



Aktivitet og effekt på Sundhedscenter Aalborg 2014

Årlig status til Sundheds- og Kulturudvalget 25. februar 2015



Indhold

Aktivitet og effekt på Sundhedscenter Aalborg 2014	3
Patientrettet forebyggelse	3
Henvisninger til rehabilitering	3
Afsluttede i rehabilitering	4
Rehabilitering til borgere med psykiske lidelser	5
Nyt multifleksibelt tilbud (flere kroniske sygdomme)	6
Målinger og fysiske tests	6
SF-36	6
MoEva	8
Kurserne Lær at leve	9
Borgerrettet sundhedsfremme og forebyggelse	10
Vægttabsforløb	10
Rygestop	11
Alkohol	13
Sundhedsrådgivning på virksomheder	15
Vanebryderne	16
Helbredssamtaler med natarbejdere	17
Forebyggende hjemmebesøg	18
Sundhedsindsats i 5 boligområder i Aalborg Kommune	18
Sundhedshjørner	19
Proaktive indsatser	20
Sundhedscenter aktivitet i forhold til beskæftigelsesområdet (jobcenter)	20
Konklusion	21

Kolofon:

Jannie Claudius Jakobsen, IT- og økonomi

3. februar 2015

2015-000351./ 2015-000351-1

Aktivitet og effekt på Sundhedscenter Aalborg 2014

En af de store sundhedsudfordringer både nationalt, regionalt og kommunalt er den stigende andel af kronisk syge borgere, hvoraf en stor del tillige lider af flere samtidige kroniske sygdomme. Dette afspejler et stadigt stigende behov for målrettede rehabiliteringsindsatser til kronisk syge borgere, samtidig med et stort behov for fortsat at fokusere på den borgerrettede sundhedsfremmende og forebyggende indsats med henblik på at øge trivsel og forebygge fremtidig sygdom. På Sundhedscenter Aalborg imødekommes netop disse udfordringer ved hjælp af en lang række af borgerrettede og patientrettede aktiviteter og indsatser, som netop sigter mod at håndtere disse sundhedsudfordringer gennem rehabilitering af kronisk syge og en række aktiviteter med fokus på de traditionelle KRAM-faktorer; henholdsvis Kost, Rygning, Alkohol og Motion, samt det nye KRAM, der omhandler Kompetence, Relationer, Accept og Mestring, og som i høj grad er faktorer relateret til mental sundhed.

Som følge af denne udvikling bliver paletten af patientrettede og borgerrettede tilbud på Sundhedscenter Aalborg større og større, og følgende rapport sigter mod at skabe et samlet overblik over eksisterende tilbud på Sundhedscenter Aalborg med fokus på aktivitet og resultater fra året 2014; opdelt på henholdsvis patientrettede og borgerrettede tilbud.

Patientrettet forebyggelse

Den patientrettede forebyggelse på Sundhedscenter Aalborg består af rehabilitering til borgere med kronisk sygdom i form af hjerte/kar-sygdom, KOL, type 2 diabetes og kræft, samt fra 2013 også tilbud til borgere med prædiabetes og andre lungesygdomme end KOL. Derudover er der i 2013 og 2014 rettet stor opmærksomhed mod borgere med flere samtidige kroniske sygdomme, såkaldte multisyge borgere. I 2013 oprettedes således to rehabiliteringshold målrettet borgere med henholdsvis hjertekarsygdom og type 2 diabetes, samt hjerte-karsygdom og KOL, hvor deltagerne blev rekrutteret fra gruppen af borgere, der var henvist til andre rehabiliteringstilbud.

Alle disse tilbud udgør den patientrettede rehabilitering på Sundhedscenter Aalborg, men Aalborg Kommune tilbyder desuden rehabilitering til borgere med forskellige muskel-skelet-lidelser, men dette foregår ikke på Sundhedscenter Aalborg, hvorfor kun aktiviteten fra dette tilbud inkluderes her.

Et rehabiliteringsforløb på Sundhedscenter Aalborg består af både individuelle samtaler og hold-deltagelse. Forløbet indledes med en individuel samtale med borgeren, hvor der samtidig foretages udvalgte målinger og fysiske tests. Derefter påbegyndes forløb á 8-12 ugers varighed med en kombination af træning og undervisning, samtidig med at borgeren sideløbende tilbydes rygestop, kostvejledning og/eller alkoholsamtale alt efter borgerens behov. Afslutningsvist er der igen en individuel samtale, hvor udvalgte målinger og fysiske tests gentages, og der aftales eventuel opfølgning efter passende tidsperiode, som oftest 6-12 mdr. efter. Formålet med rehabiliteringen er at ruste deltagerne til en højere grad af mestring og egenomsorg i forhold til deres sygdom, samt generelt at højne deltagerens fysiske og mentale helbred gennem træning og undervisning.

I det følgende præsenteres aktiviteten og effekten for de patientrettede tilbud om rehabilitering af kronisk syge, som udbydes på Sundhedscenter Aalborg i 2014.

Henvisninger til rehabilitering

For at deltage i den patientrettede rehabilitering kræver det en henvisning fra praktiserende læge eller sygehuset. Det er vigtigt at være opmærksom på, at antallet af henvisninger i et givent år ikke nød-

vendigvis er et udtryk for aktiviteten på Sundhedscenteret i løbet af året, da henvisninger såvel som rehabiliteringsforløbene foregår på tværs af kalenderårene. Samtidig har deltagerne forskellige muligheder for at sætte rehabiliteringen i bero og genoptage forløbet på et senere tidspunkt, eksempelvis som følge af at deltagerens sygdom forværres, eller der opstår komplikationer af sygdommen.

Som noget nyt er der i 2014 desuden åbnet op for, at borgere selv kan henvende sig til Sundhedscenteret, hvis de mener at have behov for rehabilitering. Medarbejdere fra Sundhedscenteret vil derefter med borgerens samtykke tage kontakt til borgerens praktiserende læge og anmode om en henvisning til det relevante rehabiliteringstilbud.

Henvisninger fordelt på henvisere 2014

Henviser	KOL	Hjerte-kar sygdom	Kræft	Type 2 diabetes	Præ-diabetes	Andre Lunge-sygdomme	Muskel-skelet lidelser	Total
Egen læge	176	37	11	356	67	14	-	-
Genoptræningsplan	12	-	40		-	1	-	-
Sygehus	23	-	4	2	-	4	-	-
Genoptræningsplan (<2 uger)	-	1	-	-	-	-	-	-
Genoptræningsplan (2-6 uger)	-	229	-	-	-	-	-	-
Borger selv	-	-	53	-	-	-	-	-
Rådgiver	-	-	52	-	-	-	-	-
Ukendt	67	-	1	-	-	-	-	-
Total 2014*	278	267	192	358	67	19	343	1.590
Total 2013	304	261	168	454	31	30	301	1.549
Total 2012	293	247	156	464	-	-	293	1.453

* I 2013-2014 har der desuden været henvist 36 borgere til rehabilitering for hjertekar-sygdom/ diabetes, samt 30 henviste borgere til hjertekar-sygdom/KOL, hvilket indgår i det totale antal henviste

For de fleste af rehabiliteringstilbuddene ligger antallet af henvisninger på et nogenlunde konstant niveau fra år til år i perioden 2012- 2014. Med hensyn til type 2 diabetes er der i 2014 sket et betydeligt fald i antallet af henvisninger. På Sundhedscenteret er man ved at undersøge, hvorfor dette gør sig gældende, men årsagen kendes ikke endnu. Der er endvidere påbegyndt en massiv oplysningsindsats om Sundhedscenter Aalborgs rehabiliteringstilbud, og herunder særligt tilbuddet til type 2 diabetes.

Afsluttede i rehabilitering

Når en borger ikke længere er tilknyttet et af sundhedscenterets rehabiliteringstilbud foretages en registrering af årsagen til dette. Som oftest er årsagen den, at borgeren har gennemført og afsluttet et forløb og dermed ikke længere modtager ydelser relateret til dette. En del borgere vælger desværre at takke nej til tilbuddet, efter der er modtaget en henvisning fra praktiserende læge eller sygehus. I enkelte tilfælde kan der desuden være andre årsager til, at en borger vælger at afbryde et rehabiliterings-

forløb undervejs, hvor dette som oftest skyldes gentagne udeblivelser fra individuelle eller holdaktiviteter, samt pludselig opstået forværring af sygdom.

