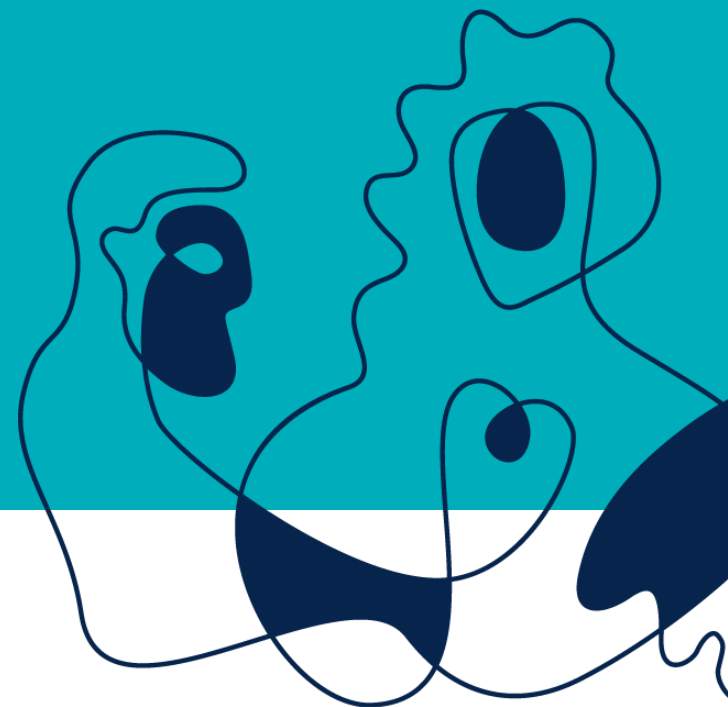


Helsehjelp

Leve hele livet
- Hva er viktigst for deg?



Fylkesmannen i Nordland





Helsehjelp

Mål:

- Økt mestring og livskvalitet
- Forebygge funksjonsfall
- Gi rett hjelp til rett tid

Mange eldre får ikke ivaretatt grunnleggende behov for helsehjelp, de får ikke hjelp til å forebygge sykdom og funksjonssvikt og får ikke mulighet til å få helsehjelp ut fra egne behov.





Utfordringer

- Manglende oppmerksomhet på mestring og forebygging
- Dårlig oversikt over sammensatte behov og problemer
- Lite bruk av fysisk aktivitet og trening
- Manglende bruk av nye behandlingsformer
- Lite systematisk kartlegging og oppfølging av den enkelte



Frivillige organisasjoner tilbyr aktivitet

Foreslåtte tiltak

- **Hverdagsmestring og hverdagsrehabilitering**
ha mulighet til å være mest mulig selvhjulpen, behovsvurdering og potensiale for rehabilitering og egenomsorg, tidlig innsats og hverdagsrehabilitering, gjøre bruk av velferdsteknologiske løsninger, mestre livet i eget hjem, helsestasjon for eldre
- **Proaktive tjenester**
Identifisering og kartlegging, forebyggende hjemmebesøk, tilby oppfølging på tidlig tidspunkt, «Hva er viktig for deg?», senior ressurscenter , helseteam
- **Målrettet bruk av fysisk trening**
Fysisk trening og aktivitet som forebyggende, behandlende og rehabiliterende tiltak: frisklivstilbud, treningsgrupper, individuell oppfølging, frivillige organisasjoner, fallforebygging, sterk og stødig, balansetrening, styrketrening



Bilde: Bodø kommune (over) og LHL (under)





Foreslåtte tiltak

- **Miljøbehandling**
tilpasset den enkeltes forutsetning, musikk, kunst- og kulturinntrykk, film, gjenkjenning, sansestimulering, minnearbeid, miljøterapi
- **Systematisk kartlegging og oppfølging**
systematisk observasjon, kartlegging og oppfølging. Tverrfaglig vurdering og samarbeid, tidlig fange opp endringer og utvikling av sykdom og problemer, kompetansekartlegging, nettverksarbeid



Herøy kommune, sansehage.

Foto: Svein Lundestad, Herøyfjerdingen