

Udkast til Sundhedspolitisk Vision Syddjurs Kommune

Indledning

Syddjurs Kommune ønsker en yderligere styrkelse af den forebyggende og sundhedsfremmende indsats, derfor er denne Sundhedspolitiske Vision udarbejdet.

Kommunen har som overordnet mål at lægge år til livet, at lægge liv til årene og mindske den sociale ulighed i sundhed.

Med denne sundhedspolitik har Syddjurs Kommune lagt op til en forstærket indsats for at sikre borgerne i kommunen en bedre sundhed - dvs. et længere liv med bedre livskvalitet.

Vi er opmærksomme på, at der skal arbejdes i et langt sejt træk - det tager tid at anlægge usunde livsvaner og usunde levevilkår - men det tager endnu længere tid at ændre dem. Derfor må vi indstille os på, at der ikke findes hurtige eller nemme løsninger

Baggrund

Når forebyggelse og sundhedsfremme politisk prioriteres, så skyldes det først og fremmest, at indsatsen for at fremme en god sundhedstilstand i kommunen er en investering i fremtiden, der giver udbytte på flere måder. Udbyttet opnås først og fremmest for det enkelte individ ved, at år med sundhed og livskvalitet lægges til livet.

For samfundet (kommunen) betyder en befolkning, der er rask og har det godt, at den skaber bedre forudsætninger for velstand eksempelvis gennem øget økonomisk vækst, mindre sygefravær og mindre fravær fra arbejdslivet. Der er altså gode argumenter for at fastholde / styrke en politisk prioritering af sundhedsfremme- og forebyggelsesstrategier.

Nærværende Sundhedspolitiske Vision bygger overordnet på tanker og ideer fra henholdsvis Verdenssundhedsorganisationen WHO strategien "Sundhed for alle i det 21. århundrede" samt regeringens Folkesundheds-program for 1999 – 2008.

Den Sundhedspolitiske Vision sætter fokus på primært den "fysiske sundhed", og det skal derfor overvejes hvordan psykisk og mental sundhed tematiseres både i forhold til sundhedspolitiske visioner, og hvordan dette aspekt kommer med i formuleringer visioner på det sociale område.

Hvad er sundhedsfremme og forebyggelse?

I Syddjurs Kommune ser vi sundhed som et samspil mellem mange faktorer. Den enkeltes sundhed afhænger ikke kun af alder og arv, men også af de levevilkår og den livsstil man har. Konkret ser vi sundhed både som fravær af sygdom og som den enkeltes følte sociale og psykiske velvære. Sundhed er en ressource - et middel for det enkelte menneske til at få et godt liv, og denne ressource består i at yde omsorg for sig selv og andre, i at føle livsmod og livsglæde og i følelse af at kunne mestre hverdagens mange forskellige situationer.

Forebyggelse betragter vi i denne Sundhedspolitiske Vision som den foranstaltning eller proces, hvorved en bestemt uønsket tilstand (eks. sygdom) forhindres eller reduceres.

Sundhedsfremme vender opmærksomheden væk fra sygdom og over imod sundhed. Der fokuseres på, hvad der holder raske mennesker raske, i stedet for hvad der gør dem syge. Man fokuserer på ressourcer og handlemuligheder frem for på risici. Man sigter efter at mobilisere det overskud, der gør folk robuste overfor dagligdagens og livets vanskeligheder og udfordringer. Sundhed er i denne forstand et grundlag for det daglige liv og ikke livets egentlige formål.

Perspektiver og sundhedsmål

Syddjurs sætter i sin Sundhedspolitiske Vision fokus på 2 perspektiver for en forstærket sundhedsfremmende og forebyggende indsats:

- **Et risikoperspektiv**, der sætter fokus på de væsentligste risikofaktorer i den enkeltes livsstil: rygning, alkohol, kost, overvægt, manglende fysisk aktivitet, trafikulykker og hjemme- og fritidsulykker og

- **Et sundhedsfremmeperspektiv**, hvor sundhed betragtes som den kraft og styrke, der sætter mennesket i stand til at mestre belastninger og udfordringer, og hvor det er forudsætningerne for sundhed, der er i fokus. Det kan f.eks. være uddannelse, jobmuligheder, boligforhold, trafik, grønne områder og økonomiske forudsætninger for at kunne leve sundt.

