

Å bli eldre i LAR

10. LAR-konferansen 16.-17. oktober 2014

Dag Myhre, LAR-Nett Norge

LAR-Nett Norge

Mange av oss som er godt voksne i LAR har mye bagasje å dra på. Mange har både psykiske og fysiske lidelser, mange er isolerte og bor alene, uten noen form for nettverk rundt seg.

LAR brukerne har generelt dårligere helse enn den øvrige befolkningen, og vil derfor ha et økende behov for helsetjenester. Derfor er vi i LAR-Nett Norge veldig opptatt av hva som skal skje med de eldre og syke i LAR!

LAR-Nett Norge

Skal LAR-brukere være sammen med andre eldre på sykehjem, eller vil det bli opprettet egne plasser for oss? LAR-brukere har ofte psykiske lidelser og får også ofte somatiske lidelser tidligere enn resten av befolkningen. De er unge i sinnet men adskillelig eldre rent fysisk. Er sykehjem rette stedet?

LAR-Nett Norge

Som siste mann til å velge emne innenfor «Innflytelse i egen behandling - refleksjoner» valgte jeg å reflektere over det å bli eldre i LAR.

Hva har vi å se fram til og hvem er ansvarlige når vi ikke lenger er i stand til å ta vare på oss selv?

Det er selvfølgelig kommunene, men er kommunene forberedt på de store eldre kullene fra LAR som kommer til trenge pleie og hjelp?

LAR-Nett Norge

Jeg tok noen telefoner til NAV-kontorer i Vestfold kommunene. I kommune A har man diskutert problemet og kommet fram til at de vil starte egne sykehjemsplasser til pleietrengende LAR-brukere.

Dette er ikke av hensyn for de andre eldre men kort og godt for at det ville være urettferdig ovenfor LAR-brukerne og sette disse sammen med demente og sterkt pleietrengende 80-90 åringer. «Hurra tenkte jeg, så kult»

De mente at selv om LAR-brukere får de samme sykdommene tidlig så er de fortsatt unge i sinnet og derfor ville de opprette egne plasser for oss.

HVA ER ET SYKEHJEM

En institusjon der du kan bo og leve, og samtidig få dekket dine behov for helse-, pleie- og omsorgsoppfølging.

Søknad om fast plass i sykehjem skal sendes til bydelen der du bor. Definisjonen er tatt fra Fritt sykehjemvalg i Oslo kommune

LAR-Nett Norge

Har vi noen påvirkningskraft på hva som kommer til å skje med oss når vi blir eldre, eller er vi prisgitt den enkelte kommunes økonomi og forståelse av problemet? Vi i LAR-Nett Norge kommer vil fortsette og gjøre det vi kan for og fortsette å sette fokus på disse tingene!

LAR-Nett Norge

Det er mange ting som kommer til å innvirke på vår alderdom og også økonomien vil få mye og si for en god alderdom. De fleste vil bli minstepensjonister vil vi tro. Økonomi er viktig, men det er også mange andre ting som er viktig, som bolig, tannhelse, somatisk og psykisk helse. Alt dette er viktig for å få en god alderdom.

LAR-Nett Norge

Opioidavhengige i Norge har fått tilbud om substitusjonsbehandling i LAR i 16 år. De første som fikk denne behandlingen begynner nå å bli eldre og samtidig ses en økning i andel eldre personer som starter opp i behandling. Den eldste LAR brukeren pr. dags dato er ca. 70 år. Det har de siste årene blitt mer fokus på rusmiddelavhengighet hos eldre, men i hovedsak dreier det seg om alkohol- og pilleavhengighet

LAR-Nett Norge

Det synes å være lite systematisert kunnskap om eldre rusavhengige og deres behov. Den generelle kunnskapen om eldre og skadelig bruk av rusmidler ser ut til å være økende, men med fokus på alkohol og piller. Eksempler finner vi fra klinikkene og media. «Retningslinjen for eldre og psykisk helse» og artikler som «Skadelig bruk av rusmidler hos eldre, et ikke-tema blant fagfolk?» med flere!

LAR-Nett Norge

Litteraturgjennomgangen viser at det er gjort få studier om LAR og aldring og at hovedvekten av forskningen er fra USA. Ingen studier er fra Norge eller Norden og få studier inneholder kvalitativt materiale. Litteraturen er sparsom hva gjelder eldre opioidavhengige og spesielt eldre LAR pasienter.

LAR-Nett Norge

LAR-brukernes helseproblemer tilsvarer de eldste eldre i normalbefolkningen, og gruppen har en økt forekomst av depresjoner sammenliknet med yngre pasienter i substitusjonsbehandling og sammenliknet med alderslike grupper i normalbefolkningen.

LAR-Nett Norge

Det blir stadig flere eldre personer i LAR, og det er ikke en homogen gruppe, men med det til felles at de begynner å bli eldre og ser ut til å ha bekymringer rundt helsen sin. I hovedsak har disse personene vært i LAR over flere år og lever tilsynelatende stabile liv hva gjelder bolig, rus, kriminalitet og økonomi.

