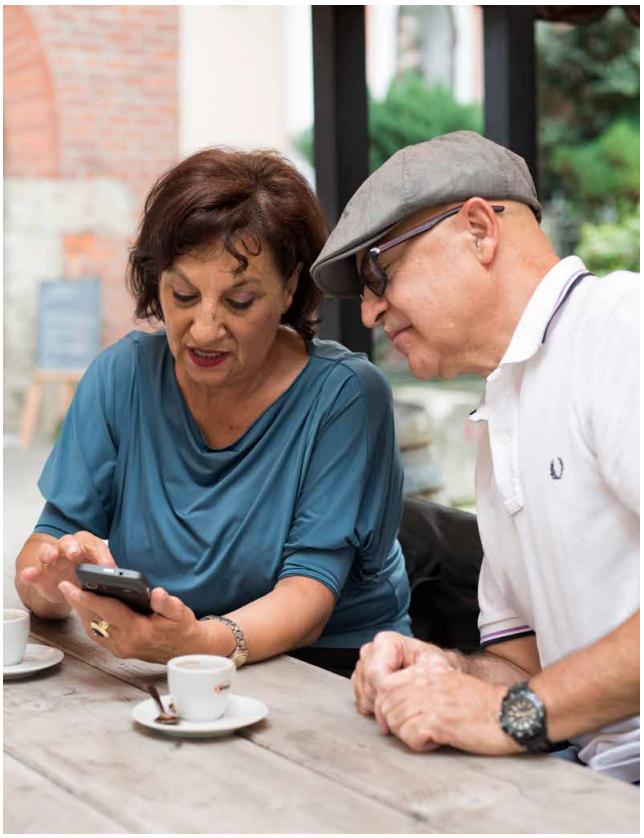
En rapport från Doro

FRÅN RULLATOR TILL ROBOT – SENIORERS INSTÄLLNING TILL TEKNIK SOM HJÄLPMEDEL I VARDAGEN

Live life.

doro



INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Förord

1 En värld i förändring

2 Oroliga och hemkära – splittrad bild av seniorernas vardag i hemmet

2.1 Otrygghet och oro i många hem

2.2 Många vill bo kvar hemma

3 Seniorers användning av teknik i vardagen

3.1 Stort teknikintresse bland seniorer – sociala medier och chattappar alltmer populära

3.2 Tekniska hjälpmedel väntar fortfarande på sitt genomslag

4 Ny teknik och digitalisering av hälso- och sjukvården

4.1 Det smarta hemmet och digitala vårdbesök

4.2 Digitalisering av hälso- och sjukvården

5 En marknad med stor potential

Fallstudie Östersund

FÖRORD

På Doro är vårt mål att hjälpa seniorer leva ett bättre och mer innehållsrikt liv. Vi vill göra ålderns höst till ett självständigt, stärkande och innehållsrikt livsskede. Att åldras innebär stora utmaningar för individen, anhöriga och samhället. Enligt en studie från FN kommer det att gå 2,3 arbetsföra personer per senior i Europa år 2036. Den siffran var 4,2 år 2012. Dessa demografiska förändringar gör att hälso- och sjukvården står inför stora utmaningar när det gäller vård och omsorg för den ökande andelen äldre. Vi är övertygade om att tekniken har en viktig roll för att lösa denna problematik. För att få ökad förståelse om hur vi kan vara en del av lösningen har vi undersökt seniorers inställning till och användning av ny teknik och nya smarta vårdlösningar.

Vi har kartlagt hur seniorer i Frankrike, Italien, Tyskland, Storbritannien och Sverige ser på ny teknik. I denna rapport sammanfattar vi resultaten som bland annat visar att många äldre är nyfikna på ny teknik, har högt förtroende för nya digitala lösningar och är öppna för att testa nya tjänster såsom digitala vårdbesök. Samtidigt ser vi att få seniorer använder tekniska hjälpmedel i dag. Intresset finns, men informationen om den nya tekniken når inte fram. Det finns därmed ett tydligt glapp mellan vad som efterfrågas och vad seniorer faktiskt fått för information. Här krävs insatser för att höja kunskapsnivån och tillgängliggöra information. Denna typ av åtgärder måste även göras för anhöriga, de saknar också behövlig information och kännedom. Kunskap skulle kunna bespara dem onödig oro för sina nära och kära.

