



ODENSE
KOMMUNE

PROJEKT 'MIT LIV MED KOL'

**KOL – indsats for socialt udsatte borgere,
herunder etniske minoriteter i Odense
Kommune.**

Tobakstemamøde Silkeborg oktober 2014

Marlene Lindharth Thykjær
Sundhedsfaglig konsulent
Odense Kommune



MÅLGRUPPEN

Socialt udsatte borgere, herunder etniske minoriteter med ringe egenomsorg, der ikke forventes at profitere af ordinære KOL-forløb.

Misbrugsproblematikker

Psykisk sårbarhed/psykiske lidelser

Manglende arbejdsmarkedstilknøytning og uddannelse

Sociale problemstillinger; økonomisk fattigdom, boligproblematikker

Kriser, traumer, omsorgssvigt

Social isolation, personlige og familiære problemer

Sproglige og kulturelle barriere





ODENSE
KOMMUNE

HVAD ER KOL?

Kronisk = vedvarende

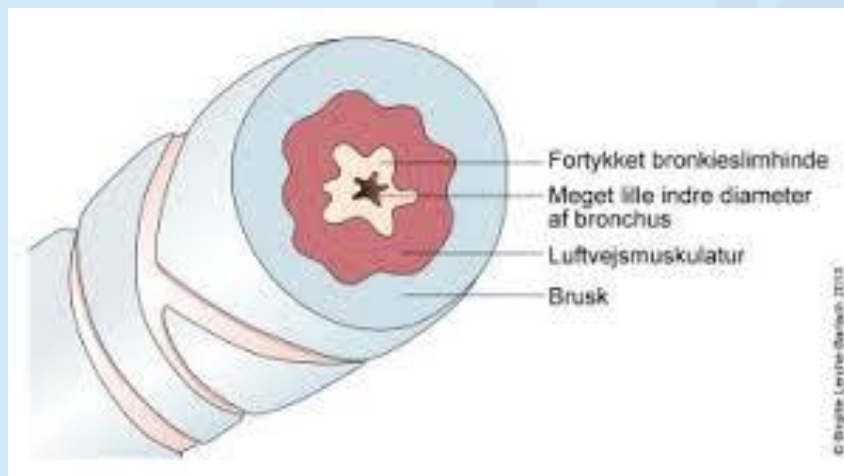
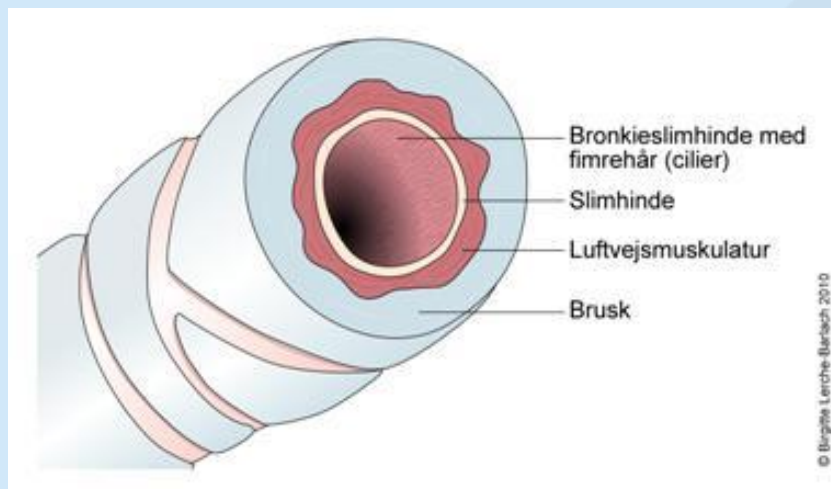
Obstruktiv = forsnævring