Nedenstående tabel indeholder en oversigt over stopårsagerne for de borgere, der i 2014 ikke længe er tilknyttet et patientrettet tilbud. Tilsvarende ovenstående tabel med henvisere, er det også her vigtigt at være opmærksom på, at tilbuddene forløber på tværs af kalenderårene, samtidig med at borgeren har mulighed for at sætte sin rehabilitering i bero i en periode, hvorfor de to tabeller ikke er direkte sammenlignelige.

Afsluttede fordelt på stopårsager 2014

Stopårsager	KOL	Hjerte- kar syg- dom	Kræft	Type 2 diabetes	Prædiabetes	Andre Lunge- sygdomme	Muskel- skelet lidelser	Total
Afsluttet i forløb	167	116	142	211	40	8	-	-
Anden årsag	13	27	37	43	3	-	-	-
Gentagne udeblivelser	9	1	2	4	1	-	-	-
Sagt nej tak	57	48	11	100	1	-	-	-
Ikke i målgruppen	2	16	-	13	-	1	-	-
Død	-	5	-	2	-	-	-	-
Pga. arbejde	1	3	-	2	-	-	-	-
Pga. sygdom	4	10	-	14	1	-	-	-
Ukendt	3	4	-	1	-	-	-	-
Total 2014*	266	228	192	383	46	9	297	1.477
Total 2013*	221	155	181	261	31	21	354	1.224
Total 2012	201	147	138	278	-	-	353	1.117

* I 2013-2014 har der desuden været rehabiliteret 30 borgere med hjertekar-sygdom/ diabetes, samt 26 rehabiliterede borgere med hjertekar-sygdom/KOL, som skal betragtes som en del af det samlede antal borgere i 2014

Tabellen viser, at der er sket en stigning i antallet af borgere, som Sundhedscenteret har kontakt med i forhold til rehabiliteringstilbuddene i perioden 2012-2014. Det er vigtigt at være opmærksom på, at alle borgerne i tabellen har modtaget en eller flere ydelser fra sundhedscenteret i form af individuelle samtaler og/eller holddeltagelser, selvom ikke alle har gennemført et helt rehabiliteringsforløb. Også borgerne, der har takket nej til tilbuddet, har som minimum haft en telefonisk kontakt med en medarbejder fra Sundhedscenteret omkring denne beslutning. Derfor er ovenstående tabel også et udtryk for aktiviteten på Sundhedscenteret, og ikke kun årsagen til at borgerne ikke længer er tilknyttet et forløb.

Størstedelen af stopårsagerne på rehabiliteringstilbuddene er almindeligt gennemført forløb. Der er henviste borgere, der vælger at takke nej til tilbuddet på forhånd, hvilket kan skyldes flere årsager, og borgerne tilbydes altid, at de kan rette henvendelse igen ved behov.

Rehabilitering til borgere med psykiske lidelser

I 2014 har SCA udviklet et rehabiliteringskoncept som kan rumme borgere med psykiske lidelser og samtidige kroniske somatiske sygdomme. Udviklingsarbejdet har bestået i at få tilpasset og målrettet rehabiliteringstilbuddet således at der kan tages højde for de individuelle udfordringer som borgere med psykiske lidelser har. Udviklingsarbejdet har også bestået i at få samarbejdspartner på tværs af

forvaltninger, med regionen og i almen praksis til at indgå i et samarbejde om at opspore relevante borgere i målgruppen. Således er alle de forskellige faggrupper der er tæt på borgere med psykiske lidelser opmærksomme på muligheden for at henvise målgruppen til rehabiliteringstilbuddet.

Status for 2014 er at 23 borgere har deltaget i sundhedssamtaler med Sundhedscenterets medarbejdere med henblik på at kunne opstarte rehabiliteringsforløb. Målgruppen, borgere med psykiske lidelser, er kendetegnet ved at succesfulde forløb afhænger af stærke tillidsrelationer mellem borgeren og sundhedscenterets personale, således er rekrutteringsperioden væsentlig længere end ved andre rehabiliteringstilbud.

Nyt multifleksibelt tilbud (flere kroniske sygdomme)

Med hensyn til rehabilitering til borgere med multisygdom har erfaringen fra de to kombinationshold, der har kørt i 2013 og 2014 vist, at patientgrundlaget ikke på sigt var tilstrækkeligt, når målgruppen begrænses til de udvalgte kombinationer af diagnoser (Hjerte/KOL og Hjerte/diabetes), samtidig med at en del andre multisyge ikke kunne rummes i tilbuddene. Derfor er der i 2014 arbejdet på at udvikle et nyt multifleksibelt tilbud til multisyge, uanset diagnoserne.

Dette nye multifleksible tilbud kræver fortsat en henvisning fra egen praktiserende læge eller sygehus, og indledes efterfølgende med en visitationssamtale, hvorunder det afgøres, hvilket individuelt målrettet forløb borgeren skal deltage i. Denne fleksible tilgang til borgere med mere end én kronisk lidelse ligger også til grund for rehabiliteringsforløb for borgere med psykiske lidelser, omtalt ovenfor.

Målinger og fysiske tests

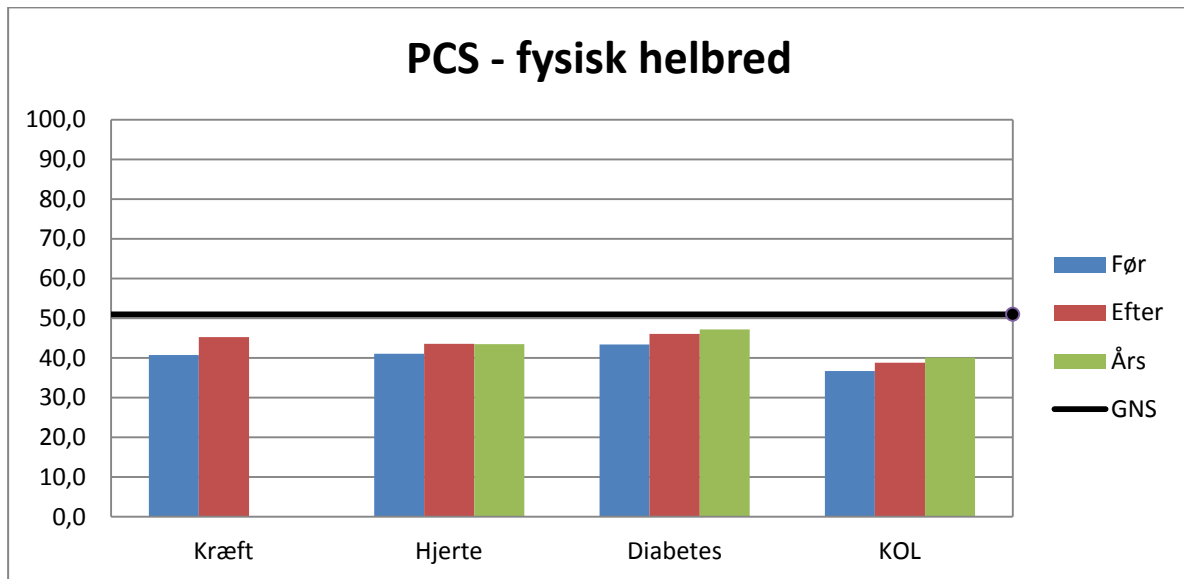
I forbindelse med borgerens indledende og afsluttende samtale udføres en række målinger og fysiske tests til vurdering af borgerens fysiske helbred inden rehabiliteringens start, samt umiddelbart efter rehabiliteringsforløbet er afsluttet, med henblik på at anvende disse som et redskab til at motivere borgeren og fastsætte individuelle mål med rehabiliteringen. Det er ikke alle deltagerne, der får foretaget målingerne, idet vurderingen af relevante målinger og tests foretages sammen med borgeren med udgangspunkt i borgerens individuelle behov, og under hensyntagen til vedkommendes fysiske formåen. En del af deltagerne har desuden kun fået foretaget målingerne én gang. For deltagerne på kræft-rehabilitering udføres ingen målinger eller tests, idet disse borgere ofte er i et behandlingsforløb, samtidig med at de deltager i rehabilitering, hvilket har stor indflydelse på deltagerens fysiske formåen, der derfor kan være meget varierende uafhængigt af rehabiliteringsindsatsen. Som følge heraf har disse borgere også mulighed for at tilrettelægge et mere fleksibelt forløb, hvor de deltager i rehabilitering, når dette er muligt, samtidig med at de har mulighed for at sætte rehabiliteringen i bero i en periode for senere at genoptage forløbet.

