



Sundhedspolitik for Kerteminde Kommune.

Forord

Sundhedspolitikken er et udtryk for det fremtidige sundhedsarbejde i Kerteminde Kommune. Politikken skal tydeliggøre, hvordan de overordnede sundhedspolitiske mål i forbindelse med kommunalreformen skal nås. Den vedtagne politik vil således være retningsgivende for al arbejde med sundhed i den nye kommune.

Politikken er udarbejdet i et samarbejde imellem en styregruppe og sundhedsudvalget for den nye kommune. Styregruppen består af repræsentanter for interessenter i den nye kommune. Derudover er der i arbejdet med politikken blevet inddraget fokusgrupper, ligesom der har været afholdt borgermøde. Denne dialog har været vigtig for at den samlede politik afspejler det omkringliggende samfunds ønsker og behov, ligesom ejerskab og engagement derved øges gennem det tætte samarbejde. Politikken er ligeledes et udtryk for den overordnede vision for Kerteminde Kommune "Vi er mere end det store", med fokus at kommunen skal være et "*levende, attraktivt og trygt sted at bo for alle: Børnefamilier, unge og ældre.*"

Arbejdet med en sundhedspolitik er ikke færdig med denne politik. Det er vigtigt, at politikken hele tiden bliver suppleret og evalueret, således at den altid kan være aktuel og afspejle ønsker og behov der findes i Kerteminde kommune.

Indledning

At være sund handler ikke kun om at være sygdomsfri, men i bred forstand om at leve og håndtere forskellige sorger og glæder. Sundhed er først og fremmest at leve et liv, der er så godt som muligt indenfor den enkelte persons muligheder. Det betyder, at man godt kan være sund, selvom man har en fysisk eller psykisk lidelse. Sundhed handler derfor i høj grad om at højne livskvaliteten for den enkelte via fokus på både fysiske og psykiske tiltag.

Den efterfølgende sundhedspolitik dækker derfor over både forbyggende, sundhedsfremmende og behandlende initiativer. Der er lagt vægt på, at politikken og de handleplaner der skal udarbejdes indenfor de enkelte indsatsområder, skal være realistiske og realiserbare, derfor vil indsatsområderne også indeholde konkrete retningslinier til, hvorledes det fremtidige arbejde med sundhed skal foregå.

Kerteminde Kommunen løfter allerede nu opgaver på sundhedsområdet, blandt andet i forbindelse med hjemmesygeplejen, børnetandplejen, omsorgstandpleje og de forebyggende sundhedsordninger for børn og unge. I forbindelse med kommunalreformen og de medfølgende nye opgaver fra staten og amterne skal kommunen overtage arbejdet med nedenstående områder:

- Genoptræning efter sygehusbehandling
- Alkohol- og stofmisbrugsbehandling
- Specialiseret tandpleje til særlige målgrupper
- Forebyggelse og sundhedsfremme

Det er nødvendigt at have en sundhedspolitik for at kunne være målrettet i indsatsen på disse områder, men også på andre sundhedsområder.

Ingen kan dog løfte opgaven alene, og derfor er sundhedspolitikken også et udtryk for et fremtidigt samarbejde med borgere, brugere, sundhedsprofessionelle, foreningslivet og de ansatte i Kerteminde Kommune. Sundhedspolitikken skal således sikre, at indsatsen på sundhedsområdet kommer til at dække og omhandle så mange som muligt.



Sundhedspolitikken baserer sig på en vision, som tager udgangspunkt i Kerteminde kommunes muligheder og ressourcer. Kerteminde Kommune er placeret i et af Danmarks smukkeste natur- og kulturområder ved fjord og bælt. Naturen skaber således gode muligheder for at højne den enkeltes livskvalitet. Sundhedspolitikken tager udgangspunkt i, at sundhed også er den enkeltes ansvar, men med kommunen som en aktiv medspiller, som skaber rammerne for at gøre det sunde valg let.

Vision:

- Kerteminde Kommune vil være Fyns sundeste familiekommune*, hvor de kultur- og naturmæssige kvaliteter udnyttes til at højne sundhed og livskvalitet.
- Kommunen vil skabe muligheder og rammer, der gør det let for den enkelte til at træffe det sunde valg.

