



UOPDAGET SYNSTAB

ANBEFALINGER OG
ERFARINGER





Når synet svigter

Synet er afgørende for trivsel, helbred og uafhængighed i hverdagen.

Synstab skaber store udfordringer for mennesker, både i forhold til trivsel og generelt helbred. Når synet svigter, øges risikoen for fald. Ældre med nedsat syn bliver oftere hjemme, isolerer sig og får behov for mere hjælp i hverdagen. Derfor er det vigtigt at handle i tide, siger overlæge og professor i øjensygdomme Torben Lykke Sørensen fra Sjællands Universitetshospital.

Vi ved, at nogle ældre ikke tager hånd om deres synsproblemer. Da synstabet sker gradvist over lang tid, bemærker de sjældent forandringen, før synet er blevet meget dårligt. Det er ærgerligt, for synstabet kan i visse tilfælde afhjælpes med et par briller. Andre kan have en øjensygdom, hvor den rette behandling kan bremse forringelsen af synet, forklarer Torben Lykke Sørensen.

I forsknings- og innovationsprojektet Uopdaget Synstab har et tværfagligt og grænseoverskridende samarbejde på tværs af Øresund arbejdet for at identificere borgere over 75 år med nedsat syn, som ikke selv opsøger undersøgelse eller behandling.

Ambitionen er, at flere bevarer et godt syn – også i alderdommen.

Tidlig indsats kan bevare synet og friheden

Tid er en afgørende faktor for at undgå alvorligt synstab. De fleste ældre oplever før eller siden problemer med synet eller rammes af en øjensygdom. Tidlig indsats og forebyggelse kan i mange tilfælde fastholde et godt syn langt op i årene. Der findes behandling for de fleste øjensygdomme, og nogle kan endda helbredes helt, men det kræver, at man sætter ind i tide. Ellers kan

der opstå uoprettelige skader på synet.

Synstab påvirker livsglæden og begrænser den personlige frihed. Aktiviteter, der før var en naturlig del af hverdagen, må ofte opgives, når synet forringes. Vanskeligheder med at færdes i trafikken eller udenfor hjemmet, kombineret med udfordringer ved at genkende ansigter, kan føre til social isolation.

Mange får behov for hjælp fra pårørende, og uden et netværk risikerer man at blive afhængig af offentlige plejeydelser.

Hvis rutinemæssige tjek af øjensundheden blev en fast del af borgernes sundhedspraksis, kunne mange synsproblemer afhjælpes eller forværring bremses. Fra et sundhedsøkonomisk perspektiv er udgifterne til



ubehandlet synstab langt højere end omkostningerne ved forebyggende undersøgelser.

Projekt Uopdaget Synstab har i projektperioden afprøvet en bred og tværfaglig strategi for at opspore borgere med uopdaget synstab og dermed forebygge alvorlige følger af synstab.



ØJENSUNDHED TÆT PÅ BORGEREN

OPSPORING AF SYNSTAB

Projektet anvendte tre forskellige tilgange til at identificere synstab hos ældre borgere.

Vårdcentral

Ældre borgere over 75 år er blevet tilbudt synsundersøgelse i forbindelse med allerede planlagt besøg på et sundhedscenter (svensk vårdcentral) i Halmstad, Sverige.

Ved at tilbyde undersøgelsen i forlængelse af et besøg i et andet ærinde, har det været overskueligt for borgerne at deltage.

Flere borgere fortalte, at de tidligere havde overvejet at gå til optiker, men ikke fik det gjort.

Hjemmepleje

Borgere, der modtager hjemmehjælp, kan være udfordret fysisk eller psykisk og har ofte også anden sygdom, hvilket gør dem til en udsat gruppe, som har risiko for synstab.

I Næstved Kommune blev borgere, som modtog hjemmehjælp, tilbudt en synstest i eget hjem. Det gjorde det nemt for dem at deltage. Borgere med fund, der krævede opfølgning, blev henvist til Øjenafdelingen på Sjællands Universitetshospital.

Optiker

Optikere har allerede udstyr, som kan afsløre tidlige tegn på øjensygdomme fx. alderspletter (AMD) og grøn stær. Optikere er derfor en oplagt faggruppe at inkludere i opsporingen.

Profil Optik (på svensk Synsam A/S) gennemførte synsundersøgelser af kunder over 75 år. I Sverige rekrutteredes deltagere i forbindelse med et allerede planlagt besøg, mens man i Danmark kontaktede personer, som ikke havde fået en test af synet de seneste to år, og tilbød dem at medvirke i studiet.