Rapporten visar också att många seniorer känner sig otrygga i sitt hem, särskilt kvinnor. Tekniska hjälpmedel såsom fallsensorer, hemlarm, trygghetslarm, GPS-klockor och lösningar för det smarta hemmet skulle kunna vara svar på hur fler äldre och anhöriga kan känna en ökad trygghet och ge seniorer möjlighet att bo kvar hemma längre. För är det någonting som majoriteten önskar, så är det att bo kvar hemma så länge som möjligt.

Seniorer ska kunna ta för sig av livet och göra det de vill – den nya tekniken gör det möjligt.

Robert Puskaric
Vd och koncernchef, Doro

Live life.

doro

RAPPORTEN I KORTHET Fem nyckelinsikter

EN FEMTEDEL
av seniorerna känner sig otrygga i hemmet.

SEX AV TIO
uppger att tekniska hjälpmedel ökar tryggheten i hemmet.

FÖR MAJORITETEN
är det mycket viktigt att bo kvar hemma så länge som möjligt

SJU AV TIO
litar på lösningar för det smarta hemmet som hjälpmedel.

SENIORER ÄR NYFIKNA
på ny teknik! Två tredjedelar har ett stort eller ganska stort teknikintresse.

1. EN VÄRLD I FÖRÄNDRING

Vi blir allt fler och vi lever allt längre. Ökad livslängd och fallande fertilitetstal gör att den seniora andelen av befolkningen växer i hela världen. Dessa demografiska förändringar ställer nya krav på samhället, särskilt när det gäller vård och omsorg om den ökande andelen äldre. EU-kommissionen och OECD pekar i en gemensam rapport på att hållbarheten i de europeiska hälso- och sjukvårdssystemen utmanas av demografiska förändringar, att fler drabbas av kroniska sjukdomar och press på ekonomisk effektivitet. För att möta dessa utmaningar måste hälso- och sjukvården bli mer effektiv och OECD lyfter fram ny digital teknik och e-hälsa som lösningar som kan möjliggöra förbättringar. Att digitalisera sjukvården är en komplex och kostsam process, men de långsiktiga fördelarna anses väga upp. På lång sikt handlar det till exempel om förbättrad vårdkvalitet, bättre arbetssituation för personalen samt ökad effektivitet och bättre resursallokering. [1]

Skiftet till digitala lösningar innebär stora möjligheter men det ställer också krav. För att lyckas genomföra förändringar, digitalisera vården och använda den nya teknikens potential krävs system som stödjer en sådan omställning. Det finns redan idag digitala lösningar, och fler kommer att komma, som kan underlätta vardagslivet för den som är sjuk, äldre eller anhörig. En grundläggande förutsättning för att kunna ta del av tekniken är internetuppkoppling.

2017 hade 87 procent av hushållen i EU-28 tillgång till internet, en ökning med hela 32 procentenheter sedan 2007. Men skillnaderna mellan länderna är stor och det går även att se viss skillnad mellan stad och landsbygd där boende i städerna generellt sett har en något högre tillgång till internet är de som bor på landsbygden. [2]

En tidigare undersökning från Doro visar att internetanvändningen bland seniorer över 65 år i Storbritannien, Frankrike, Tyskland, Sverige och Italien har ökat från 73 till 76 procent under perioden 2015 till 2017. Det tyder på att internetpenetrationen blir allt bättre även bland den äldre befolkningen. Hela 60 procent av seniorerna i undersökningen använder internet en eller flera gånger om dagen. Seniorer i Sverige och Tyskland använder internet flitigast, 78 respektive 75 procent.

