

Prosjektbeskrivelse

Prosjekttittel:	SmartHørsel
Søkerorganisasjon:	Hørselshemmedes Landsforbund
Prosjektleder:	Johanne Dahll Fossen

1. Soliditet

1.1 Bakgrunn for prosjektet/tiltaket

Eldre kan av ulike årsaker oppleve begrensede muligheter for aktiv deltakelse, og som følge av dette, økt grad av sosial isolasjon. Enda mer utfordrende blir situasjonen dersom den eldre har nedsatt hørsel som legger begrensninger for god kommunikasjon. Det har liten, eller ingen hensikt å arrangere sosiale sammenkomster med det formål å øke aktivitet dersom den eldre ikke får ta del i kommunikasjonen. Det motsatte kan skje; å være til stede i sosial aktivitet der en ikke får tilgang til kommunikasjonen, kan snarere øke opplevelsen av utenforskap og føre til tilbaketrekning. Eksempelvis er det å delta i familieselskap uten å klare å oppfatte øvrige gjesters kommunikasjon eller å ikke kunne samtale adekvat, en svært ubehagelig opplevelse som kan føre til at man ved neste anledning holder seg hjemme. I Folkehelse rapporten (FHI, 2014/2018) om Helse hos eldre i Norge heter det at ... *sosial samhandling og gode møteplasser i lokalsamfunnet har en positiv effekt på den psykiske helsen. Deltakelse i meningsfulle samvær og aktiviteter styrker evnen til å mestre egen livssituasjon.* Av befolkningen over 65 år i Norge, regner man at ca. 60% har et hørselstap. Prosentandelen over 80 år med hørselstap, regnes å være ca. 91%. Med andre ord er det grunn til å anta at nedsatt hørsel kan påvirke psykisk helse og livskvalitet for mange eldre.

En viktig gruppe for eldre, er pårørende. Disse utgjør en stor ressurs og hjelp for sine eldre både med praktisk hjelp og for å hindre en potensiell sosialt tilbaketrukket eller isolert tilværelse. Da er mulighet for god kommunikasjon viktig, i motsatt fall er manglende kommunikasjonsmuligheter frustrerende, ødeleggende og utfordrende for begge parter. For eldre med hørselstap, som med alderen har fått redusert sine muligheter for selv å håndtere hørselshjelpemidler, kan pårørende være til god støtte. Imidlertid er det ikke å forvente at pårørende som selv ikke har hørselsutfordringer, skal ha den nødvendige kunnskap om nedsatt hørsel eller om hørselshjelpemidler

Vi er kjent med at kunnskapen om hørselsvansker ofte er mangelfull og et lite prioritert område i norsk eldreomsorg. Fagpersoner i hørselsomsorgen opplever at hørselshemming er en undervurdert utfordring til tross for at det kan utgjøre en betydelig funksjonshemming for individet. Dette kan vi blant annet lese i Helsedirektoratets *Utredning av tilbudet til hørselshemmede* fra 2020. Vi er også kjent med dette faktum fra egen virksomhet, blant annet fra prosjektet *Moderne Hørselsomsorg (2016-2020)* der målet var å gi kompetansehevende hørselsfaglige tiltak til norske kommuner. Videre fra vårt pågående prosjekt hvor vi samarbeider med Lovisenberg Omsorg og gir sårt tiltrengt hørselsfaglig kompetanse til deres 9 sykehjem. Vi hører skrekkehistorier om at helsearbeidere ikke vet at høreapparater må lades eller ha nytt batteri ukentlig og at det er forskjell på høyre og venstre høreapparat. Omfanget av hørselstap blant eldre tilsier at hørselsfaglig kunnskap og kompetanse er en absolutt nødvendighet i norske sykehjem. I 2017 la *the Lancet commission* frem forskning som viser at nedsatt hørsel utgjør en betydelig risikofaktor for utvikling av demens:

..... *Hørselestap kan enten bli et tillegg til den kognitive belastningen i en sårbar hjerne og føre til endringer i hjernen ... eller føre til tap av sosial aktivitet eller depresjon ...»*

I tillegg vet vi at ubehandlede hørselsvansker ikke sjelden forveksles med demenssymptomer, når den gamle for eksempel svarer med et *god dag mann økseskaft-svar*. Med bakgrunn i dette er det åpenbart at forebygging av hørselsvansker og god hørselsomsorg i eldreomsorgen bør være et innsatsområde.