Selvom optikere har udstyr til at opdage tidlige tegn på øjensygdomme, viste det sig udfordrende at inkludere det forventede antal deltagere med et uopdaget synstab, da mange af dem, der besøgte optikere, allerede var tilbøjelige til selv at tage initiativ til at få deres syn tjekket.

Teknologi

Moderne teknologi gjorde det muligt at udføre syns- og fundusundersøgelser direkte på sundhedscentre eller i ældres hjem i stedet for på øjenklinikker eller optikere.

Projektet brugte to forskellige funduskameraer til at tage billeder af øjets fundus*. I Sverige blev et stationært kamera, produceret og leveret af Essilor, anvendt. I Danmark blev et håndholdt kamera, produceret af Optomed og leveret af InnZ Medical, anvendt.

Funduskameraet gjorde det muligt at tage billeder af høj kvalitet, selv uden

de forudsætninger, som der normalt findes hos øjenlægen eller optikere.

Billederne blev sendt til en øjenlæge til vurdering via et kommunikations- og diagnostisk værktøj. Billederne og dataene blev sikkert overført fra hjemmet eller sundhedscentret i overensstemmelse med hvert lands love og regler. Værktøjet blev leveret af den norske projektpartner Eys.

**Fundus er den bagerste del af øjet, hvor nethinden og blodkarrene sidder, og synsynsnerven forbinder øjet med hjernen.*





Viden om synstab



Ved du, hvad du skal være opmærksom på, når det handler om at fange øjensygdom i tide?

Mange borgere mangler viden om, hvilke forandringer i synet og symptomer det er vigtigt at være opmærksom på, for at forebygge unødvendigt synstab. Dette betyder ofte at der søges hjælp for sent, og det kan føre til, at behandlingen ikke påbegyndes rettidigt. Synstab udvikler sig normalt langsomt, og de gradvise ændringer kan derfor være svære at bemærke i hverdagen.

For at imødekomme denne manglende viden har projektet udviklet

informationsmateriale målrettet patienter og pårørende. Materialet blev udviklet under ledelse af ph.d.-studerende Andrea Nedergaard Jensen. Målet er at øge bevidstheden om almindelige symptomer og hvilke muligheder for hjælp, der er tilgængelige. Forhåbentlig kan dette føre til, at flere søger hjælp i tide og dermed reducerer risikoen for yderligere synstab.

Informationsmaterialet tager udgangspunkt i vidensplatformen *Råd om Syn*, udarbejdet af Komiteen

for Sundhedsoplysning. Materialet blev afprøvet på Øjenklinikken ved Sjællands Universitetshospital, hvor både patienter og pårørende bidrog med værdifuld synspunkter. Efterfølgende er materialet blevet yderligere kvalificeret af eksperter i øjensundhed fra både Danmark og Sverige.

Materialet er udgivet på både dansk og svensk og er blandt andet blevet uddelt til borgere, der har deltaget i projektet.

Læs
informationsmaterialet,
scan QR koden



Er det blevet sværere at se?

**Er dit syn blevet dårligere?
Det behøver ikke være en uoverkommelig
hindring i din hverdag.**

**Her kan du finde råd om, hvilke
forandringer i dit syn du bør være
opmærksom på, og hvad du kan gøre.**

**Du kan også finde gode råd og viden til
en bedre hverdag med et nedsat syn.**



SAMARBEJDE PÅ TVÆRS

Uopdaget Synstab er et tværregionalt forsknings- og innovationsprojekt med partnere i Norge, Danmark og Sverige. Samarbejde på tværs af lande, fagområder og sektorer ligger derfor i projektets kerne og er indbygget i projektets metoder.

Privat/offentligt samarbejde

Flere private virksomheder har deltaget som partnere i projektet.

Den svenske optikerkæde Synsam A/S og den danske udgave Profil Optik har gennem projektet udført øjenundersøgelser.

I Sverige blev et funduskamera leveret af virksomheden Essilor.

I Danmark blev et funduskamera, som er udviklet af Optomed og udlånt af InnZ Medical, anvendt.

Den norske virksomhed Eys har udviklet et kommunikations- og diagnostisk værktøj, der gør det muligt at dele kliniske

billeder, fund og beskrivelser mellem frontpersonale og øjenspecialister.

I projektet lærte sygeplejersker, sygeplejestuderende og optikere, hvordan man fotograferer øjets fundus, og hvordan man overfører fotos sikkert.

