

Projekt Seniorstaden Hallen

Rapport från en enkätstudie kring näringssfrågor och fysisk aktivitet till alla personer över 75 år i Solna Stad sommaren 2002

Stockholm 020930

Gunnar Akner, överläkare, med dr

Eva Lammes , nutritionist
Elisabeth Rydwick, sjukgymnast
Stina Engelheart, dietist

Nutrition- och Läkemedelsenheten
Äldreforskning NordVäst (ÄNV)
Seniorstaden Hallen
169 32 Solna

e-post: gunnar.akner@chello.se

Innehållsförteckning	<u>Sida</u>
Sammanfattning	3
Bakgrund	4
Resultat och diskussion	7
Bilagor	
1. Enkät och följebrev (3 sidor)	
2. Tabeller och figurer med sammanställning av enkätsvar enligt följande (23 sidor):	
<u>Figurer</u>	
Svarsfrekvens	1
Fig. 1: Utsända, besvarade, ej besvarade enkäter	1
Fig. 2: Kön, ålder	2
Fig. 3: Relativ svarsfrekvens alla, män, kvinnor	3
Fig. 4: Omvårdnadsboenden	4
Fig. 5: Servicehus	4
Kropps-sammansättning	5
Fig. 6: Kön, ålder - BMI-klasser	5
Fig. 7: Viktförändring - BMI	6
Fig. 8: Viktförändring - totalt, kön	7
Fig. 9: Viktförändring - ålder	7
Fig. 10: Viktförändring - aptitförändring	8
Fig. 11: BMI - fysisk aktivitet	9
Fig. 12: Viktförändring - fysisk aktivitet	9
Syn på eget näringstillstånd (N-tillstånd)	10
Fig. 13: N-tillstånd - BMI-klasser, ålder	10
Fig. 14: N-tillstånd - viktförändring	11
Fig. 15: N-tillstånd - fysisk aktivitet	11
Aptit (eg. aptitförändring)	12
Fig. 16: Aptit - totalt, kön	12
Fig. 17: Aptit - ålder	12
Fig. 18: Aptit - N-tillstånd	13
Fysisk aktivitet	14
Fig. 19: Fysisk aktivitet- totalt, kön	14
Fig. 20: Fysisk aktivitet - ålder	14
Fig. 21: Fysisk aktivitet - aptit	15
Behov av hemhjälp	16
Fig. 22: Hemhjälp - ålder	16
Fig. 23: Hemhjälp - BMI	16
Fig. 24: Hemhjälp - viktförändring	17
Fig. 25: Hemhjälp - näringstillstånd	18
Fig. 26: Hemhjälp - aptit	18
Fig. 27: Hemhjälp - fysisk aktivitet	19
Intresse för undersökning av näringstillstånd	20
Fig. 28: Undersökning - kön	20
Fig. 29: Undersökning - ålder	20
Fig. 30: Undersökning - viktförändring	21
Fig. 31: Undersökning - näringstillstånd	22
Fig. 32: Undersökning - aptitförändring	22
Fig. 33: Undersökning- fysisk aktivitet	23
<u>Tabeller</u>	
Tabell 1: Enkät, svarstyper	1
Tabell 2: Enkätsvar ålder – kön	2
Tabell 3: Näringstillstånd – typ	10
Tabell 4: Hemhjälp – BMI	17
Tabell 5: Undersökning – viktförändring	21

Sammanfattning

Äldreforskning NordVäst har i samråd med Solna Stads Äldreförvaltning genomfört en enkätstudie riktad till alla individer = 75 år bosatta i Solna Stad, totalt 6197 personer med en medelålder om 81,5 år. Syftet var att undersöka de äldre pensionärernas uppfattning om näringsfrågor och fysiska aktivitet. Undersökningen visade följande huvudfynd:

Svarsfrekvens

- Svarsfrekvensen blev ca 50 %.
- Medelåldern bland de svarande och ej svarande var mycket likartad, 81,2 respektive 81,8 år.
- Det var något högre procentuell andel män i den grupp som besvarade enkäten jämfört med den grupp som ej svarade.
- Svarsfrekvensen från Solna Stads omvårdnadsboenden och servicehus låg i genomsnitt på 15 %.