For pårørende og helsearbeidere kan kunnskap om hørsel og hørselshjelpemidler hentes fra ulike ressurser og medier. Pårørende har nylig blitt opplyst om dette gjennom vårt prosjekt *Ikke rop!*, en informasjonskampanje finansiert av Stiftelsen Dam. Der blir man henvist til nettressurser hvor man kan lære om temaet nedsatt hørsel og finne praktisk hjelp. Disse ressursene er informative og gode, men lite mobile. I forlengelse av nevnte prosjekt ser vi et behov for muligheten til å ha med mobil hørselskunnskap «i lomma», lett tilgjengelig når du trenger det, der du trenger det.

Betydningen av lett tilgjengelig informasjon tilrettelagt både brukere, deres pårørende og omsorgspersoner har vært løftet fram i tidligere prosjekt. I prosjektet *Hør Her!*, støttet av ExtraStiftelsen i 2012, ble det utviklet en håndbok med individuelt tilpasset informasjon om brukeres høreapparat og hørselstekniske hjelpemidler. Målgruppen for boken var hovedsakelig eldre som behøver hjelp og støtte i bruk av sine hørselshjelpemidler, og innholdet var derfor tilpasset ufaglærte, som pårørende og pleiepersonell. Boken har gjennom årenes løp blitt distribuert over hele landet, og ligger fremdeles tilgjengelig som nedlastbar fil på HLFs hjemmesider. Både teknologiske framskritt innenfor høreapparatindustrien, og måten vi innhenter informasjon på, gjør at boken nå har mistet sin aktualitet. En oppdatering og digitalisering er nødvendig for å møte dagens målgrupper.

Målsetting for prosjektet er å fremme mestring, livskvalitet og sosial deltakelse for eldre med nedsatt hørsel. Vi skal sikre tilrettelegging for gode kommunikasjonsmuligheter for eldre slik at de kan delta aktivt og på denne måten redusere fare for sosial isolasjon. Målet oppnås ved å gi pårørende og helsearbeidere rask og lett tilgjengelig kunnskap og instruksjoner om bruk og stell av høreapparater.

Tiltaket har eldre over 65 år som sin primære målgruppe. Primærmålgruppen skal nås gjennom pårørende og helsepersonell som bistår eldre der den eldre selv har fått sin egen evne til mestring redusert. Pårørende og helsepersonell skal settes i stand til å håndtere stell av høreapparater der de måtte befinne seg sammen med eldre med nedsatt hørsel uten annen veiledning enn fra egen smarttelefon. Primærmålgruppen er en gruppe som er ekstra sårbar for sosial isolasjon både grunnet aldersrelaterte utfordringer og nedsatt hørsel.

Prosjekt mål: vi skal produsere en universelt utformet applikasjon til smarttelefon (en app) med veiledning og konkret instruksjon om bruk og stell av høreapparat.

Formål/effekt mål: Eldre med nedsatt hørsel skal få hjelp av pårørende og helsearbeidere med bruk og stell av høreapparater for å hindre sosial isolasjon.

1.2 Aktivitet/tiltak/metode

1.2.1 Beskrivelse av tiltaket/aktivitet

Vi skal produsere en universelt utformet applikasjon til smarttelefon som inneholder veiledning og konkrete instruksjoner om bruk og stell av høreapparater. Med enkle tastetrykk skal man finne fremgangsmåte for eksempelvis batteriskifte/lading av høreapparat, skifte av filter, rensing av høreapparat og annen nødvendig kunnskap i denne sammenheng. Med slik veiledning «i lomma» vil pårørende eller

helsearbeider eksempelvis kunne finne rett batteritype mens de handler på apoteket eller bestiller renseutstyr og annet i nettbutikken hlf.no. Videre kan de gå direkte til brukeren for å gjøre det nødvendige vedlikehold fremfor å måtte finne frem til informasjon, lese seg opp og huske kunnskapen frem til de faktisk står hos bruker med høreapparatet i hånden. For øvrig er den nødvendige informasjon nok så utfordrende å finne frem til dersom man ikke har systemkunnskap eller et visst kunnskapsnivå om temaet fra før. Det fordelaktige ved en app i denne sammenheng er at kunnskapen er lett tilgjengelig på den alltid tilstedeværende smarttelefonen, derav navnet *SmartHørse*l.

