. Samarbejdet giver ligeledes mulighed for at udvikle tilbud i civilsamfundet på baggrund af borgernes behov og efterspørgsel. Et eksempel herpå er, at der i 2024 opstod et lokalt kræftnetværk i forlængelse af et forløbsprogram. Dette netværk er



sidenhen blevet en del af en nystiftet lokalafdeling under Kræftens Bekæmpelse i Ishøj. I den forbindelse er brobygningsindsatsen og samarbejdet med til at imødekomme borgernes behov for fællesskaber.

Perspektivering

Tidlig opsporing, brobygning og tværgående samarbejde er fortsat indsatsområder, der vil have fokus og være under udvikling i 2025. Dette skyldes dels Ældreloven og Sundhedsreformens store fokus på civilsamfundsindsatser og samarbejde i kommunalt regi, og dels strategierne på voksenvelfærdsområderne, der har fokus på forebyggelse, stærke og blivende fællesskaber samt sammenhæng på tværs. I 2025 vil der blandt andet være fokus på følgende indenfor de sundhedsfremmende indsatser:

Tidlig opsporing via fremskudte indsatser:

På baggrund af de gode erfaringer og stor tilslutning til sundhedscaféen i Vejleåparken i 2024 vil den fra 2025 være åben fast hver anden uge. Sundhedscaféens hyppighed og indhold vil løbende blive tilpasset og udviklet på baggrund af de erfaringer, som sundhedskonsulenterne får i mødet med borgerne. Sundhedscaféen er et initiativ, der er iværksat for at imødekomme borgere, som ikke i forvejen gør brug af vores tilbud, og som har lavere sundhedskompetencer ved at gøre sundhedstilbuddet mere tilgængeligt. Der er derved en større fleksibilitet og færre krav forbundet med deltagelse for den enkelte. Sundhedscaféen skal ligeledes ses som en indsats, der har til formål at mindske uligheden i samfundet. I løbet af 2025 vil behovet for sundhedscaféer eller fremskudte sundhedsarrangementer og aktiviteter andre steder i Ishøj Kommune ligeledes blive afdækket med henblik på tidlig opsporing og synlighed i lokalområdet og udenfor kommunens matrikler.

Nikotinstop til unge og yngre voksne:

I "Klar livet – uden røg og rusmidler" er der et stort fokus på nikotinstop målrettet børn og unge mennesker. Der er et stort forebyggelsespotentiale i forhold til de yngre målgrupper i forhold til nikotinstop, som derfor ligeledes er en opmærksomhed på i de sundhedsfremmende indsatser. Derfor vil der i 2025 være fokus på de yngste voksne og en opmærksomhed på unge i alderen 15-18 år. Gennem det tværkommunale samarbejde er der mulighed for opkvalificering, hvorfor der er fokus på at sundhedskonsulenterne kompetenceudvikles, så de er rustet til at undervise og vejlede også de yngre målgrupper. Dette skyldes den negative udvikling og stigende tendens i forbruget af nikotinprodukter hos unge, hvorfor dette område vil have mere fokus fremadrettet.

Brobygning og samarbejde på tværs:

Sundhedskonsulenternes fokus på brobygning vil fortsætte i 2025. Dette er både i forhold til den enkelte borger og holdundervisning, hvor sundhedskonsulenterne vil bidrage til, at borgerne informeres om mulighederne for fællesskaber og aktiviteter samt understøttes i at deltage i disse. Derudover inviteres foreninger og netværk til at deltage i holdundervisning, og derudover vil sundhedskonsulenterne have fokus på at stille deres viden til rådighed for foreninger og netværk, der er i kontakt med borgere, der ikke gør brug af kommunens sundhedsfremmende indsatser. Dette arbejde skal være med til at øge borgernes sundhedskompetencer og understøtte det tværgående samarbejde. I den forbindelse giver samarbejdet mellem sundhedskonsulenterne og civilsamfundet mulighed for at udvikle og tilpasse fællesskaber og aktiviteter på baggrund af borgernes behov.