BMI/viktförändring (för definition av BMI hänvisas till bilaga 2, sidan 5)

- 61 % hade ett BMI inom ”normalområdet”. 10 % av 75+ hade BMI < 20 och 29 % > 25.
- 19 % av 75+ uppgav ofrivillig viktminskning under det senaste året. Drygt hälften av dessa angav minskad aptit.
- För den grupp som ofrivilligt minskat > 5 kg var andelen minskad aptit 70 %.

Fysisk aktivitet

- 40 % av 75+ och en majoritet av 85+ ansåg sig ha otillräcklig fysisk aktivitet, i synnerhet individer med BMI > 25.
- Det förelåg samband låg fysisk aktivitet och minskad aptit hos 75+.

Näringstillstånd

- 84 % av 75+ ansåg sig ha ett gott näringstillstånd. De 16 % som uppgav ”mindre bra” eller ”dåligt” näringstillstånd hade ofta BMI > 25.

Hemhjälp

- 40 % av 75+ uppgav behov av hemhjälp, särskilt vid BMI < 20 eller > 25, och oftast av typ kombinerad hemhjälp. Det fanns ett samband mellan nedsatt näringstillstånd och behov av hemhjälp.

Intresse för undersökning av näringstillstånd

- 58 % av 75+ var positiva till en undersökning av sitt näringstillstånd. Särskilt positiva var de med ofrivilliga viktförändringar.

Resultat av betydelse för forskning kring undernäringstillstånd

För det planerade forskningsprojektet kring undernäringstillstånd hos äldre 75+ på Seniorstaden Hallen kan följande resultat från enkätstudien framhållas:

- 10 % av 75+ (293 individer) hade BMI < 20
- 19 % av 75+ (504 individer) hade ofrivillig viktminskning det senaste året. Av dessa hade över hälften minskad aptit.
- 64 % av 75+ med ofrivillig viktminskning uppgav otillräcklig fysisk aktivitet
- Behovet av hemhjälp var relativt sett betydligt större hos individer med ofrivillig viktminskning jämfört med det behovet hos viktstabla.
- 2/3 av de individer som minskat ofrivilligt i vikt var positiva till en undersökning av sitt näringstillstånd.

Enkätundersökningen visar på en rad olika samband på gruppnivå. Eftersom materialet är så stort har de påvisade sambanden troligen betydande relevans. För de enskilda individerna är det betydligt mer osäkert vilka samband som gäller och detta måste utredas i varje enskilt fall.

Bakgrund

Beslut om forskningsprojekt

Äldrenämnden i Solna Stad beslöt vid sammanträde 020611 att inleda ett forskningsprojekt vid äldreboendet Seniorstaden Hallen i Solna Stad med start hösten 2002. Projektet avser att inbjuda pensionärer över 75 år boende i Solna Stad med undernäringstillstånd till en medicinsk undersökning följt av ett individuellt utformat behandlingsprogram fokuserat på följande tre behandlingsmetoder:

- Nutrition
- Fysisk träning/aktivitet
- Läkemedel

Effekten av behandlingen skall följas upp under minst ett år.

Projektledare är överläkare Gunnar Akner vid Äldreforskning NordVäst (ÄNV).

Beslut om enkätstudie

Samtidigt med beslutet att etablera en forskningsverksamhet vid Seniorstaden Hallen beslöt Äldrenämnden att i samråd med ÄNV genomföra en enkätstudie till alla personer över 75 år bosatta i Solna Stad. Syftet var att undersöka hur de äldre (75+) i Solna såg på sitt eget näringstillstånd, grad av fysisk aktivitet, behov av hjälp samt om de var intresserade av en utredning av sitt hälsotillstånd inriktad på dessa frågor. Resultatet av enkäten kunde även utgöra en grund för att rekrytera lämpliga personer till ovan nämnda forskningsprojekt.

På Solna Stads hemsida anges 020929 att det år 2000 bodde totalt 56 605 personer i Solna Stad. Av dessa var 10 506 = 65 år (19 %) och 3 440 = 80 år (6 %).