Kommunikationsværktøjet blev brugt til at sende resultater fra øjenundersøgelser hjemme, hos optiker eller på sundhedscenter til øjenlæger, som vurderede, om deltagerne skulle følges yderligere op via enten optikeren eller

øjeklinikken. Vurderingerne blev normalt udført samme dag af øjenlægen, som (om nødvendigt) skrev anbefalinger, der blev kommunikeret til deltagerne.

Dette samarbejde gjorde det muligt at tage fundusfotos af høj kvalitet, som kunne anvendes til vurdering og diagnosticering. Fordi billederne ikke blev komprimeret under overførslen, kunne man tage fundusfotos under under andre forhold end hos øjenlægen.

Primær og sekundær sundhedssektor

Kernen i projektet har været at bringe øjensundhed tættere på ældre borgere. Tidligere erfaringer viste, at borgere først opsøger øjenlægen, når synstabet er fremskredent, og derfor er der stort potentiale i at flytte opsporing og de indledende øjenundersøgelser til den primære sundhedssektor.

I Sverige samarbejdede projektgruppen med et sundhedscenter (svensk vårdcentral), hvor borgerne i forvejen kommer til forskellige helbredsrelaterede besøg. Det var meningen, at sygeplejersker på sundhedscentret skulle være ansvarlige for øjenundersøgelserne

i forbindelse med sundhedssamtaler. Da sundhedssamtalerne blev udskudt, overtog sygeplejersker (også forskere) i projektet opgaven.

I Danmark indledte man et samarbejde med en kommunal hjemmepleje, og det var meningen at synsundersøgelser skulle indgå som en del af de besøg, der allerede var en del af borgerens rutine.





*En dækkeserviet i en
kontrastfarve kan gøre stor
forskel for svagtseende*

Ideen var at hjemmeplejens medarbejdere er tæt på borgerne og har gode muligheder for at bistå arbejdet med tidlig opsporing. Organisatoriske rammer såsom arbejdsgange, ressourcer og tidspres forhindrede dog dette, og hjemmeplejen måtte derfor afbryde samarbejdet.

Sygeplejestuderende, der var tilknyttet øjenafdelingen på Sjællands Universitetshospital, udførte i stedet ekstraordinære besøg hos borgere, der modtog hjemmehjælp.

Flere personer borgere ønskede dog ikke at deltage på grund af usikkerhed, fordi synsundersøgelserne ikke blev tilbudt af hjemmeplejens eget personale.

Flere af dem, der deltog, viste sig at have varierende grader af synshandicap, selvom de selv følte, at de ikke havde problemer med deres syn før testen.

Livet med nedsat syn

Centralt for projektet var at afdække, hvorfor borgere med synstab ikke selv opsøger hjælp og behandling, men også hvordan livet med et nyopdaget synstab opleves. Gennem interviews og observationer har projektet fået indsigt i, hvordan ældre med nedsat syn oplever opsporingsforløbet, deres tanker, overvejelser og den fysiske kontekst, som påvirker deres oplevelser.

Projektet viste, at synstab ofte opdages sent, særligt fordi tegnene er subtile og lette at overse. Deltagernes fortællinger viste, at mange ældre ikke at de har et synstab, men snarere betragter det som en naturlig del af aldring. Denne indsigt har været central for projektgruppens forståelse af, hvorfor nogle borgere ikke opsøger hjælp. En mere opsøgende kontakt fra øjensundhedspersonale kunne derfor være til stor gavn for målgruppen.

De forskellige tilgange til at identificere personer med uopdaget synstab påvirkede også formatet af

de opfølgende interviews. I Sverige blev interviewene gennemført både telefonisk og på Halmstad Högskolans område, mens interviewene i Danmark i de fleste tilfælde blev afholdt i deltagernes eget hjem, hvilket har haft en stor indflydelse på de erfaringer, der er gjort i projektet.

I de tilfælde, hvor interviewene fandt sted i deltagernes hjem, kunne det danske projektteam se, at folks egne hjem påvirker deres oplevelser af synet. Borgernes hjem er typisk indrettet, som det har været i mange år, og møbler og ting står, hvor de altid har gjort.

Derfor opleves synsrelaterede udfordringer ofte som mindre hjemme end udenfor hjemmet, fx i supermarkedet.

Dette betyder, at opsporing af synstab hos ældre, der modtager hjemmehjælp, i høj grad afhænger af, at fagpersoner, som er i kontakt med borgeren, er i stand til at genkende tidlige tegn og har modet til at tage dialogen med borgeren, samt sikre kontakt til øjensundhedsprofessionelle ved behov.