Sundhedsmål

Det er en kendsgerning, at årsagerne til sygdom og død i høj grad skyldes usund livsstil, men også social status, mestring af livet og omgivelsernes sundhedsfremmende hensyntagen har betydning for sygelighed og dødelighed. På baggrund heraf vil Syddjurs Kommune sundhedspolitisk arbejde på følgende:

- Borgernes middellevetid skal øges - lægge år til livet
- Livskvaliteten for borgerne skal højnes - lægge liv til årene
- Den sociale ulighed i sundhed skal reduceres

Disse overordnede sundhedsmål opdeles i specifikke indsatsområder med tilhørende delmål for hvert af disse.

Med udgangspunkt i sundhedsmål iværksættes en lang række indsatsområder, der realiseres løbende over de næste år, og der vælges hvert år politiske indsatsområder.

Ved valg af indsatsområder er det væsentligt at skelne mellem indsatsområder, der relateres til henholdsvis levevilkår og livsstil. Selv om grænsen kan være flydende er det vigtigt at præcisere, at levevilkårene er forhold, den enkelte har vanskeligt ved at ændre, mens livsstilen i højere grad er den enkeltes personlige valg. Livsstil beror i høj grad på egen vilje og egne valg.

Det handler snarere om, at alle skal have mest muligt ud af livet, og ikke en kommune bestående af asketiske borgere.

Præsentation af fokusområder

- Kost (tidlig indsats)
- Motion
- Kronikere – Stanford modellen – patientskole
- Rygning

Kost og overvægt (tidlig indsats)

I EU landene stiger antallet af overvægtige børn med ca. 400 000 om året. I Danmark er ca. 14 % af de 7 til 11 årige overvægtige og tallet stiger.

Overvægt kan være årsag til blandt andet hjerte - karsygdomme, diabetes og kræft. Der er konstateret forekomst af diabetes type 2 og karsygdomme hos børn. Disse sygdomme fandtes tidligere udelukkende hos voksne

Fedme hos børn har også psykosociale udfald i form af isolation, mobning og manglende selvværd.

Det er nemmere at holde vægten frem for at skulle tabe sig, og overvægtige børn har også en større risiko for at blive overvægtige voksne. Som følge deraf, er det vigtigt (allerede som barn), at lære sig gode og sunde kostvaner. Ofte er sund kost en opgave for hele familien og sågar også for arbejdspladsen. Sund mad drejer sig om andet og mere end ernæring. Det er også en social aktivitet, hvor duft, smag og former spiller en vigtig rolle.

Mål:

- **Antallet af børn i Syddjurs Kommune, der spiser sundt, skal øges**
- **Antallet af svært overvægtige børn i kommunen skal nedbringes**

Motion

For lidt motion øger risikoen for især hjerte-karsygdomme. Det er veldokumenteret, at regelmæssig, tilstrækkelig fysisk aktivitet har stor betydning for folkesundheden - både ved at fremme og bevare et sundt helbred og ved at forebygge sygdomme.

Syddjurs Kommune vil prioritere trafiksikkerheden højt både for at beskytte og også for at fremme den cyklende og gående trafik. Endvidere vil der sættes fokus på tilgængelighed for handicappede og gangbesværede.

Det, man konkret ved om det forebyggende aspekt ved fysisk aktivitet, er at det:

- Mindsker risikoen for at udvikle hjertekarsygdomme, sukkersyge, forhøjet blodtryk, kræft i tyktarmen
- Hjælper med at holde vægten under kontrol, at opbygge og vedligeholde stærke knogler, muskler og sener
- Hjælper ældre med at blive stærkere og bedre i stand til at bevæge sig uden at falde
- Mindsker tilstande med depression, angst, stress og nervøsitet
- Forbedrer det psykiske og sociale velvære, herunder søvnkvalitet, humør, energi samt mulighed for netværksdannelse.

I Syddjurs Kommune vil vi derfor iværksætte tiltag, der kan bidrage til opfyldelse af følgende mål.

Mål:

- **Antallet af fysisk aktive borgere i Syddjurs Kommune skal øges**

Kroniske - og langtidssygdomme

Ca. 1/3 del af befolkning lever med en eller flere kroniske sygdomme og ca. 80 % af de samlede sundhedsudgifter anvendes til behandling af kroniske sygdomme med sukkersyge, åreforkalkning, kræft, lungesygdomme, gigtsygdomme og psykiske sygdomme som de dominerende. Indsatsen for de mennesker, der er ramt af kroniske – og/ eller langtidssygdomme er langvarig og kompleks.

