

Vågetjenesten status 2017

Ældre Sagen



April 2018

Ældre  Sagen

Fortællinger fra vågevagter

"En ægte mand, hvis hustru var døende, var meget taknemmelig over, at vi kunne sidde hos hende om natten. De havde børn og børnebørn, men han ønskede ikke, at de skulle være der."

"Én af de pårørende var så glad for vores arbejde, så hun nu selv er blevet vågekone."

"Vi havde et forløb på sygehuset, hvor manden sad hos sin døende hustru. Der var ingen andre pårørende, og han var 85 år og boede et stykke væk. Han var dybt taknemlig for vores hjælp, hvor vi gik ind og aflastede fra midt eftermiddag til næste morgen, hvor han kom igen. Han havde meget brug for samtale om det hele med vågerne, der var der. Hun var klar indimellem og gav udtryk for lettelse over, at vi var der, og at han ikke var alene. Hun skulle have sin brudekjole på, når hun var død."

"Vi sad hos en ældre mand, som ikke var bevidsthed. Hans to døtre var der også, og de var meget taknemmelige over, at vi var der sammen med dem. Alle vågerne, som havde været ved deres far, fik efterfølgende en æske chokolade".

"En ung datter havde lovet sin mor, at hun kunne komme hjem fra hospitalet for at dø. Vågetjenesten lovede at hjælpe med denne opgave. Moderen døde kort efter hjemkomsten. Vi oplevede, at det var en stor hjælp for datteren, at vi var til stede og kunne fortælle hende, hvordan hun skulle forholde sig."

"Den døendes søn ville gerne være ved sin mor, men han kunne ikke klare at være så tæt på sin døende mor alene. Når vi var der, kunne han sidde ved siden af, og ret tæt på sin mor. Han udtrykte bagefter, at det havde betydet meget, at vi var der."

"Jeg har i tiden som våger tit tænkt på, hvordan jeg ville have det, hvis jeg skulle våge ved en, jeg kendte. Det er jo i eget nærområde, at jeg våger. Da jeg selv for første gang passede telefonen, blev vi tilkaldt til en vågning på vores plejecenter. Det viste sig, at det var min gamle overbo, som jeg kendte særdeles godt. I vores familie var hun kendt som vores Mormor. Jeg kom selv til at lave hele vagtfordelingen, og jeg fik æren at sidde og holde hende i hånden ved sidste vejrtrækning. Det var også mig, der fik lov til at meddele det til familien. De var desværre ikke til stede, men var 'lykkelige' over, at det blev mig, der flugte deres mor det sidste stykke. Min søn og jeg deltog da også ved bisættelsen. Ikke noget jeg normalt gør efter en vågning, men i dette personlige tilfælde gjorde jeg en undtagelse. Det skal der være plads til."

"For de fleste af os betyder det noget, at vi har tid til at være til stede som vågekoner. Det havde vi ikke i vores arbejdsliv, så det vil vi gerne råde bod på nu som pensionister."

"Det giver sådan en tilfredshed, når jeg kører hjem efter en vagt. For jeg føler, at jeg har gjort en forskel."

"Efter en vågning over en ældre mand, var han kone og datter så rørte, at de selv ville melde sig ind og bliver vågere. De mente, at det næsten var en borgerpligt som de ville i gang med. Om de har gjort de eller ej vides ikke."

"En ægtefælle sendte efter konens død en sms og fortalte hvor stor hjælp, det havde været for ham, at vågetjenesten havde været der. Han kunne sove roligt, fordi han vidste, hun var i trygge hænder."

"Det er en god følelse at følges med et medmenneske det sidste stykke af livet. Også ud fra vores holdning, at ingen skal dø alene, hvis de ikke selv ønsker det. Som Ældre Sagen siger: "Et godt liv hele livet" - og der hører den allersidste tid også med."