SF-36

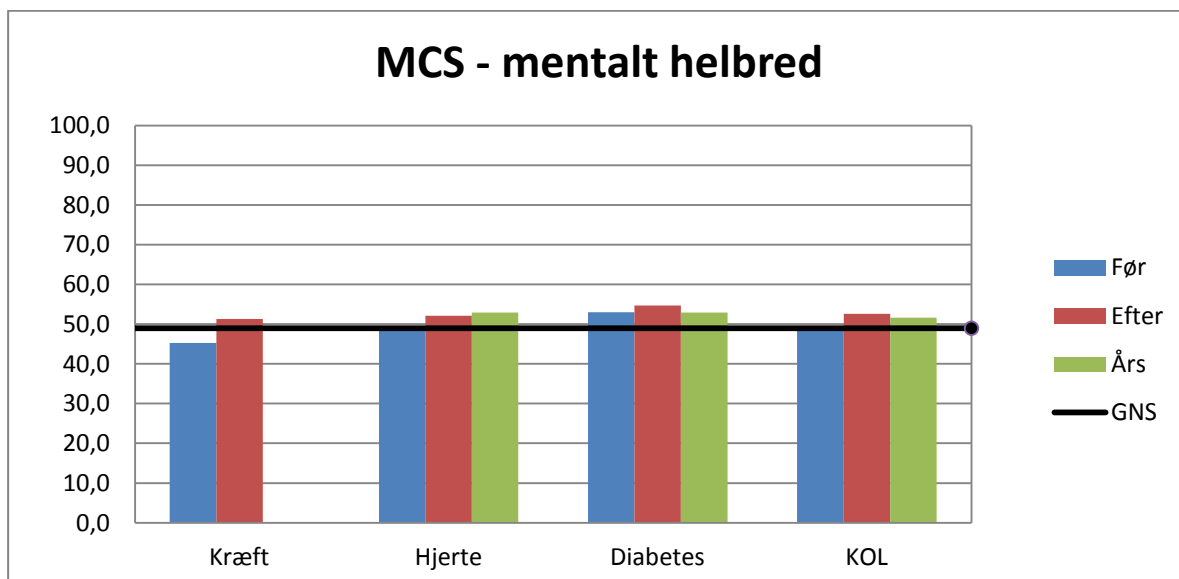
Som en del af de patientrettede rehabiliteringstilbud har deltagerne i perioden 2007 - medio 2014 udfyldt spørgeskemaet SF-36 i forbindelse med rehabiliteringens start, ved afslutningen af forløbet, samt 12 måneder efter rehabiliteringens afslutning med henblik på at vurdere deltagerens udvikling som følge af rehabilitering. Skemaet er udviklet af et internationalt lægekonsortium og indeholder 36 spørgsmål, der tilsammen måler 8 forskellige indikatorer på en persons mentale helbred og fysiske funktionsevne, samt to generelle helbredskomponenter; henholdsvis en fysisk og en mental. Behandlingen af SF-36 foregår således, at hver person tildeles en samlet talværdi på en skala fra 0-100 på

baggrund af de afgivne svar, efter princippet om, at jo højere værdi, desto bedre mentale helbred eller funktionsevne.

Nedenfor præsenteres resultaterne fra en analyse af deltagernes subjektive vurdering af deres fysiske og mentale helbred, baseret på en række konkrete aktiviteter i hverdagslivet, sammenlignet med gennemsnittet for Aalborg Kommunes voksne befolkning baseret på Sundhedsprofilen 2013.



Analysen af deltagernes fysiske helbred viser, at for alle diagnoser er der gennemsnitligt sket en positiv udvikling fra før til efter rehabilitering, som desuden enten fastholdes eller fortsætter positivt 1 år efter endt rehabilitering. Sammenlignet med gennemsnittet af Aalborg Kommunes befolkning viser det sig, at deltagerne ikke ligger langt fra niveauet i resten af kommunens befolkning, hverken før eller efter rehabilitering, men det er især deltagerne med diabetes, der i høj grad nærmer sig samme niveau. I forhold til deltagernes individuelle udvikling er det mellem 56% og 68% af deltagerne afhængigt af diagnose, der viser forbedringer fra før til efter rehabilitering.



Med hensyn til deltagernes mentale helbred er det mellem 48% og 70% af deltagerne afhængigt af diagnose, der udvikler sig positivt, og det viser sig, at deres gennemsnitlige niveau efter endt rehabilitering, samt ved årsopfølgningen, faktisk ligger over gennemsnittet af Aalborg Kommunes befolkning. Dette resultat må betyde, at deltagerne på den patientrettede rehabilitering i høj grad repræsenterer gruppen af ressourcestærke kronisk syge borgere, der er karakteriseret ved en høj grad af mentalt overskud.

MoEva

I 2014 er det besluttet, at Sundhedscenter Aalborg ikke længere vil anvende SF-36 som primært evalueringsredskab af den patientrettede rehabilitering, idet udnyttelsen af skemaets resultater ikke har været optimal. Den store begrænsning ved SF-36 er, at det kræver relativt mange tids- og analyse-mæssige ressourcer at behandle spørgeskemaerne og ende ud med et anvendeligt resultat. Samtidig er der begrænsede muligheder for medarbejderne i forhold til at anvende besvarelsen af spørgeskemaet som et pædagogisk værktøj i samtalen med borgeren, hvorfor SF-36 i alle årene udelukkende har fungeret som et evalueringsredskab, der er blevet analyseret én gang årligt.

Som følge heraf er det i stedet valgt at implementere spørgeskemaet MoEva, som står for Monitoring og evaluering af patientuddannelse. MoEva er et spørgeskema udviklet af Region Midtjyllands Center for Folkesundhed og Kvalitetsudvikling til monitorering og evaluering af patientuddannelser for borgere med kronisk sygdom og sundhedstilbud i kommuner og på hospitaler. Spørgeskemaet består af en række spørgsmålsbatterier, som hver især er validerede til forskellige formål, samt en række relevante spørgsmål vedrørende kost, rygning, alkohol og motion, som kan sammenlignes med de nationale Sundhedsprofiler, der gennemføres hvert 3. år. Også spørgsmålsbatteriet SF-12 indgår i MoEva-spørgeskemaet, hvilket giver mulighed for at foretage sammenligning med Sundhedscenterets tidligere dataindsamlinger fra SF-36 på 2 centrale parametre; henholdsvis det generelle fysiske og mentale helbred, således at der bibeholdes muligheden for at foretage historiske sammenligninger af resultaterne.

I modsætning til SF-36 er der desuden mulighed for, at medarbejderne kan se den enkelte borgers besvarelse elektronisk umiddelbart efter indtastning, således at resultaterne fra spørgeskemaet kan anvendes i dialogen med borgeren om dennes personlige sundhedsmæssige livsstil og udfordringer. Endelig findes et analyseværktøj til MoEva, som præsenterer de samlede resultater for medarbejderne på baggrund af eksempelvis deltagernes hold, diagnose eller for en given tidsperiode, og som er umiddelbart tilgængeligt for medarbejderne.

Sundhedscenteret har siden september 2013 testet MoEva af på 2 hold med hver af diagnoserne KOL, hjerte-kar sygdom og type 2 diabetes. I alt har 74 deltagere på de 3 tilbud udfyldt spørgeskemaet mindst 1 gang i forbindelse med opstart på rehabiliteringen. Resultatet af testene er umiddelbart positivt, da det viser sig, at spørgeskemaets fordele er anvendelige for medarbejderne, hvorfor kun enkelte praktiske udfordringer står tilbage at løse. I året 2015 er det derfor planen, at MoEva skal implementeres gradvist på udvalgte hold på hver af diagnoserne KOL, hjerte-kar sygdom og type 2 diabetes, hvorefter der løbende vil blive taget stilling til eventuel udvidelse til andre tilbud på Sundhedscenter Aalborg.

Kurserne Lær at leve...

I relation til de patientrettede rehabiliteringstilbud udbyder Sundhedscenter Aalborg desuden forskellige kurser til borgere med kronisk sygdom i form af Sundhedsstyrelsens evidensbaserede¹ patientuddannelseskoncept. Patientuddannelserne kræver ingen henvisning fra læge eller sygehus. Undervisningen varetages af frivillige instruktører, der er uddannede til formålet, og som selv har en eller flere kroniske sygdomme, og kurserne bygger på deltagernes egen indsats og erfaringer med sygdommene. Formålet med kurserne er at styrke deltagernes egenomsorg ved at formidle nogle konkrete redskaber til deltagerne. Samtidig undervises deltagerne i at håndtere symptomer og daglige udfordringer relateret til sygdommene, samt forebygge komplikationer i forbindelse med sygdommene. Deltagernes oplevelse af at kunne mestre deres sygdomstilstand styrkes således, hvilket resulterer i en øget livskvalitet.

