

Datum
2019-12-06Diarienummer
VON-2019/839.119Handläggare
Jörgen Norberg
08-535 31207
Jorgen.Norberg@huddinge.se

Vård- och omsorgsnämnden

Åtgärder för att främja äldres och funktionsnedsattas hälsa i syfte att öka livskvaliteten för de enskilda och samtidigt fördröja de vårdinsatser som kostar kommunen mest - svar på motion väckt av Barbro Lind (MP), Anders Lönnroth (MP) och Carina Sundström (MP)

Förslag till beslut

Vård- och omsorgsnämnden godkänner förvaltningens synpunkter och överlämnar tjänsteutlåtandet, daterat den 6 december 2019, till kommunstyrelsen som sitt yttrande i ärendet.

Sammanfattning

I en motion väckt av Barbro Lind (MP), Anders Lönnroth (MP) samt Carina Sundström (MP) föreslås att tillgängligheten på kommunala och privata träningsanläggningar ska förbättras för äldre och för personer med funktionsvariation. Motionärerna vill underlätta för dessa personer att få och behålla goda motionsvanor.

Vidare föreslås att äldre personer i ordinärt boende, i likhet med äldre i särskilt boende, ska få tillgång till kommunens fysioterapeuter som stöd för att upprätta individuella träningsprogram.

Socialförvaltningen instämmer med motionärerna om vikten av att det finns stöd för äldre i att skapa och upprätthålla goda motionsvanor och att det är mycket viktigt för att minska skador. I äldreomsorgens särskilda boende finns möjlighet till fysisk träning både individuellt och i grupp. Det finns sannolikt behov av anpassat träningsstöd och ökad tillgänglighet i exempelvis kommunens träningsanläggningar.

Utifrån detta ser förvaltningen vikten av att få till stånd samverkan med såväl kommunala träningsanläggningar som privata aktörer inom träningsområdet både när det gäller tillgänglighet som möjlighet till stöd för sin träning.

HUDDINGE KOMMUN

Postadress
Huddinge kommun
Socialförvaltningen
141 85 HuddingeBesök
Gymnasietorget 1Tfn 08-535 300 00
Tfn vxl 08-535 300 00sof@huddinge.se
www.huddinge.se

Beskrivning av ärendet

Enligt motionen som väckts av Barbro Lind (MP), Anders Lönnroth (MP) samt Carina Sundström (MP) går det att underlätta åldrandet genom att få och behålla goda motionsvanor vilket troligen i sin tur kan leda till att behovet av mer krävande vårdinsatser skjuts upp. Detta skulle i sin tur kunna innebära en vinst för såväl den enskilde som för kommunen.

Enligt förslaget skulle kommunens egna träningsanläggningar anpassas för en ökad tillgänglighet i form av större utrymme mellan maskinerna liksom anpassning av vikterna så att individer med mindre muskelmassa kan hantera dem. Motionärerna pekar också på behovet av ökad tillgänglighet för rullstolsburna individer och vikten av att instruktionerna för maskinerna är tydliga.

Motionärerna föreslår vidare att det bör finnas reserverade tider för äldre personer och för personer med funktionsvariation. I dessa fall bör även fysioterapeut eller personal med god kunskap om styrketräning för äldre finnas på plats. Insatserna i förslaget behöver riktas såväl till kunder/brukare som till de äldre och funktionsnedsatta som ännu inte är i behov av kommunens stödinsatser.

Sammanfattningsvis föreslås i motionen:

- Upprätta en plan för anpassning av Huddinge kommuns egna gym och idrottshallar.
- Öppna en dialog med privata gymägare kring tillgänglighet.
- Planera för att bygga gym och träningspool anpassade för äldre och för personer med funktionsvariation.
- Främja möjligheterna till styrketräning för äldre och personer med funktionsvariation på andra sätt, exempelvis genom samarbeten.
- Tillhandahålla fysioterapeuter för att skapa individuella träningsprogram samt bistå med personlig instruktion till kommunens alla äldre och personer med funktionsvariation som önskar det.