[1] https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/state/docs/health_glance_2016_rep_en.pdf
[2] http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Digital_economy_and_society_statistics_-_households_and_individuals#Internet_access

2. OROLIGA OCH HEMKÄRA – SPLITTRAD BILD AV SENIORERNAS VARDAG I HEMMET

Livet förändras när vi blir äldre. Leder och muskler blir stelare, muskelmassan minskar, håret tunnas ut och synen och minnet försämras. Många drar ned på tempot och ägnar mer tid åt att vara hemma. Men hur ser de äldre på att bo hemma? Vill de bo kvar eller känner de sig trygga? Fram träder en splittrad bild av seniorer. De är väldigt hemkära men känner sig också oroliga och ser ett antal orosmoment.

2.1 Otrygghet och oro i många hem

Efter pensionen spenderar fler mer tid i sitt hem men många känner sig samtidigt otrygga i hemmet. Detta innebär ofta att anhöriga får ta allt mer ansvar för att hjälpa sina äldre familjemedlemmar. Nära 18 procent av seniorerna känner sig otrygga i hemmet. Vi ser även en klar skillnad mellan könen där kvinnor känner sig mer otrygga än män.

Det som oroar seniorerna mest är att inte orka ta hand om sig själva. I Italien uppger hela 60 procent att de är oroliga för just detta, vilket är den högsta noteringen bland länderna. Totalt är nästan hälften av seniorerna oroliga för att inte orka ta hand om sig själva.

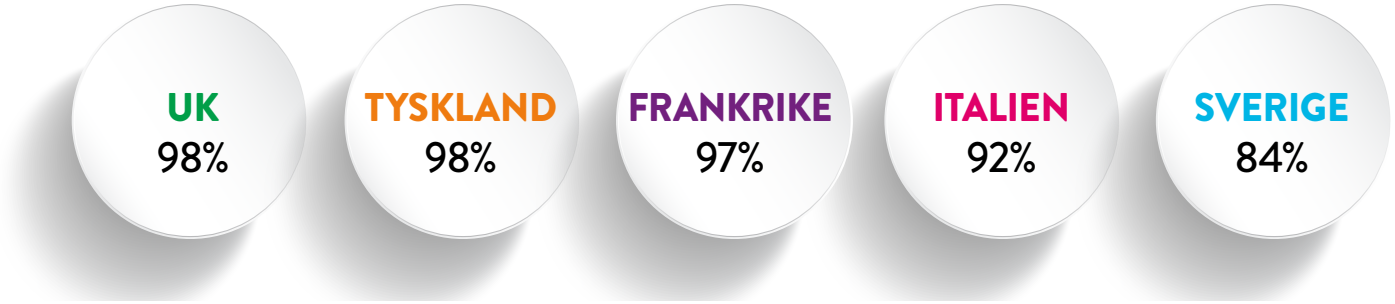
Oro för att ramla är också vanligt, 22 procent av seniorerna är oroliga för det. Även här är det vanligare bland kvinnor än bland män att oroa sig. Till exempel är 32 procent av kvinnorna i Frankrike oroliga för att ramla jämfört med 21 procent av männen. I Italien är motsvarande siffror 32 respektive 19 procent.

Fallolyckor ökar allt mer och är en av de vanligaste orsakerna till sjukhusvård för äldre. I Sverige skadas 200 personer om dagen för att de ramlar och i Storbritannien faller var tredje person över 65 år och cirka varannan person över 80 år, minst en gång om året. Detta orsakar smärta, stress, skador, förlorat självförtroende och självständighet.[3] Bara i Sverige beräknas fallolyckor kosta kommuner och landsting 11,1 miljarder kronor per år och då är inte kostnaden för primärvården inräknad.[4]