Enkäten skickades ut till alla personer = 75 år i Solna Stad. Enligt Riksskatteverkets listor fanns i maj 2002 6197 personer = 75 år bosatta i Solna Stad, vilket enligt ovan motsvarar 11 % av alla personer i Solna Stad.

Syfte med enkäten

Syftet med enkäten var flerfaldigt:

1. Belysa ett angeläget problemområde lokalt i Solna

Problem med undernäringstillstånd hos äldre har diskuterats mycket både i fackpress och massmedia de senaste tio åren. Ofta kommer problemet upp på nyhetsplats genom olika vårdskandaler som inträffat både inom sjukvården och den kommunala äldrevården. Dessutom är förekomsten av undernäringstillstånd väl belyst genom ett flertal svenska doktorsavhandlingar de senaste 20 åren. Det finns ett starkt samband mellan å ena sidan undernäringstillstånd och å andra sidan både ålder och olika sjukdomar, särskilt kombinationer av sjukdomar (multisjuklighet). Inom den slutna sjukvården har åtminstone 20-30 % av alla (!) patienter inlagda vid stora kliniker som internmedicin, geriatrik, kirurgi, neurologi etc. befunnits ha undernäringstillstånd av varierande grad. I kommunala särskilda boenden för äldre är förekomsten ännu högre.

Dilemmat är att det inte finns någon löpande diagnostik inom sjukvården eller den kommunala äldrevården över förekomsten av undernäringstillstånd. Detta medför att det inte heller finns någon löpande statistik vare sig nationellt eller kommunalt (landstings- eller primär-kommuner) angående omfattningen av problemet respektive om/hur det påverkas av olika behandlingsmetoder eller organisatoriska förhållanden. Problematiken kompliceras av ytterligare tre förhållanden:

- Det saknas erkända kriterier på diagnosen "undernäringstillstånd", varför dylika kriterier måste definieras ad hoc för varje ny studie.
- Det saknas en infrastruktur i landet för specialistbedömning och "second opinion" av individer med undernäringstillstånd
- Det råder brist på kontrollerade behandlingsstudier avseende undernäringstillstånd, varför den vetenskapliga kunskapsbasen är svag inom detta område.

2. Direktkontakt

Vi ville undersöka de äldre Solnabornas egen inställning till sin hälsa med fokusering på näringsfrågor och fysisk aktivitet och ta reda på hur de själva ser på sitt näringsstillstånd

3. Ålder

Vi ville fokusera studien på äldre = 75 år, eftersom det är i denna ålder som sjukdomar och skador med åtföljande funktionsnedsättningar, hjälpbehov och risk för undernäringstillstånd brukar bli påtagliga.

Enkäten

En enkät bestående av åtta frågor utformades i samråd mellan ÄNV och Solna Stads äldreförvaltning. Enkäten och ett följebrev (bilaga 1) samt ett adresserat och frankerat svarskuvert skickades per reguljär post i mitten av juni 2002 till alla 75+ bosatta i Solna Stad. Adressuppgifter erhöles via Riksskatteverket. Alla svar som inkommit till och med 020831 har tagits med i sammanställningen.

Kommentar till enskilda enkätfrågor (bilaga 1)

- Fråga 2: "Hur ser Du på Ditt eget näringsstillstånd": Ordet "näringsstillstånd" var ej närmare definierat och det finns troligen en betydande variation vilken innebär olika individer lägger vid det. En del kan förmodas ha jämfört detta ord med "hälsotillstånd". Vi såg det dock som värdefullt att trots detta undersöka medborgarnas egen uppfattning om "näringsstillståndet".
- Fråga 3 och 4: Uppgifter om längd och vikt. Detta är individernas egna uppgifter och vi vet ej vare sig hur säkra eller aktuella dessa uppgifter är.
- Fråga 7: "Rör Du på Dig i den utsträckning Du skulle vilja (t.ex. promenader, hushållsarbete mm)? Här har vi fått många olika svarskombinationer och för att kunna sammanställa materialet har vi grupperat svaren i endast två kategorier:
 - *Ja, tillräckligt:* Denna kategori inkluderar även oförmåga att utföra vissa avgränsade uppgifter, som dock ej påverkar den allmänna rörelseförmågan.
 - *Nej otillräckligt:* Denna kategori inkluderar både svårighet och oförmåga respektive kombinationer av dessa att utföra enskilda- eller grupper av aktiviteter. Kategoriseringen i ja och nej tar sikte på att belysa frågan om individen tycker att ev. funktionsnedsättning(ar) påverkar den allmänna rörelseförmågan negativt eller ej.

