

2. tbl. 21. árg
Október 2003

ÖLDRUN

Tímarit um öldrunarmál



Grund • Ímynd eldri borgara



Ráðsmenn • Öldrunarfræðafélag Íslands 30 ára



Ofbeldi gegn öldruðum • Ofvirk þvagblaðra



Gefið út af Öldrunarfræðafélagi Íslands

Fjölskylda af hjúkrunartækjum



Hátækni hjúkrunarrúm sem gera alla umönnun auðveldari og skapa notendum aukið sjálfstæði.

Hill-Rom



Rafdrifin sjúklingaböð og baðlyftur auka þægindi sjúklinga og hjúkrunarfólks. Böðin geta komið með nuddi og sjálfhreinsibúnaði



**Inter
Care**

Sjúklinga- og upprisulyfta í einu og sama tækinu.
Einföld og auðveld breyting.



Lofffestar lyftur, miklir möguleikar í brautar uppsetningum.



Austurbakki

ÖLDRUN

21. árg. 2. tbl. 2003

EFNISYFIRLIT:

Grund	4
Guðrún Birna Císladóttir	
Ráðsmenn samkvæmt ákvæðum lögræðisлага	11
Dögg Pálsdóttir	
Ímynd eldri borgara í íslensku samfélagi	17
Anna Birna Jensdóttir	
„Sá sem hefur heyrt gamalmenni gráta mun ekki gleyma því síðan...”	21
Kristjana Sigmundsdóttir	
Ofvirk þvagblaðra hjá eldri konum	25
Sigrún Hjartardóttir	
NorAge ráðstefnan á Íslandi	28
Jón Snæland	
Öldrunarfræðafélag Íslands 30 ára	29
Sigríður Jónsdóttir	
Skýrsla formanns Öldrunarfræðafélags Íslands fyrir starfsárið 2002–2003	32
Skýrsla Vísindasjóðs	33
Leiðbeiningar til höfunda	34

ÚTGEFANDI:

Öldrunarfræðafélag Íslands
Pósthólf 8391, 128 Reykjavík

ÁBYRGÐARMAÐUR:
Smári Pálsson

PRÓFARKALESTUR:
Hervör Hólmjárn
Salóme Herdís Björnsdóttir

FORSÍÐUMYND:
Björn Snorri Rosdahl

UMSJÓN AUGLÝSINGA:
Óflun ehf. – Faxafeni 5

UMBROT OG PRENTUN:
Gutenberg

UPPLAÐ:
1.000 eintök
Tímaritið Öldrun kemur út
tvisvar á ári

STJÓRN

ÖLDRUNARFRÆÐAFÉLAGS ÍSLANDS

Pósthólf 8391 128 Reykjavík

Sigríður Jónsdóttir, formaður. formaður@oldrun.net

Marta Jónsdóttir, ritari. ritari@oldrun.net

Ólafur Þór Gunnarsson, gjaldkeri. gjaldkeri@oldrun.net

Kristín Einarsdóttir

Smári Pálsson

Sigrún Guðjónsdóttir

Sigrún Ingvarsdóttir

ISSN 1607-6060

Frá ritnefnd

Öldrun er fagtímarit fyrir starfsfólk í öldrunarþjónustu og jafnframt fræðslurit fyrir alla sem umhugað er um málefni aldraða. Öldrun hefur verið gefið út frá 1983 og þá fyrst í formi fréttabréfs. Á Ári aldraðra 1999 hlaut tímaritið styrk frá Heilbrigðis- og tryggingamálaráðuneytinu til að koma því í núverandi mynd. Tímaritinu er ætlað að vera vettvangur fræðigreina um öldrunarmál, sem og að miðla fréttum til félagsmanna. Tvö tölublöð eru gefin út á ári, að hausti og vori.

Nú er 30 ára afmælisár Öldrunarfræðafélags Íslands (ÖFFÍ) og um leið 20 ára afmælisár Öldrunar. Af því tilefni var vefurinn www.oldrun.net opnaður þar sem hægt er að fræðast um ÖFFÍ og þau mál sem tengjast félaginu. Einnig býður vefurinn upp á að skoða nokkur eldri tölublöð Öldrunar og í framtíðinni fylgjast með hvað verður í næsta blaði og svo framvegis. Ennfremur er boðið upp á þá nýjung að skrá sig í ÖFFÍ beint af vefnum og þannig gerast m.a. áskrifandi að Öldrun.

Víða er farið í þessu hefti Öldrunar eins og sjá má í efnisyfirliti. Í blaðinu er kynnt næsta námstefna ÖFFÍ, en hún ber heitið „Ofbeldi gegn öldruðum“ og verður haldin 6. nóvember næstkomandi. Þar verða margir áhugaverðir fyrirlesarar og vegna afmælisársins var ákveðið að bjóða erlendum fyrirlesara, Bridget Penhale, fulltrúa Evrópu í INPEA (international network for the prevention of elder abuse). Einnig er vert að benda á pistil Sigríðar Jónsdóttur formanns ÖFFÍ í tilefni af afmælisárinu. Aftast í blaðinu eru svo leiðbeiningar til höfunda um frágang greina, en þessar upplýsingar er einnig að finna á heimasíðu félagsins.

Í lokin viljum við hvetja alla til að fara inn á vef ÖFFÍ (www.oldrun.net).

Ritnefnd Öldrunar:

Smári Pálsson, sálfræðingur, ritstjóri
Soffía Egilsdóttir, félagsráðgjafi, gjaldkeri
Jóhanna Rósa Kolbeinsdóttir, iðjuþjálfari
Ólafur H. Samúelsson, öldrunarlæknir

Netfang Öldrunar: ritstjorn@oldrun.net

Grund

Guðrún Birna Gísladóttir,
forstjóri Grundar



Grund, dvalar- og hjúkrunarheimili er sjálfseignarstofnun og hét áður Elli- og hjúkrunarheimilið Grund. Grund er elsta starfandi heimili fyrir aldraða hér á landi. Það þekkja ekki allir sögu Grundar og til að gera sér betur grein fyrir stöðu heimilisins verður stiklað hér á stóru í sögu þess.

Á þeim tíma sem Grund var stofnað voru aðstæður

í þjóðfélaginu að mörgu leyti öðruvísi en við þekkjum í dag. Reykvíkingar töldu aðeins um 11 þúsund manns og fátækt var mikil í bænum. Stofnun elliheimilis hefur því verið mun meira átak en ella. Aðalhvatamenn að stofnun Grundar voru stjórnarmenn líknarfélagsins Samverjans. Það voru þeir Sigurbjörn Ástvaldur Gíslason guðfræðingur, Flosi Sigurðsson trésmíðameistari, Páll Jónsson skrifstofumaður, Haraldur Sigurðsson verslunarmaður og Júlíus Árnason kaupmaður. Sumrin 1921 og 1922 héldu þeir Samverjamenn nokkrar skemmtanir fyrir gamalt fólk í þeim tilgangi að safna fé til stofnunar elliheimilis. Gáfu gestir þessara skemmtana og aðrir aðilar svo rausnarlega að alls söfnuðust 541 kr., enda voru skemmtanirnar mjög vel sóttar. Það var síðan í kjölfar þessa að Sigurbjörn Á. Gíslason skrifaði grein í dagblaðið Vísi og kom þar fram að ánægjulegt væri, ef hægt yrði að flýta fyrir stofnun elliheimilis með þessari upphæð.

„Ef stjórn Samverjans lofar að stofna elliheimili í haust skal ég gefa 1500 kr. í stofnsjóðinn og safna fé hér í bænum“. Þannig mælti gamall maður við Sigurbjörn Á. Gíslason þann 22. júlí árið 1922. Maðurinn var Jón Jónsson beykir í Reykjavík og var hann að svara grein, sem Sigurbjörn hafði skrifað daginn áður í Vísi um nauðsyn þess að stofna elliheimili í Reykjavík. Þetta samtal Jóns varð því einn helsti hvati þess, að nokkrir bæjarbúar létu til skarar skriða og stofnuðu það ár Grund.



Gísli Sigurbjörnsson forstjóri 1934-1994.



Vígsla hátíðarsalarins 1955.



Fyrsta stjórn Grundar. Flosi Sigurðsson, Haraldur Sigurðsson, Júlíus Árnason, Páll Jónsson og Sigurbjörn A. Gíslason.

Í framhaldi af samtali því, sem Sigurbjörn fékk eftir að greinin birtist og getið er um hér að framan, var hafin fjársöfnun meðal bæjarbúa og söfnuðust alls 7.286 kr. á aðeins einum mánuði. Í byrjun september 1922 keypti stjórn Samverjans steinhúsið Grund, sem stóð vestan við Sauðagerðistún eða við Kaplaskjólsvæg, eins og við þekkjum í dag. Húsið var vígt 29. október sama ár. Í upphafi voru heimilismenn 21. Það sýndi sig fljótt, að þörf var á fleiri rýmum þar sem aðsóknin óx stöðugt. Þetta leiddi til þess, að sumarið 1927 úthlutaði bæjarstjórn Reykjavíkur heimilinu lóð milli Hringbrautar og Brávallagötu og vinna við nýtt hús hófst strax. Það var vígt 28. september 1930 og nefnt Grund eins og gamla húsið við Kaplaskjólsvæg. Fjöldi heimilismanna á þeim tíma var 56. Árið 1934 voru þeir

orðnir 115, en á þessum tíma bjó einnig starfsfólk á heimilinu og hluti hússins var í útleigu.

Fyrsti framkvæmdastjóri Grundar var Haraldur Sigurðsson. Eftir andlát hans árið 1934 var Gísli Sigurbjörnsson ráðinn forstjóri heimilisins og er óhætt að segja að undir hans stjórn hafi heimilið tekið stórstíguum breytingum. Auk þess átti hann stóran þátt í mótun öldrunarmála á Íslandi. Gísli Sigurbjörnsson var forstjóri Grundar þar til hann lést, þann 7. janúar



Vígsla hátíðarsalaarins 1955.



Sundlaugin á Grund.



Sumargleði í garðinum.

1994. Eftirmaður Gísla er Guðrún Birna Gísladóttir, en hún tók við af föður sínum sem forstjóri Grundar, eftir hans dag.

Árið 1952 tók Grund að sér rekstur Dvalarheimilisins Áss í Hveragerði fyrir elliheimilisnefnd Árnassýslu og voru húsin þar tvö og heimilismenn 13 fyrsta árið. Í dag er Ás í eigu Grundar og árið 1998 var tekið í notkun nýtt hjúkrunarheimili í Ási og eru heimilismenn í Ási 156.

Í dag eru heimilismenn Grundar 240 og hefur þeim fækkað á undanförunum árum. Markmið heimilisins er, að allir þeir sem þess óska geti búið í einbýlum og mun þá heimilisfólki fækka enn frekar. Hjúkrunarrýmið er samtals 181 en samhliða vaxandi þörf fyrir hjúkrunarrými í Reykjavík hefur fjölgun hjúkrunarrýma á Grund verið á kostnað dvalarrýma sem hefur fækkað. Húsakosti á Grund er skipt í fernt. Fyrst ber að telja aðalbygginguna, sem snýr út að Hringbrautinni og er Grund í hugum flestra. Í aðalbyggingunni eru 5 hjúkrunardeildir, þar af ein sérstök deild fyrir heilabílaða og einnig 2 blandaðar dvalar- og hjúkrunardeildir. Í aðalbyggingunni fer stærsti hluti starfseminnar fram. Fyrir



Púttmót.



Púttmót.



*Jón Kristjánsson
heilbrigðisráðherra
a tekur í notkun
viðbyggingu á 80
ára afmælinu.*

norðan Grund eru Minni Grund og Litla Grund og fjórar hjónabúðir á Brávallagötu 42. Á þessum stöðum dvelja þeir sem eru betur á sig komnir, en njóta engu að síður sólarhringsvaktþjónustu. Eins og áður sagði var Grund við Hringbraut vígð 1930 og er því komin til ára sinna, en á undanförunum árum hafa verið gerðar miklar endurbætur á heimilinu. Viðbygging við austurálm Grundar var tekin í notkun 29. október 2002 á 80 ára afmæli heimilisins og bætti hún til muna aðstöðu bæði heimilisfólks og starfsfólks. Á næstu árum er fyrirhuguð samskonar viðbygging við vesturálm og bygging glergangs, sem tengja mun Litlu- og Minni Grund við aðalbygginguna.

Starfsfólk er nú rúmlega 320 talsins og í fjölmörgum starfstéttum. Mikil breidd er í hópi starfsmanna og hefur fjölgun orðið á erlendum starfsmönnum undanfarin ár, en þeir eru frá 15 þjóðlöndum. Þetta eru meðal annarra fagmenntaðir einstaklingar á heilbrigðissviði,

sem stefna að því að fá sína starfsmenntun viðurkennda hérlandis og styður Grund þá í því. Aldursbreidd starfsmanna er mikil og er yngsti starfsmaður 16 ára og elsti 82 ára, en Grund leggur áherslu á sveigjanleg starfslok og er tryggð starfsmanna við heimilið mjög dýrmæt. Starfsmaður með lengsta starfsreynslu hefur starfað á Grund frá 1.nóvember 1949. Þar að auki sinna örfáir heimilismenn störfum við hæfi, jafnframt því sem sjálfbodaðliðar koma á heimilið.

Markmið Grundar eru:

- að veita bestu aðhlynningu sem kostur er á og miðast við að mæta líkamlegum, andlegum og félagslegum þörfum hvers heimilismanns.



Starfsmannakvöld.



Páskabingó aðstandenda og velunnarafélags Grundar.



*Grund í
hátiðarbúningi.*



Pönnukökubakstur.



„Kona“ listaverk eftir Einar Jónsson.



*Úr ferð starfsmanna-
félagsins.*

- að stuðla að góðum aðbúnaði og góðri umgengni um heimilið, en gott umhverfi skapar vellíðan starfsfólks og heimilisfólks.
- að viðhalda þeim heimilisbrag og umhyggju sem einkennt hefur Grund frá upphafi.

Metnaður okkar er að veita úrvals lækni- og hjúkrunarþjónustu og koma margir þar að. Hjúkrunarfræðingar, sjúkraliðar og aðstoðarfólk starfa við hjúkrun og umönnun á Grund allan sólarhringinn með vellíðan og öryggi heimilismanna að leiðarljósi. Áhersla er lögð á að líkna og hjúkra heimilismönnum í notalegu og heimilislegu umhverfi, sem þeir þekkja og treysta. Umhyggja fyrir einstaklingnum og hjálp til

sjálfshjálpar er ávallt til grundvallar og áhersla lögð á samvinnu við aðstandendur. Með það fyrir augum eru haldnir fjölskyldufundir við komu íbúa á heimilið og síðan eftir þörfum. Fjórir læknar eru í föstu starfi við heimilið, en auk þess koma aðrir sérfræðilæknar vikulega eða eftir þörfum. Hver heimilismaður hefur sinn lækni og eru haldnir vikulegir samráðsfundir á deildum. Sjúkraþjálfarar, iðjuþjálfarar og íþróttakennari ásamt aðstoðarfólki eru starfandi við endurhæfingardeildina. Aðstaða til endurhæfingar er mjög góð í sal og sundlaug, sem tekin var í notkun 1953. Íþróttakennari er með fjölbreytta dagskrá, þar sem flestir finna einhverja hreyfingu við hæfi til að auka styrk og þol og viðhalda færnei. Tannlæknastofa hefur verið starfrækt á Grund



Úr ferð starfsmannafélagsins.



Úr ferð starfsmannafélagsins.



Kaffisamsæti.

frá 1966 og koma tannlæknar á heimilið og sinna þeirri þjónustu. Fótsnyrting og hárgreiðsla er heimilismönnum að kostnaðarlausu.

Heimilisprestur Grundar og hjúkrunarfræðingur í djáknanámi sinna sálgæslustörfum fyrir heimilismenn, aðstandendur og starfsfólk. Helgistundir eru haldnar á deildum og auk þess eru guðsþjónustur alla sunnudaga og helgidaga, en svo hefur verið frá upphafi.



Úr handavinnustofu.

Aðstandenda- og velunnarafélag sem og starfsmannafélag eru starfandi við heimilið og er tilgangur þeirra að skipuleggja ýmsar upptakur í samstarfi við Grund.

Á föndurstofu Grundar er boðið upp á alls kyns verkefni tengd handavinnu, spil, tafl og bingo. Starfið á föndurstofu heimilisins er ekki síður félagslegs eðlis og starfar heimilisfólkið þar í notalegu og skemmtilegu umhverfi. Iðjuþjálfun leggur áherslu á að aldraðir fái tækifæri til að virkja og viðhalda athafnaorku sinni með þeirri tómstundaiðju, sem þeir hafa áhuga á og er starfsemi iðjuþjálfunar margvísleg. Starfsmenn iðjuþjálfunar og föndurstofu ásamt leikfímiskennara Grundar sjá sameiginlega um ýmsa aðra afþreyingu að auki s.s. leikhús- og kvikmyndahúsaferðir, dansleiki og sumarferðir. Þúttmót eru haldin yfir sumartímann og hefur þúttvöllurinn á lóð Grundar verið mikið notaður um árabíl. Á hverjum virkum morgni er sameiginleg morgunstund í dagstofu Grundar með bæna- stund, upplestri úr dagblöðum og bókum, tónlistarflutningi, söng o.fl. Reglubundið samkomuhald er á fimmtudagskvöldum með kvöldvöku, samkomum o.fl. Bókasafn er á Grund og hefur verið frá stofnun heimilisins. Einnig er farið með bókavagn til þeirra sem þess óska. Gefinn er út Heimilispóstur með efni frá heimilismönnum, starfsmönnum og aðsendu efni. Blaðið er sent til heimilismanna og aðstandenda þeirra og starfsmenn geta nálgast það á vinnustað. Blaðið er hægt að nálgast á heimasíðu Grundar www.grund.is og er fólk hvatt til að skoða síðuna.

