



Oslo kommune
Bydel Søndre Nordstrand
Bydelsadministrasjonen

SAKSFRAMLEGG

Sakstittel:

Orientering om innvilget tilskudd fra Helsedirektoratet til videreføring av samhandlingstiltak, tilbud til kronikergruppe - folkehelse og frisklivsentraller. Statsb. 2013 kap 762, post 60

Saken behandles i:
Bydelsutvalget

Møtedato:
13.02.2014

Utvalgssaksnr.:

Saksbeh: Mona Bratli

Arkivkode: 212.9

Saksmappe: 2011/255

Utredning

1 Problemstilling

Bydel Søndre Nordstrand, ved Forebyggende Enhet har fått innvilget tilskudd på kr.1 050 000 fra Helsedirektoratet, til videreføring av samhandlingstiltak, tilbud til kronikergrupper – Folkehelse og frisklivsentraller – Statsb 2013 kap 762, post 60. Ut fra tilskuddsordningens regelverk, skal prosjektet legges frem for Bydelsutvalget.

2 Bakgrunn

Siden 2009 har Bydel Søndre Nordstrand mottatt statlige Oslo Sør – midler til folkehelsearbeid fra Helsedirektoratet (saksmappe 2007/556). Prosjektet «Familiesenteret – helse og livsstil» jobber med forebyggende tiltak med fokus på kosthold og fysisk aktivitet for å forebygge livsstilssykdommer (som diabetes og hjerte- og karsykdommer) blant bydelens innbyggere, med spesielt fokus på innvandrerhelse. I 2012 fikk BSN midler fra Helsedirektoratet for å opprette en Frisklivsentral, og tilbudet ble utvidet til å gjelde hele bydelens befolkning. Nå har Forebyggende Enhet fått midler fra Helsedirektoratet for å videreutvikle tilbudet til kronikere, med spesielt fokus på metabolsk syndrom/diabetes 2. Det er et mål å få til bedre samhandling med spesialisthelsetjenesten og lokale- og nasjonale lag og organisasjoner for å kunne gi denne gruppen et bedre tilbud for å mestre sykdommen. Se vedlagte prosjektskisse for mer utfyllende informasjon.

Om prosjektet

Prosjektet «Mestringstiltak for personer med metabolsk syndrom eller diabetes 2 med fokus på kosthold og fysisk aktivitet» har som mål å styrke samhandling med spesialisthelsetjenesten ved å samarbeide om tilbud med lokal forankring. Frisklivsentralen vil arbeide på tre hovedområder:

- 1: Økt kunnskap om det å leve med metabolsk syndrom/diabetes 2
2. Stimulere til økt hverdagsaktivitet - «en bydel i bevegelse»

3. Økt kunnskap hos ansatte i bydelen som er i kontakt med målgruppen.

Gjennomføring

- Frisklivssentralen har ansvar for å gjennomføre prosjektet
- For å nå innvandrerbefolkningen i bydelen skal Frisklivssentralen samarbeide med to linkarbeidere med innvandrerbakgrunn som allerede er tilknyttet Forebyggende Enhet.
- Livsstilskurset «Gode vaner – bedre helse», som bygger på forskningsprosjektet «InnvaDiab 2» skal fortsette som et tilbud, og videreutvikles. Dette kurset er spesielt tilpasset innvandrerbefolkningen, med tolk og mye bruk av bilder.
- Utvide tilbudet til personer som allerede har fått diabetes 2. Flere av deltakere i dag etterspør et tilbud for sekundærforebygging. Planen er å arrangere kurs i samarbeid med spesialisthelsetjenesten. Dette vil bli tilpasset målgruppen, og tolket til forskjellige språk ved behov.
- Samarbeide med eksisterende lavterskel treningstilbud i Bydelen.
- Undervisning om forebyggende helsearbeid for nøkkelpersoner i Bydelen, for på denne måten å nå ut til flere og forebygge på alle nivå.

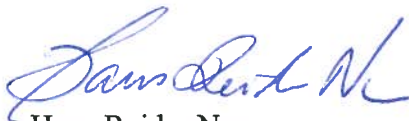
3 Vurderinger

Prosjektet legges frem til orientering.

Bydelsdirektørens forslag til vedtak

Bydelsutvalget tar saken til orientering.

Bydel Søndre Nordstrand,



Hans Reidar Ness
bydelsdirektør

Mona Bratli
Leder Forebyggende Enhet barn og unge

Vedlegg:

1. Prosjektbeskrivelse



Oslo, 12.06.2013

PROSJEKTSKISSE ” Mestringstiltak for personer med metabolsk syndrom eller diabetes 2 med fokus på kosthold og fysisk aktivitet.”

Innledning

Dette er en projektskisse for prosjektet ” Mestringstiltak for personer med metabolsk syndrom eller diabetes 2 med fokus på kosthold og fysisk aktivitet.” Formålet med prosjektet er å utvikle et sekundærforebyggende helsetilbud for innbyggerne med metabolsk syndrom/diabetes 2 i Bydel Søndre Nordstrand (BSN).

