ELDRI OG BETRI

Sóltún
HEILSUSETUR

Sóltún
HEIMA
Heilsa – Vellíðan – Daglegt líf

Forsaga

- Sólvangur, Sóltún Heima og Sóltún Heilsusetur eru rekin af Sóltúni öldrunarþjónustu. Þann 1. nóvember 2022 sameinuðust Sóltún öldrunarþjónusta og Sóltún hjúkrunarheimili.
- Sóltún Heilsusetur er með samning við SÍ um reksturinn
- Hafnarfjarðarbær á húsnæðið og hefur staðið fyrir miklum endurbótum á gamla Sólvangi
  - Á fyrstu hæð á gamla Sólvangi er almenn dagdvöl með 14 rýmum og sértæk dagþjálfun fyrir einstaklinga með heilabilun með 12 rýmum
  - Á annarri hæð er hjúkrunardeild með 11 rýmum
  - Á þriðju og fjórðu hæð er Heilsusetur með 39 endurhæfingarýmum
  - Á Sólvangi eru 71 hjúkrunarrými, 60 í nýja húsnæðinu og 11 í gamla
  - Sóltún Heima er einnig til húsa á fyrstu hæðinni

Sóltún HEILSUSETUR

Markmið endurhæfingarinnar

- Að aldraðir geti búið lengur heima
- Veita einstaklingsmiðaða, heildræna og þverfaglega endurhæfingu
- Endurheimta eða viðhalda færni, hreyfigetu og styrk
- Auka og viðhalda virkni í daglegu lífi
- Fyrirbyggja að einhverju leiti innlagnir á LSH
- Endurhæfingin felur í sér fræðslu, viðtöl við fagaðila, einstaklings- og hópþjálfun hjá þjálfara, heilsueflandi þjálfun, virkni og félagsstarf

Sóltún HEILSUSETUR

Fyrir hverja er Heilsusetrið

- Skjólstæðingar Heilsugæslunnar á höfuðborgarsvæðinu og Heimaþjónustu Reykjavíkurborgar - eldri en 67 ára sem eru með heimahjúkrun
- Einstaklingur hefur þurft eftirlit/innlit heimaþjónustu og/eða heimahjúkrunar innan og utan dagvinnutíma.
- Þó má telja þörf sem einstaklingur hefur fyrir nauðsynlegt eftirlit/innlit og aðstandendur sinna utan dagvinnutíma sem ígildi heimaþjónustu og /eða heimahjúkrunar
- Reiknað er með að flestir séu 4 vikur
  - möguleiki á að lengja um 2 vikur
- Sólarhringsþjónusta (lokað jól og áramót)
- Kostnaður greiddur af SÍ