Ráðsmenn samkvæmt ákvæðum lögræðislaga

Dögg Pálsdóttir,
hrl. hjá DP Lögmonnum



Í greininni er sagt frá ákvæðum lögræðislaga um ráðsmenn. Úrræðið er nýmæli sem gerir fjárráða einstaklingi, sem vegna veikinda á óhægt með að annast fjármál sín, kleift að fela ráðsmanni umsjón með nánar tilgreindum eignum sínum. Sækja þarf um skipun ráðsmanns hjá yfirlögráðanda og málsmeðferð umsóknar lýtur sérstökum reglum. Þegar ráðsmaður hefur verið skipaður getur hann einn ráðstafað þeim eignum sem ráðsmennskan nær til. Eftirlit er haft með starfi ráðsmanna og því að lagaskilyrðum vegna ráðsmennsku sé fullnægt á hverjum tíma. Ráðsmenn skila árlega skýrslum um störf sín til yfirlögráðanda. Þótt úrræðið hafi verið í lögum um fimm ára skeið hefur það ekki náð mikilli útbreiðslu hér á landi.

Inngangur

Fram að gildistöku lögræðislaga nr. 71/1997 hinn 1. janúar 1998 var meginmunurinn á íslenskri löggjöf á þessu sviði og hliðstæðum lögum í nágrannaríkjunum sá að löggjöf nágrannaríkjanna væri sveigjanlegri og byði upp á fjölbreytilegri úrræði en hin íslenska. Hér á landi var lögræðissvipting eina úrræðið fyrir einstaklinga sem áttu erfitt með að ráða við fjármál sín sjálfir vegna veikinda, fötlunar eða elli. Löggjöf nágrannalanda bauð upp á skipun aðstoðarmanns án þess að til lögræðissviptingar kæmi. Til fullrar lögræðissviptingar kom eingöngu þegar önnur mildari úrræði komu ekki að gagni.

Við endurskoðun lögræðislaganna íslensku var talið ástæða til að gera löggjöfina sveigjanlegri að þessu leyti. Því var ákveðið að lögfesta svokallað ráðsmannsúrræði fyrir fjárráða einstaklinga sem eiga óhægt með að sjá um fjármál sín vegna veikinda og fötlunar. Ráðsmannskerfið, sem lögfest var með lögræðislögunum frá 1997, er talið einfaldara og skýrara en fyrirkomulag svonefndrar ráðsmennsku (samværgemál á dönsku, god mans institut á sænsku og hjelpeverger á norsku) á hinum Norðurlöndunum.

Nokkur munur er á íslenska ráðsmannskerfinu og kerfum hinna Norðurlandanna. Munurinn felst aðallega í því að samkvæmt íslenska úrræðinu þá missir einstaklingurinn gerhæfi sitt vegna þeirra eigna sem ráðsmanni eru faldar til umsjónar, en svo er ekki í hinum löndunum. Hér var talið var æskilegra að hafa reglur um ráðstöfunarheimildir ráðsmannsins skýrar og ótvíærðar.

Í grein þessari verður lýst lagaákvæðum lögræðislaga nr. 71/1997 um ráðsmenn og þýðingu þeirra. Fyrst verður þó stuttlega vikið að hugtakiinu ráðsmaður.

Hugtakið ráðsmaður

Í merkingu ákvæða lögræðislaga er hugtakið ráðsmaður nýtt í íslensku lagamáli. Orðið sjálft hefur þekktst

hér um aldir. Ráðsmaður er í þeim skilningi sá sem ráðinn er til að standa fyrir búi og segja fyrir verkum í forföllum og fjarveru húsbónda síns. Hinn almenni skilningur fellur því að vissu marki vel að notkun hugtaksins í lögunum.

Helstu lagareglur um ráðsmenn

Skilyrði fyrir skipun ráðsmanns

Fjárráða maður, sem á óhægt með að sjá um fjármál sín vegna veikinda eða fötlunar getur óskað eftir því að honum verði skipaður ráðsmaður, enda geri hann sér grein fyrir þýðingu þeirrar ráðstöfunar, sbr. 33. gr. lögræðislaga.

Í ákvæðinu felast þrjú skilyrði fyrir því að einstaklingi verði skipaður ráðsmaður. Fyrsta skilyrðið er að viðkomandi sé fjárráða. Þeir sem sviptir hafa verið fjárræði eiga ekki kost á þessu úrræði, enda njóta þeir aðstoðar skipaðs lögráðamanns um öll fjármál sín. Með sama hætti eiga þeir sem eru ófjárráða fyrir æsku sakir heldur ekki kost á þessu úrræði. Annað skilyrðið er að viðkomandi eigi óhægt með að sjá um fjármál sín vegna veikinda eða fötlunar. Hér er átt við hvers konar líkamleg veikindi sem og elli. Með stöðugri fjölgun aldraðra má gera ráð fyrir að þetta úrræði verði í vaxandi mæli notað í þeirra hópi. Andleg veikindi geta einnig orðið til þess að ráðsmaður verði skipaður. Með andlegum veikindum er bæði vísað til veikinda af geðrænum toga sem og andlegrar fötlunar. Þessi veikindi mega þó ekki vera mjög alvarleg því þriðja skilyrðið er að viðkomandi geri sér grein fyrir þýðingu skipunarinnar. Í því felst að einstaklingurinn þarf að vera svo heill heilsu andlega að hann geri sér grein fyrir því hvað felist í skipun ráðsmanns, þ.e. að hann geti ekki eftir skipun hans ráðstafað þeim eignum sem heyra undir ráðsmanninn.

Lögin gera ráð fyrir tvöföldu eftirlitskerfi til að tryggja að ákvæðum 33. gr. sé fullnægt. Annars vegar er eftirlit af hálfu ráðsmannsins og hins vegar er opinbert eftirlit af hálfu yfirlögráðanda. Þannig ber ráðsmanni að fylgjast með heilsufari skjólstæðings síns. Verði hann þess var að heilsufar hans hafi breyst þannig að hann uppfylli ekki lengur skilyrði 33. gr. á hann að vekja athygli yfirlögráðanda á því, sbr. 2. mgr. 48. gr. lögræðislaga. Yfirlögráðandi tekur í kjölfarið ákvörðun um hvort ráðsmanni skuli þegar í stað veitt lausn frá störfum eða hvort beðið skuli úrskurðar í lögræðissviptingarmáli. Yfirlögráðandi skal að eigin frumkvæði veita ráðsmanni lausn frá störfum ef skilyrði ákvæðisins eru ekki lengur fyrir hendi, sbr. 2. mgr. 47. gr. laganna. Tvennt getur komið til í þessu sambandi, að skjólstæðingur ráðsmanns hafi náð heilsu þannig að hann geti sjálfur sinnt fjármálum sínum eða að heilsu skjólstæðings ráðsmanns hafi hrakað svo að hann geri sér ekki lengur grein fyrir þýðingu skipunarinnar þannig að grípa þurfi til lögræðissviptingar.

Eignir sem afhentar verða ráðsmanni til umsjónar og skráning

Í 35. gr. er mælt fyrir um hvaða eignir það eru sem heimilt er að fela ráðsmanni umsjón með. Ráðsmanni má fela umsjón:

1. Fasteigna, loftfara, skráningarskyldra ökutækja og skráningarskyldra skipa. Þessar eignir eru allar háðar opinberri skráningu og því auðvelt að tilkynna viðeigandi skráningaryfirvöldum þegar umsjón með þeim er falin ráðsmanni.
2. Viðskiptabréfa. Það fer eftir reglum kröfuréttarins hvaða bréf teljist viðskiptabréf. Í flestum tilvikum er um að ræða ýmiss konar skuldabréf, víxla og hlutabréf.
3. Fjármuna á innlánsreikningum hjá bönkum eða sparisjóðum og enn fremur inneigna hjá verðbréfasjóðum. Átt er við hvers konar innlánsreikninga sem viðkomandi stofnanir bjóða upp á.

Þetta ákvæði á sér ekki hliðstæðu í löggjöf nágrannalanda okkar þar sem það er ekki takmörkunum bundið hvaða eignir geta fallið undir umsjón ráðsmanns. Helsta ástæðan fyrir því að íslensku lögin veita ekki heimild til að fela ráðsmanni umsjón allra eigna sem einstaklingur telur sig ekki geta annast svo viðeigandi sé er sú, að löggjafanum þótti rétt að fara hægt af stað í byrjun og takmarka ráðsmennskuna við eignir þar sem tiltölulega auðvelt er að koma við skráningu þannig að grandlausum viðsejendum megi vera kunnugt um takmörkun á ráðstöfunarheimildum viðkomandi eins og nánar verður vikið að hér á eftir.

Allar þær eignir sem heimilt er að fela ráðsmanni eiga það sammerkt að auðvelt er að skrásetja hver fer með forræði yfir þeim. Hagsmunir viðskiptalífsins krefjast þess að yfirræð yfir eignum sem faldar eru ráðsmanni til umsjónar séu skýr og komið er til móts við þá hagsmuni með því að leggja þá skyldu á yfirlögráðanda að grípa til eftirgreindra ráðstafana um leið og ráðsmaður hefur verið skipaður, sbr. 2. mgr. 40. gr.:

1. Þinglýsa skipun ráðsmanns á viðkomandi eign hafi ráðsmanni verið falin umsjón fasteignar, loftfars, skráningarskylds skips eða skráningarskylds ökutækis. Þinglýsingargjald skal ekki greiða vegna þessa.
2. Sjá til þess að skipunar ráðsmanns sé getið með sérstakri áritun á viðskiptabréf hafi ráðsmanni verið falin umsjón þess. Sama gildir um viðskiptabréf sem ráðsmaður kann að kaupa síðar fyrir skjólstæðing sinn.
3. Tilkynna hlutaðeigandi innlánsstofnun með ábyrgðarbréfi eða með öðrum jafntryggum hætti hafi ráðsmanni verið falin umsjón fjármuna á innlánsreikningi hjá bönkum eða sparisjóðum. Sama á við um inneignir í verðbréfasjóðum.

Nánar um umsókn um skipun ráðsmanns

Umsókn um skipun ráðsmanns skal beina til yfirlögráðanda í því umdæmi þar sem umsækjandi á lög-

heimili eða þar sem hann dvelur, sbr. 36. gr. lögræðis- laga. Að jafnaði er lögheimili einstaklings og dvalar- staður hinn sami, sbr. 1. gr. laga um lögheimili, nr. 21/1990. Lögin bjóða þó upp á þessa tvo kosti, þar sem búast má við því að umsækjandi geti dvalist þegar um- sókn er lögð fram á sjúkrahúsum eða dvalarheimilum aldraðra fjarri lögheimili sínu. Dvöl á sjúkrahúsi er ekki ígildi fastrar búsetu, sbr. 3. mgr. 1. gr. lögheimilis- laga og getur lögheimili manns því ekki verið þar, sbr. 1. mgr. sömu greinar. Þá er manni, sem flyst á dvalar- heimili aldraðra, heimilt í allt að 18 mánuði frá flutningi að eiga áfram lögheimili í því sveitarfélagi sem hann hafði fasta búsetu í áður, sbr. 4. mgr. 4. gr. laganna. Það er því til hægðarauka að veita yfirlögráðanda í því um- dæmi þar sem umsækjandi dvelur heimild til að afgreiða umsókn um skipun ráðsmanns.

Sækja skal um skipun ráðsmanns á sérstöku eyðu- blaði sem yfirlögráðandi lætur í té. Þar skal umsækj- andi gefa helstu persónuupplýsingar og nafn maka eða sambúðarmaka ef honum er til að dreifa. Mikilvægt er að þetta komi fram, enda öðru hjóna heimilt að fara fram á skipun ráðsmanns þótt hitt geri það ekki. Geta á ástæðna þess að skipunar ráðsmanns er óskað og er þar átt við hvaða veikindi eða fötlun valdi því að um- sækjandi eigi óhægt með að sjá um fjármál sín. Þær eignir sem ráðsmanni er ætlað að sjá um skulu taldar nákvæmlega upp því 35. gr. laganna gerir ráð fyrir að einungis sé hægt að fela ráðsmanni umsjón tiltekinna eigna og því nauðsynlegt að fram komi strax í umsókn- inni hvaða eignir umsækjandi hefur í huga. Loks skal koma fram í umsókn hvort umsækjandi óskar eftir því að tiltekinn maður verði skipaður ráðsmaður.

Umsókn skal fylgja læknisvottorð þar sem grein er gerð fyrir heilsufari umsækjanda og mati læknis á því hvort hann geri sér grein fyrir þýðingu ráðstöfunar. Læknir sá sem skoðar umsækjanda þarf því ekki að- eins að gera grein fyrir veikindum umsækjanda eða fötlun heldur einnig því hvort hann telji, með hliðsjón af veikindum umsækjanda eða öðru, að hann geri sér grein fyrir hvaða þýðingu skipun ráðsmanns hefur. Yfirlögráðandi hefur læknisvottorðið síðan til hliðsjón- ar við mat á því hvort skilyrðum 33. gr. er fullnægt, en leggur jafnframt sjálfstætt mat á viðkomandi umsækj- anda, sbr. skýr fyrirmæli í 3. málsl. 3. mgr. 37. gr.

Málsmeðferð umsókna um skipun ráðsmanns

Í 37. gr. lögræðis laga er mælt fyrir um þær máls- meðferðarreglur sem gilda eiga um afgreiðslu yfirlög- ráðanda á umsóknum um skipun ráðsmanns. Hvíla þær á sama meiði og meginreglur stjórn-sýslulaga nr. 37/1993. Umsókn skal taka til afgreiðslu án ástæðu- lausra tafa, sbr. og fyrirmæli 9. gr. stjórn-sýslulaga um málshraða. Yfirlögráðandi skal veita umsækjanda nauðsynlega aðstoð og leiðbeina honum, þar á meðal um lagalega þýðingu skipunar ráðsmanns og um útfyll- ingu umsóknar, sbr. og 7. gr. stjórn-sýslulaga um leið- beiningarskyldu. Yfirlögráðandi skal sjá til þess að mál

sé nægjanlega upplýst áður en ákvörðun er tekin í því. Hann getur þannig lagt fyrir umsækjanda að afla nánar tilgreindra gagna eða aflað þeirra sjálfur. M.a. skal yfir- lögráðandi kynna sér af eigin raun hvort umsækjandi uppfyllir skilyrði 33. gr. laganna. Í þessu felst að yfir- lögráðandi skal auk athugunar á læknisvottorði því sem fylgir umsókn og eftir atvikum á öðrum gögnum, leggja sjálfstætt mat á hvort skilyrðum 33. gr. er full- nægt, t.d. með því að ræða við umsækjandann. Eru öll þessi fyrirmæli í samræmi við 10. gr. stjórn-sýslulaga um rannsóknarreglu stjórnvalda.

Uppfylli sá sem umsækjandi tilgreinir sem ráðs- mann þau hæfisskilyrði sem gerð eru til ráðsmanna, sbr. 38. gr. laganna, og aðrir annmarkar eru ekki á um- sókninni, ber yfirlögráðanda að skipa þann einstakling ráðsmann umsækjanda. Hafi umsækjandi ekki farið fram á að tiltekinn maður verði skipaður ráðsmaður skal yfirlögráðandi hafa samráð við hann um skipun ráðsmannsins. Í því felst að yfirlögráðandi þarf að bera undir umsækjanda tillögur sínar um hvern skipa eigi ráðsmann. Það leiðir af sjálfu sér að umsækjandi sé hafður með í ráðum við val á ráðsmanni þar sem góð samskipti ráðsmanns og umsækjanda hljóta að vera grundvöllur þess að vel takist til með ráðsmennskuna.

Yfirlögráðandi skal gefa maka umsækjanda eða sambúðarmaka hans kost á að tjá sig um málið áður en skipun ráðsmanns fer fram. Gert er ráð fyrir því að annað hjóna geti óskað eftir skipun ráðsmanns og er því eðlilegt að maki fái að tjá sig um það, þar á meðal um val á ráðsmanni, enda má búast við því að samstarf ráðsmanns og maka umsækjanda verði náið. Megin- reglan varðandi andmælarétt aðila stjórn-sýslumáls er sú að hann verði sjálfur að hafa frumkvæði að því að kynna sér gögn og tjá sig um mál. Hér er gert ráð fyrir undantekningu frá þeirri meginreglu því yfirlögráð- andi skal samkvæmt málsgreininni gefa maka sérstakt færi á því að tjá sig um málið. Yfirlögráðandi skal því hafa samband við maka eða sambúðarmaka umsækj- anda og veita honum ákveðinn frest til að kynna sér gögn og tjá sig um málið. Eftir það er það undir makanum komið hvort hann nýtir sér þennan rétt.