Bearbetning av data

Alla enkätsvar från de 3078 personer som besvarat enkäten har stämts av mot Riksskatteverkets uppgifter om namn och adress. Därefter har samband mellan olika svarsalternativ undersökts och sammanställts i figur- och tabellform (bilaga 2). Även de 3119 äldre (75+) som ej besvarat enkäten har jämförts med Riksskatteverkets uppgifter beträffande ålder och könsfördelning för att undersöka om grupperna som besvarade respektive ej besvarade enkäten skilde sig åt.

Bortfallsfrekvensen anges i resultatdelen uttryckt i procent för respektive fråga eller kombination av frågor. I termen "bortfall" ingår i denna rapport följande fyra typer av svar:

- Inget svar på en viss fråga
- Svarat med flera olika alternativ när endast ett alternativ skulle anges
- Svarat på andra frågor än de som ställts
- Oläsligt eller uppenbart orimligt svar

För figurer där det ingår svar från en kombination av två eller flera frågor i enkäten avser "bortfall" den samlade bortfallsfrekvensen från alla ingående frågor i figuren.

Följande 10 variabler har använts vid analysen:

- Åldersfördelning
- Kön
- Typ av boende
- Body mass index (BMI) – beräknas med hjälp av längd och vikt (se bila ga 2, sidan 5)
- Viktförändring det senaste året
- Aptitförändring det senaste året
- Syn på grad av egen fysisk aktivitet
- Syn på eget hjälpbehov
- Syn på eget näringstillstånd
- Intresse för närmare undersökning av eget näringstillstånd

Dessa 10 variabler ger upphov till ett stort antal kombinationsmöjligheter. I bilaga 2 redovisas ett urval av diagram och tabeller med tillhörande kommentarer.

Eftersom bortfallet var olika för olika kombinationsanalyser kommer antalet av någon viss variabel att kunna variera något mellan olika diagram.

Tidigare enkätstudier

Vi har ej kännedom om någon tidigare liknande enkätstudie, varför vi ej kunnat göra någon jämförelse med andra delar av landet eller med tidigare data från Solna Stad.

Resultat och diskussion

En detaljerad redovisning ges i kommentarer till figurer och tabeller i bilaga 2.

Svarsfrekvens, ålders - och könsfördelning (Figur 1-5 samt tabell 1-2)

Grupp som besvarat enkäten

Totalt skickades 6197 enkäter ut i juni 2002 och 020831 hade svar inkommit från 3078 personer, dvs en svarsfrekvens om 49,7 %. Detta får betraktas om en mycket god svarsandel, eftersom det är fråga om äldre individer = 75 år som fick en skriftlig enkät utan någon påminnelse. Till den höga svarsfrekvensen bidrar troligen att enkäten skickades ut gemensamt av Solna Stads äldreförvaltning och Äldreforskning NordVäst (ÄNV) med uttryckligt löfte om konfidentiell hantering av svaren.

Denna kombination borgade för en hög trovärdighet.

Medelåldern var 81,2 år med 37,2 % män och 62,8 % kvinnor.

Svarsfrekvensen minskade successivt mellan 75-95 års ålder, från 50 % till c:a 35 %.

Grupp som ej besvarat enkäten

I den grupp om 3119 individer (50,3 %) som ej besvarade enkäten var det procentuellt något fler kvinnor jämfört med både den grupp som besvarat enkäten respektive hela gruppen som fick enkäten.

Medelåldern och dess spridning samt åldersfördelningen var densamma i alla tre grupperna.