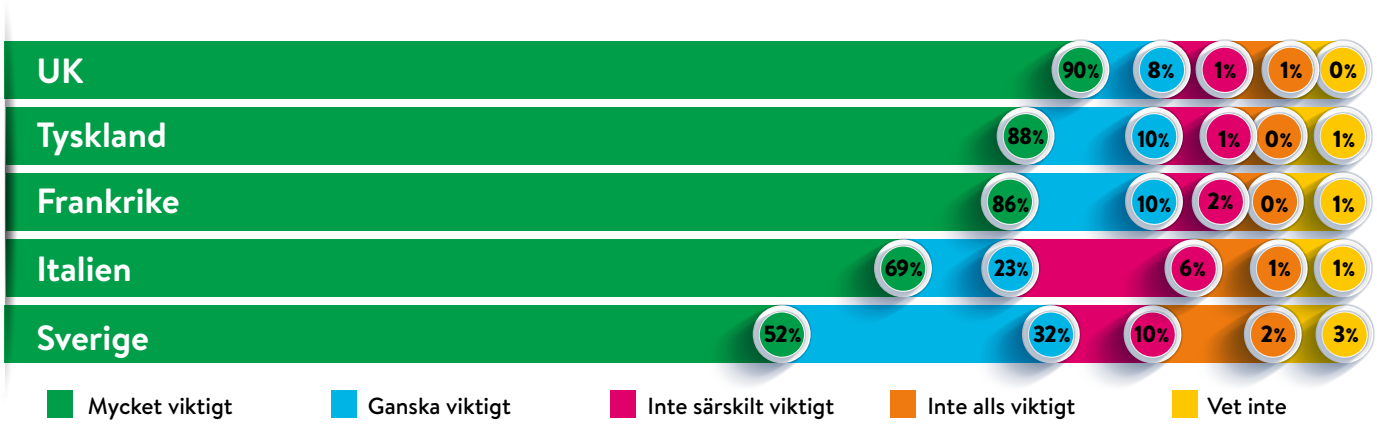
Tekniken fyller en viktig funktion för att öka trygg-heten i hemmet. Hela 60 procent av de som använder tekniska hjälpmedel i hemmet uppger att de känner sig mer trygga tack vare dessa. Bland de som hjälper en anhörig med vardagliga sysslor är det 58 procent som säger att tekniska hjälpmedel bidrar till ökad trygghet. Tekniken har alltså stor potential att inte bara hjälpa användaren utan även personens nära och kära att känna större trygghet. I Storbritannien är 6,5 miljoner människor vårdare till en anhörig, vilket sparar samhället 132 miljarder pund per år samtidigt som de själva löper mycket hög risk för att själva bli sjuka.[5] Deras liv skulle kunna underlättas med rätt hjälp och teknik.

[3] https://www.gov.uk/government/publications/falls-applying-all-our-health/falls-applying-all-our-health
[4] http://www.socialstyrelsen.se/fallolyckor/statistikomfallolyckor
[5] https://www.carersuk.org/news-and-campaigns/press-releases/facts-and-figures

Hur viktigt är det för dig att kunna bo kvar hemma så länge som möjligt?



MYCKET/GANSKA VIKTIGT ATT BO KVAR HEMMA



2.2 Många vill bo kvar hemma

Även om en del seniorer känner sig otrygga i hemmet är det mycket viktigt för merparten att bo kvar hemma så länge som möjligt. Vår rapport visar att hela nio av tio seniorer tycker att det är mycket eller ganska viktigt att bo kvar hemma så länge som möjligt.

Vid analys av vilka som svarat ”mycket viktigt” på frågan om att bo kvar hemma länge så framträder skillnader mellan länderna. I Sverige är det klart färre som anser att det är mycket viktigt att bo kvar hemma, medan Storbritannien i andra delen av skalan ligger betydligt högre. I Sverige är det 52 procent som anser att det är mycket viktigt jämfört med 90 procent i Storbritannien. Tyskland och Frankrike är närmare Storbritanniens nivå med 88 respektive 86 procent. Medan 69 procent i Italien tycker att det är mycket viktigt.