Virksomheten vil sammen med Hørse

lsentralen ved Lovisenberg Diakonale sykehus stå for produksjon av appens faglige innhold. Innholdet er faglig tekst, informasjon, instruksjoner, bilder og korte filmsnutter. Vi skal presentere ulike høreapparattyper (ikke de ulike produsenter, men av typen i-øret, ørehenger etc.), og bruk og stell av de ulike typene. Likeledes hvor man skaffer nødvendig materiell. Til produksjon av appen vil vi benytte en ekstern samarbeidspart som har den nødvendige fagkompetanse og ressurser. HLF Briskeby FoU har tidligere produsert en applikasjon med finansiering fra Stiftelsen Dam. Prosjektet *Tinnitus – riktig fokus* ble en suksess, ferdigstilt i mars 2019. Appen er i daglig bruk av tinnitusrammede i Norge og i våre kurs- og rehabiliteringstilbud til tinnitusrammede.

1.2.2. Deltakere

Tiltaket skal ikke rekruttere deltakere til prosjektet, men snarere brukere av det ferdige produktet/tiltaket. SmartHørse

l skal brukes av pårørende og helsearbeidere over hele landet. SmartHørsel skal være et tilbud til pårørende og alle kommuner og deres tjenester for eldre, dette være sykehjem, hjemmetjenester, dagsenter eller annet. Appen distribueres kostnadsfritt til brukere via AppStore eller Google Play.

Med bakgrunn i vår kunnskap om at hørselsvansker i liten grad er et prioritert område i eldreomsorg, er det naturligvis en fare for at verken helsearbeidere eller pårørende får kjennskap til appen i tilstrekkelig grad. Dette vil medføre få nedlastninger og lite bruk. For å sikre at appen blir kjent hos brukergruppene vil vi gjøre bruk av HLF sitt frivillige likemannsapparat. I de fleste fylker og kommuner har HLF lokallag ordningen med likepersoner som bl.a. har rutiner for besøk på sykehjem der de bistår med stell av høreapparater. Disse vil formidle informasjon om *SmartHørse*l til både helsearbeidere og pårørende og i tillegg benytte den selv i sitt likepersonarbeid.

1.2.3 Datainnsamling og evaluering

Prosjektet innebærer ikke datainnsamling. Vi evaluerer måloppnåelse ved å vurdere den ferdige appens funksjonalitet samt å registrere antall nedlastninger.

1.2.4. Etikk og personvern

Prosjektet utfordrer ikke hensynet til personvern ettersom produksjon av app ikke involverer brukere eller retter seg mot enkeltpersoner.

2. Virkning

2.1 Antatt virkning av prosjektet/tiltaket

Gleden over bedre hørsel gjennom et velfungerende høreapparat, og videre bedret gjensidig kommunikasjonsmulighet, er åpenbart enorm. Betydningen av å kunne oppfatte samtale med pleiepersonell eller familie kontra å ikke klare å oppfatte uansett hvor hardt man forsøker, er naturligvis avgjørende for et meningsfullt liv. Potensielt kan muligheten for en mindre isolert tilværelse øke med mange prosent. Tiltaket gir et potensiale for effektiv og nyttig hørselsomsorg i praksis, nærmest mulig

brukeren. Dette uten å belaste verken den offentlige hørselsomsorgen eller andre omsorgstjenester i nevneverdig grad. Den individuelle gevinst for eldre hørselshemmede er åpenbar, likeledes gevinsten for pårørende og helsearbeidere. En må kunne anta at disse ellers ofte kan oppleve frustrasjon og avmaktfølelse grunnet manglende kunnskap og mulighet for å bidra praktisk. I et helsefremmende perspektiv er det en åpenbar gevinst å bidra til reduksjon av demenssymptomer, enten symptomene skyldes mistolkning av symptomer grunnet nedsatt hørsel eller om bedre hørsel faktisk kan forebygge demenssykdom, jfr. the Lancet commission.