Syddjurs Kommune har forskellige muligheder for at ligestille sine borgere i forhold til sundhedstilbudene og ved behov målrette enkelte tilbud der, hvor trangen er størst.

Sundhedsprofiler, udarbejdet af Region Midtjylland og tæt tværfaglig og -sektoriel samarbejde er værktøjer, som kommunen kan anvende med henblik på at målrette tilbudene, der hvor behovet er størst.

Etablering af patientuddannelse efter Stanford modellen og patientnetværk er nogle af de midler der kan anvendes med henblik på at opprioritere indsatsen for de kroniske syge

Mål

- **Antallet af kroniske – og langtidssyge borgere der er i stand til at mestre deres sygdomme øges**

Rygning

Rygning er den forebyggelige enkeltfaktor, der har størst indflydelse på helbredsudsigter og levetid. På landsplan er 12.000 dødsfald årligt relateret til rygning. Rygere lever i gennemsnit 7-8 år kortere end ikke-rygere og rygning er en af de væsentligste risikofaktorer for hjerte-karsygdomme, flere kræftformer og luftvejssygdomme. Rygning koster årligt flere menneskeliv end trafikulykker, drukneulykker, aids, alkohol, narkotika, selvmord og ildebrande tilsammen.

Tobaksrygning er også den livsstilsfaktor, som er mest forbundet med social ulighed / har social slagside.

Syddjurs Kommune ønsker at ændre på disse forhold i kommunen og opstiller derfor følgende mål

Mål

- **Antallet af rygere i Syddjurs Kommune skal reduceres**
- **Borgere i Syddjurs Kommune - især børnene - skal kunne færdes i røgfrie miljøer.**
- **Alle offentlige bygninger skal være røgfri**

Motivation

Det er vigtigt at holde fokus på, at en persons opfattelse af sammenhæng er styrende for de sundhedsvalg vedkommende træffer. Aktiviteter som motion, rygning og sund kost er værktøjer, der kan benyttes for at opnå den sammenhæng, og dermed kan ikke alene være en målsætning for sundhedsadfærd.

Fortsættelse af nuværende indsatsområder

Rygning, kost og overvægt, fysisk aktiviteter og kroniske sygdomme er sundhedstemaer i dette handlingsprogram. Det betyder imidlertid ikke, at der ikke skal arbejdes med andre væsentlige indsatsområder som misbrug (alkohol og stoffer), trafikulykker, ulighed i sundhed samt hjemme- og fritidsulykker i fremtiden. Der har i det hidtidige sundhedsfremme- og forebyggelsesarbejde været iværksat en række projekter og aktiviteter, som vi fortsat ønsker at fastholde. Desuden må det naturligtvis også forudses, at der vil opstå behov for at bevæge sig uden for visionens rammer, f.eks. i forbindelse med udvikling af nye forebyggelsesinitiativer på baggrund af ny viden.

Handlingsplaner for indsatsområder

Politisk udvælges hvert år et eller flere indsatsområder med udgangspunkt i ovenstående temaer.

For hvert tema nedsættes en arbejdsgruppe på tværs af relevante faglige discipliner og forvaltninger.

Denne arbejdsgruppe er ansvarlig for konkretisering og effektivering af implementeringen. Gruppen opstiller således en handlingsplan indeholdende den tidsmæssige ramme for, hvornår de enkelte delmål skal gennemføres på det aktuelle indsatsområde, en konkretisering af de opstillede mål i kvantitative, målbare størrelser samt en plan for evaluering af målene. Indsatsen på fokusområdet afsluttes med en kort statusredegørelse

Afslutning

Når det Sundhedspolitiske Handlingsprogram skal have en positiv effekt på borgernes sundhed i Syddjurs Kommune, er det nødvendigt, at programmet er ambitiøst, at det tager fat på årsagerne til de nuværende sundhedsproblemer og at de ønskede indsatsområder prioriteres.

Samtidig skal Sundhedspolitikken være realistisk og tage afsæt i den virkelighed en sundhedsfremme- og forebyggelsesstrategi skal fungere i. Dette er en vanskelig, men nødvendig balancegang.

Syddjurs Kommune vælger med denne Sundhedspolitiske Vision at opprioritere den forebyggende og sundhedsfremmende indsats ud fra den kendsgerning, at afsættes der ikke tid og ressourcer til forebyggelse og sundhedsfremme nu - så skal der i stedet afsættes tid og ressourcer til sygdom senere.