Varför det ser ut så är svårt att spekulera i, men en tänkbar anledning är att Sverige har ett annat välfärdssystem med en lång tradition av att sätta sin tillit till samhället som till stor del ansvarar för omsorgen av de äldre. Medan det ansvaret i andra länderna i större utsträckningen har lagts och fortfarande läggs på familjen.

I samtliga länder är det i högre grad kvinnor som anser att det är mycket viktigt att kunna bo kvar hemma. Tydligast är skillnaderna i Italien och Storbritannien. 74 procent av kvinnorna i Italien anser att det är mycket viktigt jämfört med 63 procent av männen. I Storbritannien är motsvarande siffror 93 procent respektive 88 procent.

Det är tydligt att många äldre vill bo kvar hemma så länge som möjligt och med teknik som bidrar till ökad trygghet är det också möjligt. Genom nya produkter och lösningar kan resurser frigöras och investeras i andra områden. Till exempel spar hemtjänsten både tid och pengar genom att använda fjärrtillsyn via kamera på nätterna, resurser som kan användas till kvalitetstid med de äldre istället. Monitorering av en sjukdom på distans är ett annat resurssparande exempel, man blir kallad till mottagningen när det faktiskt behövs, istället för att åka in på kontroller i onödan.

Lösningar såsom det smarta hemmet är en av nycklarna för att seniorer ska känna sig trygga och kunna bo kvar hemma. Förutom att hjälpa den enskilde individen så har tekniken kapacitet att bidra till att lösa samhällsproblem. Genom att fler kan bo kvar hemma med teknikens hjälp så kan stora samhällsbesparingar göras.

3. SENIORERS ANVÄNDNING AV TEKNIK I VARDAGEN

Samhället, omsorgspersonal, anhöriga och de äldre själva tjänar alla på att ny teknik och digitala lösningar implementeras. Men hur ser egentligen intresset ut för dessa tjänster? Hur intresserade är seniorerna av ny teknik?

3.1 Stort teknikintresse bland seniorer – sociala medier och chatappar alltmer populära

Två tredjedelar av seniorerna uppger att de har ett mycket stort eller ganska stort teknikintresse. I Frankrike är teknikintresset som störst, där uppger 85 procent av respondenterna att de har ett mycket eller ganska stort intresse. I Storbritannien är det lägst intresse för teknik, 50 procent uppger att de har ett mycket eller ganska stort intresse. I samtliga länder svarar män i högre grad än kvinnor att de har ett mycket stort eller ganska stort teknikintresse.

Vid en analys av hur seniorer kommunicerar ser vi att teknikintresset yttrar sig till exempel genom att många seniorer använder sociala medier och chattappar som Whatsapp. Telefonsamtal är fortsatt den mest använda kanalen för att kommunicera med familj och anhöriga, men många har även lagt till någon digital meddelandeapp i sin verktygslåda. Det går att se vissa skillnader mellan könen och länderna. Kvinnor använder sociala medier mer än vad män gör och kvinnor i Sverige står ut jämfört med de andra länderna. Whatsapp är populärast i Tyskland och Italien. 54 procent av de tyska och 58 procent av de italienska respondenterna använder Whatsapp för att kommunicera med sin familj.

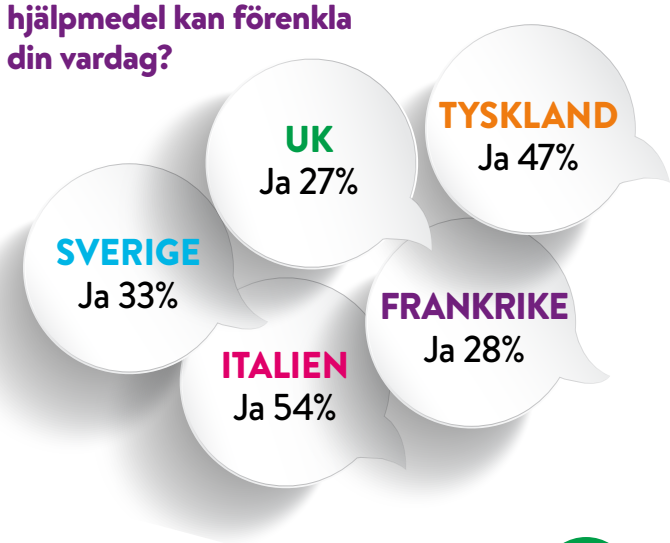
Utifrån vilka kommunikationsverktyg seniorerna använder ställdes även frågan hur ofta de kommunicerar med familj och anhöriga. Andelen som kommunicerar med sin familj varje vecka är generellt sett relativt hög. Av dem som ringer så är det 82 procent som kommunicerar med familj och anhöriga varje vecka och nästan lika många, 80 procent använder sociala medier varje vecka för att hålla kontakten med familjen. SMS:a är det 75 procent som gör på veckobasis och 86 procent kommunicerar via Whatsapp varje vecka. Videosamtal är något lägre, 61 procent använder det.