2.2 Tiltak for formidling og utnyttelse

For formidling av prosjektet trengs kjennskap til relevante systemer og mulighetsrom. Vi vil formidle informasjon om tiltaket gjennom flere mulige kanaler. HLF har et nettverk og interne kanaler som er tilgjengelig, f.eks. likepersonsordning. Frivillige likepersoner finnes i alle HLFs lokallag over hele Norge og disse har avtaler om besøk og bistand til hørselshemmede på sykehjem. Dette er engasjerte personer som selv har hørselsutfordringer og som utgjør en frivillig og uvurderlig ressurs og bidrag til den offentlige hørselsomsorgen. Vi tror at dette er en god metode for å sikre at informasjon om tiltaket når ut til brukere. HLF Briskeby har også pågående prosjekt rettet mot kommunehelsetjenester og vi vil her ta appen i bruk. Vi vil sende ut informasjon og flyers til landets kommuner i tillegg til annonsering i fagblader rettet mot helsearbeidere samt annonsering i sosiale medier.

For å informere likemannsapparatet har vi gjort avtale med HLF om formidling via deres kanaler, som for eksempel via internavisen *Hørt og Berørt* for likepersoner og fagbladet *Din Hørsel*. I tillegg på samlinger for likepersoner. Vi vil produsere en enkel flyer som likepersonene medbringer til sykehjem der ansatte og pårørende er. Likepersonen skal dele ut informasjon og flyers på sykehjem til betjeningen og også til hørselshemmede beboere. Pårørende vil finne flyeren på beboerens rom.

Pleie- og omsorgspersonell i norske kommuner er en stor målgruppe, og prosjektet vil gjøres kjent gjennom aktuelle kanaler inn mot kommunal sektor. Videre via egne, pågående prosjekt rettet mot målgruppen samt annonsering i ulike fag- og medlemsblader, eksempelvis Fagforbundets Fagbladet.

Tiltaket, den ferdig produserte appen, vil være tilgjengelig i lang tid etter at prosjektet er ferdig. Eldre med nedsatt hørsel vil trenge bistand av kompetente pårørende og helsearbeidere i årene som kommer. Det er ingenting som tyder på nedgang i antall personer med nedsatt hørsel, snarere tvert imot.

3. Gjennomføring

3.1 Prosjektleder og prosjektgruppe

Prosjektgruppen består av prosjektleder, prosjektmedarbeidere og samarbeidspart. Prosjektleder har lang erfaring fra hørselsfeltet gjennom mange års ansettelse i HLF Briskeby-systemet. Hun har et bredt nettverk i feltet. Hun har vært prosjektleder -og medarbeider ved flere prosjekt finansiert av Stiftelsen Dam.

Prosjektgruppen vil i tillegg bestå av samarbeidspartnere ved Lovisenberg Diakonale Sykehus, Hørselssentralen, audiopedagog Jorunn Solheim. Solheim var prosjektleder ved prosjektet *Hør her!* (2012) med finansiering fra blant andre ExtraStiftelsen. Samarbeidet er spesielt relevant på grunn av sammenfallende hensikt og faglige innhold. Vi ser på SmartHørsel som en videreføring og digitalisering av *Hør her!*.

Prosjektmedarbeider 1 er utdannet audiograf og er ansatt i HLF Briskeby rehabilitering og utadrettede tjenester. Hun har i mange år, og er fortsatt tilsatt i klinikk hos privatpraktiserende ØNH-avtalespesialist.

Prosjektmedarbeider 2 er teknisk medarbeider ved virksomheten. Han vil stå for foto/film av instruksjonsvideoer. Dette gjøres med profesjonelt utstyr som normalt benyttes til digital gjennomføring av kurs- og rehabiliteringstilbud.

For øvrig vil vi dra nytte av øvrige ansatte og teknisk utstyr ved HLF Briskeby rehabilitering og utadrettede tjenester. Eksempelvis skal vår grafiske designer utforme flyers og øvrig ansatte være behjelpelige med utsending av flyers og mail til kommuner.