Det kan dock finnas andra betydelsefulla skillnader mellan grupperna, t.ex. kombination av sjukdomar/skador, funktionstillstånd, behov av hemhjälp, andel som bor på kommunala särskilda äldreboenden etc, men detta har ej kunnat undersökas närmare.

Svar från särskilda boenden

Figur 4-5 visar fördelningen av svar från 10 olika omvårdnadsboenden och tre servicehus i Solna Stad.. Enligt Solna Stads hemsida september 2002 fanns totalt 626 vårdplatser vid de tio omvårdnadsboendena och 192 platser vid de tre serviceboendena. Figur 5 visar endast resultat från tre av servicehusen, eftersom servicehuset Pumpan ej hade något angivet antal platser (skall avvecklas som servicehus). Svarsfrekvensen från alla dessa äldreboenden var överraskande låg, och uppgick i genomsnitt endast till 15-16 % på bägge typerna av boenden. Via Riksskatteverkets listor kunde vi identifiera ett antal personer som bodde vid dessa särskilda boenden, men ej hade besvarat enkäten. I genomsnitt omfattade de svarande och identifierade icke-svarande Solnaborna endast knappt 30 %. Detta innebär att vi ej kunnat identifiera 60-70 % av alla boende vid tio omvårdnadsboenden och tre servicehus i Solna Stad och att vi därför saknar uppgifter om 388 + 130 = 518 individer. Detta antal motsvarar 8 % av det totala antalet utsända enkäter. Vi har ej haft möjlighet att utreda dessa frågor närmare.

Den låga svarsfrekvensen från de särskilda boendena kan ha flera orsaker:

- Individerna på boendet var yngre än 75 år
- Individerna kan vara mantalsskrivna på någon annan adress än det särskilda boendet
- Individerna kan ha god man och ha all post skickad till denne, som i sin tur inte hört av sig.
- Posten kan ha kommit fram, men närstående och/eller personal kan ha bedömt individens allmänna tillstånd som alltför dåligt för att kunna besvara enkäten eller att ev. svar ej skulle tillföra något värde för individen.

Den låga svarsfrekvensen gör att vi inte redovisar svaren som berör särskilda boenden närmare.

Kroppssammansättning

- BMI-klasser (Figur 6)
Flertalet individer (61 %) hade BMI inom ”normal”-området, 20-25.
293 individer (10 %) hade BMI < 20, varav 65 män och 228 kvinnor. 29 % hade BMI > 25.
- Viktförändring (Figur 7-9)
1903 individer (67 %) uppgav stabil vikt det senaste året.
528 individer (19 %) uppgav ofrivillig viktninskning det senaste året, varav 136 individer hade BMI < 20.
187 individer hade minskat > 5 kg, varav 42 män och 145 kvinnor.
Relativt flest individer med ofrivillig viktninskning fanns i åldersgruppen 80-84 år. Relativt flest individer med viktökning fanns i åldersgruppen 75-79 år.
- Viktförändring – aptit (Figur 10)
I gruppen med ofrivillig viktninskning uppgav c:a hälften minskad aptit.
I gruppen som minskat > 5 kg uppgav 140 individer minskad aptit. Den grupp som minskat mest i vikt uppgav således oftare aptitminskning än gruppen med lägre viktninskning.
14 individer uppgav ökad aptit trots viktninskning.
- BMI/vikt – fysisk aktivitet (Figur 11-12)
1102 individer (40 %) ansåg att de hade otillräcklig fysisk aktivitet. Av dessa hade var tredje minskat i vikt det senaste året. Hos individer med BMI < 20 uppgav 153 (52 %) otillräcklig fysisk aktivitet. Hos dem med BMI > 25 uppgav 390 individer (46 %) otillräcklig fysisk aktivitet.

Näringstillstånd

- Syn på eget näringstillstånd (Figur 13-14 samt tabell 3)
2365 individer (84 %) ansåg att deras näringstillstånd var ”bra”. 466 (16 %) individer ansåg att deras näringstillstånd var ”mindre bra” respektive ”dåligt”. Synen på det egna näringstillståndet som ”mindre bra” eller ”dåligt” förelåg i alla tre BMI-klasserna med relativt flest individer i klassen med BMI > 25.
Av dem som minskat i vikt uppgav 220 individer sig ha ”mindre bra” eller ”dåligt” näringstillstånd.
- Näringstillstånd – fysisk aktivitet (Figur 15)
En tredjedel av de individer som angivit otillräcklig fysisk aktivitet ansåg sig ha ”mindre bra” eller ”dåligt” näringstillstånd”.