Aktiviteten for 2014:

Kursus	Antal kurser	Antal tilmeldte deltagere	Antal gennemførte deltagere*	Antal afbrudte deltagere**
Lær at tackle kroniske smerter	2	19	15	4
Lær at tackle angst og depression	2	26	21	5
Lær at tackle kronisk sygdom	2	20	13	7

* Kursister der har deltaget på 4 eller flere moduler af kurset medregnes

** Kursister der har deltaget på 3 eller færre moduler medregnes

Evalueringen af kurserne forestås af Komiteen for Sundhedsoplysning, som anvender forskellige spørgeskemaer udviklet til hvert enkelt tilbud. I evalueringsskemaerne betragtes en deltager som gennemført, hvis vedkommende har deltaget i mindst 4 kursusgange, men da deltagerne er kronisk syge borgere, hvoraf en del af disse lider af kroniske smerter, må det påregnes, at der forekommer et vist frafald på kurserne.

¹ Patientuddannelse – en medicinsk teknologivurdering, Sundhedsstyrelsen 2009

I 2015 tilføjes endnu et kursus til tilbuddet; henholdsvis "Lær at tackle job og sygdom", som tilbydes i samarbejde med Familie- og Beskæftigelsesforvaltningen.

Borgerrettet sundhedsfremme og forebyggelse

Den borgerrettede forebyggelse på Sundhedscenter Aalborg indeholder en bred palet af sundhedsfremmende forebyggende tilbud til Aalborg Kommunes borgere med henblik på at øge trivsel og forebygge fremtidig sygdom. De borgerrettede tilbud tager hovedsageligt udgangspunkt i Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakker vedrørende Tobak, Alkohol, Mad og Måltider, Fysisk Aktivitet og Mental Sundhed. Der er tilbud om sundhedssamtaler med det formål at gå i dialog med borgerne om deres egen sundhedstilstand med henblik på at motivere til livsstilsændringer, der forebygger fremtidig sygdom i at opstå. Endelig foregår der desuden en række proaktive indsatser, som har særlig fokus på tidlig opsporing og rekruttering af relevante deltagere til Sundhedscenterets forskellige tilbud. En stor del af de proaktive indsatser har desuden særlig fokus på at rekruttere udsatte borgere til tilbuddene med henblik på at reducere den sociale ulighed i sundhed i Aalborg Kommune.

Vægttabsforløb

Sundhedscenter Aalborg har siden 2007 tilbudt forskellige former for kostvejledning til borgere med overvægtsproblemer. I årene 2007-2013 har borgerne haft mulighed for selv at henvende sig på Sundhedscenteret for at komme på et hold, men på grund af stor efterspørgsel efter tilbuddet, samt højt frafald fra deltagere, som ikke var tilstrækkeligt motiverede, er det siden medio 2013 blevet nødvendigt for deltagerne at blive henvist af deres praktiserende læge. Vægttabsforløbet består af individuelle samtaler, og et undervisningsforløb á 8 sessioner, fordelt over 16 uger. Alt i alt strækker tilbuddet sig over 12 måneder, inklusiv opfølgende individuelle samtaler.

Aktivitet for 2014 sammenlignet med 2013

	2013	2014
Antal hold til Slank På Den Fede Måde (tilbud afsluttet pr. medio 2013)	5	-
Antal deltagere i Slank På Den Fede Måde (tilbud afsluttet pr. medio 2013)	77	-
Antal henviste til vægttabsforløb	67	182
Antal deltagere i vægttabsforløb	46	165
Antal hold til vægttabsforløb	3	12

I forbindelse med vægttabsforløbet har deltagerne mulighed for at følge udviklingen i vægttabet, idet der er tilbud om måling af eksempelvis vægt, BMI og fedtprocent i forbindelse med den indledende og afsluttende samtale, samt løbende efter behov. Disse målinger er dog frivillige for deltagerne. I nedenstående tabel præsenteres resultaterne for de borgere, som har valgt at lade sig måle i forbindelse med opstarten og afslutningen af forløbet i 2014.

Måling	Antal deltagere med før/efter-måling	Gennemsnit ved opstart	Gennemsnit ved afslutning	Andel med forbedret mål
Vægt	82	101,1	97,6	77%
BMI	83	35	34	76%
Fedtprocent	83	42,5	40,8	70%

Resultaterne viser, at deltagerne gennemsnitligt ikke taber sig nævneværdigt i løbet af vægttabsforløbet til trods for, at næsten to tredjedele af deltagerne opnår forbedrede værdier på målingerne. Formålet med vægttabsforløbet er undervisning om sund livsstil og sunde kostvaner med henblik på at understøtte en varig livsstilsændring, hvorfor de egentlige effekter af forløbet i højere grad kan vise sig på sigt, når redskaberne bliver til nye sundere vaner.

Rygestop

I Sundheds- og Kulturforvaltningen, og herunder især på Sundhedscenter Aalborg, er rygeindsatsen i høj grad intensiveret i årene 2013-2014, og den korte opsporende samtale om rygning indgår nu som en fast del af samtlige kontakter med borgere, hvad enten det er borgerrettede eller patientrettede. Det betyder at sundhedscenterets personale har spurgt til godt 8.000 borgeres rygevaner i 2014 og fortalt om de tilbud der er til rygestop.

Sundhedscenter Aalborg har derudover to faste tilbud til borgere, der ønsker hjælp til at stoppe med at ryge; henholdsvis standard rygestopkurser og Kom og Kvit kurserne. Det er dog primært Kom og Kvit kurserne, der tiltrækker deltagere, da disse både foregår på Nordkraft og på flere forskellige lokationer rundt om i kommunen, mens standardkurserne findes på Nordkraft samt i Løvvangen. Forskellen på de to tilbud er, at Kom og Kvit kurserne er meget fleksible, idet disse består af en indledende samtale, hvorefter resten af forløbet består af 8 sessioner med forskellige temaer, som kører i en kontinuerlig sløjfe, hvor deltagerne selv kan vælge og prioritere, hvilke temaer der er relevante at deltage i. Som følge af Kom og Kvit kursernes store fleksibilitet og strategisk udvalgte placeringer i kommunen henvender dette tilbud sig også i høj grad til de grupper af borgere, som kan betragtes som udsatte borgere med færre ressourcer, der kan have svært ved at følge et forløb langt fra lokalområdet. Som noget nyt tilbydes der desuden på begge rygestoptilbud gratis nikotin substitution i 4 uger til deltagere, der ryger mere end 10 stk. dagligt.

Aktiviteten for rygestoptilbud i 2014 sammenlignet med 2013:

Tilbud	Antal deltagere i 2013	Antal deltagere i 2014
Rygestopkursus	52	16
Kom og Kvit	169	265

Ovenstående tabel afspejler i høj grad den store tilslutning til de fleksible Kom og Kvit kurser, der foregår rundt omkring i lokalområderne i kommunen. Selvom der i 2014 er sket en stigning i antallet af deltagere i Sundhedscenterets rygestoptilbud, er den store udfordring stadig at al rekruttering til tilbuddene udelukkende foregår fra Sundhedscenterets andre tilbud eller de proaktive opsøgende aktiviteter, som Sundhedscenterets medarbejdere forestår. I 2015 søges problemet med rekruttering håndteret via Sundhedsaftalen med Region Nordjylland 2015-2018, hvor Regionen forpligter sig til at henvise et givent antal borgere til kommunens rygestoptilbud. Blandt andet som følge heraf er der allerede

nu planlagt oprettelse af 8 samtidige rygestophold i 2015, som vil foregå i Nordkraft og de enkelte boligområder.

Fælles for begge rygestoptilbud er, at deltageres resultater registreres i Rygestopbasen efter samtykke med deltageren selv. I Rygestopbasen registreres resultaterne fra rygestoptilbud fra hele landet, således at der er mulighed for at lave nationale analyser af resultaterne med fokus på, hvilke typer af tilbud, der har bedst effekt i form af et fast rygestop. Rygestopbasen arbejder med 5 kvalitetsmål, og resultaterne fra Sundhedscenter Aalborgs rygestoptilbud præsenteres i nedenstående tabeller med udgangspunkt i disse kvalitetsmål.