HLF og likepersoner blir en aktiv og viktig samarbeidspart i prosjektet. Likepersonapparatet er et velutbygd nettverk av frivillige, skolerte brukerrepresentanter som selv gjør en aktiv innsats for å bedre hverdagen for landets hørselshemmede. Representanter for ordningene skal bidra til at vi finner best mulig formidlings- og distribueringsvei for tiltaket og likepersonene rundt i landet skal konkret formidle til sluttbrukere. Dette er avtalt med HLF, ved seniorrådgiver for likepersonsordningen, Nina Ekjord Øyen.

For å kvalitetssikre at innholdet i appen samsvarer med det helsearbeidere vurderer som viktig kunnskap og sikre at innholdet er forståelig for personer uten hørselsfaglig bakgrunn, vil vi samarbeide med Lovisenberg Omsorg (LO). Vi har her en ressursgruppe tilgjengelig bestående av flere ressurspersoner fra flere ulike sykehjem. Det er gjort avtale med sykehjemmenes assisterende direktør/kvalitetsleder om oppgaven.

Styringsgruppe:

Leder Tone Grøttum Daglig leder, HLF Briskeby FoU

Inge Bossen Thorsen Daglig leder HLF Briskeby rehabilitering og utadrettede tjenester as

Johanne Dahll Fossen Prosjektansvarlig og FoU-rådgiver, HLF Briskeby rehabilitering og utadrettede tjenester as

3.2 Arbeidsplan: Organisering og styring

PRAKTISK GJENNOMFØRING	ANSVARLIG	TIDSRØM
Planleggingsfase		1.1.-30.4.2022
• Samarbeid etableres med Lovisenberg Diakonale sykehus og HLF likepersonsordning, samarbeidsformer avklares	Prosjektleder	1.1.-28.2.2021
• Referansegruppe inviteres til å dele sine ønsker om innhold i en app	Prosjektleder og medarbeider I	1.1.-28.2.2021
• Planlegging i detalj innhold i app (tekst, bilder/filmer) og flyer	Prosjektgruppen	1.2.-30.4.2022
• Anbud om produksjon av app innhentes	Prosjektmedarbeider II	1.3.-30.4.2022
Gjennomføringsfase		1.5.-31.10.2022
• Produksjon av bilder, tekst og film		1.5.-30.6.2022

• App produseres		1.7.-31.10.2022
• Produksjon av flyer		1.10.-31.10.2022
• Testing av materialet på brukere: likepersoner og ressursgruppe		1.11.-30.11.2022
Slutfase		1.12.-31.12.2022
• Annonsering Din Hørsel og Fagbladet, utsending flyer til kommuner, HF, HLF		1.12.-31.12.2022
• Evaluering av gjennomføring, plan for videreføring		1.12.-31.12.2022

År	2022											
Aktivitet/måned	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Samarbeid innledes	x	x										
Høring referansegruppe	x	x										
Innhold planlegges		x	x	x								
Anbud innhentes			x	x								
Produksjon av innhold, app og flyer					x	x	x	x	x	x		
Testing											x	
Evaluering og videreføring												x
Utsending og annonsering												x

Litteraturliste

The Lancet Commissions/www.thelancet.com (Gill Livingston, Andrew Sommerlad, Vasiliki Orgeta, Sergi G Costafreda, Jonathan Huntley, David Ames, Clive Ballard, Sube Banerjee, Alistair Burns, Jiska Cohen-Mansfield, Claudia Cooper, Nick Fox, Laura N Gitlin, Robert Howard, Helen C Kales, Eric B Larson, Karen Ritchie, Kenneth Rockwood, Elizabeth L Sampson, Quincy Samus, Lon S Schneider, Geir Selbæk, Linda Teri, Naaheed Mukadam): *Demens - forebygging, behandling og omsorg*. Publisert på nett 20. juli 2017 [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)31363-6](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(17)31363-6)

Folkehelseinstituttet 2014/2018: *Folkehelse rapporten. Helse hos eldre i Norge*. Oppdatert 23.05.2018
<https://www.fhi.no/nettpub/hin/grupper/eldre/#livskvalitet->