Umsækjandi getur afturkallað umsókn sína á hvaða stigi málsmeðferðar sem er þar til ráðsmaður hefur verið skipaður. Vilji einstaklingur afturkalla umsókn eftir skipun ráðsmanns fer um lausn ráðsmanns frá störfum eftir reglum 47. og 48. gr. laganna.

Ákvörðun um skipun ráðsmanns

Ef lagaskilyrðum er fullnægt skal yfirlögráðandi skipa umsækjanda ráðsmann og eftir atvikum er heimilt að skipa hjónum eða sambúðarmökum sama ráðsmann.

Ráðsmanni er ekki falin umsjón annarra eigna en nauðsynlegt er miðað við þarfir umsækjandans. Þau sjónarmið sem búa að baki þessari reglu eru þau að koma í veg fyrir að ráðsmaður sé skipaður að þarf- lausu. Úrræðið er hugsað fyrir þá sem þurfa á þessu að

halda vegna veikinda eða fötlunar sem kemur í veg fyrir að viðkomandi geti sinnt fjárhagslegum málefnum sínum sem skyldi. Hið opinbera eftirlit og umgjörðin öll á að tryggja að hagsmunir skjólstæðinga ráðsmanna séu ekki fyrir borð bornir. Heimilt er að skipa sama einstaklingi fleiri en einn ráðsmann ef sérstaklega stendur á, en þeir fara aldrei með umsjón sömu eigna. Í ákveðnum tilvikum gæti það reynst heppilegt að fela fleiri en einum manni umsjón með eignum umsækjanda, t.d. þegar um miklar eignir er að ræða eða ólíkar.

Skipun ráðsmanns er ótímabundin. Hefur það ótví-
ræða kosti. Ekki síst eru það hagsmunir viðskiptalífsins sem mæla með því. Festa í framkvæmd er viðskiptalífinu í hag og tímabundin ráðsmennska gæti haft hamlandi áhrif á viðskipti með þær eignir sem undir ráðsmennsku heyra.

Ákvörðun um skipun ráðsmanns er skrifleg því skipun ráðsmanns felur í sér skerðingu á gerhæfi umsækjanda og því er mikilvægt að festa sé í framkvæmd og að ekki leiki vafi á að ákvörðun um skipun ráðsmanns hafi verið tekin og hvers efnis hún er. Ákvörðunin skal tilgreina persónuupplýsingar um skjólstæðing ráðsmannsins, um ráðsmanninn sjálfan, ástæður fyrir skipun hans, nákvæma tilgreiningu á þeim eignum sem honum eru faldar til umsjónar og þóknun til hans og greiðslufyrirkomulag hennar. Ákvörðun um skipun ráðsmanns skal færa í gerðabók yfirlögráðanda, sbr. 82. gr. lögræðislaga.

Ákvörðun um þóknun og greiðslufyrirkomulag hennar er í höndum yfirlögráðanda, sbr. 44. gr. lögræðislaga og skal ákveða þóknunina með tilliti til eðlis og umfangs starfans. Þóknun er greidd af skjólstæðingi og er ekki gert ráð fyrir því að ríkissjóður eigi í neinum tilvikum að hlaupa undir bagga, eins og heimilt er að gera vegna lögráðamannsstarfa. Ráðsmaður og skjólstæðingur geta hvor um sig krafist endurskoðunar á fjárhæð þóknunar ráðsmannsins. Umsvif ráðsmennsku geta aukist eða minnkað og því nauðsynlegt að gefa aðilum kost á því að geta óskað eftir endurskoðun ef ástæða er til. Ekki er gert ráð fyrir því að ráðsmaður geti kafið skjólstæðing sinn um hærri þóknun fyrir ráðsmennskuna en kveðið er á um í skipuninni. Ef ráðsmaðurinn sinnir öðrum störfum fyrir skjólstæðing sinn en umsjón með þeim eignum sem honum voru falin til ráðsmennsku, til að mynda umsjón með eignum sem ekki er hægt að fela ráðsmanni umsjón yfir samkvæmt ákvæðum laganna getur hann þó kafið skjólstæðinginn um sérstaka greiðslu fyrir það, en slíkar greiðslur falla fyrir utan eftirlit yfirlögráðanda.

Yfirlögráðandi gefur út skipunarbréf til ráðsmanns sem tilgreinir persónulegar upplýsingar um skjólstæðinginn, ráðsmanninn og þær eignir sem faldar eru ráðsmanni til umsjónar. Þau atriði sem ekki eiga að koma fram í skipunarbréfi eru upplýsingar um þóknun og ástæður skipunar. Gert er ráð fyrir að endurrit skip-

unarbréfsins verði síðan eftir því sem við á notað við þinglýsingu skipunar ráðsmanns á viðkomandi eignir og við aðrar tilkynningar um skipun hans, sbr. 40. gr.

Yfirlögráðandi skal senda ráðsmanni skipunarbréf hans þegar í stað með ábyrgðarbréfi eða öðrum jafntryggum hætti. Enn fremur skal hann á sama hátt senda skjólstæðingi ráðsmanns og dómsmálaráðuneyti staðfest endurrit skipunarbréfsins. Dómsmálaráðuneytið heldur skrá yfir ráðsmenn og skjólstæðinga þeirra.

Hæfi ráðsmanna

Samkvæmt 38. gr. lögræðislaga, sbr. 54. gr. sömu laga skal ráðsmaður vera lögráða og fjár síns ráðandi, ráðvandur og ráðdeildarsamur og að öðru leyti vel til starfans fallinn. Enginn verður skipaður ráðsmaður nema hann hafi veitt til þess samþykki sitt.

Ráðsmenn geta verið hverjir sem er sem uppfylla hæfisskilyrði laganna. Algengast er þó að ráðsmenn komi úr hópi náinna ættinga skjólstæðings, t.d. uppkomin börn eða systkin. Oft eru ráðsmenn venslamenn, s.s. vinir, fjarskyldari ættingjar eða aðrir sem tengjast skjólstæðingi persónulegum böndum. Þess eru og dæmi að ráðsmaður sé sérfræðingur, t.d. lögmaður, löggiltur endurskoðandi eða félagsráðgjafi.

Réttaráhrif skipunar ráðsmanns

Um réttaráhrif skipunar ráðsmanns er fjallað í 41. gr. lögræðislaga. Þar kemur fram að þegar tilkynning er komin til umsækjanda um að honum hafi verið skipaður ráðsmaður þá glatar hann rétti til að fara með, ráðstafa og takast á herðar skuldbindingar vegna þeirra eigna sem ráðsmanni hafa verið faldar til umsjónar. Hann glatar því gerhæfi sínu yfir þeim eignum. Löggerningar skjólstæðings ráðsmanns, sem varða þær eignir sem skipun ráðsmannsins tekur til, eru því ekki bindandi fyrir hann nema eftir því sem fram kemur í lögræðislögunum. Skjólstæðingurinn glatar þó ekki heimildum sínum til að ráðstafa þeim eignum sem faldar hafa verið ráðsmanni til umsjónar með erfðaskrá eða öðrum dánargerningum, svo sem dánargjöf sem ekki er ætlast til að komi til framkvæmdar fyrr en að gefandanum látnum.

Gagnvart grandlausum aðilum miðast tímamark réttaráhrifa skipunar ráðsmanns við að ráðstafanir sem sýslumanni ber að framkvæma samkvæmt 2. mgr. 40. gr. laganna hafi verið gerðar. Hafi slíkt ekki verið gert geta grandlausir viðsejendur skjólstæðings ráðsmanns unnið rétt fyrir traustnám.

Meðal réttaráhrifa skipunar ráðsmanns eru þau að löggerningar skjólstæðings ráðsmanns um eign, sem fellur undir ráðsmennsku binda skjólstæðinginn ekki, nema löggerningurinn hafi annaðhvort verið staðfestur af ráðsmanni, og eftir atvikum yfirlögráðanda, eða honum verið fullnægt svo skuldbindandi sé fyrir skjólstæðinginn. Getur þar komið til greina að skjólstæðingurinn hafi goldið fé, sem ekki verði aftur heimt

vegna reglna um traustnám eða fé sé goldið af fjármunum sem hann má ráðstafa. Staðfesting ráðsmanns eins nægir að sjálfsögðu ekki þegar um gerninga er að ræða sem samþykki yfirlögráðanda þarf til.

Um löggerninga skjólstæðings ráðsmanns og meðferð ráðsmanns á fjármunum hans gilda jafnframt ýmis önnur ákvæði lögræðislaga. Þannig ber að varðveita eignirnar sem ráðsmennskan nær til með tryggilegum hætti og ávaxta þær eins og best er á hverjum tíma, sbr. 1. mgr. 67. gr. lögræðislaga. Þá ber ráðsmanni að halda peningum og viðskiptabréfum skjólstæðings síns aðgreindum frá eigin fjármunum, sbr. 3. mgr. 67. gr. Loks skal ráðsmaður sjá til þess að tekjur og arður af eignum sem hann hefur ráðsmennsku yfir nýtist í þágu skjólstæðingsins, sbr. 1. mgr. 68. gr.

Geri skjólstæðingur ráðsmanns samning sem hann skorti heimild til að gera, getur hinn aðilinn rift samningnum nema samningurinn hafi verið staðfestur af ráðsmanni eða honum hafi verið fullnægt svo skuldbindandi sé fyrir skjólstæðinginn. Ef maður veit að hann semur við skjólstæðing ráðsmanns og hefur ekki ástæðu til að ætla að samþykki ráðsmanns sé fyrir hendi, getur hann ekki rift samningnum fyrr en liðinn er tilskilinn frestur til að afla staðfestingar hans ef um slíkan frest hefur verið samið en ella hæfilegur tími hefur liðið til þeirrar málaleitunar. Sama gildir ef afla þarf samþykkis yfirlögráðanda fyrir gerningnum. Ákvörðun um riftun samnings skal bæði tilkynna skjólstæðingi og ráðsmanni.

Valdi skortur á gerhæfi skjólstæðings vegna ráðsmennsku ógildingu samnings skal þá hvor aðili skila aftur þeim verðmætum sem hann hefur veitt viðtöku. Ef ekki er unnt að skila hlut aftur skal aðili greiða verð hans eftir því sem nánar segir í 78. gr. lögræðislaga.

Verði breytingar á stöðu eða störfum ráðsmanns þá öðlast þær breytingar réttaráhrif gagnvart grandlausum aðila þegar staðið hefur verið að tilkynningum með þeim hætti sem tilgreint er í 2. mgr. 40. gr. laganna og nánar er rakið hér að framan.

Heimildir ráðsmanns, starfsskyldur og skaðabótaskylda

Um heimildir ráðsmanns gildir sú meginregla að hann hefur sömu heimildir yfir þeim eignum sem honum hefur verið falin umsjón með og skjólstæðingur hans hafði fyrir skipun hans, sbr. 42. gr. lögræðislaga. Í ákvæðinu eru þó varnaglar slegnir og undantekningar tilgreindar. Ef binda á skjólstæðing ráðsmanns við ábyrgð eða tryggingu fyrir þriðja mann þarf jafnframt til að koma samþykki yfirlögráðanda. Með sama hætti getur ráðsmaður hvorki selt né veðsett fasteign, loftfar, skráningarskylt skip eða skráningarskylt ökutæki í eigu skjólstæðings síns nema með skriflegu samþykki yfirlögráðanda. Sama gildir um útleigu slíkra eigna til lengri tíma en þriggja ára, nema kveðið sé á um rétt til uppsagnar með hæfilegum fyrirvara. Sala og langtímaleiga eru ráðstafanir sem telja verður til mikils háttar ráðstafana og því eðlilegt að afskipti

yfirlögráðanda þurfi til að koma auk þess sem afskiptin eru hluti af því eftirliti sem lögin gera ráð fyrir að viðhaft sé.

Í 43. gr. lögræðislaga er fjallað um starfsskyldur ráðsmanns og skaðabótaskyldu. Um starfsskyldur ráðsmanna er vísað til 1. – 3. mgr. 60. gr. lögræðislaga. Þar kemur fram að ráðsmaður skal hafa samráð við skjólstæðing sinn um framkvæmd starfa sinna, eftir því sem við verður komið, nema um minni háttar ákvarðanir sé að ræða. Telja verður að ákvæðið beri að skýra svo að ráðsmaður beri ríkar skyldur til samráðs við skjólstæðing sinn og að frávík frá þeirri reglu eigi einungis við þegar augljóst er að ekki reynist unnt að ná til hans. Þá er samráðs ekki talið þörf þegar um minni háttar ákvarðanir er að ræða. Hér getur margt komið til, s.s. greiðslur ýmissa reikninga fyrir skjólstæðinginn sem lögskylt er að greiða. Þykir ekki rétt að krefjast þess að ráðsmaður þurfi í þeim tilvikum ávallt að hafa samráð við skjólstæðing sinn. Þá skal ráðsmaður haga störfum sínum í þágu skjólstæðingsins eins og best hentar hag hans hverju sinni og að fylgja í hvívetna fyrirmælum yfirlögráðanda og dómsmálaráðuneytis.

Um skaðabótaskyldu ráðsmanna er vísað til 61. gr. laganna sem mælir fyrir um að ráðsmaður skuli bæta skjólstæðingi sínum tjón af störfum sínum ef hann veldur því af ásetningi eða gáleysi.

Dómsmálaráðherra getur sett nánari reglur um störf og starfsskyldur ráðsmanna og eftirlit yfirlögráðenda með þeim. Slíkar reglur hafa ekki verið settar.

Skýrslugjöf ráðsmanns

Vegna eftirlits yfirlögráðanda með starfi ráðsmanna ber ráðsmönnum að skila árlega skýrslu, sbr. 45. gr. laganna. Nauðsynlegt er að skýrslurnar séu eins ítarlegar og kostur er á og að öll nauðsynleg gögn fylgi. Í skýrslu skal gera grein fyrir þeim ákvörðunum sem teknar hafa verið á fyrra almanaksári um fjárhald og eignaumsýslu skjólstæðings ráðsmanns. Vegna eftirlitsins getur yfirlögráðandi hvenær sem er kallað eftir upplýsingum frá ráðsmanni. Samkvæmt þessu er frumkvæðisskylda yfirlögráðanda rík, og vakni grunsemdir hjá honum um að ráðsmaður sinni ekki sem skyldi starfsskyldum sínum ber honum að krefjast upplýsinga um fjárhald og eignaumsýslu eða annað sem ráðsmennskunni tengist.

Yfirlögráðandi á og rétt til að fá fjárhaldið endurskoðað af löggiltum endurskoðanda á kostnað skjólstæðings ráðsmanns. Þessi heimild er nauðsynleg til að gera eftirlitið nægilega virkt og er henni einnig ætlað að hafa bæði almenn og sérstök varnaðaráhrif.

Þegar ráðsmaður fær lausn frá störfum ber honum einnig að gefa yfirlögráðanda skýrslu um fjárhald og eignaumsýslu skjólstæðings síns. Um er að ræða sams konar skýrslu og ráðsmaður skal gefa fyrir fyrra almanaksár, en hún mun væntanlega alltaf taka yfir styttra tímabil, þ.e. frá því tímabili sem hin árlega

skýrsla endar og til lausnardags. Skýrslu þessari skal skila án tillits til þess með hvaða hætti lausn ráðsmanns bar að.

Lausn ráðsmanns frá störfum

Til lausnar ráðsmanns getur komið að frumkvæði ráðsmanns sjálfs, skjólstæðings eða yfirlögráðanda, sbr. 47. gr. laganna.

Ráðsmaður getur hvenær sem er óskað eftir því að vera leystur frá störfum, en honum ber þó að gegna áfram starfanum þar til nýr ráðsmaður hefur verið skipaður(.) sé þess þörf að mati yfirlögráðanda.

Yfirlögráðandi getur að eigin frumkvæði leyst ráðsmann frá störfum verði hann þess áskynja að skjólstæðingur hans uppfylli ekki lengur skilyrði 33. gr. Sama á við ef yfirlögráðandi verður þess var að ráðsmaður vanrækir starfa sinn, gerist brotlegur í starfi eða uppfyllir ekki lengur almenn hæfisskilyrði. Á þetta getur reynt hvort heldur sem ráðsmaður brýtur gegn þeim starfsskyldum sem mælt er fyrir um í 43. gr. eða gerist með öðrum hætti brotlegur í starfi.

Óski skjólstæðingur eftir því að ráðsmanni verði veitt lausn frá störfum og honum fengin umsjón eigna sinna á ný ber yfirlögráðanda að jafnaði að verða við þeirri ósk. Yfirlögráðandi þarf þó áður að kanna hvort hugsanlega beri að svipta skjólstæðinginn lögræði, sjálfræði eða fjárræði. Þegar beiðni kemur fram hjá skjólstæðingi sjálfum um brottfall ráðsmennsku þarf yfirlögráðandi því m.a. kynna sér af eigin raun ástand umsækjanda.

Verði skjólstæðingur ráðsmanns sviptur fjárræði fellur skipun ráðsmanns niður við skipun lögráðamanns. Þó svo að möguleiki sé á því að tveir ráðsmenn starfi samhliða við umsýslu eigna eins manns, sbr. 3. mgr. 39. gr., kemur aldrei til þess að ráðsmaður og lögráðamaður séu starfandi samtímis fyrir einn og sama einstakling. Hins vegar verður ráðsmaður hugsanlega skipaður lögráðamaður ef til sviptingar fjárræðis kemur hjá skjólstæðingi hans.