Standard rygestopkurser*	Rygestopbasens kvalitetsmål	Rygestop 2011	Rygestop 2012	Rygestop 2013	Rygestop 2014**
1. Deltagere, der har gennemført	80%	60,4%	87%	39,4%	66,7%
2. Røgfri ved kursets afslutning	80%	64,6%	45,2%	100%	100%
3. Opfølgingsrate efter 6 mdr.	80%	96,9%	94,3%	100%	100%
4. Røgfri efter 6 mdr.	50%	45,5%	34,1%	11,1%	60%
5. Tilfredshed med kurset	90%	74,0%	70,5%	88,9%	100%

* Kilde: Rygestopbasen 20.01.14, Hovedenhed 422, Sundhedscenter Aalborg og Underenhed Standardkurser

** I statistikken for 2014 indgår kun 9 deltagere

Kom og Kvit*	Rygestopbasens kvalitetsmål	Rygestop 2011	Rygestop 2012	Rygestop 2013	Rygestop 2014
1. Deltagere, der har gennemført	80%	100%	100%	98,7%	100%
2. Røgfri ved kursets afslutning	80%	64,3%	53,2%	43,8%	45,5%
3. Opfølgingsrate efter 6 mdr.**	80%	96,3%	90,2%	96,6%	45,3%
4. Røgfri efter 6 mdr.	50%	57,9%	38%	47%	47,1%
5. Tilfredshed med kurset	90%	78,9%	92%	79,5%	82,4%

* Kilde: Rygestopbasen 20.01.14, Hovedenhed 422 Sundhedscenter Aalborg, og Underenhed Kom og Kvit (578) og Kom og Kvit

** Resultaterne i tabellen bygger på deltagere i rygestop i 2014, hvorfor en del af deltagerne endnu ikke har haft deres 6 mdr. opfølgning

Ovenstående resultater fra Rygestopbasen viser, at rygestoptilbuddene tilnærmelsesvist lever op til Rygestopbasens 5 kvalitetsmål, bortset fra indikator 2 omkring, hvorvidt deltageren er røgfri ved kursets afslutning. Her er det vigtigt at være opmærksom på opgørelsesmetoden, idet deltageren betragtes som ikke-røgfri, hvis dette spørgsmål i skemaet ikke er udfyldt, eller det er udfyldt med ved-ikke. Til sammenligning er landsgennemsnittet for andelen af røgfrie ved kursusafslutning ved sidste opgørelse på 62%.

Udover rygestopaktiviteterne ovenfor, der indgår som en fast del af Sundhedscenter Aalborgs tilbudsvifte, har der i 2014 også været andre aktiviteter relateret til røgindsatsen. Der er i 2014 uddannet 16 nye rygestopinstruktører på videregående uddannelser, ungdomsuddannelser, skoler og fritidscentre beliggende i Aalborg Kommune til at udføre rygestopkurser og rygestopevent målrettet elever og studerende. Herunder også 2 sundhedsplejersker i Sund Ung Teamet, som foretager udskolingssamtaler i alle 9. klasser samt sundhedssamtaler på ungdomsuddannelser i Aalborg Kommune.

I forlængelse heraf er der også tidligere uddannet 22 rygestopinstruktører blandt lærere på ungdomsuddannelser i Aalborg Kommune og rådgivere fra Ungerådgivningen. Unge tilknyttet en ungdomsuddannelse med en rygestopinstruktør kan således få hjælp til rygestop på den pågældende skole, mens unge under 18 år, som ikke er tilknyttet en ungdomsuddannelse, skole eller et fritidscenter med en rygestopinstruktør, kan få hjælp til rygestop hos Ungerådgivningen.

Endelig er der pr. august 2014 og 4 år frem ansat en røgkoordinator til at varetage *Aalborg – en mere røgfri kommune*, som er et nyt partnerskabsprojekt. *Aalborg – en mere røgfri kommune* har til sigte, at skabe nogle mere røgfrie miljøer i samarbejde med eksterne samarbejdspartnere, ved hjælp af venlige henstillinger og positiv kommunikation. I 2014 indgik de første 7 partnere i partnerskabet. Røgkoordinatoren skal foruden *Aalborg – en mere røgfri kommune* også koordinere Aalborg Kommunes internationale samarbejde i Smoke Free Cities Alliance, som er en alliance for større byer og organisationer på tværs af hele verden.

Tilsvarende har der også i 2013 været en del andre aktiviteter relateret til røgindsatsen, end de almindelige rygestopkurser. Medarbejdere fra Sundhedscenter Aalborg har blandt andet uddannet 78 frontmedarbejdere fra andre forvaltninger til at gennemføre de korte opsporende samtaler med borgere. Det kunne eksempelvis være medarbejderne, der forestår Ældre- og Handicapforvaltningens omsorgsydelser, eller medarbejderne der er i kontakt med borgere via jobcenteret. I forlængelse heraf er der også tidligere uddannet 19 rygestopinstruktører blandt lærere på ungdomsuddannelser beliggende i Aalborg Kommune til at lave rygestop-events og tilbyde rygestopkurser til eleverne. Endelig er der uddannet 3 rådgivere fra Ungerådgivningen, hvilket betyder, at unge under 18 år også kan få rygestoprådgivning, selvom de ikke er tilknyttet en ungdomsuddannelse. Det er desværre ikke muligt at opgøre aktiviteterne for disse nye rygestopinstruktører, men deres indsatser vil også bidrage til at reducere Aalborg Kommunes antal af rygere fremover.

Alkohol

Forebyggende alkoholsamtaler tilbydes til borgere med et uhensigtsmæssigt forbrug af alkohol. Størrelsesordenen af alkoholforbruget er således underordnet, idet formålet er at afhjælpe dårlige vaner i forhold til alkohol, og forebygge at et reelt alkoholmisbrug udvikler sig som følge af et uhensigtsmæssigt forbrugsmønster. Der er således et tæt samarbejde med Aalborg Kommunes Misbrugscenter, idet enkelte af borgerne henvises til tilbuddet fra Misbrugscenteret, og omvendt kan Sundhedscenteret henvise borgerne til Misbrugscenteret, hvis der er tale om et decideret alkoholmisbrug, som kræver behandling. Borgeren kan ønske at være anonym i forhold til dokumentationen af samtalen, men dette er sjældent tilfældet, idet flere af borgerne ønsker en senere opfølgning på samtalen, enten telefonisk eller i forbindelse med endnu et møde.

Aktiviteten for 2013-2014, samt baggrundsoplysninger om deltagerne:

	2013	2014
Antal alkoholsamtaler	35	62
Antal borgere	22	26
Gennemsnitligt antal samtaler pr. borger	1,6	2,3
Kønsfordeling	15 mænd 7 kvinder	15 mænd 11 kvinder
Gennemsnitsalder	49 år Minimumalder 19, maksimumalder 78	56 år Minimumalder 28, maksimumalder 74
Civilstand	11 samlevende/gift 7 enlig/fraskilt 4 ukendt	31 samlevende/gift 14 enlig/fraskilt 10 enke/enkemand 7 ukendt
Kontakttype	21 personlige samtaler 4 telefonsamtaler	52 personlige samtaler 5 telefonsamtaler
Erhvervstilknytning		20 pensionister 19 i beskæftigelse 4 arbejdsløse
Kendskab til tilbud	10 andet tilbud på Sundhedscenteret 4 hjemmeside 4 andet	22 andet tilbud på Sundhedscenteret 13 Misbrugscenteret 2 egen læge
Henvisning til eksterne samarbejdspartner	5 er henvist videre til egen læge, Misbrugsafsnittet, psykologhjælp via Socialstyrelsen eller hjælp til parforholdet	5 er henvist til misbrugscenteret

I 2014 har der desuden været en lang række aktiviteter på alkoholområdet udover ovenstående samtaler. Eksempelvis er samtlige ansatte på Sundhedscenter Aalborg blevet uddannet til at foretage den korte opsporende samtale, således at denne fra 2014 indgår *systematisk* som en del af alle tilbuddene på Sundhedscenteret, såvel den patientrettede rehabilitering som de borgerrettede aktiviteter, herunder også de forebyggende hjemmebesøg. Et særligt fokus har der desuden været lagt på de sundhedskoordinatorer, som arbejder ude i 5 udvalgte boligområder med fokus på sundhedsfremme og forebyggelse for især udsatte grupper af borgere, som ofte har svært ved at deltage i tilbud, der ikke foregår i lokalområdet. Dette arbejde skulle gerne medføre, at der rekrutteres flere borgere fra den udsatte målgruppe, hvor behovene for støtte og vejledning er størst.