Værdier for sundhedsarbejdet

Kerteminde kommune arbejder ud fra nedenstående værdier, som understøtter visionen.

- **Ansvar - sundhed er også den enkeltes ansvar.**

Sundhedspolitikken gælder alle i hele kommunen. Den er rettet mod alle borgere og borgere med særligt behov, der bor eller arbejder i kommunen. Sundhed i Kerteminde Kommune er et udtryk for at den enkelte også tager ansvar for egen sundhed. Kommunen bidrager til dette ved at der gives de bedste muligheder for at kunne være sund i Kerteminde Kommune. Den enkelte borger er således ansvarlig for egen sundhed og udnytter de muligheder, der er for at tilvejebringe en øget trivsel og velvære.

- **Bredde - sundhed drejer sig om hele familien og indgår derfor i alle kommunale initiativer.**

Sundhedspolitikken danner grundlag for den samlede indsats på sundhedsområdet. Når der træffes beslutninger og afgørelser påvirker det den enkelte familie i et eller andet omfang og derfor skal sundhed tænkes ind. Det skal således tilstræbes at beslutningerne tilgodeser sundhed. Alle sundhedstiltag tager udgangspunkt i sundhedspolitikken, således at sundhedsarbejdet sker ud fra samme værdier og målsætninger.

- **Ejerskab - Kommunen arbejder for, at der skabes bredt ejerskab til sundhedspolitikken, ligesom der opnås et aktivt samspil mellem kommunen, sundhedsorganisationer, sundhedsprofessionelle og borgerne.**

Den samlede sundhedsindsats skal foregå overalt og gerne i overensstemmelse med frivillige foreninger, borgere, brugere og professionelle. Alle interessenter forsøges at inddrages i det samlede sundhedsarbejde i kommunen, således at der skabes et fælles ejerskab til sundhed i Kommunen. Kommunen arbejder derfor meget sammen med forskellige interessenter i forbindelse med sundhedsprojekter.

Kommunen arbejder aktivt for at samarbejdet mellem sygehusene, de praktiserende læger og kommunen kommer til at fungere optimalt. Det er vigtigt for den enkelte patient, der har været i kontakt med sundhedsvæsenet, oplever at hele forløbet er sammenhængende, selvom både kommune, praktiserende læge og sygehuset er involveret.

* Det betyder at:



- **Information - Kerteminde Kommune informerer gennem medarbejdere og hjemmeside bredt om sundhed.**

Den kommunale medarbejdere har og tilføres kompetencer til at vejlede og give inspiration til sundhedsfremme og forebyggelse. Medarbejderne arbejder ud fra kvalitet, nærvær, udvikling og trivsel i mødet med borgerne. Det betyder blandt andet, at medarbejderen arbejder helhedsorienteret, skaber bæredygtige løsninger, rum for nytænkning, trygge rammer og omsorg for den enkelte og fællesskabet, når han/hun informerer omkring forebyggelse og sundhedsfremme.

Målsætninger for sundhedspolitikken

For at måle effekten af tiltag indenfor sundhedsområdet opstiller kommunen følgende målsætninger for sundhedspolitikken.

- Andelen af fysiske aktive skal øges.
- Sunde kostvaner skal fremmes.
- Andelen af overvægtige skal begrænses.
- Andelen af rygere skal sænkes.
- Sygefraværet skal sænkes.
- Begrænse antallet af misbrugere.

For at kunne følge op på målsætninger er det vigtigt, at der tages stilling til, hvorledes kommunen ønsker at måle indsatsen. Indsatsen kan følges systematisk blandt andet gennem evalueringer af sundhedsindsatser og løbende udarbejdelser af sundhedsprofiler. Det er derfor vigtigt, at der løbende arbejdes videre med formulering af mål og indsatser. Dette vil blandt andet ske i forbindelse med løbende fokus på indsatsområderne på sundhedsudvalgsmøder.