3.2 Tekniska hjälpmedel väntar fortfarande på sitt genomslag

Generellt är det få av seniorerna som använder någon typ av tekniskt hjälpmedel. Endast 14 procent uppger att de använder tekniska hjälpmedel. Att inte fler gör det kan bero på en rad olika saker. Kanske finns inte behovet men det skulle också kunna handla om att många har, medvetna eller omedvetna, behov men inte information om eller tillgång till hjälpmedel.

I och med att teknikintresset bland seniorer är stort borde användningen av tekniska hjälpmedel i vardagen rimligtvis vara högre. Vilket också speglas i att 38 procent av seniorerna är nyfikna på att lära sig mer om hur tekniska hjälpmedel kan hjälpa dem i vardagen.

Är du nyfiken på hur tekniska hjälpmedel kan förenkla din vardag?



Samtidigt som intresset är högt och många är nyfikna på ny teknik är det alltså få, enbart 14 procent, som faktiskt har testat tekniska hjälpmedel och digitala lösningar. På en öppen fråga om vilka tekniska hjälpmedel som de är intresserade av är svaren mycket varierande. Exempel på svar är appar, elcykel, hörapparat, fallsensor, hemlarm, hiss, robotdammsugare, rullator och robotar.

Att få använder hjälpmedel men samtidigt efterfrågar information om hjälpmedel som redan finns, till exempel hörapparater, fallsensorer och hemlarm, kan vara en indikation på att det finns ett glapp mellan vad som efterfrågas och vad seniorer vet och vilka alternativ de får information om.

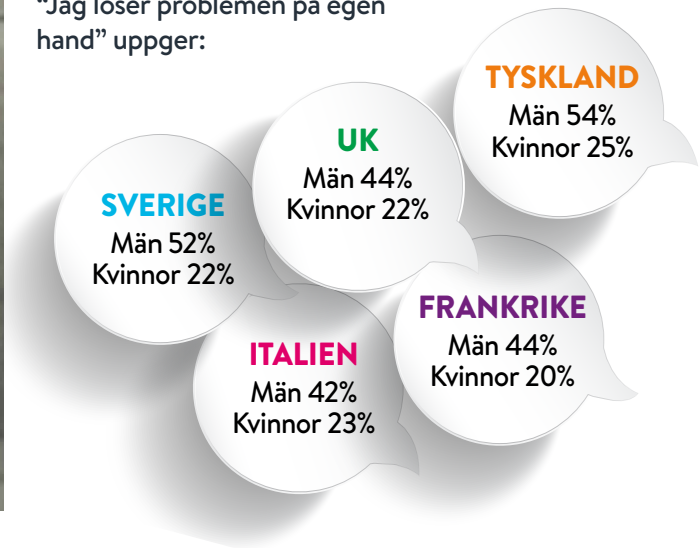
Som tidigare redovisats så uppger 60 procent av de som använder tekniska hjälpmedel att tekniken bidrar till ökad trygghet. Även de som har en anhörig som använder tekniska hjälpmedel, tycker i hög utsträckning att tekniska hjälpmedel bidrar till ökad trygghet. Att då endast 14 procent av respondenterna faktiskt använder tekniska hjälpmedel är illavarslande, fler skulle kunna få möjligheten till tryggare liv om tekniken nådde ut till fler.