Sóltún HEILSUSETUR

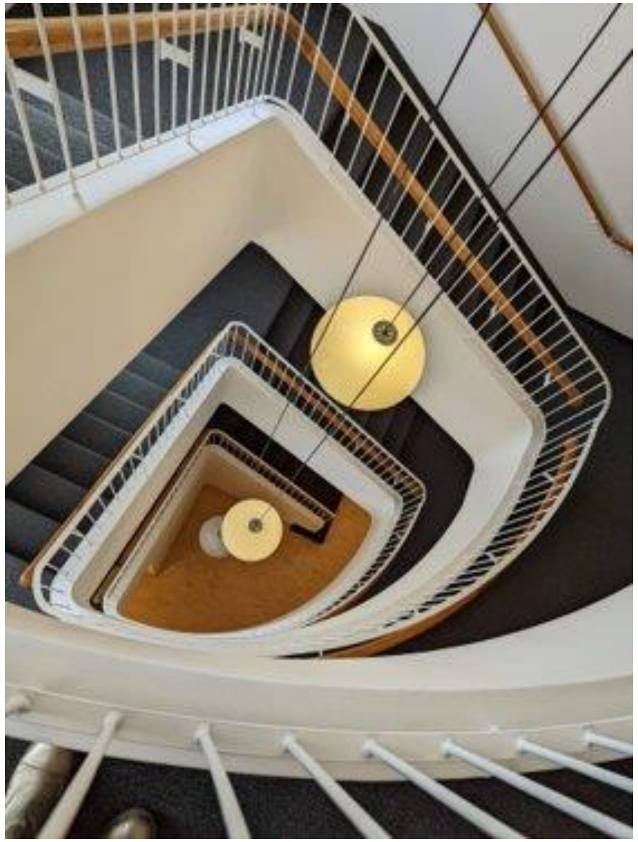
Það sem þarf að meta

- Að fyrir liggi skýr tilgangur og markmið með endurhæfingunni
- Að tilgangur sé raunhæfur
- Að endurhæfingin geti leitt til markverðar aukningar á færni til sjálfbjargar og að endurhæfingin sé framkvæmanleg innan raunhæfra tímamarka
- Að góðar líkur séu taldar á að einstaklingur hafi gagn af meðferðinni
- Samkvæmt kröfulýsingu á Heimaþjónusta Reykjavíkur og Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins að nota RAI-HC til að meta bráðleika fyrir endurhæfingarþjónustu til að tryggja að þeir einstaklingar sem eru í mestri þörf fyrir forgang
- Frábending
    - Einstaklingur er kominn með vistunarmat og bíður eftir varanlegu hjúkrunarrými.
    - Geðræn einkenni þar sem viðkomandi sýnir ofbeldi eða hvers kyns ógnandi hegðun.
    - Hætta á sjálfsskaða eða sjálfsvígi.
    - Virk áfengis- og/eða vímuefnaneysla.
    - Einstaklingur er ósjálfbjarga eða þarf mikla aðstoð við athafnir daglegs lífs. Miðað er við ≤60 á Barthel kvarða (athafnir daglegs lífs) eða >3 á ADL kvarða samkvæmt InterRAI-HC mælitækinu.
    - Einstaklingur er óvirkur í þeirri endurhæfingarmeðferð sem lögð er fyrir eða sýnir af sér óviðeigandi hegðun sem truflar aðra í endurhæfingarmeðferðinni.
    - Húsnæðisleysi.