Indsatsområder

For at gøre politikens visioner og værdier konkrete er det nødvendigt at arbejde med indsatsområder således, at borgere, brugere og kommunen har mulighed for at se, at politikken giver anledning til positive handlinger, giver mening og er mulig at evaluere. De overordnede Indsatsområderne er udvalgt gennem arbejdet med sundhedspolitikken, den dialog der er blevet ført mellem de forskellige interessenter i kommunen, samt den udarbejdede sundhedsprofil for Kerteminde Kommune. Desuden er indsatsområderne også valgt ud fra de forslag, som det danske sundhedsvæsen har fremsat. Det drejer sig hovedsagligt om begrebet KRAM, som henviser til Kost, Rygning, Alkohol og Motion. ("Giv befolkningen et KRAM" Det Nationale Råd for Folkesundhed) Indsatsområderne betragtes i det følgende som overordnede indsatser, som løbende vil blive udbygget og debatteret. Der er udarbejdet en foreløbig plan for hvorledes dette arbejde vil blive iværksat på udvalgsniveau. Til hvert af indsatsområderne vil der blive indkaldt sundhedsprofessionelle, der kan informere og komme med konkrete forslag til indsatsområderne. Planen for det videre arbejde ses under afsnittet for Handlings- og implementeringsplaner.

Information og dialog

Det er vigtigt, at borgerne og brugerne har let adgang til information omkring sundhedsinitiativer og de muligheder, som kommunen stiller til rådighed for den enkelte borger eller bruger. Forudsætningerne for at leve et sundt liv er først og fremmest, at man har mulighed for at skaffe sig den nødvendige viden til at leve og træffe det sunde valg. Det er vigtigt, at borgerne og brugerne har mulighed for dialog med kommunen i forbindelse med tiltag på sundhedsområdet.



Kerteminde Kommune vil derfor:

- informere målrettet gennem kommunal hjemmeside omkring sundhedsinitiativer
- informere målrettet omkring hygiejne på arbejdspladser og institutioner
- undervise borgere, der har særlige behov
- tilbyde rådgivning
- afholde fælles kommunale sundhedsarrangementer
- støtte sundhedsfremmende initiativer, herunder indgå aktivt i sundhedsprojekter i samarbejde med borgere, erhvervsliv, frivillige foreninger m.fl.
- sætte fokus på at medarbejderne kan og vil fungere som sundhedsambassadører f.eks. gennem uddannelse og opkvalificering af medarbejdere
- arbejde på at indgå i dialog med private virksomheder omkring fremme af sundhed og trivsel

Kost

I dag har en stor del af befolkningen problemer med vægten som følge af blandt andet kosten (40% af befolkningen er overvægtige og 15% kan betegnes som fede). Det giver sig udtryk problemer med helbredet f.eks. type 2 diabetes, hjertekarsygdomme, tyktarmskræft, kræft i livmoderen samt en række mere sjældne kræftsygdomme. Fedme kan endvidere føre til komplikationer i forbindelse med kirurgiske indgreb og forringet livskvalitet. Det er dog ikke kun overvægtige mennesker, der skal være fokus på. Rigtig og sund kost skal i det hele taget fremhæves i det daglige sundhedsarbejde, både i kommunens institutioner og i det sundhedsfremmende arbejde.

Dårlig ernæring er således et væsentligt problem i forbindelse med sundhed, men der er et betydeligt forebyggelsespotentiale i en forbedring af befolkningens kostvaner. Det er derfor vigtigt, at der sættes fokus på kosten. Det er dog ikke kun sund mad, der gør udslaget, det er også rammerne omkring kost. ("Giv befolkningen et KRAM" Det Nationale Råd for Folkesundhed)

Kerteminde Kommune vil derfor:

- arbejde på at der bliver sat fokus på sund kost i kommunernes institutioner for derved at motivere til, at flere borgere spiser sundt
- sætte fokus på familien og kostvaner
- informere omkring sund kost.
- så vidt muligt fjerne eller begrænse mulighederne for at købe sodavand og slik i kommunens institutioner
- undersøge mulighederne for at indfører madordninger i kommunens institutioner, herunder især skoler og børneinstitutioner