Frisklivssentralen vil styrke tilbudet til denne målgruppen ved å utvikle eget tilbud, samt samarbeide med andre tjenester i BSN. På sikt er målet også å styrke samhandling med spesialisthelsetjenesten, ved å samarbeide om tilbud med lokal forankring. Prosjektet er forankret i Frisklivssentralen, som ligger i Forebyggende Enhet barn/unge.

Bakgrunn

BSN er en bydel med spesielle utfordringer, med en unik befolkningssammensetning. Bydelen er Oslos «yngste» bydel: 1/3 av bydelens befolkning er under 20 år. Samtidig er BSN den bydelen i Oslo med størst minoritetsbefolkning i forhold til innbyggertallet. 49,3% av innbyggerne i Søndre Nordstrand har en ikke-vestlig bakgrunn per 2013.¹ Innvandrere med bakgrunn fra Pakistan er den største gruppen (32 %) og innvandrere med bakgrunn fra Somalia er neste størst (7,5 %)².

Forskning viser at innvandrere har større risiko for få livsstilssykdommer, blant annet diabetes type 2. Flere studier viser at etnisitet spiller en avgjørende rolle i utviklingen av diabetes type 2^{3,4}. En tverrsnittsstudie i Oslo i 2000 viser at diabetes forekommer hos 27,5 % blant kvinner fra Sør-Asia (Pakistan, India, Sri Lanka), sammenlignet med 2,9 % blant vestlige kvinner. Prevalensen er 14,3 % blant menn fra Sør – Asia, noe som viser at kjønn er en risikofaktor⁵.

Overvekt og fysisk inaktivitet er også viktige årsaker til livsstilssykdommer. Studier viser at fysisk aktivitet og et sunnere kosthold kan være dobbelt så effektivt som medikamentell behandling for å redusere risikoen for utviklingen av sykdommer som diabetes type 2^{6,7,8}.

¹ http://www.bydel-sondre-nordstrand.oslo.kommune.no/var_bydel/befolkning/

² <http://www.utviklings-og-kompetanseetaten.oslo.kommune.no> (Oslostatistikken)

³ Abate N, Chandalia M. The impact of ethnicity on type 2 diabetes. J Diabetes Complications 2003;17:39-58.

⁴ Kumar B N, Meyer H E, Wandel M, Dalen I, Holmboe-Ottesen G. Ethnic differences in obesity among immigrants from developing countries in Oslo, Norway. International Journal of Obesity 2006;30:684-90.

⁵ Jenum A K, Holme I, Graff-Iversen S, Birkeland K I. Ethnicity and sex are strong determinants of diabetes in an urban Western society: implications for preventions. Diabetologia 2005;48:435-9.

⁶ Anderssen SA, Carroll S, Urdal P, Holme I. Combined diet and exercise intervention reverses the metabolic syndrome in middle-aged males: results from the Oslo Diet and Exercise Study. Scand J Med Sci Sports 2007; 17: 687-695



Forebygging av type 2-diabetes, både primær og sekundær, fremstår som mer og mer aktuelt på grunn av den økende forekomsten, med omfattende lidelse, tidlig død samt stigende helsekostnader. For eksempel har personer med diabetes 3-5 ganger høyere risiko for hjerte- og karsykdommer^{9,10}. På sikt vil dette være en stor belastning for de som rammes og helsetjenesten i BSN.

Med denne bakgrunnen ønsker BSN å satse videre på et tilbud for målgruppen. Planen er å være et tilbud for hele bydelens befolkning som er i målgruppen, samt å ha et spesielt tilpasset opplegg for personer med innvandrerbakgrunn.

I dag jobber det 2 hele årsverk med prosjektet, to fysioterapeuter med mastergrad i folkehelse og en klinisk ernæringsfysiolog. I tillegg er det to linkarbeidere/tolker knyttet til prosjektet.

Formål

Frisklivssentralen Bydel Søndre Nordstrand har et spesielt fokus på forebygge diabetes 2 og andre livsstilssykdommer, grunnet en stor andel innvandrere i bydelen. For bydelens befolkning som har metabolsk syndrom eller har utviklet diabetes 2, vil FLS arbeide på tre hovedområder:

1. Økt kunnskap om det å leve med sykdommen

FLS har utviklet kursopplegget "gode vaner - bedre helse". I samarbeid med spesialisthelsetjenesten (Lærings- og mestringssenteret) vil kurset videreutvikles og spisses mer mot deltakerne ved FLS som har metabolsk syndrom eller diabetes 2.

2. Stimulere til økt hverdagsaktivitet - "en bydel i bevegelse".

Ved Frisklivssentralen i bydel Søndre Nordstrand er "en bydel i bevegelse" et sentralt prosjekt. Prosjektet har som mål å stimulere til økt fysisk aktivitet og fremme bevegelsesglede. Tidligere er det utviklet 3 ulike turkart over turmuligheter i nærområdet, samt en "mosjonskatalog" med oversikt over hvilke tilbud om fysisk aktivitet som finnes i bydelen. I løpet av 2013 vil det komme et siste kart; et oversiktskart over alle turmulighetene, samt andre former for uteaktiviteter som finnes i bydelen.