Sóltún
HEILSUSETUR

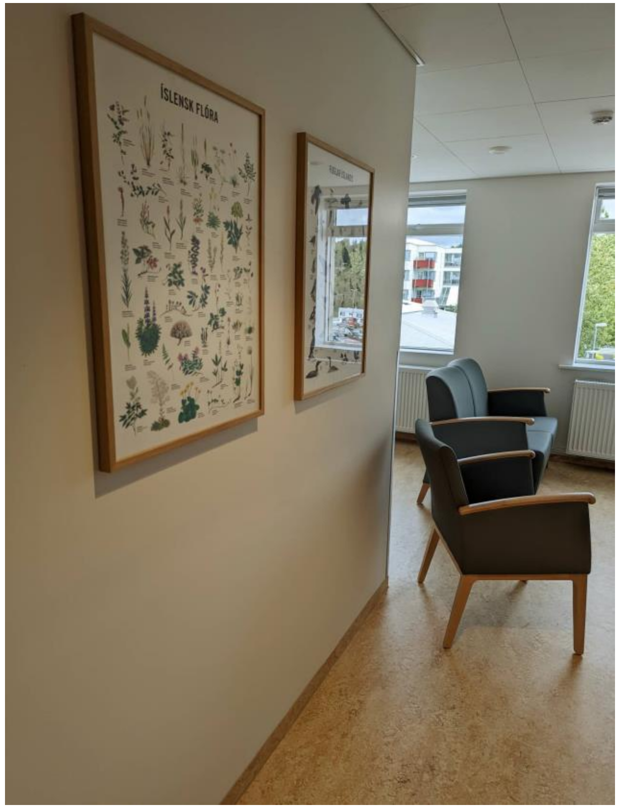
Starfsmenn Heilsuseturs

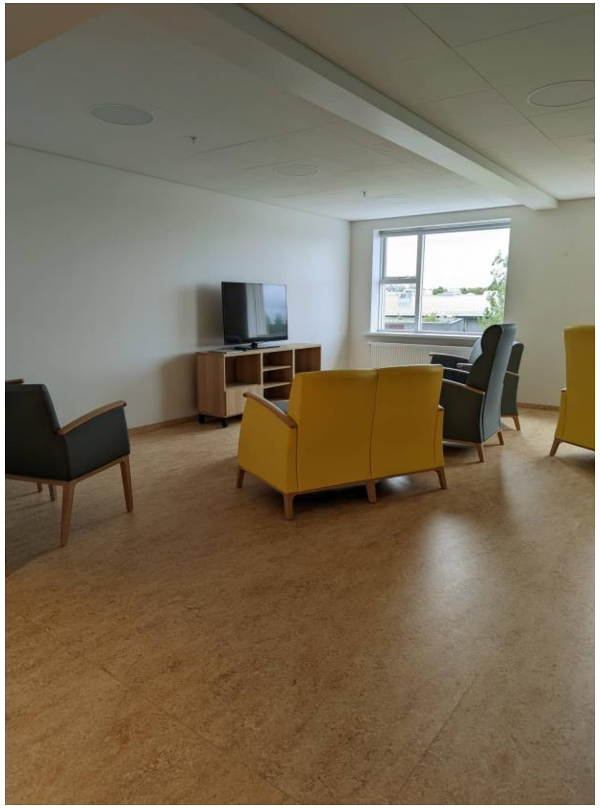
- Hjúkrunarfræðingar
- Læknar
- Sjúkraþjálfari
- Iðjuþjálfi
- Sjúkraliðar
- Félagsliðar
- Félagsráðgjafi
- Íþróttafræðingur
- Aðstoðarfólk



Sóltún HEILSUSETUR

Aðstaðan





Aðstaðan

DigiRehab

- DigiRehab er einstaklingsmiðuð velferðartæknilausn sem aðstoðarmenn nota á einfaldan hátt til að til að leiðbeina við styrktarþjálfun sem sett er upp af íþróttafræðingi/sjúkraþjálfara/iðjuþjálfa

- Þróað af sjúkraþjálfurum

- Notast er við spjaldtölvur, kerfið er á íslensku og er einkar einfalt í notkun

- Mjög auðvelt er að sjá árangur í mælanlegu formi.
- Einstaklingurinn getur haldið áfram heima, annað hvort með útprentað blað með æfingum eða keypt leiðsögn 2x í viku frá Sóltúni Heima á eigin heimili

- DigiRehab er dönsk velferðartæknilausn notað m.a. í Danmörku, Noregi, Svíþjóð og Þýskalandi

Sóltún
HEILSUSETUR

Sóltún
HEIMA
Heilsa – Vellíðan – Daglegt líf

Sterkari á eigin heimili
Sóltún Heimahreyfing

Sóltún Heima eflir, styrkir og styður

- Heimahreyfing
- Félagsþjónusta
- Heimahjúkrun
- Heilsuefling

Ávinningur þeirra sem fá DigiRehab heimahreyfingu

- Minni þörf fyrir hjálpartæki
- Getur dregið töluvert úr þjónustuþörf skv. dönskum rannsóknum
- Aukið sjálfstæði og sjálfstraust
- Dregur úr félagslegri einangrun
- Bætir líkamlega styrk
  - Öruggari í hreyfingum og minni fallhætta
- Betri andleg líðan

Sóltún HEILSUSETUR

Takk fyrir okkur

- Bryndís Guðbrandsdóttir forstöðumaður dag og heimaþjónustu Sólvangs
- bryndis@solvangur.is / 5906505
- Sigrún Sæmundsdóttir deildarstjóri Sóltúns Heima og dagdvala
- sigrunsae@solvangur.is / 5906506

Sóltún HEILSUSETUR

Samantekt

- Markhópurinn fyrir heimahreyfingu eru þeir sem eiga erfitt með að komast í skipulagða hreyfingu annað
- Hægt að notast við ófaglært starfsfólk sem hefur fengið þjálfun í DigiRehab
- Rannsóknir hafa sýnt fram á að heimahreyfingin hefur seinkað þjónustuþörf aldraða í Danmörku
- Sóltún Heima býður uppá heildræna þjónustu við aldraða, bæði til lengri og skemmri tíma

Sóltún HEILSUSETUR