Við andlát eða gjaldþrot skjólstæðings eða gjald-

þrot ráðsmanns hans falla sjálfkrafa niður réttaráhrif skipunar ráðsmanns. Gjaldþrot miðast við uppkvaðningu úrskurðar dómara um að bú viðkomandi skuli tekið til gjaldþrotaskipta.

Í öllum þeim tilvikum sem hér um ræðir skal yfirlögráðandi sjá til þess að ráðsmanni, skjólstæðingi hans og dómsmálaráðuneyti sé tilkynnt um lausnina með ábyrgðarbréfi eða öðrum sannanlegum hætti, sbr. 49. gr. laganna.

Gjöld

Fyrir skipun ráðsmanns og breytingar á störfum ráðsmanns skal greiða kr. 5000. Fjárhæðinni má breyta í samræmi við verðlagsþróun, en hún hefur verið óbreytt frá gildistöku lögræðislaga. Sama gjald er greitt þegar ráðsmanni er veitt lausn frá störfum að ósk skjólstæðings. Gjöld þessi eru greidd af skjólstæðingnum.

Samantekt

Eins og rakið var í upphafi þessarar greinar eru lagaákvæði um ráðsmennsku nýmæli í íslenskri löggjöf.

Liðlega fimm ára reynsla er nú komin á þessi lagaákvæði. Á tímabilinu hafa eingöngu nokkrir tugir ráðsmanna verið skipaðir, eftir því sem næst verður komist. Í ljósi þess hversu skynsamlegt ráðsmannsúrræðið er fyrir stóran hóp einstaklinga kemur fjöldi þeirra sem notfært hafa sér úrræðið nokkuð á óvart. Vitað var þó að fyrirfram væri óhugsandi að geta sér til um það hversu víðtækt úrræðið yrði.

Hugsanlega hefur ráðsmannsúrræðið ekki verið nægilega kynnt, t.d. fyrir félagsráðgjöfum og öðrum sem starfa með einstaklingum sem kynnu að vilja notfæra sér það.

Heimildir:

Lögræðislög nr. 71/1997.

Frumvarp til lögræðislaga. 121. löggjafarþing. 410. mál. þskj. 707.

Vefútgáfa Alþingistíðinda, slóð:<http://www.althingi.is/altext/121/s/0707.html>.



Ímynd eldri borgara í íslensku samfélagi – og til starfa í þeirra þágu

Anna Birna Jensdóttir,
hjúkrunarforstjóri á
hjúkrunarheimilinu Söltúni



Oft á tíðum er fjallað með neikvæðum hætti um aldraða í íslenskri samfélagsumræðu, jafnvel þannig að halda mætti að langlífið sé baggi á þjóðfélaginu frekar en eitt mesta verðmæti þjóðarinnar. Þegar hallar undan fæti hjá Íslendingum vegna heilsuvanda hefur þjóðin sameinast um að vilja byggja upp bestu heilbrigðisþjónustu á heims-mælikvarða með jöfnum aðgangi óháð aldri, kyni, búsetu, menntun eða tekjum. Áður fyrr fólst uppbyggingin í að byggja upp heilsugæslu fyrir börn og yngra fólk og var það í takt við aldurs-samsetningu þjóðarinnar, nú hefur orðið breyting á og elstu Íslendingunum fjölga verulega. Uppbygging heilsugæslu, heimaþjónustu og stofnanaþjónustu hefur verið markviss síðastliðin 20 ár, ný hjúkrunarheimili og heilsugæslustöðvar teknar í notkun jafnt og þétt um allt land. Því miður hefur ekki haldist nægjanlega í hendur að laða að nægjanlega marga umönnunaraðila til að tryggja þeim þjónustu sem þurfa. Hagsmunaaðilar með heilbrigðisýfirvöld í fararbroddi hafa markvisst hin síðari ár unnið að því að snúa þeirri þróun við. Ímyndarherferð var hleypt af stokkunum árið 2001-2002, launakjör fara batnandi og náms-tækifærum fjölga. Í greininni er gert grein fyrir Gallup könnun sem mældi viðhorf til aldraðra og starfa í þeirra þágu og árangri af ímyndarherferð.

Inngangur

Til margra ára hefur það verið áhyggjuefni þeirra sem veita þjónustu til eldri borgara hversu erfitt hefur verið að fá starfsfólk til starfa. Sérstaklega hefur verið viðvarandi skortur á fagmenntuðu fólki s.s. hjúkrunarfræðingum, sjúkraliðum, félagsliðum, sjúkraþjálfum og iðjuþjálfum. Fólk án sérstakrar fagmenntunar á sviði heilbrigðis- og félagsþjónustu hefur staldrað stutt við og mannaskipti í þeirra hópi verið tíð. Dæmi hafa verið um að mannaskipti á einstökum deildum hjúkrunarheimila hafi verið tvöföld á einu ári. Í skýrslu Ríkisendurskoðunar kemur fram að íbúar á hjúkrunarheimilum á Stór-Reykjavíkursvæðinu fengu 5,24 hjúkrunarklukkustundir á sólarhring árið 1999. Meginhluti hjúkrunarinnar var veittur af starfsfólki sem var án fagmenntunar á sviði heilbrigðis- og félagsþjónustu eða 3,15 hjúkrunarklukkustundir á sólarhring. Sjúkraliðar veittu 1,07 hjúkrunarklukkustundir og hjúkrunarfræðingar 1,02 klukkustundir (Ríkisendurskoðun, 2001). Þjónusta sérhæfðra hópa eins og sjúkraþjálfunar, iðjuþjálfunar, sálgaeslu, sálfræðiþjónustu, list- og tónlistar-meðferðar, talþjálfunar og lækniþjónustu er fyrir utan hjúkrunarklukkustundirnar og er óverulegt brot af heildarþjónustunni sem mælist aðeins í mínútum á viku í þágu hvers einstaklings samkvæmt RAI-mati.

Til að stuðla að frekari uppbyggingu öldrunarþjónustunnar svo mæta megi þörfum samfélagsins vegna aukinnar þjónustuþarfar í kjölfar á breyttri aldurssamsetningu skipaði þáverandi heilbrigðis- og tryggingamálaráðherra Ingibjörg Pálmadóttir nefnd haustið 2000. Nefndinni var ætlað að skoða hvernig bregðast megi við vaxandi þörf fyrir fólk til starfa í öldrunarþjónustu og líta sérstaklega til þeirrar ímyndar sem ellin hefur í samfélaginu og viðhorfum til starfa með eldri borgurum. Nefndina skipuðu Anna Birna Jensdóttir formaður, Þórunn Sveinbjörnsdóttir formaður Öldrunarráðs Íslands, Birna Svavarsdóttir hjúkrunarforstjóri Eir, Vilborg Ingólfssdóttir yfirhjúkrunarfræðingur Landlækniseimbættis, Aðalsteinn Guðmundsson lækningaforstjóri Hrafnistu, Jóhann Árnason framkvæmdastjóri Sunnuhlíðar og Sigprúður Ingimundar-

dóttir hjúkrunarforstjóri Sólvangs. Nefndin starfaði til ársins 2003 og skilaði þá lokaskýrslu til ráðherra (Anna Birna Jensdóttir o.fl. 2003). Nefndin starfaði að ýmsum verkefnum með mörgum samstarfsaðilum. Þar á meðal var unnið að ímyndarherferð í þágu eldri borgara og starfa meðal þeirra. Ímyndaráttakinu var sérstaklega beint að ungu fólki sem er að huga að náms- og atvinnutækifærum og foreldrum þeirra. Markmið áttaksins var að hafa jákvæð áhrif á ímynd almennings gagnvart þeim sem elstir eru og til starfa meðal þeirra í samfélaginu. Til að meta árangur fékk nefndin Gallup til að mæla viðhorf til þessara þátta og verður hér gert grein fyrir helstu niðurstöðum.

Ímyndarherferð og viðhorfsmælingar

Gallup framkvæmdi viðhorfsmælingu á tímabilunum 10.-24. apríl 2002 og aftur 27. nóvember – 11. desember 2002. Í millitíðinni fór fram ímyndarherferð á vegum nefndarinnar og samstarfsaðila sem voru sveitarfélögin á höfuðborgarsvæðinu. Nefndin myndaði samstarfshóp með fulltrúum eftirtalinnna sveitarfélaga; Kópavogi, Garðabæ, Hafnarfirði, Reykjavíkurborg og Mosfellsbæ vegna markaðsáttaksins, þar sem bæði er um að ræða störf í heimaþjónustu og á stofnunum. Með nefndinni unnu að þessu verkefni þær Þóra Karlsdóttir, Þórdís Lóa Þórhallsdóttir og Kolbrún Oddbergsdóttir tilnefndar sem fulltrúar borgar- og bæjarráða. Framkvæmdasjóður aldraðra, sveitarfélögin Reykjavíkurborg, Kópavogur, Hafnafjörður og Mosfellsbær, Landssamband lífeyrisjóða, Öldrunarráð Íslands, Efling stéttarfélag og Öldrunarfræðafélag Íslands styrktu ímyndaráttakið ásamt heilbrigðis- og tryggingamálaráðuneyti. Framleitt var myndbandið „Lífið heldur áfram“ sem sýnt var í Ríkis-sjónvarpinu. Í framhaldinu fylgdi auglýsingaherferð í þremur áföngum, vor 2002, sumar 2002, haust 2002 og vetur 2003 þar sem myndbandsbrot voru sýnd í auglýsingatímum sjónvarpsrásanna og í dagblöðum, kvikmyndahúsum, strætóskýlum og einnig var fjallað um áttaksverkefnið í fréttatímum útvarps og sjónvarps. Ritstjórn Morgunblaðsins stóð þétt við bak nefndarinnar vegna áttaksins og gerði verkefninu góð skil í blaðinu. Myndbandið var sent öllum þjónustuaðilum í öldrunarþjónustu og skólum á Stór-Reykjavíkursvæðinu til notkunar sem kynningarmyndband.

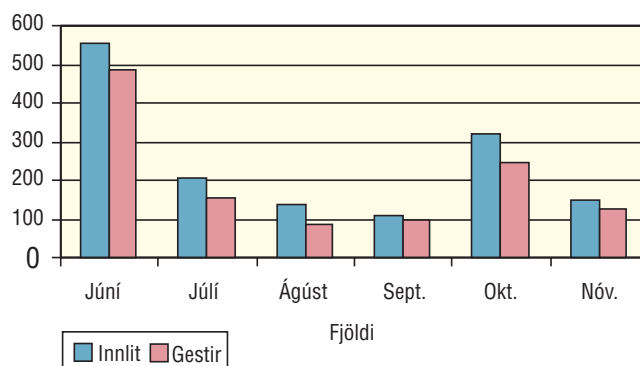
Opnað var vefrtorgið www.ellismellur.is sem er upplýsingasíða um atvinnu- og námstækifæri í störfum sem þjónusta eldri borgara.

Heildarfjöldi innlita á vefrtorgið var 5.600 og mest í upphafi áttaksins. Öldrunarráð Íslands hefur nú tekið við rekstri vefrtorgsins og vinnur að frekari þróun þess.

Mælingar Gallups

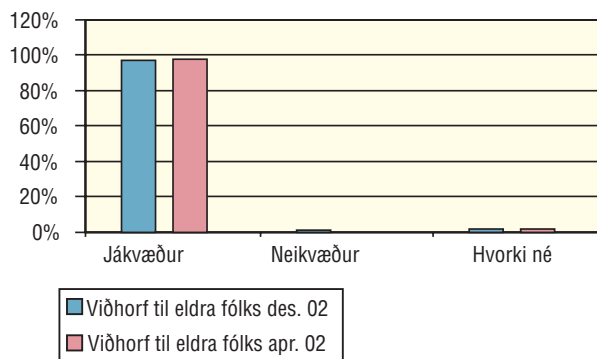
Úrtakið var 1200 Íslendingar á aldrinum 16-75 ára af öllu landinu, úr þjóðskrá. Viðhorf var kannað með símaviðtali. Í fyrri mælingunni var 70,6% þátttaka eða 805 svarendur og í seinni mælingunni var 70,5% þátttaka eða 800 svarendur. Greiningabreytur voru kyn,

Innlit og gestir á www.ellismellur.is
júní-nóvember 2002



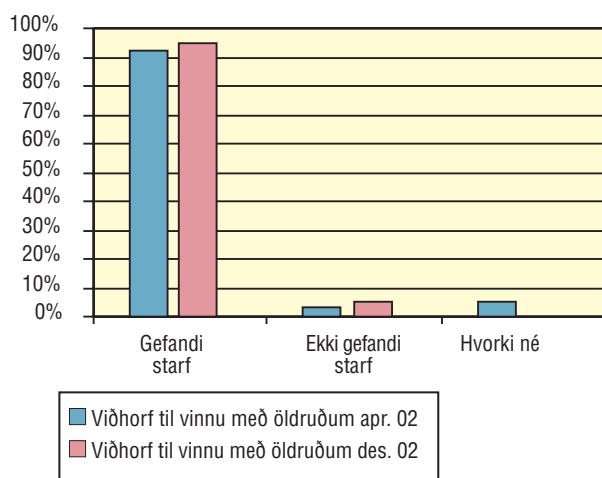
aldur, búseta, menntun, starfssvið og fjölskyldutekjur. **Spurt var: Ertu almennt jákvæð(ur) eða neikvæð(ur) gagnvart eldri fólki?**

Viðhorf til eldra fólks



Fólk er almennt mjög jákvætt gagnvart eldri fólki, þannig hafði 97% fólks jákvætt viðhorf í fyrri mælingunni og 98% í þeirri seinni og batnaði viðhorfið um 1% milli mælinga. Viðhorfið var almennt gott og óháð greiningabreytum. **Spurt var: Telur þú að það sé gefandi starf að vinna með öldruðum eða telur þú að slík störf séu ekki gefandi?**

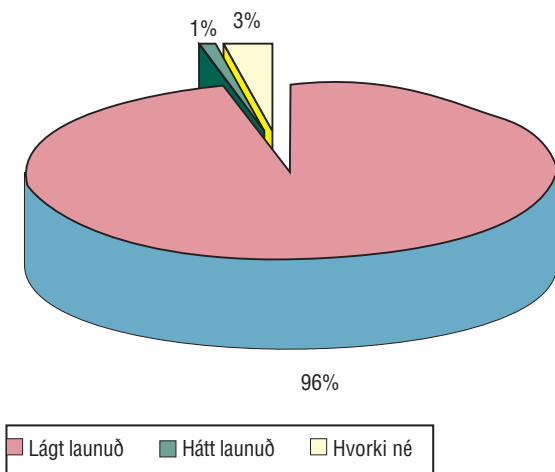
Viðhorf til vinnu með öldruðum



Fólk telur það mjög gefandi að starfa með öldruðum. Þannig töldu 92% svarenda það gefandi starf að vinna með öldruðum í apríl 2002 og 95% töldu það gefandi í desember 2002. Af því má leiða að fólk þygi virðingarvert að starfa í þjónustu við eldri borgara.

Spurt var: Telur þú almennt að störf með öldruðum séu hátt eða lágt launuð?

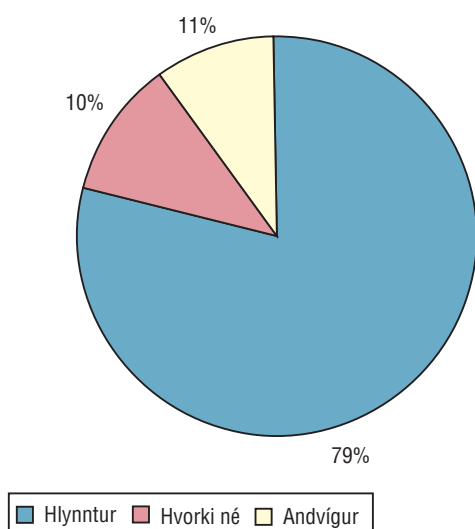
Viðhorf til launa í öldrunarþjónustu



96% svarenda töldu að launakjör séu léleg.

Í seinni viðhorfsskönnuninni var því spurt um viðhorf til þess að hækka laun umönnunarstétta umfram aðrar stéttir og voru 79% fylgandi því.

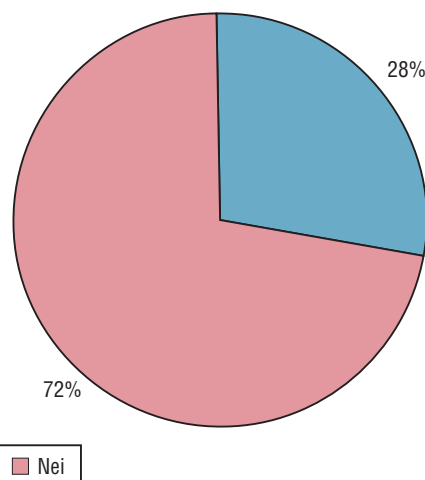
Viðhorf til hækkunar launa umönnunarstétta umfram aðrar stéttir



Að lokum var spurt hvort fólk sæi atvinnutækifæri í öldrunarþjónustu og sáu 28% svarenda tækifæri þar.