Rygning

I dag ryger ca. 30 % af Kerteminde Kommunes befolkning (ca. 34 % for hele Danmark), hvilket svarer til ca. 5500 personer (Sundhedsprofil for Kerteminde kommune 2006). Rygning og passiv rygning har en negativ effekt på menneskers helbred og koster hvert år mange mennesker nedsat livskvalitet og følgesygdomme. Det er således påvist at rygning øger risikoen for kræft i f.eks. lunge, strube, blære, urinledere, nyre og nyrebækken, mund, læber og tunge mfl. Rygning øger også risikoen for hjertekarsygdomme, blodpropper, blødninger i hjernen og kredsløbsforstyrrelser, ligesom rygning og passiv rygning er meget skadeligt for graviditet, gravide og deres fostre. Den nyeste forskning har endvidere vist, at det ikke længere er nok at lufte ud efter rygerne, de farlige stoffer i cigaretrøgen bliver nemlig hængende i støvet på gulvet og i møblerne. Det er derfor nødvendigt at der gøres en stor indsats på dette område ("Giv befolkningen et KRAM" Det Nationale Råd for Folkesundhed).



Kerteminde Kommune vil derfor:

- styrke indsatsen overfor børn og unge, således at de ikke begynder at ryge.
- arbejde for begrænsning af rygning på alle kommunens arbejdspladser og offentlige tilgængelige rum
- arbejde for at pædagoger, pædagogmedhjælpere, dagplejere ikke ryger på deres arbejde, da røgpartikler hænger fast i tøj, gardiner m.m. og derved kan indåndes af børn.
- tilbyde rygestopkurser
- reklamere for hjælp til rygestop for eksempel på hjemmeside eller i kommunens institutioner

Alkohol

Et for stort forbrug af alkohol kan medføre øget sygelighed og dødelighed. Sundhedsstyrelsen anbefaler i dag en max grænse på 21 genstande for mænd og 14 genstande for kvinder om ugen, dog max 5 om dagen. Personer, som drikker mere end 5 genstande om dagen skønnes at have 10-12 gange højere risiko for skrumpelever end personer der har et meget lavt eller slet intet alkoholforbrug. Der er øget risiko for kræft i de organer, der er i direkte kontakt med alkoholen, det gælder således for mund, svælg, spiserør og lever. Et for højt forbrug af alkohol over længere tid forringer desuden ens immunforsvar, giver søvnforstyrrelser, kønshormonforstyrrelser, knogleskørhed, forgiftning, hjerneblødning, nervebetændelse, demens, epilepsi, hjerterytmeforstyrrelse, forhøjet blodtryk, muskelskader, mave- og tarmlidelser, åreknuder på spiserøret, og såvel akut som kronisk betændelse i bugspytkirtelen. Som ovennævnte viser er det vigtigt at der sættes fokus på alkohol og dets følgevirkninger. ("Giv befolkningen et KRAM" Det Nationale Råd for Folkesundhed)

Kerteminde Kommune vil derfor:

- informere borgerne omkring det hensigtsmæssige i at begrænse forbruget af alkohol
- informere forældre omkring det uhensigtsmæssige i at unge begynder at drikke
- sætte alkohol og forebyggelse på skoleskemaet
- integrere alkoholforebyggelse i kommunens daglige arbejde med borgerne, her tænkes især gennem SSP-arbejdet (Samarbejde mellem Skole, Socialforvaltning og Politi)
- uddanne medarbejdere i kommunen til at være opmærksomme på og forhindre alkoholmisbrug i familier
- støtte initiativer til alkoholforebyggelse i kommunen

Rusmidler

Misbrug af rusmidler påvirker ikke kun den enkelte misbruger, men hele personens omgangskreds. Mange unge mennesker eksperimenterer i dag med forskellige rusmidler, men problemet stopper ikke kun med alderen. I dag har mange voksne også et misbrug af rusmidler. Det er derfor meget vigtigt, at der bliver sat fokus problemet.