Derudover har der desuden været en række aktiviteter af mere strategisk karakter, eksempelvis:

- Deltagelse i fælles kommunalt samarbejde omkring alkohol i Sund By netværket
- Deltagelse i arbejdsgruppe om implementering af den korte opsporende samtale hos kommunens frontpersonale
- Bidrag til artikel i Dit Blad
- Etablering af samarbejde med Barnets Blå Hus og Kriminalforsorgen

Endelig er der arbejdet på at synliggøre og skabe opmærksomhed omkring kommunens alkoholtilbud via eksempelvis deltagelse i diverse arrangementer, såsom Sundhed i Nordkraft og kampagnen Respekt, der vises i diverse medier. Der er afholdt 8 oplæg vedrørende Sundhedscenter Aalborgs tilbud, herunder også alkoholtilbud for blandt andet kommunens praksispersonale, og der er afholdt et oplæg i Det Grønlandske Hus for brugere og personale vedrørende alkohol.

Sundhedsrådgivning på virksomheder

Alle arbejdspladser og virksomheder i Aalborg Kommune har mulighed for at få gratis sundhedsrådgivning, hvor fokus er på sundhedstilstanden blandt virksomhedens medarbejdere, samt hvilke muligheder virksomheden har for at påvirke medarbejdernes sundhed og trivsel, eksempelvis i form af sundhedspolitikker, sunde kantineordninger eller rygepolitikker. Når en virksomhed har taget kontakt til Sundhedsrådgiveren på Sundhedscenteret har virksomheden flere muligheder for at vælge, hvad rådgivningen skal indeholde. Eksempelvis har Sundhedsrådgiveren i 2014 holdt oplæg for virksomheder med forskelligt indhold, været på inspirationsbesøg på virksomheder, samt ydet telefonisk rådgivning og sparring omkring sundhedsfremme på arbejdspladsen. Derudover har Sundhedsrådgiveren også været på besøg med sundhedsbussen og foretaget sundhedstjek af medarbejderne, hvorefter virksomheden modtager en rapport med en status på medarbejdernes sundhed i anonymiseret form med henblik på at iværksætte sundhedsfremmende tiltag på baggrund af afrapporteringen.

Aktivitet for 2014 sammenlignet med 2013:

	2013	2014
Antal virksomheder med kontakt til sundhedsrådgiveren	-	61
Antal virksomheder med besøg fra Sundhedsbussen	41	28
Virksomhedstyper	13 private 23 offentlige 5 øvrige	30 private 31 offentlige
Antal sundhedssamtaler	446 private 658 offentlige 236 øvrige	429 private 585 offentlige

Som opfølgning på virksomhedernes sundhedsrådgivning udsendes der fra 2014 et evalueringskema til virksomhedens kontaktperson, der bedes vurdere i hvilket omfang virksomheden har haft gavn af rådgivningen samt tilfredsheden hermed. Her viser det sig, at 88% udtrykker tilfredshed med sundhedsrådgivningen, samtidig med at 88% giver udtryk for, at rådgivningen har været anvendelig. Virksomhederne har desuden givet eksempler på sundheds forandringer, der er sket i virksomheden som følge af sundhedsrådgivningen. Følgende er eksempler herpå:

- Rundstykker og kage i forbindelse med møder er erstattet af grovbrød og rugbrød
- Sundhed italesættes i virksomheden
- Sund mad i kantinen
- Afholdelse af sundhedsuge i virksomheden
- Afskaffet rygerum, således at rygning nu foregår udendørs
- Mere fokus på fysisk aktivitet i hverdagen

- Udarbejdelse af politikker; henholdsvis sundhedspolitik, alkoholpolitik og rygepolitik
- Mere fokus på fysisk og psykisk arbejdsmiljø
- Økonomisk tilskud til deltagelse i motionsløb, cykelløb m.m.

I alt 1014 medarbejdere på de besøgte virksomheder har gennemført en sundhedssamtale i sundhedsbussen i 2014. Sundhedssamtalerne er en del af den tidlige opsporing af uhensigtsmæssig sundhedstilstand, eller uhensigtsmæssig sundhedsadfærd, som kan føre til fremtidige helbredsproblemer hos medarbejderne. Når en medarbejder bliver informeret om, at resultatet af deres målinger ligger udenfor de anbefalede værdier, beder Sundhedsrådgiveren medarbejderen om at gå til vedkommendes egen praktiserende læge med henblik på at få resultatet bekræftet og eventuelt behandlet. I tilfælde hvor medarbejderen selv ønsker at ændre på en eventuel uhensigtsmæssig sundhedsadfærd, som ikke kræver kontakt til en læge, har Sundhedsrådgiveren henvist til Sundhedscenterets andre tilbud, som eksempelvis rygestop eller kostvejledning.

Nedenstående tabel viser, hvor mange af medarbejderne på de besøgte virksomheder, der er blevet oplyst om en eller flere helbredsmæssige uregelmæssigheder i deres målinger i forbindelse med sundhedssamtalen.

Måling	Antal borgere	Andel af de målte
BMI (>24,9)	443	45,8%
Blodtryk (>140/>90)	267	27,4%
Lungefunktion (FEV1<80, FVC<80 eller FEV1/FVC<70)	52	10,6%
Blodsukker (>7)	81	8,3%
Rygere	94	9,2%
Fysisk inaktive	554	54,6%

Resultaterne viser, at Sundhedsrådgivningen på virksomheder i høj grad bidrager til den tidlige opsporing af nuværende og eventuelle fremtidige helbredsproblemer blandt medarbejderne, og en stor del af de medarbejdere, der gennemfører en sundhedssamtale, bliver da også henvist til deres egen læge efterfølgende. Rygning synes dog i mindre grad at være problemet blandt medarbejderne, idet kun 9% af disse er rygere, hvorimod rådgivning omkring kost og motion i højere grad er nødvendigt, idet omkring halvdelen af medarbejderne er overvægtige eller fysisk inaktive.

Vanebryderne

Børn og unge i alderen 2-17 år med overvægt i Aalborg Kommune kan henvises til Vanebryderne, der arbejder med sunde forandringer i hverdagen ved hjælp af en kombination af træning for børnene/de unge og undervisning for hele familien. Formålet med tilbuddet er at inspirere familierne til at træffe sundere valg i dagligdagen i relation til kostvaner og fysisk aktivitet, således at børnenes/de unges vægt på sigt reduceres og normaliseres.

Aktivitet for 2014 sammenlignet med 2013:

	2013	2014
Antal henviste børn / familier	114	143
Antal opstartede hold Vanebryderne	11	7
Antal opstartede hold Nordlet	-	1
Antal opstartede børn / familier	127 børn / familier	127 børn / familier

Der er en særlig udfordring i at få henvist førskolebørn. Vanebryderne har derfor i 2014 gjort en særlig indsats i form af at få etableret formaliserede samarbejder med dagplejen og daginstitutionsområdet, hvilket vil træde i kraft i foråret 2015. Forhåbningen er, at det bliver muligt at opspore de relevante børn tidligere end ved skolestart.

I 2013 blev det besluttet, at Vanebryderne skulle være en del af Projekt Nordlet, som er en fælles indsats for børn med svær overvægt i Nordjylland (Fælles indsats fra region, kommune og praktiserende læger). Projekt Nordlet skulle løbe af stablen i 2014. Samarbejdet foregår således, at de pågældende børn får en lægesamtale og en diætistsamtale inde på sygehuset, samtidig med at de træner på Sundhedscenter Aalborg 1 gang/ugentligt 12 uger, hvorefter DGI overtager træningen i en periode på i alt 2 år. Vanebryder-teamet på Sundhedscenter Aalborg varetager desuden de opfølgende samtaler med familierne i Nordlet, som foregår med 3-12 ugers intervaller alt efter behov.

For Vanebryder-teamet har det desuden betydet deltagelse i uddannelse og opkvalificering til varetagelse af protokollen for projektet i løbet af 2014. Denne uddannelse og opkvalificering har været ret omfattende, da det er afgørende for projektets gennemførelse og ensartethed, at alle sundhedsprofessionelle, der medvirker i projektet, har et indgående kendskab til projektets protokol. Samtidig har det været afgørende for Vanebryder-teamet, at få planlagt familiernes deltagelse i det kommunale regi bedst muligt. Dette har krævet en del ressourcer fra Vanebryder-teamet, da protokollen for projektet er en anden måde at gennemføre en indsats overfor børn og familier med overvægt. Rekrutteringen af børnene til Nordlet fra Aalborg Kommune, er de samme børn, som ville høre til i Vanebryderne. Derfor skal Nordlet-børnene også talmæssigt indgå i Vanebrydernes statistik.