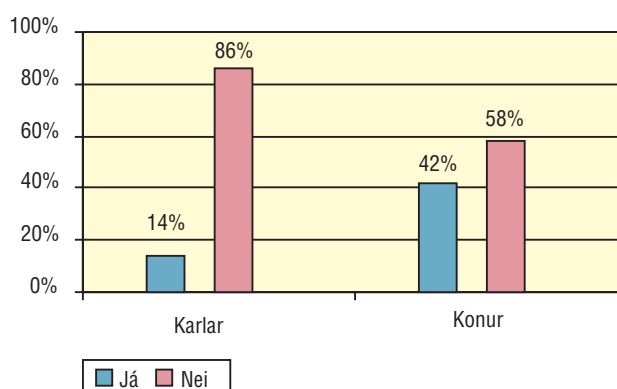
Þegar nánar er skoðað hverjir það eru sem sjá atvinnutækifæri í öldrunarþjónustu, kemur í ljós að konur sjá frekar tækifæri en karlar.

Sérð þú atvinnutækifæri í öldrunarþjónustu?

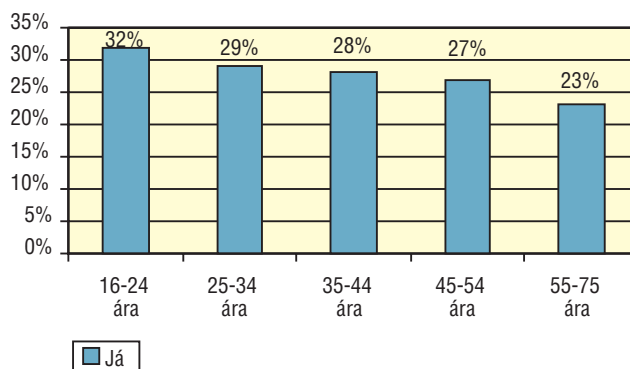


Ef litið er á það hvaða konur sjá atvinnutækifæri í öldrunarþjónustu sést að yngri konur sjá frekar tækifæri en eldri.

Sérð þú atvinnutækifæri í öldrunarþjónustu?

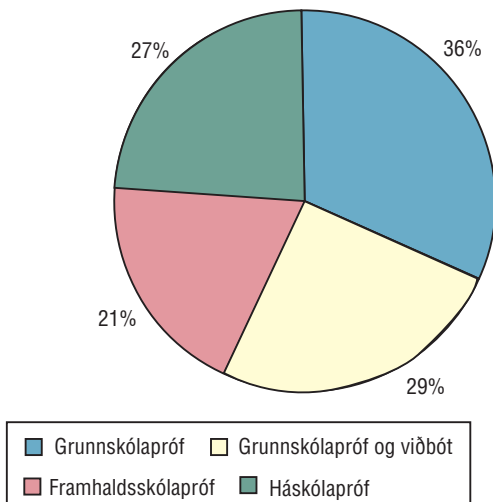


Konur sem sjá atvinnutækifæri í öldrunarþjónustu



Konur sem sjá atvinnutækifæri eru með menntun á öllum menntunarstigum.

Konur sem sjá atvinnutækifæri í öldrunarþjónustu (eftir menntun)



Samantekt

Nefndin lét mæla umferð á www.ellismellur.is hjá Modernus internetfyrirtækinu. Alls voru innlit 5.626 á sjö mánaða tímabili eða um 246 á mánuði að meðaltali ef maí mánuður er undanskilinn. Vefurinn fær áfram álíka innlit og er orðin þekktur miðill. Töluvert af atvinnuumsóknum til atvinnurekenda í öldrunarþjónustu kemur nú gegnum www.ellismellur.is.

Það er mikið ríkisdæmi fyrir þjóð að viðhorf til þeirra elstu sé jafn jákvætt og mældist í Gallup könnuninni. Á slíku veganesti er að byggja við frekari uppbyggingu öldrunarþjónustunnar og rutt er úr vegi hvers konar mýtum um neikvæðni í garð eldri borgara. Virðing fyrir störfum í þágu aldraðra er mikil og gerir störfin aðlaðandi.

Veruleg aukning hefur orðið á nemendum sem stefna í hjúkrunarfræðinám en 160 einstaklingar sóttu um á 1. ár haustið 2002 í Háskóla Íslands. Aðsókn í sjúkraliðanám hefur ekki verið meiri í mörg ár. Framhaldsnám sértengt öldrunarþjónustu fyrir sjúkraliða hefur einnig verið komið á og útskrifaðist fyrsti hópurinn í árslok 2002 og annar hóf nám. Aukin aðsókn er í félagsliðanám og vitundarvakning er meðal starfsmanna að láta meta námshluta inn í námið. Ímyndar-

átakið í öldrunarþjónustu og herferð Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga og hjúkrunarfræðideildar Háskóla Íslands á síðasta ári höfðu án efa veruleg áhrif á að þessi aukna aðsókn varð.

Ímynd eldri borgara er góð sem og til starfa í þeirra þágu. Vitundarvakning vekur athygli fólks á atvinnutækifærum í öldrunarþjónustu hvort heldur sem er á stofnunum eða í heimaþjónustu. Það er t.d. ljóst að með hverju nýju hjúkrunarrými sem opnað er mun bætast við eitt nýtt starf, að auki mun verða aukning í heimaþjónustustörfum í takt við fjölgun eldri borgara í aldursamsetningu þjóðarinnar. Það er því brýnt að tryggja nægjanleg námstækifæri innan þeirra faggreina sem þörf verður fyrir og tryggja stöðugleika í starfsmannahaldi. Gæði þjónustunnar byggist á ákveðnum stöðugleika í starfsmannahaldi sem hefur tengslamyndun milli hins aldraða og umönnunaraðila að markmiði sínu. Þannig byggist upp traust sem er grundvöllur árangursríkra samskipta þeirra og undirstaða umönnunar. Tið mannskipti hefur þær afleiðingar að orkan til að mynda tengsl eyðist og glatast. Það hefur svo áhrif á afturför í líðan og heilsu sem kallar á auknar hjúkrunarþarfir, aukinn mannafla og aukið fjármagn til rekstrar. Brýnt er að vinna markvisst gegn tíðum mannskiptum, gera öldrunarþjónustuna að aðlaðandi starfsvettvangi og tryggja samkeppnisstöðu hvað launakjör varðar. Almennungur styður úrbætur á launakjörum umönnunarstétta samkvæmt Gallup könnuninni og geta samningsaðilar nýtt sér það til að bæta kjör og tryggja mönnun.

Þakkir eru færðar til Vísindasjóðs Öldrunarfræðafélags Íslands sem gerði nefndinni kleift að framkvæma Gallup könnunina með styrkveitingu. Ennfremur eru færðar þakkir til samstarfsaðila og eldri borgaranna sem lögðu verkefninu lið.

Heimildir:

Anna Birna Jensdóttir, Aðalsteinn Guðmundsson, Birna Svavarsdóttir, Jóhann Árnason, Sigbrúður Ingimundardóttir, Vilborg Ingólfsdóttir, Þórunn Sveinbjörnsdóttir (2003). Framtíðarskref til að mæta vaxandi mannaflabörf í þjónustu við eldri borgara. Lokaskýrslarárangur nefndarstarfsins árin 2000-2003 og tillögur til ráðherra. [http://heilbrigdis-raduneyti.is/interpro/htr/htr.nsf/Files/Imyndelli-lokaskyrsla/\\$file/Imynd-elli-lokaskyrsla.pdf](http://heilbrigdis-raduneyti.is/interpro/htr/htr.nsf/Files/Imyndelli-lokaskyrsla/$file/Imynd-elli-lokaskyrsla.pdf)
Ríkisendurskoðun (mars 2001). Samningur um hjúkrunarheimili að Söltúni 2. <http://www.ríkisendurskodun.is/skyrslur2001/soltun2.pdf>

„Sá sem hefur heyrt gamalmenni gráta mun ekki gleyma því síðan...” (Halldór Laxness)

Kristjana Sigmundsdóttir,
félagsráðgjafi í öldrunarteymi
LSH Landspítali-
háskólasjúkrahús



Ofbeldi gegn öldruðum hefur ekki verið mikið í umræðu á Íslandi. Vissulega má þó gera ráð fyrir að það sé til staðar hér eins og í öðrum löndum í kringum okkur. Ofbeldi gegn öldruðum fer sjaldnast fram úti á götu af óþekktum áráðsmanni heldur inni á heimilum og á stofnunum þar sem aldraðir eiga sitt skjól. Gerendur eru oftast umönnunaraðilar úr fjölskyldunni eða starfsfólk á stofnunum. Þolendur segja sjaldan frá, því að þeir eru „háðir“ gerandanum ýmist tilfinningalega og/ eða þeirri þjónustu sem hann veitir. Það má líka velta því fyrir sér hvort viðhorf til aldraðra í þjóðfélaginu hafi áhrif á ofbeldi gegn öldruðum.

Þannig lýsir Halldór Laxness viðbrögðum Ólafs Kárasonar Ljósvíkinga í Heimsljósi, „sem fyrir skemmstu hafði staðið utanvið jarðlífið, var altíeinu staddur í jarðlífinu miðju...” Þegar hann verður vitni að ofbeldi gegn gömlum manni.

Hvernig eru okkar viðbrögð?

Til skamms tíma hefur lítið verið rætt opinberlega um ofbeldi gegn öldruðum á Íslandi og er það því fagnaðarefni að Öldrunarfræðafélag Íslands stendur fyrir ráðstefnu með yfirskriftinni „**Ofbeldi gegn öldruðum**: eru aldraðir beittir ofbeldi á Íslandi?” í samvinnu við Endurmenntun Háskóla Íslands þann 6. nóvember næstkomandi.

Ofbeldi gegn öldruðum hefur verið töluvert í umræðu og rannsakað erlendis undanfarin ár. Til marks um hvað það þykir alvarlegt mál er það komið á dagskrá Sameinuðu þjóðanna í nýrri skýrslu frá Kofi Annan aðalrita Sameinuðu þjóðanna sem byggir á rannsóknnum síðustu tuttugu ára á ofbeldi gegn öldruðum í heiminum.

Í rannsóknum frá t.d. Ástralíu, Bretlandi og Kanada er talið að 3-10% eldri borgara verði fyrir ofbeldi af ýmsu tagi og í Noregi 3-4%. Flestir telja þó að þetta sé aðeins „toppurinn á ísjakanum” og eru ýmsar orsakir fyrir því. Má t.d. nefna hversu stutt er frá því farið var að tala um ofbeldi gegn öldruðum opinberlega. Ofbeldi gegn öldruðum er líka mjög falið. Það fer oftast fram inni á heimilum, inni á stofnunum og gerendur eru oftast einhver úr fjölskyldunni eða ummönnunaraðili og þolandinn háður gerandanum með umönnun af ýmsu tagi.

Einnig hefur mikið að segja sú breytta hlutverkaskipting sem eldri borgarar þurfa flestir að ganga í gegnum. Þeir missa hlutverk sitt á vinnumarkaði - eru bara heima. Hlutverk gefanda í fjölskyldunni verður oft hlutverk þiggjanda. Sá sem hefur verið í valdahlutverki missir það og verður háður valdi annarra. Aldnir foreldrar sem verða fyrir ofbeldi frá börnum og barnabörnum segja ekki frá, því að foreldrar hætta ekki að vernda börn sín þó að þeir eldist.

Hvað er ofbeldi gegn öldruðum?

Til eru ýmsar skilgreiningar sem eiga það sam-
eiginlegt að það teljist ofbeldi þegar aldraður einstak-
lingur verður háður valdi annarra og bíður með því
tjón á sál og líkama. Orðið ofbeldi er sterkt orð en það
er erfitt að nota annað orð yfir þetta hugtak sem rúmar
önnur orð eins t.d. vanvirðu, lítilsvirðingu, hótanir,
smán, valdbeitingu, ofríki, vansæmd, einangrun. Allt
það sem verður til þess að aldraður einstaklingur lifir í
stöðugum ótta og kviða í því umhverfi sem á að tryggja
honum öryggi.

Ofbeldi gegn öldruðum er oft skipt í þrjá flokka.

Líkamlegt ofbeldi

- Virkt: Hrinding, spark, högg, kynferðisleg misbeit-
ing
- Óvirkt: Vanræksla í matargjöf, drykk eða lyfjagjöf
og þrifnaði

Andlegt ofbeldi

- Virkt: Ávítur, ógnun, hótanir (t.d. um innlögn á
stofnun), innilokun, hótá líkamsmeiðingum eða líf-
láti, tala niður til fólks (barnamál)
- Óvirkt: Vanvirðing, afskiptaleysi

Fjárhagsleg misnotkun

- Þegar peningum eða verðmætum er stolið af heim-
ili hins aldraða
- Þegar hinn aldraði er þvingaður til að láta verðmæti
af hendi eða skrifa undir skuldbindingar eins og
t.d. að veðsetja eignir sínar

Hvar fer ofbeldið fram?

Inni á heimilum aldraða, hjá aðstandendum, á
sjúkrahúsum og á stofnunum fyrir aldraða, í viðmóti í
verslunum og þjónustustofnunum úti í bæ. Það er um-
hugsunarefni að þar sem aldraðir ættu helst að eiga
skjól og öryggi eins og á heimilum eða á stofnunum er
mesta hættan á ofbeldi - ekki í skuggasundum, úti á
götum eða í innbrotum.

Hver er orsökinn?

Hvað verður til þess að slíkt ofbeldi kemur fram?

Orsökinn er samspil margra þátta. Þeir þættir geta
haft langa sögu og aðdraganda sem eru í mörgum
tilfellum í samhengi við gömul átök í fjölskyldum.
Sjúkdómar og umönnunarbyrði auka líkur á átökum
bæði í fjölskyldum og á stofnunum. Heilabilunarsjúk-
dómar hjá öldruðum og persónuleikabreytingar sem
oft fylgja í kjölfarið geta valdið miklum samskiptaerfið-
leikum sem aðstandendur og umönnunaraðilar bæði í
heimahúsum og stofnunum eiga erfitt með að vinna úr
án aðstoðar. Og ekki má gleyma því að áfengis - og
vímuefnaneysla getur blandast í ofbeldismál.

Hvernig getum við verið á verði?

Árið 1998 voru 110 sænskir heimilislæknar beðnir

um að nefna þætti sem gætu aukið líkur á ofbeldi - og
því væri rétt að vera á verði ef þeir væru fyrir hendi.
Þeir töldu auknar líkur á ofbeldi þegar aldraður er:

- með heilabilun og án eftirlits allan sólarhringinn
- með heilabilun og ergilegur gagnvart umönnunar-
aðila sínum
- með marbletti sem er erfitt að útskýra
- með þvag - og hægðavandamál sem erfitt er að
finna skýringar á
- með langa sögu um ofbeldi innan fjölskyldunnar
ýmist sem gerandi eða þolandi
- lagður oft inn á bráðadeild án þess að heimilis-
læknir komi nærri
- á heimili með öðrum fullorðnum sem á við per-
sónuleg vandamál að stríða
- órólegur vegna erfiðleika sem uppkomin börn eiga í
- í sambúð með áfengissjúklingi
- neyddur til að fjármagna drykkju einhvers í fjöl-
skyldunni
- í fjárhagsvandræðum sem eru ekki í samræmi við
tekjur þess aldraða
- háður umönnunaraðila sem er ergilegur yfir um-
önnunarbyrðinni
- háður lyfjum og ýmist gefið of mikið eða of lítið af
lyfjum af umönnunaraðila
- háður umönnunaraðila sem á við geðræn og/eða
áfengisvandamál að stríða
- háður umönnunaraðila sem fer með fjárráð þess
aldraða og misnotar ábyrgðina
- háður umönnunaraðila sem áttar sig ekki á þörfum
þess aldraða
- háður umönnunaraðila sem verður ergilegur vegna
heilabilunar þess aldraða
- háður umönnunaraðila sem hefur hagnað (fær
greitt fyrir) af því að annast þann aldraða.

(Margreta Winberg og Ingegerd Sahlstrom)

Þessir þættir gætu verið gott leiðarljós fyrir alla
sem starfa við öldrunarþjónustu og mjög mikilvægt að
unnið verði skipulega að því að vera á verði.

Á hvaða leið erum við?

Við erum að eldast og verðum „fyrirferðarmeiri”.
Spáð er að árið 2050 verði 60 ára og eldri fleiri en 15
ára og yngri í fyrsta skipti í heimssögunni. Aldamóta-
kynslóðin er að hverfa og nýjar kynslóðir koma með
nýjar þarfir, önnur markmið og önnur þolmörk.

Hver eru viðhorf til aldraðra í dag og hver verða þau?