FLS har startet opp med trenings-/turgrupper hvor nærområdet brukes; turer til ulike steder og trening på nye måter hver gang. På denne måten blir deltakerne kjent i nærområdet, oppdager nye steder å gå tur og blir introdusert for og får erfare hvordan ulike former for trening påvirker kroppen. FLS ønsker mer og tettere samarbeid med lokale lag og frivillige organisasjoner som har tilbud om trening. Pr dags dato har FLS utviklet oversikt over tilbudene som finnes i bydelen. Sammen med syklistenes landsforening vil FLS arrangere sykkelopplæring for kvinner med innvandrerbakgrunn. Målet med sykkelopplæringen er å fremme hverdagsaktivitet og gi mulighet for turer og aktiviteter sammen med familien. På samme måte vil FLS samarbeide med DNT om å bruke naturen og nærmiljøet til gode turopplevelser.

3. Økt kunnskap hos ansatte i bydelen som er i kontakt med målgruppen.

⁷ Reduction in the incidence of type 2 diabetes with lifestyle intervention or metformin. [Diabetes Prevention Program Research Group](#). Engl J Med 2002;346:393-403.

⁸ Thuen F, Aarø, LE (2001). Psykisk helse og forebyggende arbeid. En litteraturgjennomgang. Tidsskrift for Norsk Psykologforening, 38, 410-423

⁹ Behandling av type 2 diabetes. Statens legemiddelverk 2001

¹⁰ Birkeland KI et al. Forebygging av hjerte- og karsykdom ved type 2-diabetes. Tidsskr Nor Lægeforen 2000;120:2554-9

FLS vil være en ressurs for ansatte i bydelen, med målsetning om å gi opplæring til de ansatte i temaer som kosthold og fysisk aktivitet/hverdagsaktiviteter ved diabetes 2.

FLS samarbeider allerede med fastlegene i BSN, og disse er en viktig samarbeidspartner videre for å nå målgruppa. En aktuell måte er å se på erfaringene fra DiaHelse i Drammen, hvor tjenstedesign har vært en viktig del av informasjonsutveksling.

Opplegg (rolle og ansvarsfordeling)

- Frisklivssentralen har ansvar for å gjennomføre prosjektet
- For å nå innvandrerbefolkningen i bydelen skal Frisklivssentralen samarbeide med to linkarbeidere med innvandrerbakgrunn som allerede er tilknyttet Forebyggende Enhet.
- Livsstilskurset "Gode vaner – bedre helse", som bygger på forskningsprosjektet InnvaDiab skal fortsette som et tilbud, og videreutvikles. Dette kurset er spesielt tilpasset innvandrerbefolkningen, med tolk og mye bruk av bilder.
- Utvide tilbudet til personer som allerede har fått diabetes. Flere av deltakerne i dag etterspør et tilbud for sekundærforebygging. Planen er å arrangere kurs i samarbeid med spesialisthelsetjenesten. Dette vil bli tilpasset målgruppen, og tolket til forskjellige språk ved behov.
- Samarbeide med eksisterende lavterskel treningstilbud i bydelen.
- Undervisning om forebyggende helsearbeid for nøkkelpersoner, for på denne måten å nå ut til flere og forebygge på alle nivå.

Forankring

Frisklivssentralen er forankret i Familiesenteret, Forebyggende Enhet barn/unge. Leder har personalansvar. Budsjett ligger under Forebyggende Enhet barn/unge. Frisklivssentralen har autorisert helsepersonell som faglig ansvarlig.

Evaluering

Helsedirektoratets veileder og verktøykasse for frisklivssentraler vil bli brukt, den inneholder verktøy for gode målemetoder¹¹. I tillegg skal det utarbeides spørreskjema tilpasset brukerne, spesielt de som kan lite norsk og ikke kan lese/skrive. Bruk av mye bilder. Familiesenteret, herunder Frisklivssentralen, skal også i løpet av 2013/14 evalueres gjennom et forskningsprosjekt.

Forventet effekt

Frisklivssentralen vil bidra til å forebygge og bedre situasjonen for personer som har livsstilssykdommer (som diabetes type 2), og dermed minske presset på spesialisthelsetjenesten. Ved å etablere et sekundærforebyggende tiltak; kurs for personer som har diagnosen diabetes 2, vil flere enn i dag få et lokalt mestringstilbud i årene framover. Dette kurset bør være i samarbeid med lærings- og mestringssentre på sykehus. Dette har vært gjennomført i Bydel Grorud og Bydel Stovner, med spesielt fokus på innvandrerbefolkningen.

¹¹ Helsedirektoratet: Veileder for kommunale frisklivssentraler - etablering og organisering 2013.
<http://www.helsedirektoratet.no/publikasjoner/veileder-for-kommunale-frisklivssentraler-etablering-og-organisering-/Sider/default.aspx>