Kerteminde Kommune vil derfor:

- arbejde for at unge undgår at komme ud i et misbrug af rusmidler
- arbejde for at der gives tilbud til familier med misbrugsproblemer
- integrere misbrugsforebyggelse i kommunens daglige arbejde med borgerne, her tænkes især gennem SSP-arbejdet (Samarbejde mellem Skole, Socialforvaltning og Politi)
- arbejde for at misbrug af rusmidler identificeres i en tidlig fase via sagsbehandlere, ansatte på aktiveringssteder, pædagogisk personale i daginstitutioner og skoler og praktiserende læger
- arbejde for at der følges op med initiativer, der skal modvirke at tidligere misbrugere falder tilbage i et nyt misbrug



Motion

Motion er en forholdsvis let måde at forebygge sygdomme på. Motionen virker ikke kun på lang sigt men også på kort sigt. Den giver blandt andet bedre muskelmasse, styrker vores koncentrationsevne, reducerer mængden af fedt og man bliver mindre træt i hverdagen. Fysiske aktive lever længere, fysisk aktive mænd lever op til 3 år længere end ikke fysisk aktive mænd og for kvinder er det helt op til 4½ år længere. Fra sundhedsstyrelsens side anbefaler man, at man er aktiv mindst 30 minutter om dagen, som svarer til rask gang eller cykling. Alene denne motion reducerer risikoen hjertesygdomme med op til 30 % og fordobles mængden af motion reduceres risikoen også næsten med det dobbelte. ("Giv befolkningen et KRAM" Det Nationale Råd for Folkesundhed)

Kerteminde Kommune vil derfor:

- Sikre at infrastruktur og grønne områder indbyder til fysisk aktivitet.
- etablere tilbud om fysisk aktivitet for medarbejderne gennem samarbejde med idrætsforeninger, motionscentre og lign.
- sikre gode motionsfaciliteter for borgerne i Kerteminde Kommune
- sikre hurtig genoptræning af patienter, der har været indlagt, således de hurtigt kan blive aktive igen
- udbrede kendskab til de mange muligheder for fysisk aktivitet
- støtte initiativer til at forbedre fysisk aktivitet i kommunen

Stress

Stress er en tilstand der opstår, når man bliver belastet. Kroppen reagerer ved at aktivere særlige dele af nervesystemet, frigive stresshormoner og skrue op for stofskifteprocesser, der frigør energi til muskler og hjernen. Stress kan eksistere som både en positiv og en negativ tilstand. Den positive stress opstår for eksempel, når man har travlt og skal yde noget ekstra, men i øvrigt føler at man sagtens kan klare opgaven. Positiv stress er ikke skadelig. Den negative stress er derimod skadelig. Ligesom ved den positive stress, skal man yde noget ekstra, men man føler derimod ikke at man kan klare opgaven. Stress har både fysiske, psykiske og adfærdsmæssige kendetegn.

Kerteminde Kommune vil derfor:

- informere bredt om stress gennem hjemmeside, kampagner m.m.
- sikre gode arbejdsforhold for medarbejdere i kommunen
- give medarbejderne de rette kompetencer til at varetage opgaver
- indgå i samarbejde med sundhedsprofessionelle, erhvervsliv og andre interessenter for at styrke indsatsen på området

Handlings- og implementeringsplaner

Kerteminde kommune vil arbejde for at der på alle kommunale institutioner iværksættes sundhedsfremmende aktiviteter. I dette arbejde vil sundhedsudvalget inddrage Hoved- og Medudvalg.

Sundhedsudvalget udarbejder en tids- og handleplan for hvorledes dette arbejde skal foregå. For at kunne opnå en effektiv og brugbar sundhedspolitik er det nødvendigt med en løbende evaluering af sundhedspolitikken.

I den eksisterende sikkerhedsorganisation, udarbejdes sundhedsredegørelser, Disse redegørelse samler op på de konkrete sundhedsinitiativer, der er iværksat i kommunen. Sundhedsudvalget tager initiativ til at



opsamle en fælles redegørelse. Udviklingsafdelingen har iværksat at der udarbejdes af en sundhedsprofil, således at der kan følges op på målsætningerne i politikken.

Styregruppen opretholdes , så der fortsat holdes fokus på sundhedspolitikken og de tilknyttede aktiviteter. Sundhedspolitikken vil stadig være under udvikling, hvorfor denne tekst ikke skal opfattes som endelig og udtømmende.

Drøftelserne af indsatsområder er planlagt i Sundhedsudvalget efter nedenstående plan.

Dato	Indsatsområde
7. juni	Kost
16. august	Rygning
6. september	Alkohol
4. oktober	Misbrug
8. november	Motion
6. december	Stress

Således vedtaget af Byrådet d. 19-06-2007