Í lögum um málefni aldraðra frá 1989 segir m.a. í
1.gr. „...*Einnig er markmið laganna að aldraðir geti,
eins lengi og unnt er, búið við eðlilegt heimilislíf en
jafnframt sé tryggð nauðsynleg stofnanarþjónusta þegar
hennar er þörf.*

Við framkvæmd laganna skal þess gætt að aldraðir

*njóti jafnréttis á við aðra þjóðfélagsþegna og að sjálfs-
ákvörðunarréttur þeirra sé virtur.” (Lög um málefni
aldraðra 125/1989).*

Það setur að mér kvíða. Þessi lög eru nú fjórtán ára og við sem vinnum í öldrunarþjónustu vitum hversu langt er í land að hægt sé að framfylgja þeim. Aðstoð til fólks í heimahúsum er eins og gatslitin flik sem reynt er að stoppa í og bæta en það hripar alltaf í gegnum götin. Þjónustan er ýmist á vegum sveitarfélaga eða ríkisins, ókeypis eða ekki eftir því hver veitir hana. Hún er því oft ómarkviss og vantar heildarsýn yfir þá þjónustu sem einstaklingurinn þarfnast. Það er löngu tímabært að sníða nýja flik fyrir þá sem þurfa á henni að halda og passar þeim, en ekki eftir kenjum klæðskeranna hverju sinni og tiskubólum. Til þess að þjónusta fyrir aldraða verði markviss þarf að hafa heildarsýn yfir tengslanet þess aldraða til að tryggja honum öryggi.

Allir vita hvernig gengur fyrir aldraða einstaklinga sem ekki geta útskrifast heim af sjúkrahúsum að fá viðeigandi þjónustu eins og endurhæfingu eða dvöl á viðeigandi stofnun.

Stundum heyrir maður spurninguna: Af hverju

heyrir ekki meira í öldruðum og aðstandendum yfir þeirri þjónustu sem þeim er boðin?

Aldraðir og aðstandendur þeirra hafa litla möguleika á að kvarta yfir þjónustu sem þeir eru háðir að fá. Fjöldamargar þjónustukannanir hjá öldruðum þjónustuþegum um gæði þjónustunnar hafa verið gerðar en margir telja þær ómarktækar nema að hlustað sé á gagnrýnisraddirnar, því að þeir sem eru háðir þjónustu „þori“ ekki að kvarta. Við vitum að flestir vilja dvelja heima sem lengst en til þess að það geti orðið þarf aldraður einstaklingur að lifa við öryggi allan sólarhringinn - ekki að bíða kvíðinn og óöruggur eftir að einhver komi.

Það er þunn himna milli umönnunar og ofbeldis. Þeir sem vinna í málefnum aldraða vita hve einstaklingarnir eru misjafnir. Mat fyrir þjónustu og vistun þarf að byggjast á þörfum einstaklinganna og því umhverfi sem þeir lifa í. Polmörk aldraða einstaklinga og aðstandenda þeirra eru ákaflega misjöfn og því mikilvægt fyrir fagfólk að átta sig á hvar þau liggja. Það sem einn þolir - þolir ekki annar.

Forræðishyggja og valdbeiting er oft undir yfirskini umönnunar á heimilum, hjá þjónustuaðilum og á stofnunum.

Faglegar ræstingar á heilbrigðisstofnunum

Fagmennska í áratugi

Hjá ISS Ísland starfa um 570 starfsmenn við ræstingar, þríf í matvælaíðnaði, hreinsun á loftræstikerfum, tækniþríf, tyggjöhreinsun og hreingerningar í hundruðum fyrirtækja og stofnana. Á heilbrigðisviði er unnið m.a. við reglulega ræstingu, bítibúr, mótuneyti, sóttvarnir og önnur sérverkefni. ISS starfar skv. skilgreindu gæðakerfi og framkvæmdir eru árangursmælingar sem tryggja fagmannleg vinnubrögð og öryggi við afhendingu þjónustu.

ISS þjónustar:

Sjúkrastofnanir
Öldrunarstofnanir
Hjúkrunarheimili
Rannsóknarstofur
Heilsugæslustöðvar
Meðferðarstofnanir
Læknastofur
Sambýli
Sóttvarnir/hreinsun

Ávinningur:

ISS sér um starfsmannahald
ISS sér um kennslu og þjálfun
ISS sér um áhöld og efni
ISS sér um gæðaeftirlit
ISS sér um að mæla árangur
ISS tryggir sveigjanleika
ISS veitir öryggi við afhendingu
ISS tryggir fagleg vinnubrögð



ISS Ísland - Ármúla 40 - 108 Reykjavík - Sími 5 800 600 - Fax: 5 800 666 - www.iss.is - sala@iss.is
Tryggvabraut 10 - 600 Akureyri - Sími 460 6261 - Fax: 462 7842

Það má aldrei gleyma mikilvægi sjálfsákvörðunar-
réttar aldraðra.

- Rétti til að velja
- Rétti á einkalífi
- Rétti á sjálfstæði
- Rétti á mannsæmandi lífi
- Rétti á vernd og öryggi

Hver eru viðhorf til aldraðra í þjóðfélaginu? Hafa
yngri kynslóðir tíma til að staldra við og hlusta á þá
öldruðu?

Í nágrannalöndum okkar eru aðgerðaáætlanir sem
vinna gegn ofbeldi gegn öldruðum. Það er tímabært að
slík áætlun verði til hér á Íslandi.

Vinnum gegn ofbeldi með rannsóknum, markviss-
um aðgerðum og faglegum vinnubrögðum.

Komum fram við aldraða og aðstandendur með
virðingu fyrir sjálfákvörðun og einkalífi - eins og við
viljum að komið sé fram við okkur.

**Munum eftir að staldra við, hlusta, sjá og
skilja.**

*Í Afríku segja menn að þegar gamall maður deyr
hverfi bókasafn. Það minnir mann á það mikilvæga
hlutverk sem aldraðir hafa og tengir saman þátið, nútíð*

*og framtíð. Án visku aldraðra veit unga fólkið ekki
hvaðan það kemur. Vegna þess að gamla fólkið getur
sagt unga fólkinu frá, hefur það möguleika á að við-
halda vitneskjunni*

(Kofi Annan, aðalritari Sameinuðu þjóðanna)

Heimildir:

Halldór Laxness (2002) *Heimsljós*. Reykjavík, Vaka—Helgafell, 9. útg., s.
46

Margreta Winberg og Ingeborg Sahlstrom (2002). „*Han var väl inte
alltid så snäll. Våld mot äldre kvinnor*”. Nationellt råd för kvinno-
frid. Stockholm.

Omfattende og uanmeldte overgrep mot eldre (2002), i følge ny rapport
fra FNs generalsekretær. <http://www.un.dk/norwegian/Ageing/faktaark4.htm>

Åldrande och utveckling. (2002) <http://www.un.dk/swedish/ageing/faktablad5.htm>

En allt äldre befolkning: fakta och siffror. (2002). <http://www.un.dk.swedish/ageing/faktablad1.htm>

Eldrevold... Viðtal Jan Arild Holbek við Olaug Juklestad (2000).
<http://www.helsenytt.no/artikler/eldrevold.htm>

Peter Westlund (2002). *Övergrepp mot äldre*. Tidningen Äldreomsorg
handikappomsorg 4/2002, Solna Sverige.

Jacki Pritchard (1991). *The Abuse of Elderly People*, A Handbook For
Professionals, Jessica London, Kingsley Publishers.

<http://www.un.org/esa/socdev/ageing/waa/oldrep1.h>
Lög um málefni aldraðra. 125/1989

Eldri borgarar!



35% afsláttur fyrir eldri borgara af öllum vörum

Veitum persónulega ráðgjöf við val á gleraugum.
Einnig bjóðum við heimaþjónustu fyrir þá sem
ekki sjá sér fært að koma á staðinn. Hjá okkur er
mikið úrval af vönduðum gleraugnaumgjörðum.
Verið velkomin á Laugaveg 62 eða í Glæsibæ.



2 fyrir 1

Þú kaupir gleraugu með styrkleika og færð önnur
gleraugu fyrir þig eða þína í kaupbæti!
Mikið úrval af gleraugum og linsum á frábæru verði.

MIXA • fit

Sjón – alltaf betri þjónusta.

Laugavegi 62
sími 511 6699

Glæsibæ
sími 511 6698

SJÓN
gleraugnaverslun

Ofvirk þvagblaðra hjá eldri konum

Sigrún Hjartardóttir,
kvensjúkdóma- og
fæðingalæknir, Kvennadeild
Landspítala Háskólasjúkrahúss



Vandamál tengd þvaglátum eru algeng meðal kvenna og fer tíðni þeirra vaxandi með hækkandi aldri. Konum finnst erfitt að ræða þessi vandamál og telja jafnvel að þau séu eðlileg í kjölfar barneigna og við hækkandi aldur. Hjá eldri konum eru einkenni um ofvirka þvagblöðru algengust. Með einföldum aðferðum er hægt að greina á milli mismunandi tegunda vandamála við þvaglát. Við ofvirka blöðru er hægt að beita þjálfun og lyffjameðferð sem eykur lífsgæði kvenna.

Inngangur

Vandamál tengd þvaglátum eru vaxandi hjá þjóðum þar sem hlutfall eldra fólks er sífellt að aukast. Vandamál við þvaglát koma fyrir hjá báðum kynjum en eru nokkuð algengari hjá konum en körlum og tíðni þeirra eykst með hækkandi aldri. Sjúkdómar, lyf og öldrunarbreytingar í vefjum þvagfæra hafa áhrif á þvaglátin og

breyta bæði þvaglátaþörf og mynstri. Þvagleki, tíð þvaglát og næturþvaglát hafa neikvæð áhrif á lífsgæði og valda oft félagslegri einangrun og vanlíðan. Þvagleki er algeng orsök þess að aldraðir einstaklingar ráða ekki lengur við að búa heima og verða að vistast á stofnunum (Ekelund og Rundgren, 1987). Feimni og skömm valda því að fólk á erfitt með að ræða þessi vandamál við heilbrigðisstarfsfólk. Margt eldra fólk telur þó tíð þvaglát, næturþvaglát og þvagleka vera eðlilegan fylgifisk hækkandi aldurs.

Ofvirkni í þvagblöðru (overactive bladder syndrome) er ein tegund vandamála við þvaglát. Í þessari grein er fjallað um ofvirkni í þvagblöðru hjá konum, einkennum lýst og mögulegar orsakir og meðferðarúr-ræði rædd.

Hvað er ofvirkni í þvagblöðru?

Ofvirkni í þvagblöðru einkennist af sterkri og bráðri þvaglátaþörf, með eða án þvagleka (bráðaþvagleka), sem oftast er samhliða tíðum þvaglátum að degi og nóttu (> 8 þvaglát/sólarhring) (Abrams o. fl., 2002). Þessi einkenni geta verið til staðar ein sér, eða tvö eða fleiri samtímis. Þannig getur verið um ofvirkni í þvagblöðru að ræða án þess að fram komi þvagleki. Þvagleki sem kemur fram við áreynslu, hlaup, hopp, hósta eða hnerra er ekki orsakaður af ofvirkni í blöðru. Stundum sést þó bæði bráðaþvagleki og áreynsluþvagleki hjá sömu konu.

Meingerð og einkenni ofvirkrar þvagblöðru

Eðlileg fylling blöðru og losun þvags eru flókin ferli sem krefjast samhæfingar heilabarkar og bæði sjálfráða og ósjálfráða hluta taugakerfisins (Goldberg og Sand, 2002). Í einföldu máli er hægt að skýra þessi ferli á eftirfarandi hátt: Á meðan þvagblaðran er að fyllast, berast boð frá taugaendum í blöðruvegg um taugar í grindarholi til mænu og áfram upp til heilans. Heilinn svarar með hömlunarboðum sem eru send niður þessa sömu braut til að koma í veg fyrir að

vöðvinn í blöðruveggnum dragi sig of fljótt saman. Þannig er hjá heilbrigðum einstaklingi komið í veg fyrir að þvaglátapörfin komi of snemma. Þegar blaðran hefur fyllt sig og þörf fyrir að kasta vatni gerir vart við sig, getur heilbrigður einstaklingur tafið fyrir losun (haldið í sér) að vissu marki þar til aðstæður leyfa þvaglát.

Þegar um ofvirka blöðru er að ræða, truflast þetta ferli og koma þá fram ósjálfráðir samdrættir í vöðva í blöðruveggnum (detrusor vöðva) við litla blöðrufyllingu. Þessir samdrættir valda sterkri þvaglátapörf. Ef ekki tekst að hemja þessi boð um samdrátt eða einstaklingurinn nær ekki á salerni í tíma getur þvag losnað (bráðapvagleki) sem oft felur í sér að blaðran tæmist alveg, því erfitt er að stöðva samdráttinn sem fer af stað. Afleiðing slíkrar ofvirkni verður með tímanum að það magn þvags sem rúmast í blöðrunni fer minnkandi og þvaglátin verða tíðari, bæði að degi og nóttu.

Orsakir ofvirkar blöðru

Í langflestum tilfellum er orsök ofvirkni í þvagblöðru ekki þekkt (Goldberg og Sand, 2002). Ýmis konar sjúkleiki í taugakerfi getur einnig valdið ofvirkni í blöðrunni, þar á meðal Parkinson sjúkdómur, MS, heilablóðfall eða heilabilun. Ýmis lyf, t.d. þvagræsilyf eða sjúkdómur eins og sykursýki, geta gefið sömu einkenni og sjást við ofvirka blöðru. Sama á við um staðbundin vandamál í blöðru svo sem blöðrubólgu, blöðrusteina eða blöðrukrabbamein. Slímhúðarþynning (atrofia) í kyn- og þvagfærum, sem kemur fram hjá konum eftir tíðahvörf, minnkar náttúrulegar varnir gegn sýkingum og eykur einnig ertanleika blöðrunnar og er því samverkandi við aðra þætti sem geta valdið ofvirkni í blöðru (Rutchik og Resnick, 1998).

Tíðni ofvirkar þvagblöðru.

Í stórrí rannsókn sem framkvæmd var í sex Evrópulöndum reyndust 13-24% kvenna, 40 ára og eldri, hafa einkenni ofvirkar blöðru og jókst algengi með hækkandi aldri. (Milsom o. fl., 2001). Í finnskri rannsókn reyndust 39% kvenna á aldrinum 70-79 ára og yfir 55% kvenna 80-98 ára hafa einkenni um ofvirka blöðru (Nuotio, Jylha, Luukkaala og Tammela, 2002). Trúlega hefur svipað hlutfall íslenskra kvenna einkenni um ofvirka blöðru. Í rannsókn á þvagleka hjá íslenskum konum á áttæðisaldri reyndist tæplega helmingur þeirra vera með þvagleka og af þeim höfðu flestar bráðapvagleka. (Bjornsdóttir, Geirsson og Jonsson, 1998). Tíðni þvagvandamála hjá sjúklingum, sem fengið hafa heilablóðfall, hefur í ýmsum rannsóknum sýnt sig vera á milli 30-80% (Patel, Coshall, Rudd og Wolfe, 2001).

Afleiðingar ofvirkar þvagblöðru

Vandamál tengd ofvirkri þvagblöðru hafa viðtæk áhrif á lífsgæði kvenna. Félagsleg einangrun er

AÐEINS 2 MÍNÚTUR ÞARF TIL AÐ GREINA OFVIRKA BLÖÐRU

Einkenni		
Sterk og bráð þvaglátsþörf	Já	Nei
Tíð þvaglát í tengslum við bráða þvaglátsþörf (>8 sinnum á dag)	Já	Nei
Ósjálfráður þvagleki við áreynslu (t.d. hósta, hnerra, hlaup o.s.frv.)	Nei	Já
Þvagmagn við þvagleka	Mikið	Lítið
Næ að komast á snyrtingu	Nei	Já
Vakna >1 á nóttu til að hafa þvaglát	Oft	Sjaldan
↓ ↓		
Viðmiðunargreining	Ofvirk blaðra	Áreynslu-þvagleki
↓ ↓		
Byrja meðferð ef sjúklingurinn er með: - Tíð þvaglát með bráðri þvaglátapörf og eðlilega þvagskoðun - Tíð þvaglát með bráðri þvaglátapörf og áreynsluþvagleka ásamt eðlilegri þvagskoðun	Frekari rannsóknir æskilegar ef: - Byrjunarmeðferð hefur ekki skilað árangri eftir 1 mánuð - Blóð í þvagi / jákvæð frumurannsókn - Einkenni um þvagregðu (rest af þvagi í blöðru eftir tæmingu, bið eftir þvaglátum, veik/slökk þuna) - Tauga- eða efnaskiptasjúkdómur	

algeng. Kona sem er "alltaf í spreng", þarf stöðugt að fara á salerni og er í hættu að væta sig, er ekki líkleg til þess að hafa áhuga á að fara út á meðal fólks eða stunda félagsstarf sem hún annars hefði yndi af. Rannsóknir hafa sýnt að vandamál eins og þunglyndi, lélegt sjálfsmat og minnkuð kynlíflöngun eru algeng meðal kvenna með ofvirka blöðru (Wyman, Harkins, Choi, Taylor og Fantl, 1987). Við samanburð á lífsgæðum kvenna án þvagvandamála, kvenna með með áreynsluþvagleka og kvenna með ofvirka blöðru, koma þær síðastnefndu verst út (Chiaffarino, Parazzini, Lavezzari, Giambanco og Gruppo Interdisciplinare di Studio Incontinenza, 2003). Skyndileg þvaglátapörf, sem veldur því að fólk reynir að hraða för sinni á salerni til þess að hindra þvagleka, hefur í rannsóknum verið tengd aukinni hættu á falli og beinbrotum (Brown o. fl., 2000).