LAR-Nett Norge

Dette reiser flere spørsmål. Hva finnes av systematisert kunnskap? Hvor stor kan vi vente at gruppen med eldre LAR pasienter i Norge blir i fremtiden? Hvilke problemer og behov vil melde seg når LAR pasienten blir eldre og hvilke utfordringer kan dette medføre for hjelpeapparatet?

Vi vet at nesten hver tredje pasient i LAR har så dårlig fysisk helsetilstand at det påvirker livsførsel og livskvalitet deres.

LAR-Nett Norge

I 2009 ble det gjort en utenlandsk studie på 91 metadonpasienter over 40 år for å identifisere risikofaktorer for tidlig død. Resultatene viste at 18 % hadde diabetes, 73 % hypertensjon (høyt blodtrykk), 25 % koronar sykdom (hjerte og kar sykdommer) og 16 % hadde KOLS og i tillegg så har vi astma, hypertensjon (høyt kolesterol), slag, diabetes, leversykdom og AIDS hos eldre og yngre Metadonpasienter.

LAR-Nett Norge

Deres egen konklusjon er at langtids Metadon behandling for mange er assosiert med kronisk fysisk sykdom, og en usunn livsstil som igjen ofte disponerer for tidligere død enn i normalbefolkningen.

Vi kan altså slå fast at eldre LAR-brukere står i faresonen for å få alvorlige psykiske og somatiske lidelser tidligere enn resten av befolkningen.

LAR-Nett Norge

Så hva gjøres da der ute for oss, det er det store spørsmålet!

Jeg stilte spørsmålet til Martin Blindheim ved Helsedirektoratet, som sier at de er veldig bekymret for de eldre i LAR.

Det finnes ikke noe om dette i retningslinjene. Så hvem kan svare oss på hva som kommer til å skje med oss når vi blir syke og gamle eller bare gamle?

LAR-Nett Norge

Kommer vi til å måtte leve sammen med gamle senile og sterkt pleietrengende eldre på vanlige sykehjem? Jeg er fra Vestfold så det første jeg gjorde var å ta kontakt med LAR i Vestfold og de sier de er minst like bekymret som Helsedirektoratet er!

LAR-Nett Norge

Men hvem er det som er ansvarlig for sine innbyggere, jo det er kommunene! Og når jeg ringer litt rundt og snakker med blant annet ruskuratorer og helsepersonell i kommunene rundt meg så viser det seg at joda, kommunene har tenkt på dette og noen har sågar gjort noe med det. Jeg skal ikke nevne navn på kommuner enda, for jeg har ikke hatt tid til å få disse opplysningene bekreftet.

LAR-Nett Norge

Men etter hva jeg kan forstå så finnes det en kommune som allerede har plasser til LAR-brukerne og som allerede har gitt de slike plasser. Jeg vet også at andre kommuner holder på å planlegge lignende tiltak i Vestfold. Hvordan det er i resten av landet kan jeg bare gjette meg til, men finnes det planer i en kommune er jeg rimelig sikker på at dette også blir gjort i andre kommuner. Hvis det ikke gjøres så er det vår plikt å gjøre alle oppmerksomme på dette og få de til å sette i gang med tiltak.

LAR-Nett Norge

Jeg fikk ideen til dette temaet når jeg skulle gå i gang med Hepatitt C behandlingen min som nå er inne i sin 4. uke. Jeg har i tillegg fire andre kroniske sykdommer og jeg er snart 59 år, og jeg tenkte hvordan skal det gå når jeg blir enda eldre? Nå var det heller ikke jeg som skulle holde dette innlegget, men det havnet i mitt fang i siste øyeblikk, men slik blir det av og til.

LAR-Nett Norge

Vi oppfordre alle deltakerne på konferansen, både fagfolk og brukere, til å undersøke hvilke tiltak de har planlagt eller gjort for eldre og syke LAR-brukere når dere kommer hjem. LAR-Nett Norge kommer til å fortsette å jobbe for denne saken som vi mener er en av de viktigste sakene vi kan ta opp akkurat nå!

LAR-Nett Norge

Jeg vil helt til slutt rette en takk til Martin Blindheim fra Helsedirektoratet som har skaffet meg mye av den dataen jeg basere innlegget mitt på sammen med Helge Waal hos SERAF. Takk til kommunene og LAR i Vestfold. Så en riktig stor takk til dere alle!

Med denne oppfordringen og med inderlig ønske om et langt og sykdomsfritt liv til dere alle, takker jeg for meg og takker også for at jeg fikk komme!

Takk for meg.

Ansatt hos LAR-Nett Norge siden 2007

Ansatt i 50% stilling på administrasjonen og 50% som leder i LAR-Nett Vestfold, redaktør i LARposten, styreleder og for tiden også fungerende dagligleder

Jeg er pappa og har et barnebarn og et nytt på vei i januar

Leder av LAR-Nett Norge i Vestfold i 8-9 år og har 10 års fartstid som LAR-bruker