Lungesygdom

LUFTVEJENE VED KOL



ODENSE
KOMMUNE

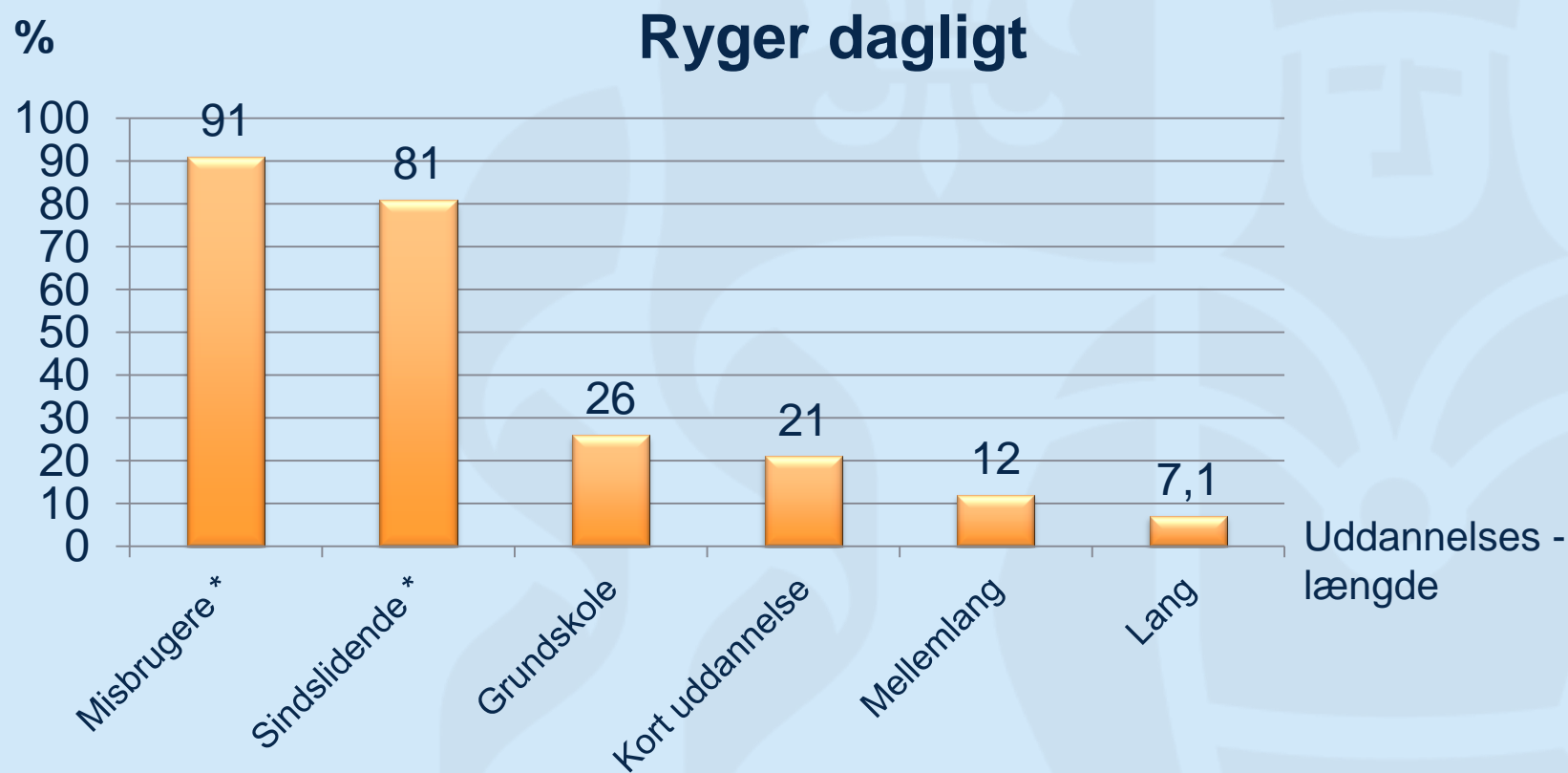


ÅRSAGER TIL KOL

- Rygning - 85-90 % af tilfældene
Hver 4. ryger vil udvikle KOL!
- Udsættelse for skadelige stoffer på arbejdspladsen
- Medfødt lungesygdomme. Gener
- En kombination af ovennævnte faktorer