Greining

Sjúkrasagan er mikilvæg í greiningu vandamála við þvaglát og með einföldum spurningum er auðvelt að greina á milli ofvirkar blöðru og áreynsluþvagleka (Tafla 1). Sjúkrasagan gefur einnig upplýsingar um sjúkdóma og lyf sem geta verið orsök ofvirkni í blöðru.

Þvagrannsókn með tilliti til sýkingar, blóðs eða sykurs í þvagi er alltaf sjálfsgöð rannsókn, sem getur auðveldað greiningu staðbundinna vandamála í þvagfærum eða sjúkdóma.

Skráning þvagláta gefur mikilvægar upplýsingar um tíðni og eðli þvagláta og hugsanlegs þvagleka, en að

fylla út slíka skrá krefst skýringar og stundum hjálpar frá aðstandendum eða hjúkrunarfólki. Þegar erfitt er að átta sig á sjúkrasögunni er slík skráning nauðsynlegur grunnur greiningar. Magn þvagleka er erfitt að meta. Hægt er að vigta bindi/bleyjur, en í flestum tilfellum er nægjanlegt að ákvarða magn lekans gróflega: lítill leki (nokkrir dropar), meðal leki (smá skvetta, bleytir ekki bindi í gegn) og mikill leki (bindi blautt í gegn).

Hjá konum er alltaf nauðsynlegt að framkvæma kvenskoðun til þess að meta slímhúðarþynningu, blöðrusig og grindarbotnsstyrk og til þess að útiloka æxli í grindarholi.

Stundum þarf að beita sérhæfðum rannsóknnum á þvagblöðru og þvagrás. Undir þær rannsóknir falla blöðruspeglun og mælingar á starfsemi þvagblöðru og þvagrásar (urodynamísk rannsókn). Í þessum rannsóknnum er blaðran skoðuð og lagt mat á blöðrutæmingu, rúmmál blöðru og gerðar mælingar á þrýstingi í blöðru og þvagrás. Einnig er hægt að greina óeðlilega samdrætti í vöðva í blöðruvegg.

Meðferð

Markmið meðferðar á ofvirkri blöðru er að minnka, eða koma í veg fyrir einkennin og þar með auka lífsgæði kvennanna.

Almenn meðferð:

Blöðruþjálfun er oft fyrsta meðferðin við ofvirkri blöðru. Slík þjálfun miðar að því að teygja á blöðruveggnum og auka rúmmál blöðrunnar með því að þjálfra konuna til að halda sífellt lengur í sér þvagi. Takmarkið er að fækka þvaglátum í 5-6 á sólarhring (Mattiasson, Blaakaer, Høye, Wein og Tolterodine Scandinavian Study, 2003).

Grindarbotnsþjálfun, sem aðallega hjálpar konum með áreynsluþvagleka, getur einnig hjálpað konum með bráðþvagleka og getur jafnvel gagnast við ofvirka blöðru án þvagleka. Við slíka þjálfun styrkjast vöðvarnir í grindarbotninum sem veita þvagblöðru og þvagrás stuðning.

Ýmis konar raförvun sem miðar að því að framkalla hömlun á ósjálfráðum samdrætti í blöðruvegg, hefur reynst vel í meðferð á ofvirkri blöðru (Brubaker, 2000). Aðferðirnar eru margvíslegar og verður ekki fjallað um þær nánar.

Breytingar á lífsstíl geta haft góð áhrif á ofvirka blöðru. Takmörkun vökvainntöku að kveldi getur minnkað næturlag. Hins vegar ber að varast af litla vökvainntöku eins og algeng er hjá öldruðum, því mjög sterkt þvag í blöðru veldur ertingu og getur aukið einkennin. Bæði reykingar og koffeindrykkir valda ertingu í vöðvanum í blöðruveggnum og stuðla að samdrætti. Sumir einstaklingar með ofvirka blöðru finna fyrir versnun við inntöku ákveðinna fæðutegunda, en erfitt hefur reynst að finna orsakasamband þar á milli. Hægðatregða getur haft slæm áhrif á blöðrustarfsemi og því mikilvægt að halda hægðunum mjúkum (Newman og Giovannini, 2002).

Lyfjameðferð

Kvenhormón í flokki estrogena hafa ekki bara áhrif á kynfæri kvenna heldur einnig á þvagfærin. Eftir tíðahvörf, þegar magn estrogena hjá konum minnkar, sést aukin tíðni blöðrubólgu og einkenni ofvirkrar blöðru geta komið fram ásamt bráðþvagleka. Einnig eykst tíðni áreynsluþvagleka. Af þessum ástæðum hafa kvenhormón skipað stóran sess í meðhöndlun þvaglátavandamála hjá konum, fyrst og fremst vegna jákvæðra áhrifa á slímhúðir (Moehrer, Hextall og Jackson, 2003).

Lyfjameðferð, sem dregur úr virkni þvagblöðruvöðvans (detrusor), hefur reynst besta meðferðin við ofvirkri blöðru. Aðallega hafa verið notuð tvenns konar lyf, oxybutynin (Ditropan) og tolterodin (Detrusitol). Bæði þessi lyf virka þannig að þau hamla viðtaka sem eru í vöðva í þvagblöðruveggnum þannig að vöðvinn svarar síður áreiti. Munurinn á þessum lyfjum liggur aðallega í aukaverkunum (Sussman og Garely, 2002).

Heimildir

- Abrams, P., Cardozo, L., Fall, M., Griffiths, D., Rosier, P., Ulmsten, U., van Kerrebroeck, P., Victor, A., Wein, A., & Standardisation Subcommittee of the International Continence, S. (2002). The standardisation of terminology of lower urinary tract function: report from the Standardisation Subcommittee of the International Continence Society. *Neurourology & Urodynamics*, 21(2), 167-178.
- Björnsdóttir, L. T., Geirsson, R. T., & Jonsson, P. V. (1998). Urinary incontinence and urinary tract infections in octogenarian women. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*, 77(1), 105-109.
- Brown, J. S., Vittinghoff, E., Wyman, J. F., Stone, K. L., Nevitt, M. C., Ensrud, K. E., & Grady, D. (2000). Urinary incontinence: does it increase risk for falls and fractures? Study of Osteoporotic Fractures Research Group. [comment]. *Journal of the American Geriatrics Society*, 48(7), 721-725.
- Brubaker, L. (2000). Electrical stimulation in overactive bladder. [comment]. *Urology*, 55(5A Suppl), 17-23; discussion 31-12.
- Chiaffarino, F., Parazzini, F., Lavezzari, M., Giambanco, V., & Gruppo Interdisciplinare di Studio Incontinenza, U. (2003). Impact of urinary incontinence and overactive bladder on quality of life. *European Urology*, 43(5), 535-538.
- Ekelund, P., & Rundgren, A. (1987). Urinary incontinence in the elderly with implications for hospital care consumption and social disability. *Archives of Gerontology & Geriatrics*, 6(1), 11-18.
- Goldberg, R. P., & Sand, P. K. (2002). Pathophysiology of the overactive bladder. *Clinical Obstetrics & Gynecology*, 45(1), 182-192.
- Mattiasson, A., Blaakaer, J., Høye, K., Wein, A. J., & Tolterodine Scandinavian Study, G. (2003). Simplified bladder training augments the effectiveness of tolterodine in patients with an overactive bladder. *BJU International*, 91(1), 54-60.
- Milsom, I., Abrams, P., Cardozo, L., Roberts, R. G., Thuroff, J., & Wein, A. J. (2001). How widespread are the symptoms of an overactive bladder and how are they managed? A population-based prevalence study. [erratum appears in BJU Int 2001 Nov;88(7):807]. *BJU International*, 87(9), 760-766.
- Moehrer, B., Hextall, A., & Jackson, S. (2003). Oestrogens for urinary incontinence in women. *Cochrane Database of Systematic Reviews*(2), CD001405.
- Newman, D. K., & Giovannini, D. (2002). The overactive bladder: a nursing perspective. *AJN, American Journal of Nursing*, 102(6), 36-45; quiz 46.
- Nuotio, M., Jylha, M., Luukkaala, T., & Tammela, T. L. (2002). Urgency, urge incontinence and voiding symptoms in men and women aged 70 years and over. *BJU International*, 89(4), 350-355.
- Patel, M., Coshall, C., Rudd, A. G., & Wolfe, C. D. (2001). Natural history and effects on 2-year outcomes of urinary incontinence after stroke. *Stroke*, 32(1), 122-127.
- Rutchik, S. D., & Resnick, M. I. (1998). The epidemiology of incontinence in the elderly. *British Journal of Urology*, 82 Suppl 1, 1-4.
- Sussman, D., & Garely, A. (2002). Treatment of overactive bladder with once-daily extended-release tolterodine or oxybutynin: the antimuscarinic clinical effectiveness trial (ACET). [comment]. *Current Medical Research & Opinion*, 18(4), 177-184.
- Wyman, J. F., Harkins, S. W., Choi, S. C., Taylor, J. R., & Fantl, J. A. (1987). Psychosocial impact of urinary incontinence in women. *Obstetrics & Gynecology*, 70(3 Pt 1), 378-381.

NorAge ráðstefnan á Íslandi

Jón Snædal,

Yfirlæknir heilabilunareiningar
Öldrunarsviðs LSH. Stjórnarmaður
í NorAge



NorAge er norrænn félagsskapur fólks er stundar rannsóknir á geð- og heilasjúkdómum aldraðra. Félagið var stofnað árið 1991 og hefur haldið nokkrar ráðstefnur. Fjórða ráðstefnan var í Reykjavík árið 1996 og var hún jafnframt sú eina þeirra sem haldin var í samstarfi við IPA (International Psychogeriatric Association). Það var félaginu nokkuð áfall þegar hætta varð við ráðstefnu í Danmörku árið 2000 vegna ónógrar þátttöku og eftir það hefur verið meiri „hógværð“ í ráðstefnuhaldi. Áttunda ráðstefna NorAge sem haldin var síðastliðið vor í Reykjavík var hin fyrsta eftir þetta sem var með venjubundnu ráðstefnusniði, en tæpum tveimur árum fyrr var haldið þrengra „symposium“ í Osló sem fjallaði um erfðafræði heila- og geðsjúkdóma aldraðra.

Ráðstefnan í vor bar yfirskriftina „Prevention in Brain Ageing“ eða „Fyrirbygging ellisjúkdóma í heila“. Á annað hundrað manns sótti ráðstefnuna á Nordica Hótelinu í lok apríl sl. og var hún því ein fyrsta ráðstefnan í þessu nýja og glæsilega hóteli. Nokkuð vantaði upp á þær væntingar sem gerðar höfðu verið um þátttöku en sárafair komu frá Danmörku og Finnlandi. Haldin voru 17 erindi og sýnd 10 spjöld og segja má að almennt hafi framlög verið í háum gæðaflokki. Má þar nefna m.a.erindi Kaisu Pitkälä um delirium og symposium Dag Aarsland um Lewy sjúkdóm. Veitt voru

tvenn verðlaun fyrir spjöld og fékk Kristín Hannesdóttir sálfræðingur önnur þeirra.

Nýlega var haldinn stjórnarfundur NorAge í Kaupmannahöfn. Þar vildu menn „spýta í lófana“ og halda ótrauðir áfram. Svíar hafa tekið að sér að halda næstu ráðstefnu á árinu 2005 en ekki er endanlega búið að ákveða staðsetningu né tímasetningu. Ákvörðun mun liggja fyrir á næsta stjórnarfundum sem haldinn verður í tengslum við norrænu öldrunarfræðaráðstefnuna í Stokkhólmi í maí næstkomandi.

Ýmis verkefni hafa verið rædd sem hugsanlegt væri að NorAge stæði að önnur en ráðstefnuhald. Meðal verkefna er könnun á notkun fjötra á öldrunargeðdeildum og víðar og einnig hefur verið rætt um úttekt á minnismóttökum en þær eru með nokkuð mismunandi sniði. Búið er að gera úttekt á notkun fjötra í Noregi en þar sem þessu atriði er nokkuð vel til haga haldið í RAI matinu er ekki lengur knýjandi að gera úttekt víðar. Aðilum innan NorAge var falið fyrir nokkru að huga að samanburði á minnismóttökum en ekkert verið birt enn. Framtíðin verður svo að leiða í ljós hvert verður hlutverk NorAge í norrænu samstarfi á þessu sviði.

Fræðasetrið í Sandgerði
The Nature Center
Gardvegi 1 • 245 Sandgerði
Sími 423 7551 og 897 8007

Safn sem tengir saman
mann og náttúru

fsetur@ismennt.is • www.sandgerdi.is

Öldrunarfræðafélag Íslands

– 30 ára

Sigríður Jónsdóttir,
Félagsfræðingur MA [econ],
formaður ÖFFÍ, framkvæmdastjóri
þróunarsviðs Félagsþjónustunnar
í Reykjavík



Í ár eru 30 ár síðan Öldrunarfræðafélag Íslands var stofnað. Meðlimir félagsins eru tæplega 300 og hafa aldrei verið fleiri.

Öldrunarfræðafélag Íslands var stofnað, samhliða stofnun „Nordisk Gerontologisk Forening“ (NGF), sem eru samtök öldrunarfræði- og öldrunarlækningafélaga á norðurlöndunum. Stofnfundur NGF var haldinn 1973 í Óðinsvéum, samhliða fyrstu norrænu ráðstefnunni í öldrunarfræðum. Ísland gerðist aðili að NGF við stofnun og hefur verið eitt þátttökulanda í starfi samtakanna frá byrjun. Meginmarkmið með stofnun NGF voru; auknar rannsóknir á sviði öldrunarfræða, aukin samskipti og tengsl innan öldrunargeirans bæði innanlanda og milli landa, bætt menntun starfsfólks í öldrunarþjónustu og tenging við alþjóðasamtök í öldrunarfræðum. Markmið Öldrunarfræðafélags Íslands voru að miklu leyti samhljóma þessum markmiðum.

Formlegur stofnfundur Öldrunarfræðafélags Íslands var ekki haldinn fyrr en 21. mars 1974, þá var Gísli Sigurbjörnsson kjörinn formaður. Verkefni félagsins voru á fyrsta fundi skilgreind svohljóðandi:

- að stuðla að rannsóknum á fyrirbærum öldrunar, hrörnunarsjúkdóma svo og félagslegum vanda aldraðs fólks

- að vinna að aukinni fræðslu um þessi efni, jafnt á faglegum vettvangi sem meðal almennings
- að vera til ráðuneytis um lausn vandamála aldraðra
- að beita sér fyrir umbótum um lausn vandamála aldraðra í heilbrigðislegum og félagslegum efnum.

Á þeim þrjátíu árum sem liðin eru frá stofnun Öldrunarfræðafélagsins hefur það beitt sér fyrir framgangi þeirra markmiða sem sett voru við stofnun þess og þeim markmiðum sem sett voru við stofnun NGF. Þar helst að geta framgangs mála sem snerta fræðslu og rannsóknir. Norræn öldrunarfræðiráðstefna er haldin annað hvert ár á vegum NGF í einhverju þátttökulandanna, Danmörku, Svíþjóð, Finnlandi, Noregi og Íslandi. Þrjár þeirra hafa verið haldnar hérlandis, árin 1981, 1990 og árið 2000. Síðasta ráðstefnan var haldin árið 2002 í Danmörku, nánar tiltekið Árósum og næsta ráðstefna verður haldin í Finnlandi árið 2004.

Öldrunarfræðafélagið hefur staðið fyrir námstefnum í samvinnu við Endurmenntun Háskóla Íslands frá árinu 1994. Þar hefur hinum margvíslegustu efnum er snerta öldrun verið gerð skil, s.s. næringu, heilabilun, geðheilsu, starfsumhverfi í öldrunarþjónustu, búsetu, mælitækjum í þjónustu við aldraða, heilsurækt og heimaþjónustu. Afmælisnámstefna verður haldin 6. nóvember n.k. þar sem fjallað verður um ofbeldi og öldrun og í því tilefni fáum við til landsins sérfræðing frá Bretlandi sem mun ásamt öðrum fræða okkur um þessi mál.

Vísindasjóður Öldrunarfræðafélags Íslands var stofnaður 1984 til styrktar vísinda- og rannsóknarstarfsi í öldrunarfræðum. Úthlutað er úr sjóðnum árlega og þó upphæðir séu ekki háar er mjór mikils vísir. Á afmælisárinu hefur verið úthlutað tveimur styrkjum að upphæð kr. 300.000 en það er hæsta árleg styrkuppæð sem úthlutað hefur verið til þessa.

Öldrunarfræðafélagið hefur beitt sér í fjölmörgum öðrum verkefnum, s.s. starfi sem snýr að lagasetningu

í málefnum aldraðra og ýmsum framfaramálum öðrum. Ótalið er hið mikla framlag félagsins sem felst í því að tengja saman ólíkar fagstéttir og fræðigreinar sem koma að öldrunarfræðum í víðustu merkingu þess orðs, öldrunarfræðum til framgangs og þar með samfélaginu öllu. Það að eldast er eðlilegt ferli, sem krefst rannsókna, umfjöllunar, stefnumótunar og fræðslu í nútíma samfélagi. Að öllum þessum þáttum vill Öldrunarfræðafélagið koma og leggja sitt af mörkum til bættrar heilsu, mannlífs og samfélags.