De kvalitative studier viste, at deltagerne ofte

ikke selv identificerede et behov for støtte. De fleste havde tilpasset sig deres reducerede syn og normaliseret de udfordringer, de oplevede i hverdagen. Projektet gav også indsigt i deres tanker og overvejelser, oplevelser og hvordan fx. det fysiske miljø påvirkede dem. Det kom også frem, hvordan ændret syn påvirkede deres livsstil og hvordan de så på fremtiden.

Interviewene viste også, at ældre borgere kan være skeptiske overfor telefonkontakt og ukendte telefonnumre, hvilket var en udfordring i rekruttering af deltagere. Selv med store hospitaler og forskningsinstitutioner i ryggen har det vist sig udfordrende at skabe tillid og tryghed i den indledende kontakt, og det kræver tid at opbygge denne tryghed. Der er behov for fleksibilitet i dataindsamling i eget hjem, for eksempel ved muligheden for at have en pårørende til stede under interviewene.

ERFARINGER

Mange ældre ser synstabet som en naturlig del af aldring

Synsrelaterede udfordringer opleves størst udenfor hjemmet

Man tilpasser sig det nedsatte syn og normaliserer udfordringer

Dataindsamling i hjemmet kræver høj grad af tillid og tryghed

4

ANBEFALINGER TIL FREMTIDIG OPSPORING AF SYNSTAB



Illustration: Emma Swahn

I dette afsnit præsenteres foreløbige anbefalinger til, hvordan opsporingen af ældre med uopdaget synstab kan udvikles og forbedres. Anbefalingerne bygger på de erfaringer og resultater, som er gjort gennem forsknings- og innovationsprojektet *Uopdaget Synstab*, samt den vidensdeling, der løbende er gjort med projektets følgegruppe.

Da resultaterne endnu er preliminaire, skal anbefalingerne ses som et udgangspunkt for videre udvikling og dialog mellem praksis, forskning og beslutningstagere med det fælles mål at sikre tidligere identifikation og støtte til ældre med synstab.



Tidlig opsporing og inddragelse af fagpersoner

Regelmæssige øjenundersøgelser af borgere over 75 år kan sikre tidligere opsporing af synstab.

Tidlig opsporing bør styrkes, og primærsektoren anses fortsat den mest oplagte ramme for indsatsen. I fremtiden kan man også overveje at inddrage visitationspersonale eller forebyggelseskonsulenter. Opsporing kan foregå ved at inkludere synsundersøgelser i eksisterende visitationer eller sundhedssamtaler, og i nogle tilfælde bør undersøgelser kunne foregå i borgerens eget hjem.

Optikere og øjenklinikker bør inddrages tidligt i processen for at sikre en hurtig og målrettet intervention for målgruppen.



Overskuelige undersøgelser og udnyttelse af teknologi

Basale synsundersøgelser bør indgå i eksisterende helbredsundersøgelser og holdes på et niveau, hvor de er lette for personalet at udføre og ældre at deltage i. Erfaringer viser, at digitale værktøjer – fx håndholdte funduskameraer og synstest på tablet – kan anvendes, selv hvor forholdene ikke er optimale. Dette kan bringe øjensundhed tættere på borgeren og gøre synsundersøgelser mulige trods transport og ventetider hos øjenlægen.



Øget og målrettet information

Borgere og sundheds- og plejepersonale mangler grundlæggende viden om øjensundhed, behandlingsmuligheder og relevante aktører i systemet. Det eksisterende informationsmateriale på området er ofte utilstrækkeligt, uensartet eller vanskeligt for patient og pårørende at finde og forstå. Øjensundhed bliver ofte nedprioriteret, og manglende faglig viden og redskaber til at opdage synstab kan føre til alvorlige konsekvenser som fejlmedicinering, faldulykker, utryghed, social isolation og nedsat appetit.



Bedre samarbejde og klare roller

Øjensundhedsspecialister oplever mangelfuld kommunikation og koordinering mellem faggrupper, fx mellem øjenlæger, optikere, hjemmepleje og visitatorer. Journalføring er ofte utilstrækkelig, og øjenlægens vurderinger kan være svære for andre fagpersoner at anvende i praksis. I Sverige er der både de tekniske forudsætninger og ekspertisen til at implementere projektets intentioner i sundhedscentrets drift.