När tekniken krånglar

Om någonting går fel med tekniken är det vanligast att lösa problemet själv, vilket en dryg tredjedel har svarat. Männen anser sig dock vara bättre problemlösare och ber mer sällan om hjälp.

Vart vänder du dig om du har problem med att få tekniken att fungera?

"Jag löser problemen på egen hand" uppger:



4. NY TEKNIK OCH DIGITALISERING AV HÄLSO- OCH SJUKVÅRDEN

Seniorer är alltså intresserade av ny teknik. De har breddat sin palett av kommunikationsverktyg och många använder digitala chattappar för att prata med sin familj. Men hur långt fram ligger seniorerna när det gäller digitaliseringen av hälso- och sjukvården? Har de testat digitala vårdbesök? Vad tycker de om lösningar för det smarta hemmet och att hälso- och sjukvården digitaliseras?

4.1 Det smarta hemmet och digitala vårdbesök

Förtroendet för det smarta hemmet är utbrett bland seniorerna, hela 40 procent säger att de skulle lita helt eller ganska mycket på lösningar för det smarta hemmet som hjälpmedel och ytterligare 31 procent skulle lita på det till viss del. Det rimmar väl med att många seniorer är teknikintresserade.

> *"Äldre skulle få det kämpigt"*
>
> **- respondent i Storbritannien**

Men när det gäller erfarenheten av digitala vårdbesök är bilden en annan. Undersökningen visar att det är ytterst få i samtliga länder som har den erfarenheten. Endast 1,6 procent av respondenterna har någon gång testat digitala vårdbesök. Men även här är det många som är nyfikna. Drygt var tredje senior, 35 procent, är öppen för att testa. Högst är intresset i Tyskland där 44 procent kan tänka sig att prova på ett digitalt vårdbesök och i Italien är intresset nästan lika högt, 41 procent. Det finns alltså en stor öppenhet och 38 procent av seniorerna tror att digitala vårdbesök kan ersätta de traditionella i viss utsträckning.

Att så många i hög grad skulle lita på lösningar för det smarta hemmet som hjälpmedel och att många är villiga att testa digitala vårdbesök men ytterst få faktiskt har gjort det, är ytterligare indikationer på att det kan finnas ett kunskapsglapp. Intresset och tilliten finns där men inte informationen och kunskapen, i vissa fall kanske även rätt förutsättningar saknas.

> *"Det blir omänskligt, utan omtanke"*
>
> **- respondent i Tyskland**

4.2 Digitalisering av hälso- och sjukvården

Även när det gäller ny teknik och digitala lösningar i ett större samhällsperspektiv är seniorerna positiva. En hög andel av respondenterna, 42 procent, tycker att det är mycket eller ganska bra att hälso- och sjukvården digitaliseras. Seniorerna i Italien är mest positiva till att vården digitaliseras, 58 procent tycker att det är bra. Av de svenska seniorerna har nästan hälften, 49 procent, en positiv inställning. Även i Frankrike är en stor andel, 46 procent, av de svarande positiva. I Tyskland och Storbritannien tycker 28 respektive 27 procent att det är mycket eller ganska bra att vården digitaliseras, vilket är på en betydligt lägre nivå än de andra länderna.

Digitaliseringen är dock inte odelat positiv i seniorernas ögon. De ser ett antal orosmoln när vården digitaliseras allt mer. Minskad mänsklig kontakt är den klart största oron bland seniorerna, 65 procent. 41 procent är bekymrade över att digitaliseringen kan leda till sämre vårdkvalitet. Betydligt färre är oroliga för att behöva ta mer eget ansvar, 16 procent eller att ny teknik känns komplicerat, 12 procent. Att företag skulle samla in data om användares digitala beteende är inte heller någonting som oroar seniorerna i högre grad, 18 procent.