Öldrunarfræðafélagið hefur nú opnað vefsíðu undir veffanginu www.öldrun.net. Þar gefst mikilvægt tækifæri til að fylgjast með því helsta sem er á döfinni hjá félaginu til dæmis varðandi námstefnur og útgáfu blaðsins Öldrunar. Einnig er hægt að finna á vefsíðunni ýmsan fróðleik varðandi félagið og vefslóðir

sem tengjast öldrunarmálum, bæði hérlandis og erlendis.

Síðast en ekki sist þá gefur ritstjórn Öldrunarfræðafélagsins út þetta glæsilega blað sem þú hefur nú í hendi þér. Árið 1983 var Öldrun gefið fyrst út sem fréttablað sem kom út einu sinni á ári. Frá árinu 1999 hefur það hinsvegar verið gefið út í núverandi mynd og þá tvisvar á ári. Með því að gerast meðlimur í Öldrunarfræðafélagi Íslands gerist þú sjálfkrafa áskrifandi að Öldrun. Útgáfa af þessu tagi er nauðsynleg í nútíma-samfélagi, þar sem framboð af efni er ómælt, en oft einsleitt og skortur er á efni um ákveðin svið mannlífsins, svo sem þann eðlilega hlut sem hendir okkur öll séum við heppin, *að eldast*.

Að lokum óska ég Öldrunarfræðafélaginu árna á 30 ára afmælinu og óska því langra lífdaga.



Gjöngustafir

Eirberg
ÞJÓNUSTUFYRIRTÆKI Á HEILBRIGDISSVIÐI

Stórhöfða 25 | 110 Reykjavík | Sími 569 3100 | Fax 569 3101 | eirberg@eirberg.is | www.eirberg.is

Atvinnutækifæri á næsta leiti.



Vegna náms- og barnsburðaleyfa skapst nokkur laus störf í **Sóltúni** á næstu mánuðum. Sótt er um störf á www.soltun.is <<http://www.soltun.is/>>

Þar er einnig að finna allar upplýsingar um heimilið og þá hugmyndafræði sem starfið byggir á. Nánari upplýsingar veitir Marta Jónsdóttir hjúkrunarstjóri í síma 590 6117.

Sóltún
hjúkrunarheimilið

Námstefna Öldrunarfræðafélags Íslands í
samvinnu við Endurmenntun HÍ,
6. nóv. 2003, kl. 9:00-16:00.

Ofbeldi gegn öldruðum

Dagskrá

Tími	Fyrirlestrar
9:00-9:05	Setning fundarstjóra, Ólafs Þórs Gunnars-sonar
9:05-9:20	Ávarp Jón Kristjánsson heilbrigðisráð-hera
9:20-9:50	Páll Skúlason rektor HÍ. - Heimspekilegt sjón- arhorn
9:55-10:15	Morgunkaffi
10:15-11:15	Bridget Penhale , fulltrúi Evrópu í INPEA (international network for the prevention of elder abuse).— Ofbeldi gegn öldruðum — saga og alþjóðlegt umhverfi.
11:15-11:40	Kristjana Sigmundsdóttir , félagsráðgjafi hjá LSH.- Hvernig þekkjum við vandann, aðstoðum fórnarlömbin og getum fyrirbyggt endurtekn- ingu?
11:40-12:15	Panel umræður
12:15-13:15	Matur
13:15-13:40	Gunnleifur Kjartansson , yfirmaður ofbeldis- brotadeildar lögreglunnar í Reykjavík.— Sýn lögreglu á ofbeldi gegn öldruðum
13:40-14:05	Ólafur Þór Gunnarsson , öldrunarlæknir hjá LSH. - Sýn öldrunarlæknis á ofbeldi gegn öld- ruðum
14:05-14:30	Jóna Magnúsdóttir , hjúkrunardeildarstjóri hjá hjúkrunarheimilinu Eir. Hugleiðingar um ofbeldi, valdbeitingu og vanrækslu gagnvart íbúum á hjúkrunardeildum.
14:30-14:50	Kaffi
14:50-15:10	Inga Valgerður , hjúkrunarfræðingur í heima- hjúkrun í Hafnarfirði. - Sýn heimahjúkrunar á ofbeldi gegn öldruðum.
15:10-15:30	Sigrún Ingvarsdóttir , félagsráðgjafi hjá Fé- lagsþjónustunni í Reykjavík. - Ofbeldi gegn öldruðum í heimahúsum — aðkoma Félagsþjón- ustunnar
15:30-16:00	Panel umræður

Við styrkjum Öldrunarfræðafélag Íslands:

Reykjavík
Áskirkja
Bændasamtök Íslands
Droplaugarstaðir
Efling stéttarfélag
Elli- og hjúkrunarheimilið Grund
Faxavélar ehf.
Félags- og þjónustumiðstöð Aflagrandar 40
Félagsstarf aldraðra og þjónustuíbúðir
Landssamtök Sauðfjábænda
Múlabær
Ríkiskaup
Seljahlið, heimili aldraðra
Seljakirkja
Sorpa
Tryggingastofnun ríkisins
Útfararmiðstöð Íslands
Útfararstofa kirkjugarðanna
Útfararþjónusta Rúnars
Verzlunarmannafélag Reykjavíkur
Seltjarnarnes
Seltjarnarneskaupstaður
Kópavogur
Félagsþjónusta Kópavogs
Kópavogsbær
Sunnuhlið
Hafnarfjörður
Sólvangur hjúkrunarheimili
Bessastaðahreppur
Bessastaðahreppur
Keflavík
Sparisjóðurinn í Keflavík
Garður
Dvalarheimili aldraðra Suðurnesjum Garðvangur
Gerðahreppur
Njarðvík
Hitaveita Suðurnesja
Akranes
Dvalarheimilið Höfði
Innri-Akraneshreppur
Skilmannahreppur
Borgarnes
Dvalarheimili aldraðra
Borgarbyggð
Skorradalshreppur
Búðardalur
Hjúkrunar og dvalarheimilið Fellsenda
Króksfjarðarnes
Reykholahreppur
Bolungarvík
Bolungarvíkurkaupstaður
Sparisjóður Bolungarvíkur
Súðavík
Súðavíkurhreppur
Hvammstangi
Heilbrigðisstofnun Hvammstanga
Blönduós
Húnaveir
Sveinsstaðahreppur
Skagaströnd
Sæborg, dvalarheimili aldraðra
Sauðárkrókur
Kaupfélag Skagfirðinga

Skýrsla

formanns Öldrunarfræðafélags Íslands

fyrir starfsárið 2002–2003

Stjórnarstarf

Í stjórn á starfsárinu sátu Sigríður Jónsdóttir formaður, Marta Jónsdóttir ritari, Ólafur Þór Gunnarsson gjaldkeri, Smári Pálsson sem jafnframt var fulltrúi stjórnar í ritnefnd og Kristín Einarsdóttir. Í varastjórn sátu Steinunn K. Jónsdóttir og Ella Kolbrún Kristinsdóttir. Stjórnarfundir eru haldnir mánaðarlega.

Aðalverkefni stjórnar á starfsárinu voru undirbúningur námstefna í samvinnu við EHI, útgáfa tímaritsins Öldrunar og norrænt samstarf. Félagsmenn eru tæplega 300 og hefur þeim farið fjölgandi.

Námstefnur

Tvær námstefnur voru haldnar í samvinnu við Endurmenntunarstofnun

Háskóla Íslands á starfstímabilinu.

Námstefnan „Þjónusta við aldraða í heimahúsum: Hvernig verður framtíðarþjónusta við aldraða háttað í nærumhverfi þeirra“ var haldin í nóvember 2002. Fjallað var um heimaþjónustu og heimahjúkrun út frá ýmsum sjónarhornum. M.a. um muninn á miðlægri og hverfaskiptri heimaþjónustu og heimahjúkrun. Fjallað var um heimaþjónustu og heimahjúkrun út frá sjónarhóli öldrunarlækninga, iðjuþjálfunar og aðstandanda, að ógleymdri umfjöllun um samþættingu heimahjúkrunar og heimaþjónustu. Námstefnan „Verður þú einhvern tíma gömul/gamall? Hvernig nýtum við reynslu og þekkingu aldraðra í nútímaþjóðfélagi?“ var haldin í mars 2003. Þar var m.a. fjallað um það hvort lífeyrissjóðakerfið sé að þjóna tilgangi sínum, aldursræðningu þjóðarinnar, undirbúning undir efri ár, sveigjanleg

starfslok, um það hver gætir hagsmuna aldraðra og það hvort úrelding aldraðra sé raunveruleiki í íslensku samfélagi. Námstefnurnar voru vel sóttar.

Norrænt samstarf

b) Öldrunarfræðafélag Íslands er aðili að **Nordisk Gerontologisk Forum (NGF)**, norrænum samtökum öldrunarfræðafélaga. Stjórnarsetur NGF er í Osló. Formaður öldrunarfræðafélagsins á sæti í stjórn NGF. Haldinn var fundur í Árósum í maí 2002 í tengslum við ráðstefnu NGF sem haldin var þar vorið 2002. Marta Jónsdóttir ritari stjórnar sat þann fund fyrir hönd Öldrunarfræðafélagsins. Breytingartillaga sem laut að hækkun meðlimagjalds allra aðildarfélaga til NGF, sem samþykkt var á fundi stjórnar NGF haustið 2001 tekur gildi hérlandis á komandi starfsári félagsins.

NGF heldur öldrunarfræðiráðstefnu annað hvert ár. 16. ráðstefnan var haldin í Árósum 25.-28. maí 2002 og fjallaði um einstaklinginn og öldrun (Aldring og individualitet).

NGF gefur út fréttabréfið Gero-Nord, sem sent er öllum félagsmönnum.

Heiðursfélagar

Heiðursfélagar Öldrunarfræðafélagsins eru Þór Halldórsson, Ársæll Jónsson og Gunnhildur Sigurðardóttir.

Reykjavík 24. mars 2003,
f.h. stjórnar Öldrunarfræðafélags Íslands,

Sigríður Jónsdóttir, formaður.

DVALARHEIMILIÐ
— ÁS —
HVERÐAGERÐI

ÍSLENSK 
ERFÐAGREINING


Hrafnista
í Reykjavík og Hafnarfirði


LYFJA
Lyf á lágmarksverði
Hamraborg Kópavogi, sími 554 0100

Skýrsla

Vísindasjóðs Öldrunarfræðafélags Íslands vegna starfsársins 2002–2003

Stjórn sjóðsins skipa: Anna Birna Jensdóttir hjúkrunarfræðingur, formaður, Guðný Bjarnadóttir öldrunarlæknir og Ingibjörg Ásgeirsdóttir félagsráðgjafi.

Styrkur var auglýstur laus til umsóknar í blaði félagsins Öldrun. Tvær umsóknir bárust um styrk 2003:

1. Hlíf Guðmundsdóttir hjúkrunarfræðingur sótti um 128.000.- kr. styrk vegna tölfræðilegrar ráðgjafar vegna rannsóknarverkefnisins „Óformlegur og formlegur stuðningur sem langlífir aldraðir njóta með hliðsjón af líkamlegri færni“. Samþykkt var að veita 100.000.- króna styrk úr sjóðnum.
2. Berglind Magnúsdóttir, María K. Jónsdóttir og

Ólafur Þór Gunnarsson sóttu um 200.000.- kr. styrk vegna rannsóknarverkefnis „Stöðlun á Mattis heilabilunarkvarða (MDRS-2)“. Samþykkt var að veita 200.000.- króna styrk úr sjóðnum.

Afhending styrkja fór fram á aðalfundi Öldrunarfræðafélags Íslands þriðjudaginn 25. mars kl. 17.00-19.00 í Hjúkrunarheimilinu Sóltúni, Sóltúni 2.

Stjórn gaf kost á sér til áframhaldandi stjórnarsetu.

Reykjavík 24.03.2002

Anna Birna Jensdóttir
Formaður Vísindasjóðs ÖFFÍ



J. Eiríksson ehf.

Hlíðarsmári 9

Sími: 564 2820

Fax: 564 2420

je@je.is



Baðlyfta.



Snúningssæti með lyftu.

Leiðbeiningar

til höfunda um frágang greina

Öldrun: tímarit um öldrunarmál er tímarit Öldrunarfræðafélags Íslands og kom fyrst út árið 1983. Blaðið kemur út tvisvar á ári, vor og haust. Það birtir greinar faglegs eðlis á sviði öldrunarfræða og er markhópurinn fyrst og fremst fagfólk og nemandi á því sviði, en mikið af efni blaðsins gagnast einnig almenningsi.

Frágangur handrits:

Handrit skal senda á tölvutæku formi (Word) til ritnefndar blaðsins á netfangið ritnefnd@oldrun.net.

Letur: Times New Roman

Leturstærð: 12

Línubil: Tvöfalt

Séu höfundar fleiri en einn, skal einn þeirra ábyrgur fyrir samskiptum við ritstjóra.

Á forsiðu handrits skal koma fram nafn/nöfn höfunda, starf, vinnustaður, heimilisfang, símanúmer og netfang (nafn, starfstíttill og vinnustaður kemur fram í blaðinu). Einnig þarf að fylgja með merktar myndir af höfundum sem munu birtast í blaðinu.

Á forsiðu skal einnig koma fram títtill greinar, stuttur, skýr og lýsandi.

Stuttur útdráttur úr greininni skal vera á bls. 2 og ekki vera lengri en 150 orð. Einnig þarf þar að koma 2 til 5 lýsandi lykilorð úr greininni til að einfalda tölvuleit.

Lengd tímaritsgreina má vera allt að 5.000 orð.

Greinin skal skrifuð á vel skiljanlegu máli og hafa ber í huga að nemandi eru vaxandi lesendahópur blaðsins. Leitast skal við að nota íslensk orð yfir fagheiti en setja ensk/latnesk heiti í sviga, ef þurfa þykir. Taka skal fram, ef greinin hefur áður birst í öðru tímariti og þá hvar og hvenær og hvort hún hefur verið endurskoðuð. Sömualeiðis ef grein er byggð á erindi, en þá skal aðlaga hana að ritmáli.

Vísanir í heimildir og gerð heimildalista eru samkvæmt reglum sem settar eru fram í *Publication Manual of the American Psychological Association* eða *Gagnfræðakver handa háskólanemum*, eftir Friðrik H. Jónsson og Sigurð J. Grétarsson, Háskólaútgáfan, 2002. Þessi rit eru til á bókasöfnum, hjá bóksölum og ritnefnd blaðsins.

Við styrkjum Öldrunarfræðafélag Íslands:

Síglufjörður
Síglufjarðarkaupstaður
Akureyri
Sparisjóður Norðlendinga
Grenivík
Sparisjóður Höfðhverfinga
Ólafsfjörður
Heilsugæslustöðin Hornbrekka
Kópasker
Óxarfjarðarhreppur
Þórshöfn
Þórshafnarhreppur
Egilsstaðir
Dvalarheimili aldraðra
Seyðisfjörður
Félag hjartasjúklinga á Austurlandi
Eskifjörður
Hulduhlíð, heimili aldraðra
Fáskrúðsfjörður
Dvalarheimili aldraðra
Djúpivogur
Djúpavogshreppur
Höfn
Hafnarapótek
Heilbrigðisstofnun Suðausturlands
Selfoss
Hraungerðishreppur
Mjólkurbú Flóamanna
Hella
Lundur hjúkrunar og dvalarheimili
Vík
Hjallatún
Mýrdalshreppur
Vestmannaeyjar
Vestmannaeyjabær





Anna Pálsdóttir
meinataeknir

Völ á góðum lífsháttum

Rétt fæðuval á yngri árum
hefur áhrif alla ævi

Unglingar standa frammi fyrir margvíslegu vali á leið sinni út í lífið. Það er áfríðandi að foreldrar og uppalendur miðli af þekkingu sinni svo þeir séu betur í stakk búnir til þess að mæta valinu.

Rannsóknir sýna að konur sem hafa neytt kalkríkrar fæðu frá unga aldri eru sterkbyggðari en aðrar. Þær verða síður fyrir beinbrotum seinna á ævinni.

Margar unglingsstúlkur fá ekki nægilegt D-vítamín og kalk. Oft hafa þær áhyggjur af vaxtarlaginu og fyrir misskilning forðast þær stundum hollar matvörur af þeim sökum. Það er nauðsynlegt að þær geri sér grein fyrir því að kalkþörf líkamans má sinna með réttu fæðuvali.

Mikið er til af fitusnauðum mjólkurvörum sem auðveldlega tryggja ráðlagðan dagskammt af kalki. Það heyrir til undirstöðuþekkingar að vita úr hvaða matvælum við fáum kalk og D-vítamín. Þau næringarefni ásamt nægilegri hreyfingu geta skipt sköpum um heilsu okkar í framtíðinni.



Kalk við hæfi
- alla ævi!



Þarftu að læra að lifa með þessu?

Merkjanleg áhrif eftir eina viku

Meira en 80% af sjúklingum merkja áhrif af meðhöndlun með Detrusitol® Retard (tolterodine) á innan við viku, en full áhrif nást eftir lengri tíma¹.



PharmaNor hf, Hörgatún 2, 210 Garðabæ
Sími: 535 7000, fax: 565 9085, www.inkontinens.dk

 **Detrusitol Retard**
tolterodin

2,8 mg X 1