

Jammerbugt kommun vänder trenden

När en äldre väl fått hemtjänst, ökar stödbehovet kort därefter. Så behöver det inte vara. Jammerbugt kommun har lyckats bryta den negativa utvecklingen.

DigiRehab fallstudie




Innan Jammerbugt kommun införde hemmaträning för de äldre, ökade det genomsnittliga stödbehovet med 53 timmar om året. En utveckling som resulterade i flera tusen extra hemtjänsttimmar varje år.

”Jag har sett hur effektiv träning kan vara för äldre. Det behöver inte vara en regel att stödbehovet bara ökar och ökar. Det handlar om att använda de redskap som finns tillgängliga och där är träning en del av lösningen. Träning är nödvändigt om vi ska lösa de utmaningar som äldreomsorgen står inför,” säger Henrik Ravn, Verksamhetschef äldreomsorgen i Jammerbugt kommun.

Hemmaträning med DigiRehab vänder den negativa trenden

Kommunens senaste effektanalys visar att hemmaträning kan bryta utvecklingen av ett ökat stödbehov. Av de äldre som genomförde en träningsperiod var det 77 % som antingen bibehöll eller minskade sitt behov av stödsatser jämfört med innan träningsstart.

Att bara bibehålla den äldres fysik kan vara helt avgörande för effekterna på samhällsnivå. För de 74 individer som genomförde en träningsperiod mellan januari och juni 2023, bidrog den uteblivna ökningen av hemtjänsttimmar till att kommunen beräknades spara 3922 timmar under det första året. Det visar data från kommunens omsorgssystem.

 **Träning med digitalt stöd är en av de bitar som måste sättas på plats för att pusslet ska gå ihop.**

Henrik Ravn, Verksamhetschef äldreomsorgen i Jammerbugt kommun.

Ett fast rehabteam ökar effektiviteten

”DigiRehab kan användas av alla yrkesgrupper efter en halv dags utbildning. Det tar inte heller många timmar att lära sig hur appen fungerar. Hemmaträningen utförs oftast av en undersköterska och insatsen behöver varken implementeras eller styras av en fysioterapeut. I Jammerbugt kommun har vi valt att utbilda ett fåtal tränare som enbart arbetar med DigiRehab eftersom det ökar träningseffekterna”, säger Henrik Ravn.

Behovet ökar när man väl fått hemtjänst

En analys av 7000 äldre, från fem kommuner, visar att de som får hemtjänst ökar sitt stödbehov med i genomsnitt 38 timmar per år, ackumulerad tid. Det ökade behovet varierar från kommun till kommun och beror bland annat på kommunens demografi. I Jammerbugt kommun var den genomsnittliga ökningen exempelvis 53 timmar året innan de startade med hemmaträning.

74 % genomförde träningen

Jammerbugt kommun har haft väldigt goda resultat sedan man implementerade DigiRehab för två år sedan. När man analyserade de första sex månaderna av 2023, såg man att effekterna var lika stora som året innan. 100 äldre hade tränat under perioden, varav 74 % hade genomfört minst 12 veckors träning. I snitt tränade de äldre 21 gånger under 14 veckor.

85 timmar mindre hemtjänst

Utvecklingen av antalet hemtjänsttimmar jämfördes före att utvärderingsgruppen påbörjade sin träningsperiod i januari 2023 och efter att den avslutades sex månader senare. Behovet av hemtjänst beräknades minska med 85 timmar för varje äldre som genomförde minst 12 veckors träning.

Hemmaträning kan minska personalbehovet

Effekten av hemmaträning kan även påverka kompetensförsörjningen eftersom det blir mindre tryck på hemtjänstens resurser när de äldre bibehåller sin fysik eller blir mer självständiga. Utifrån DigiRehabs beräkningar från ovanstående studie, kan träningsinsatserna minska de äldres stödbehov med motsvarande 8 tjänster*.

”Det är framförallt människor det handlar om. Våra medarbetare motiveras verkligen av att se de äldre bli bättre och bättre. Man kan säga att om man blir stark nog till att gå på toaletten själv, så kanske man blir tillräckligt stark för att klara annat också. Vi vet även att träning har positiva effekter på de äldres sociala liv”, kommenterar Henrik Ravn om situationen i Jammerbugt kommun.

Framtidsutsikterna är stora för Jammerbugt kommun

Målet är att 30 % av de som har hemtjänst i Jammerbugt kommun ska träna hemma med DigiRehab varje år. Eftersom kommunen har 650 invånare med hemtjänstinsatser, är det ca 200 äldre som bör träna under ett år. Enligt DigiRehabs bedömning är det realistiskt att förvänta sig samma resultat som i den senaste effektmätningen, således att 74 % genomför en hel träningsperiod. Efter en fullständig implementering kan därmed efterfrågan på hemtjänst minska med över 13 000 timmar årligen.

”För oss är det ganska avgörande att DigiRehab är väl beprövat, och att vi vet att det fungerar. Vi ser fantastiska resultat från det vi redan gör och har faktiskt äldre som väntar på att få komma igång med hemmaträning. Jag tror verkligen inte att vi har nått gränsen för potentialen med DigiRehab. Jag är säker på att vi kommer se samma goda resultat med fler tränare och vi har redan anställt en till. Nästa steg blir att se om vi kan använda DigiRehab inom andra områden än hemtjänsten, exempelvis på våra särskilda boenden”, avslutar Henrik Ravn.

Träning minskade behovet av hemtjänst med



85 timmar

per individ

Översatt till minskat personalbehov



74

individer genomförde minst 12 veckors träning, under 6 månader.



8

färre undersköterskor efter 6 månader.

Kontakt

Henrik Ravn

Verksamhetschef äldreomsorgen
Jammerbugt kommun
Telefon: +45 4191 2201
E-post: her@jammerbugt.dk

Janne Lejbølle Sonnenborg

Marknadsföringschef
DigiRehab
Telefon: +45 2712 3566
E-post: Janne@digirehab.dk

Du kan läsa mer om hemmaträning med DigiRehab på [DigiRehab.se](https://www.digirehab.se)

* Den potentiella minskningen av personalbehovet har beräknats utifrån att 74 äldre genomför en träningsperiod på 12 veckor och att en undersköterska i genomsnitt kan leverera 750 timmar effektiv hemtjänst per år.