5. EN MARKNAD MED STOR POTENTIAL

Det är tydligt att seniorer är intresserade och har stor tillit till ny teknik såsom lösningar för smarta hemmet. Även om telefonsamtal fortsatt är den vanligaste kommunikationskanalen är det många som använder chattappar och sociala medier för att prata med sin familj. Det stärker bilden av att dagens seniorer är intresserade av teknik och nyfikna på att testa nya saker.

Trots detta är det få som faktiskt använder tekniska hjälpmedel i vardagen, vilket skulle kunna bero på exempelvis bristande kunskap och information. Att det kan finnas ett kunskapsglapp mellan vilka produkter som finns och vad seniorerna faktiskt vet visar också svaren på en öppen fråga om vilka tekniska hjälpmedel de är intresserade av. Få verkar medvetna om till exempel lösningar för det smarta hemmet utan svaren handlar om traditionella hjälpmedel som hörapparat, hemlarm, hiss och rullator.

De allra flesta seniorer vill bo kvar hemma så länge som möjligt. Samtidigt ser vi att det är en del som känner sig otrygga i sitt eget hem. Här har tekniken stora möjligheter att bidra till tryggare och säkrare liv. Teknik gör att seniorer känner sig tryggare hemma och att anhöriga känner sig tryggare. Återigen handlar det om att alla som har behovet ska få ta del av ny teknik och digitala lösningar.

Det finns mycket att vinna på att digitala lösningar och teknik tillgängliggörs seniorerna. I hela Europa är de demografiska förändringarna en stor utmaning, vi ser också att anhöriga tar ett stort ansvar för vården av sina nära och kära i många länder. På både samhällsnivå och individnivå finns stora resursvinningar att göra. Ny teknik och digitala tjänster har stor potential att avlasta både omsorgspersonal och anhöriga samt göra det möjligt för seniorer att leva sitt liv till fullo.

FALLSTUDIE ÖSTERSUND

ÖSTERSUNDS KOMMUN

I Östersund har kommunen arbetat hårt med att tekniska hjälpmedel som nattkameror och GPS-larm ska bli en naturlig del av de äldres vardag. Östersunds kommun står inför liknande utmaningar som många andra kommuner runt om i Europa, de äldre medborgarna blir allt fler. Omsorgsbehovet ökar och det är inte helt lätt att få de personella resurserna att räcka till.

Ett hjälpmedel som är högt uppskattat av medborgarna i Östersund är GPS-klockan med positioneringslarm och inbyggd högtalare för att kommunicera med personen som använder klockan.

– Vi kan ge de äldre en GPS-klocka och tryggheten att de kan larma om det händer något. I och med att det finns positionering så går det att titta vart personen i fråga är, det går även att ringa upp. Vi ser bara fördelar, säger Åsa Trolle.

GPS-klockan Doro Secure® 480 hjälper 250 brukare i Östersund och de blir snabbt flera. Det finns många exempel på hur den har underlättat både användare och anhörigas liv. Ett par på semester i Spanien kunde, med hjälp av kommunen, ställa in den demenssjuke mannens klocka på en ny hemadress – hotellet på semesterorten.

– Hon ringde och berättade att hon aldrig hade haft en så bra semester, hon var så lugn hela tiden. Hon var nästan tårögd när hon ringde och berättade om hur bra det hade varit. Då har vi hittat rätt tycker vi, säger Åsa Trolle.

OM RAPPORTEN

Undersökningen som denna rapport grundar sig på har genomförts av Novus på uppdrag av Doro för att ta reda på seniorers erfarenhet av och inställning till ny teknik. Undersökningen har genomförts i Sverige, Storbritannien, Tyskland, Frankrike och Italien. Målgruppen var seniorer i åldern 55-85 år. Totalt genomfördes fler än 1 000 webbintervjuer i varje land under perioden 28 maj – 7 juni 2018. Resultatet är efterstratifierat för att spegla målgruppen i stort.

www.doro.com