Helbredssamtaler med natarbejdere

Aalborg Kommune tilbyder særlige sundhedssamtaler til borgere, der har et arbejde, der indebærer skifteholds- eller natarbejde, idet disse borgere er mere udsatte for helbredsmæssige belastninger, sammenlignet med borgere med almindeligt dagarbejde. Virksomheden eller medarbejderen selv kan frit henvende sig til Sundhedscenteret, der tilbyder individuelle samtaler, samt samlede tilbagemeldinger til virksomheden under forudsætning af, at medarbejderne kan forblive anonyme.

Aktiviteten for 2014 sammenlignet med 2013:

	2013	2014
Antal medarbejdere	21 tilmeldte	32 tilmeldte
Antal samtaler	18 fremmødte	30 fremmødte
Antal virksomheder	10	12
Virksomhedstyper	10 offentlige arbejdspladser	12 offentlige arbejdspladser
Køn	14 kvinder / 4 mænd	23 kvinder / 7 mænd
Gennemsnitsalder	46 år	47 år

Forebyggende hjemmebesøg

Aalborg Kommunes borgere over 75 år, der ikke i forvejen modtager hjemmehjælp eller praktisk bistand, tilbydes én gang årligt et forebyggende hjemmebesøg med henblik på at forebygge eller løse eventuelle udfordringer, som borgeren selv oplever, inden disse udfordringer udvikler sig til problemer for borgeren, som kan udløse en række ydelser hos Aalborg Kommunes Ældre- og Handicapforvaltning. Formålet med de forebyggende hjemmebesøg er dermed at støtte borgeren i at være selvhjulpent og yde den rette egenomsorg, således at borgeren lever længst muligt i eget hjem uden behov for praktisk hjælp eller pleje fra kommunen, hvilket betyder øget livskvalitet for borgerens hverdag.

Under samtalen drøftes eksempelvis hverdagens sociale og praktiske aktiviteter, sundhedsfremme og forebyggelse, samt Aalborg Kommunes tilbud og aktiviteter målrettet den ældre befolkningsgruppe.

Aktiviteten for 2014 sammenlignet med 2013:

	2013	2014
Antal borgere i målgruppen	12.088	12.202
Antal forebyggende hjemmebesøg	5.874 besøg	5.223 besøg
Antal besøgte borgere	5.497 borgere	4.780 borgere
Andel besøgte borgere af målgruppen	45,5%	39,2%
Antal borgere, der har takket nej til besøg	5.622	7002

Sundhedsindsats i 5 boligområder i Aalborg Kommune

Udover de mange forskellige tilbud på Sundhedscenter Aalborg, som foregår lokalt på Nordkraft, foregår der også en række proaktive sundhedsfremmende og forebyggende indsatser i udvalgte boligområder i Aalborg Kommune. Et af formålet med disse proaktive indsatser er at målrette aktiviteter mod at reducere uligheden i sundhed ved at placere indsatserne på strategisk udvalgte lokationer i kommunen, hvor der traditionelt findes flere sundhedsmæssige udfordringer blandt lokalbefolkningen. Der har i flere år eksisteret en sådan indsats i Aalborg Øst, og i 2014 er det besluttet at forstærke indsatsen ved at udvide til, at det nu omfatter 5 boligområder i kommunen; henholdsvis Aalborg Øst, Vangen, Grønnegården, Grønlandskvarteret og Skelagergården. I relation til denne indsats er der endvidere en medarbejder, der arbejder med at iværksætte særlige indsatser, blandt andet i form af sociale aktiviteter, til fremme af mental sundhed i Tornhøj Idrætscenter. Fokus i indsatsen er blandt andet en

mere målgruppebaseret rekruttering til Sundhedscenterets tilbud, sundhedssamtaler, samarbejde med lokale aktører om eksempelvis diverse sunde arrangementer i lokalområdet, samt afvikling af relevante kurser og foredrag i lokalområderne. En stor del af indsatsen i boligområderne iværksættes som nævnt med henblik på at reducere uligheden i sundhed, og der arbejdes blandt andet med udvikling af metoder til proaktiv rekruttering, motivation og fastholdelse af sårbare og ressourcetsvage borgere.

I 4 af de 5 boligområder er der i 2014 mulighed for, at borgerne kan bestille tid til en sundhedssamtale. I Skelagergården vil dette også blive muligt i løbet af 2015. Antallet af sundhedssamtaler i de 4 boligområder i 2014 fordeler sig som følger:

- 33 samtaler i Grønlandskvarteret
- 120 samtaler i Grønnegården
- 152 samtaler i Vangen
- 91 samtaler i Aalborg Øst

De primære årsager til, at borgerne henvender sig til sundhedssamtalerne i boligområderne er kost (28%), rygning (27%), vægt (21%) og motion (10%). 57 borgere, svarende til 14%, er rygere, hvoraf 22 borgere er henvist til et rygestoptilbud på Sundhedscenteret. Derudover er 30% af borgerne henvist til et vægttabsforløb.

Sundhedshjørner

På bibliotekerne i Løvvangen, Haraldslund og i Sundheds- og Kvartershuset i Aalborg Øst findes desuden Sundhedshjørnerne, hvor der ugentligt i et fast tidsinterval er medarbejdere fra Sundhedscenter Aalborg til stede, som borgere kan henvende sig til for at få en sundhedssamtale om deres egen sundhedstilstand eller sundhedsadfærd. Formålet hermed er også den tidlige opsporing af uheldsmæssig sundhedsadfærd, der potentielt kan føre til fremtidige helbredsudfordringer, samt ikke mindst rekruttering af deltagere til Sundhedscenterets andre tilbud og henvisning til egen læge ved behov. I forbindelse med samtalen kan foretages en række målinger, hvor der sammen med borgeren udvælges de målinger, som er relevante for den enkelte. Målingerne er lungefunktion, blodtryk, kuliite, blodsukker, BMI og fedtprocent. Målet med samtalen er således at informere borgeren om eventuelle uheldsmæssige sundhedsvaner, som kan få negative konsekvenser for helbredet senere i livet. Derfor er alle de borgere, der får foretaget en måling med et uheldsmæssigt resultat blevet rådet til at tale med sin praktiserende læge om resultatet. Informationerne herom er en forudsætning for handling, men da der ikke er nogen opfølgning på samtalen, med mindre borgeren selv efterspørger dette, så er der ingen mulighed for at følge op på, hvorvidt borgeren faktisk ændrer sin sundhedsadfærd i en sundere retning.

I 2014 har der i alt været 414 sundhedssamtaler på de 3 lokationer, som har fordelt sig som følgende:

- 90 samtaler i Haraldslund
- 79 samtaler på Løvvang Bibliotek
- 245 samtaler i Sundheds- og Kvartershuset

I Sundhedshjørnerne har samtalerne blandt andet omhandlet vægtproblemer, kost, problemer med blodtryk og rygning. I alt 7% af borgerne er rygere, og 4% af borgerne er henvist til et rygestoptilbud på Sundhedscenter Aalborg. For 3% af borgerne har der desuden været drøftet emner, som kan siges at vedrøre borgerens mentale sundhed. Med hensyn til de målinger, som er blevet foretaget i forbindelse med samtalerne, har i alt 134 borgere, svarende til 32% af de målte været, overvægtige, samti-

dig med at 23 borgere, svarende til 6% af de borgere, der har fået målt blodsukker, har fået besked om, at deres blodsukker er for højt, og endelig har en enkelt borger blevet målt med en nedsat lungefunktion, og er blevet rådet til at tale med sin egen læge.

Sundhedscenteraktivitet i forhold til beskæftigelsesområdet (jobcenter)

I forbindelse med sygedagpenge og førtidspensionsreform er der blevet etableret tværfaglige rehabiliteringsteams i jobcenterregi. Sundhedscenteret indgår med et sundhedsfagligt bidrag ved disse lovpligtige rehabiliteringsmøder med borgere. Omfanget er ca. 1.000 møder på årsbasis.