Förvaltningens synpunkter

För att besvara remissen har förvaltningen inhämtat synpunkter från kommunens fysioterapeuter, biståndskansliet samt äldreomsorgens egen regi.

De flesta äldre över 65 år är pigga och friska långt upp i åldern. De bor kvar i sina egna hem och upprätthåller i hög grad de aktiviteter som de har kvar sedan yngre år. Gruppen kommuninvånare 65 år och äldre ökar i Huddinge kommun liksom i landet i övrigt. Regelbunden fysisk aktivitet och styrketräning håller, precis som motionärerna anger, äldre personer friskare längre. Preventiva insatser som ökad fysisk aktivitet, individuellt eller i grupp, kan minska smärta, förbättra balansen, öka rörligheten samt inverka positivt på det psykiska måendet. Det innebär att det går att skjuta upp behovet av de tyngre och kostsammare vård- och omsorgsinsatserna vilket är bra för både den enskilda och för kommunen.

Forskningen visar också att de som tränar regelbundet högt upp i åren även har en lägre konsumtion av mediciner än de som är mer stillasittande. Det finns

hälsovinster i att bygga muskler långt upp i åldern och det är således aldrig för sent att börja träna.

Förvaltningen vill betona vikten av att verksamheter som rör äldres hälsa och tillgången till träning ställer krav på nytänkande, kreativitet och samverkan mellan förvaltningar i kommunen för att hitta smidiga lösningar kring framförallt tillgänglighet i kommunens träningsanläggningar. Vård- och omsorgsnämndens ansvar omfattar dock inte frågor som rör kommunens träningsanläggningar.

Kommunens fysioterapeuter försöker i så hög grad som möjligt att erbjuda träningsprogram för äldre som bor i särskilt boende. På alla särskilda boenden i kommunens egen regi finns ett varierande utbud av utrustning för styrketräning och gymnastik som till exempel gummiband, hantlar och motionscyklar som kan nyttjas av de boende. Det finns också olika former av fysiska aktiviteter som sittande gruppgymnastik, sittande dans, qi-gong, yoga, bollkastning, bowling och innebandy. Aktiviteterna leds ofta av ordinarie omvårdnadspersonal medan själva programmet läggs upp i samråd med fysioterapeuter inom kommunen. Ibland är det fysioterapeuterna själva som leder gruppträningen. Den enskilde som kan och vill deltar i dessa aktiviteter efter egen förmåga. Så långt det är möjligt erbjuder kommunens fysioterapeuter ben- och balansträning, till personer med fallrisk och där det finns en bedömning att sådan träning kan vara till nytta för den äldre. Exempel på ny teknik, som just nu prövas på bland annat Björnkulla äldreboende, är VR-glasögon. VR betyder virtuell verklighet, en datateknik som simulerar verkliga eller inbillade miljöer, närvaro och interaktion i dom. VR-glasögon kan bidra till ökad aktivitet för de äldre och kan användas som redskap i fallförebyggande syfte för att minska olyckor hos äldre.

Kommuner i Stockholms län har hälso- och sjukvårdsansvar i särskilt boende. Personer som har beviljad hemtjänst i eget boende och som har behov av stöd för rehabilitering och träning för att upprätthålla sin hälsa har möjlighet att få detta stöd via regionens hälso- och sjukvård. Kommunens fysioterapeuter ansvarar således endast för insatser till personer som bor i särskilt boende.

Ekonomiska och juridiska konsekvenser

Det är svårt att överblicka eventuella ekonomiska och juridiska konsekvenser av motionen då det skulle krävas en omorganisation av vården för att kunna genomföra förslaget.



Datum
2019-12-06

Diarienummer
VON-2019/839.119

Lotta Wigen
Socialdirektör

Lina Blombergsson
Biträdande socialdirektör

Bilagor

1. Remismissiv
2. Motion - Åtgärder för att främja äldres och funktionsnedsattas hälsa i syfte att öka livskvaliteten för de enskilda och samtidigt fördröja de vårdinsatser som kostar kommunen mest.

Beslutet delges

Kommunstyrelsen

Kommunstyrelsens förvaltning, Maria Sundblad