Aptit

- Syn på eget näringstillstånd (Figur 16-18)
565 individer (19 %) uppgav minskad aptit under det senaste året.
Av de personer som angivit ”mindre bra” eller ”dåligt” näringstillstånd uppgav drygt hälften att aptiten hade minskat det senaste året.

Fysisk aktivitet

- Otillräcklig fysisk aktivitet (Figur 19-20)
1222 individer (40 %) uppgav att de hade otillräcklig fysisk aktivitet, varav 412 män och 810 kvinnor.
Efter 85 års ålder ansåg en majoritet av de svarande att de hade en otillräcklig fysisk aktivitet.
- Fysisk aktivitet – aptit (Figur 21)
68 % av dem med minskad aptit senaste året uppgav otillräcklig fysisk aktivitet.

Hemhjälp

- Hemhjälp – ålder (Figur 22)
1146 personer (39 %) ansåg sig ha behov av hemhjälp. Det relativa behovet av hemhjälp ökade successivt med åldern. Behov av kombinerad hemhjälp dominerade i alla åldersgrupper.
- Hemhjälp – BMI/viktförändring (Figur 23-24)
Individer med lågt eller högt BMI uppgavs ha större relativt behov av hemhjälp än vid BMI 20-25. Av gruppen som minskat i vikt det senaste året bedömde 318 (62 %) att de hade behov av hemhjälp. Individer som minskat eller ökat i vikt det senaste året hade högre relativt behov av hemhjälp än de viktstabila.
- Hemhjälp – näringstillstånd (Figur 25)
490 personer (17 %) uppgav sig ha ett mindre bra eller dåligt näringstillstånd.
Av dessa ansåg sig 339 personer (69 %) ha behov av hemhjälp. Det relativa behovet av hemhjälp ökade successivt med försämrat näringstillstånd.
- Hemhjälp – aptit (Figur 26)
Av individer med försämrad aptit uppgav 345 (62 %) personer behov av hemhjälp.
- Hemhjälp – fysisk aktivitet (Figur 27)
Av dem som ansåg sig ha behov av hemhjälp uppgav 74 % otillräcklig fysisk aktivitet.

Intresse för undersökning av näringstillstånd

- Intresse, könsfördelning (Figur 28)
Totalt var 1721 individer (58 %) intresserade av en undersökning av sitt näringstillstånd med samma andel för män och kvinnor. 1008 individer (34 %) var ej intresserade av undersökning.
- Undersökning av näringstillstånd – viktförändring (Figur 30)
512 personer (19 %) uppgav viktminskning det senaste året. 66 % av individerna uppgav stabil vikt och 15 % ökad vikt. I den viktminskande gruppen var 346 individer (67 %) intresserade av en undersökning av sitt näringstillstånd. De individer där kroppsvikten förändrats på ett ofrivilligt sätt var mer intresserade av en undersökning av sitt näringstillstånd än övriga. Det noteras dock att 50 % av viktstabila individer också önskade en undersökning av näringstillståndet.
- Undersökning av näringstillstånd – syn på eget näringstillstånd (Figur 31)
484 individer (17 %) angav sitt näringstillstånd som ”mindre bra” respektive ”dåligt”.
Av dessa var 386 (80 %) intresserade av en undersökning av sitt näringstillstånd.

- Undersökning av näringstillstånd – aptit (Figur 32)
551 individer (19 %) uppgav minskad aptit det senaste året. Av dessa var 373 (68 %) intresserade av en undersökning av näringstillståndet.
- U.s. av näringstillstånd – fysisk aktivitet (Figur 33)
1198 individer (40 %) uppgav otillräcklig fysisk aktivitet. 799 av dessa (67 %) var intresserade av en undersökning av sitt näringstillstånd.