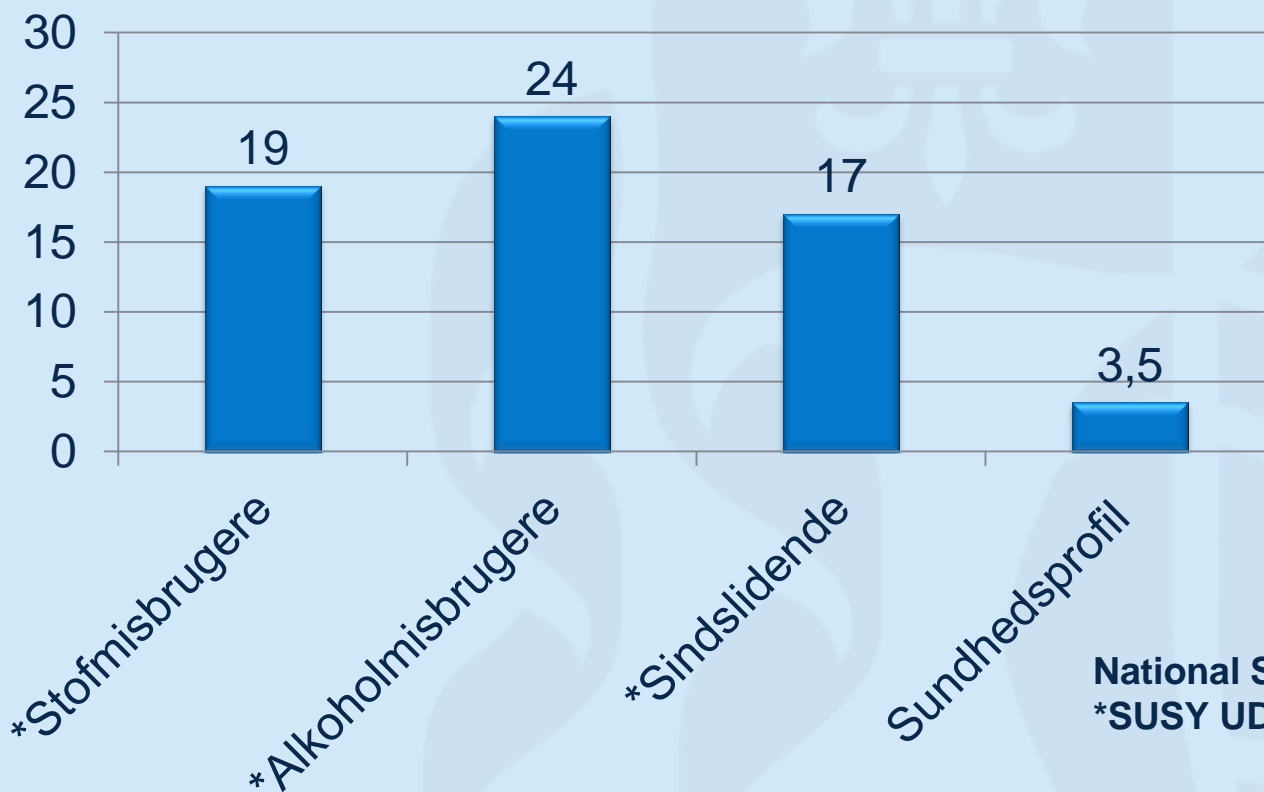


SOCIALT UDSATTE OG RYGNING



SOCIALT UDSATTE OG KOL

Andel med KOL. Gennemsnitsalder 45 – 54 år



National Sundhedsprofil 2013
*SUSY UDSAT 2012

(Sundhedsprofil: 15 % ved 75 år)



BAGGRUND FOR INDSATSEN

- Høj prævalens af borgere med KOL blandt socialt udsatte.
- Formodning om en høj forekomst af borgere, som ikke ved, at de har KOL.
- Mødet med en lang række borgere, som er "usynlige" i det ordinære sundhedssystem.
- Borgere med sparsom kontakt til sundhedsvæsenet.

FORMÅLET MED PROJEKTET

Skabe en indsats for dem, der ikke kan gøre brug af de ordinære tilbud. Bidrage til, at de får samme mulighed for at lære at tage vare på eget helbred.

Bidrage til at reducere ulighed i sundhed ved sundhedsrelaterede indsatser i nærmiljø/arenaer, hvor socialt udsatte har deres gang.

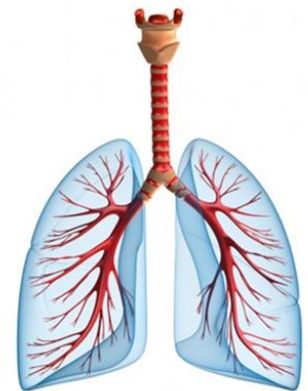
Nedbryde barrierer og gøre det naturligt at italesætte rygning, rygestop og KOL



KOL - INDSATSER

Består af elementerne:

- Formidling om KOL blandt borgere og medarbejdere
- Tidlig opsporing af KOL ved lungefunktionsmålinger
- KOL rehabilitering ved KOL-skole med fysisk træning og undervisning
- Rygestopkursus





INFORMATION OG FORMIDLING:

Oplæg om KOL og rygning blandt målgruppen og medarbejdere

Individuel rådgivning ved lungefunktionsmålinger

Skriftligt materiale med billeder af os

Filmklip fra Lungeforeningen

Afholdelse af arrangementer/events

Inddragelse af ledere/personalegrupper på sociale institutioner

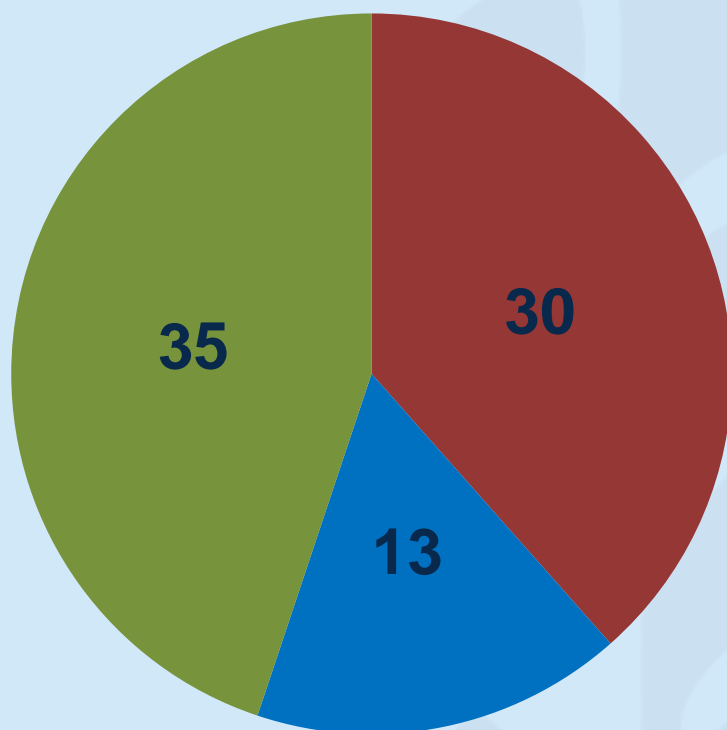


TIDLIG OPSPORING AF KOL:

- Tilbud om lungefunktionsmålinger. Reversibilitetstest i samarbejde med læge på centeret.
- Man får svar med det samme og information om KOL og rygestop
- Opfølgning ved telefon eller personlig kontakt.
- Projektmedarbejder kan tage med til egen læge.
- Tilbud om KOL-skole og rygestop



LUNGEFUNKTIONSMÅLINGER I BEHANDLINGSCENTER ODENSE



78 målinger

- Indikation på KOL i mild - meget svær grad. 38 %
- Kendt KOL. 17 %
- Normal lungfunktion. 45 %

OPSPORINGEN HAR RESULTERET I:



- At mange har opsøgt egen læge for videre udredning og forløb
- Er startet op med inhalations-medicin
- At nogle er hjulpet til lægeskift og etablering af kontakt
- At 15 har været i kontakt med KOL-skole i varierende grad. 5 meget stabile deltagere
- Opstart af generel rygestopkursus på baggrund af meget stor efterspørgsel



ODENSE
KOMMUNE

KOL-REHABILITERING

KOL-skole – 2 rul á 8 ugers forløb

Fysisk holdtræning 2 gange om ugen ved terapeut i kælderen

Undervisning 1 gang om ugen i dagens emne af sygeplejerske, kostvejleder, apoteker

Fokus på gruppedynamik, læringsredskaber

Forplejning



UDBYTTE AF KOL-SKOLEN

Vægtøgning

Fokus på kosten

Mindre åndenød

Brug af egen læge og af medicin

Opbygning af muskler, større udholdenhed

Bedre balance

Bedring - lungefunktion

Socialt samvær

Lyst til fastholdelse!



HVAD SIGER DELTAGERNE?

”Jeg har fået en tro på, at jeg kan lave en forandring, hvis jeg selv gør en indsats.”

”Det er først her, at jeg har lært hvor vigtigt det er at træne musklerne omkring lungerne. Jeg bruger åndedrætsøvelserne. Jeg kan mærke, at jeg får mere kontrol.”

”Sidste gang, jeg havde lungebetændelse, hostede jeg blod op. Jeg var så syg. Jeg skal nok ringe til lægen tidligere næste gang.”

”Det kan kun lade sig gøre, fordi jeg kommer her og får al den støtte”

RYGESTOPFORLØB

Rygestopkursus på Behandlingscenter Odense

Efter Kom & Kvit metoden

**Gratis nikotinsubstitution på
Behandlingscenteret**



UDBYTTE AF RYGESTOPKURSUS

Opstart i februar 2014.

25 kontakter til rygestoprådgiver

13 har haft et forløb – **8 er røgfri!**

3 er helt stoppet med hash-misbrug! 1 har reduceret.

1 vil gerne være ambassadør og uddanne sig til at kunne motivere andre til rygestop

Generel italesættelse af rygning og rygestop





ODENSE
KOMMUNE

HVORDAN ADSKILLER INDSATSEN SIG FRA ANDRE KOL - INDSATSER ?



SÆRLIGE TILGANG

- Helhedsorienteret
 - Primær forebyggende ift. formidling, rådgivning og rygestop.
 - Sekundær forebyggende v tidlig opsporing
 - Rehabiliterende v KOL-skole
- Opsøgende indsatser i nærmiljø/arenaer. Tilgængelighed og synlighed
- Relationsdannelse. Gennemgående personer
- Samarbejdsrelationer med institutioner
- Sundhedsformidler





TAK FOR OPMÆRKSOMHEDEN OG FOR RIGTIG GODT SAMARBEJDE!

Under barsel:

Marlene Lindharth Thykjær

Mail: (marlenelindharth@hotmail.com)

Tobakskoordinator Odense:

Louise Bæk Thomsen

Mail: loubt@odense.dk