Et tættere samarbejde mellem faggrupper og aktører er afgørende. Klare henvisningsveje og tydelig koordinering på tværs af sektorer vil kunne sikre mere sammenhængende forløb for borgerne. Samtidig bør der skabes større synlighed og direkte kontakt mellem relevante organisationer og fagpersoner.

***2,2 milliarder mennesker lever med nedsat syn.
I mindst 1 milliard tilfælde kunne synstabet være forebygget gennem tidligere opsporing og behandling.***

WHO, World Report on Vision, 2019

EKSPERTER I SAMSPIL

FØLGEGRUPPENS BIDRAG TIL PROJEKTETS UDVIKLING

Som en central del af det treårige projekt blev der nedsat to følgegrupper, en dansk og en svensk, med eksperter i øjensundhed og forebyggelse blandt ældre. Gruppen er løbende udvidet i takt med projektets udvikling og inddragelse af nye perspektiver.

Den danske følgegruppe har mødtes cirka to gange om året til drøftelser, workshops og fokusgruppeinterviews, hvilket har skabt en dynamisk dialog om projektets retning og resultater. Følgegruppen i Sverige har blandt andet diskuteret

projektets struktur, informationsmaterialet til offentligheden og deltagerne, samt givet synspunkter og erfaringer, der er væsentlige for projektets gennemførelse.

Formålet har været at kvalificere projektets fremdrift, identificere muligheder og barrierer for forebyggelse samt fremme videndeling på tværs af faggrupper og sektorer. Grupperne har dermed styrket den praktiske anvendelighed af projektets resultater og peget på, hvordan erfaringerne kan bruges i fremtidige indsatser.



PROFESSIONS-
HØJSKOLEN
ABSALON





GULDBORGSUND



OPTIKERFORENINGEN



RÅD OM SYN



Øjenforeningen
Se hele livet



**KOMITEEN FOR
SUNDHEDSOPLYSNING**
– fra viden til virkelighed



Region Halland

KØBENHAVNS
UNIVERSITET



Fremtid og forankring

Uopdaget Synstab er et innovations- og forskningsprojekt støttet af EU med 1 526 816 EUR. Projektløbetid: 01.12.2022 - 30.11.2025

Projekt Uopdaget Synstab afsluttes med udgangen af november 2025. Flere forskningsresultater vil først blive endeligt publiceret i tiden efter projektets afslutning. Disse vil kunne findes på projektets hjemmeside **uopdagetsynstab.forskning.eu**

I fremtiden vil resultaterne fra projektet indgå i undervisningen af sygeplejerskestuderende i Halmstad, Sverige. SOSU-skolen i Nykøbing Falster,

Danmark, som deltog i projektets følgegruppe, anvender ligeledes materiale om øjensundhed i deres undervisning af SOSU-assistenter. På vårdcentralen i Halmstad har samarbejdet i projektet skabt interesse for at inkludere en synsprøve i de regelmæssige sundhedskonsultationer, der tilbydes personer over 75 år i Halland-regionen.

Projektet understøtter den kommende danske

sundhedsreforms fokus på tidlig indsats og forebyggelse ved at opspore borgere med uopdaget synstab. Ligeledes er der fokus på det vigtige samarbejde og koordinering mellem primær og sekundær sektor.

De indsigter, resultater og anbefalinger, som projekt *Uopdaget Synstab* leverer, giver beslutningstagere et solidt vidensgrundlag til arbejdet med at forme og videreudvikle et sundhedsvæsen, der ikke kun reagerer, men forebygger.



*Projektgruppen til Kick-off i
februar 2023*

Projektgruppen ønsker at takke alle borgere og informanter, som har deltaget i projektet og stillet sig til rådighed for projektet.

Projektgruppen ønsker ydermere at takke den danske og svenske følgegruppe, som løbende har stillet deres viden og erfaring til rådighed for projektet.

Projekt Uopdaget Synstab er gjort muligt gennem støtte fra EU-programmet Interreg Öresund-Kattegat-Skagerrak, hvor projektet er bevilliget økonomisk støtte under indsatsområdet "Innovation og Iværksætteri" og det specifikke mål "Styrke innovationskapaciteten med fokus på smart specialisering".

PROJEKT PARTNERE



HÖGSKOLAN
I HALMSTAD



Eys



PROFIL OPTIK
BY SYNSAM



SYNSAM



REGION SJÆLLAND
SJÆLLANDS UNIVERSITETSHOSPITAL



- vi er til for dig



Læs mere på
www.uopdagetsynstab.forskning.eu



Interreg



Medfinansieret af
Den Europæiske Union

Öresund-Kattegat-Skagerrak