Sundhed på dit sprog

Sundhedscentret har tilbud for borgere med anden etnicitet end dansk om livsstilsforløb på hold, som målrettes den enkelte målgruppe, f.eks. somaliske mænd, arabiske kvinder etc. Indholdet i livsstilsforløbene tager udgangspunkt i målgruppens sundhedsudfordringer og med hensyn til deltagernes kulturelle baggrund. Der er samarbejde med Integrationscentret om dels rekruttering og dels tolkebistand ved behov. Der er i 2014 været gennemført livsstilsforløb til følgende målgrupper, hvor deltagelsen samlet set har været 52 kvinder:

- 14 afghanske kvinder
- 19 arabiske kvinder
- 14 somaliske kvinder
- 5 tyrkiske kvinder

Proaktive indsatser

Sidst men ikke mindst skal det fremhæves, at der på Sundhedscenter Aalborg også foregår en lang række af opsporende proaktive aktiviteter med henblik på at komme i kontakt med borgere, herunder særligt udvalgte målgrupper af borgere, informere om Sundhedscenterets arbejde og tilbud, samt hvis relevant rekruttere borgerne til tilbud. I 2014 har der været følgende proaktive indsatser:

- 23 samtaler, borgere med psykiske lidelser
- 100 samtaler på Kofoeds Skole
- 85 samtaler på Parasollen
- 42 samtaler på apoteker
- 41 samtaler i forbindelse med Men's health week 2014
- 10 samtaler med socialt udsatte på Bænken
- 40 oplæg/foredrag omhandlende generel information om Sundhedscenter Aalborg, og specifikt om kost og røg
- 12 undervisningssessioner omkring Sundhedscenter Aalborg, kost, røg og diabetes og hjertesund mad

I forbindelse med disse samtaler har i alt 19 borgere, svarende til 10% af de målte, blevet informeret om et højt blodsukkerniveau, 10 borgere, svarende til 5% af de målte, havde nedsat lungefunktion, og 32 borgere, svarende til 17% af de målte, var overvægtige

En række af nye samarbejder internt mellem Aalborg Kommunes forvaltninger er endvidere iværksat i 2014, hvilket også afspejles af ovenstående liste over aktiviteter. Eksempelvis er der oprettet samarbejde omkring sundhedssamtaler med Træningsenheden, Rehabiliteringscenter Aalborg og den psykiatriske boenhed på Poppelvej, som ligger i Ældre- og Handicapforvaltningen. Sundhedscenteret leverer 37 diætisttimer ugentligt til Ældre- og Handicapforvaltningen. Opgaven indeholder vejledning og samarbejde med plejepersonale i forhold til borgere, der ernæres ved hjælp af sonde, samt borgere i ernæringsmæssig risiko primært boende på plejehjem. En lille andel bor i eget hjem.

Af samarbejder med Familie- og Beskæftigelsesforvaltningen er jobcentrene, herunder tilbuddet Rute 42 til udsatte unge i jobcenterregi, SIND og Kildehuset, hvor borgerne også tilbydes en sundhedssamtale. Ligeledes gives der ernæringsfaglig sparring til ansatte, der arbejder med børn og unge fra 0-6 år, samt et nu formaliseret samarbejde i forhold til tidlig opsporing af overvægtige 2-6 årige.

Konklusion

I oprettelsen og udformningen af både nye og eksisterende tilbud på Sundhedscenter Aalborg arbejdes der med udgangspunkt i Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakker, hvis anbefalinger danner grundlag for det sundhedsfremmende og forebyggende arbejde. Ovenstående giver samlet set et billede af de mange tilbud og indsatser, der i 2014 har fundet sted i regi af Sundhedscenter Aalborg.

Nedenstående tabel viser et samlet overblik over det antal borgere, som Sundhedscenter Aalborg har været i direkte kontakt med i 2014 i relation til de enkelte tilbud og indsatser.

Tilbud på Sundhedscenter Aalborg	Antal borgere berørt af tilbuddet i 2014
Patientrettet rehabilitering	1.590
Vægttabsforløb	165
Lær at leve/tackle-kurser	49
Rygestopkurser/Kom og Kvit	281
Alkoholsamtaler	26
Sundhedsrådgivning på virksomheder	1.014
Vanebryderne	127
Helbredssamtaler med natarbejdere	30
Forebyggende hjemmebesøg	4.780
Sundhedsfremme i boligområder	396
Sundhed på dit sprog	52
Sundhedshjørner	414
Proaktive indsatser	301
Total antal borgere	9.225

Tabellen viser, at Sundhedscenter Aalborg i 2014 med de faste tilbud har været i direkte kontakt med 9.225 borgere i Aalborg Kommune, svarende til 4,6% af kommunens befolkning. Derudover er en lang række af borgere også blevet berørt af de løbende aktiviteter og events, som foregår i kommunen, og som Sundhedscenter Aalborg deltager i, eksempelvis Men's Health Week, Aalborg Øst dag og Amaze

arrangement, hvor Sundhedscenter Aalborgs medarbejdere også er repræsenteret med det formål at synliggøre og udbrede kendskabet til tilbud på Sundhedscenteret.

Ligeledes har der også i 2014 været en del udviklingsarbejde, blandt andet med det formål at synliggøre og udbrede kendskabet til Sundhedscenter Aalborg internt i kommunens forvaltninger, såvel som eksternt for kommunens relevante samarbejdspartnere. Det er primært Familie- og Beskæftigelsesforvaltningen og Ældre- og Handicapforvaltningen, der er Sundhedscenterets samarbejdspartnere internt i kommunen, hvor samarbejdet især fokuserer på at bringe sundhedsfremmende og forebyggende tilbud til borgere, der kan siges at tilhøre udsatte målgrupper, og som Sundhedscenteret almindeligvis har sværere ved at rekruttere til tilbuddene. Disse borgere er eksempelvis overvægtige førskolebørn, udsatte unge uden tilknytning til uddannelsesinstitutioner eller erhvervslivet, psykisk sårbare borgere eller ældre borgere med brug for særlig støtte.

Det har således været mange aktiviteter, der udover den direkte kontakt med mere end 9.000 borgere i kommunen, også har arbejdet med at udvikle følgende nye tilbud og indsatser:

- Udvikling og etablering af rehabiliteringstilbud for borgere med psykiske lidelser
- Multifleksibelt tilbud til borgere med flere kroniske sygdomme
- Nordlet-tilbud til overvægtige børn og unge i samarbejde med Region Nordjylland
- Udvikling af samarbejde med Rehabiliteringscenter Aalborg i Mou
- Ernæringsvejledning til småtspisende ældre i regi af Ældre- og Handicapforvaltningen
- Styrket samarbejde med Familie- og Beskæftigelsesforvaltningen fx Rute 42 til udsatte unge, jobcentre og samarbejde omkring tidlig opsporing af overvægtige førskolebørn
- Oprustning af sundhedsfremmende og forebyggende indsatser til yderligere 3 boligområder
- Tværsektoriel Boligsocial Ledergruppe på tværs af alle kommunens forvaltninger. Gruppen skal sikre, at den boligsociale indsats tænkes bredt ind i de relevante forvaltninger, og at forvaltningerne inddrages i arbejdet på et tidligt tidspunkt

Fokus i 2015

I 2015 vil fokus kun i mindre grad ligge på yderligere udviklingsarbejde, og i stedet på forankring og kvalitetsudvikling af eksisterende tilbud og indsatser, hvor der vil blive lagt et målrettet fokus på pejlemærkerne i den ny sundhedspolitik. I 2015 gennemføres en styrkelse af organiseringen i det borgerrettede team, og der vil være øget fokus på kompetenceudvikling af medarbejderne i forhold til sundhedssamtalen. Desuden vil der blive indført livsstilscafeer udvalgte steder i Aalborg Kommune, og der oprettes flere tilbud om "Lær at takle angst og depression".

Som led i samarbejdet med jobcentrene i relation til rehabiliteringsteammøder (ressourceforløb) etableres Lær at tackle job og sygdom, som organiseres i Sundhedscenteret. Tilbuddet er finansieret af jobcenteret som også indgår i tæt samarbejde om rekruttering til tilbuddet.

I 2015 vil rehabiliteringstilbuddet til borgere med psykiske lidelser gå ind i en pilotfase hvor konceptet afprøves og udvikles, således at tilbuddets indhold i videre omfang kan beskrives og formidles mere detaljeret til bl.a. regionale henvisere (psykiatere og læger).

Desuden vil der i 2015 være opstart af kontrolgruppe i Telecare Nord, hvor cirka 130 borgere skal undervises i brug af udstyr i forhold til at monitorere sig selv og indrapportere data til Sundhedscenter Aalborg. Data aflæses 2 gange ugentligt, og der gives tilbagemelding ved behov.

Der vil fortsat være et stort fokus på at samarbejde med alle kommunens forvaltninger i forhold til de fælles borgere. Ligeledes vil der være stort fokus på samarbejdet med almen praksis og Regionen, hvorunder der lige nu er et arbejde i gang i forhold til at give borgerne et sammenhængende rehabiliteringsforløb mellem hjerteafdelingen på Aalborg Universitetshospital og Sundhedscenter Aalborg.

Sidst med ikke mindst etableres der i 2015 et samarbejde med Aalborg Kommunes Center for Anvendt Kommunal Sundhedsforskning med henblik på at bringe mere evidensbaseret viden og forskning ind i Sundhedscenterets tilbud og aktiviteter.