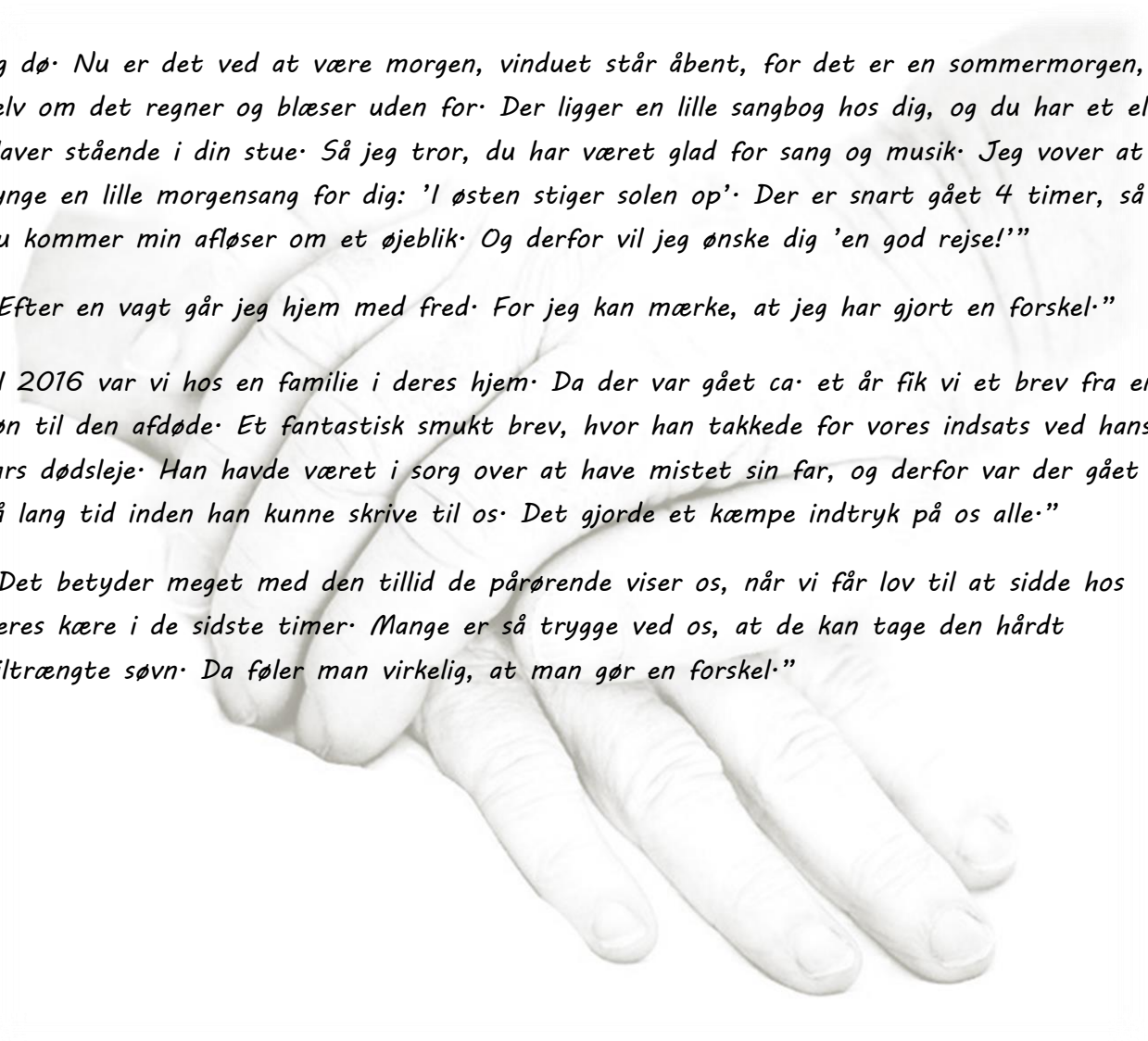
"Det giver meget mening for mig at kunne aflaste de pårørende og at opleve, at den alvorligt syge finder tryghed."

"Det er ikke de store samtaler, jeg har oplevet. Men glæden ved at kunne mærke den ro, det giver, når hånden mærkes, efter jeg synger/nynner en sang. Selv den, der ikke vil holde i hånd, falder til ro når han/hun mærker hånden på dynen."

"Det giver en indre ro at våge over en døende, og det sætter refleksioner i gang over ens eget liv. Når man har arbejdet som sygeplejerske på en travl afdeling, er det et privilegium at kunne sidde uforstyrret ved den døende. Vi kan gøre en forskel, skabe ro, være en neutral samtalepartner hvis behovet er der."

"At beskæftige sig med andres død, er en vej til at forholde sig til sin egen død. Det føles godt for en selv, at hjælpe hvor det er meningsfyldt."

"Jeg sidder her ved din seng sent om natten. Jeg tror ikke, du registrerede, da jeg kom og afløste min kollega kl. 04. Din hånd er brændende varm, og du trækker vejret hurtigt og lidt rallende. Jeg kender dig slet ikke! Hvem er du? Du har et rigtig flot navn, så du må have betydet noget særligt, da du blev født, siden dine forældre har givet dig så smukt og særligt et navn. Der hænger et lille billede på væggen i din stue af en lille pige i en hvid kjole. Hun står på en kurvestol og har hånden på stoleryggen. Billedet er i en rund guldramme. Det er sikkert dig som ca. 2-årig. Og nu ligger du så her på ét af vor bys plejecentre som 96-årig og venter på døden. Og jeg får lov at sidde hos dig. Jeg har sunget en lille aftensang for dig. Mon du kunne høre den? Måske! Vi ved, at hørelsen er noget af det sidste, som forsvinder fra os. Plejepersonalet har lige været her. De siger, at du nu har ligget 5-6 døgn uden at være kommet til bevidsthed. Jeg sidder og tænker på min egen mor og far, da jeg fik lov at være hos dem, da de skulle dø. Jeg tænker på mig selv! Hvordan vil jeg have mit dødsleje? Jeg vil gerne være med til at give dig ro og tryghed. At du måske kan mærke, at der er en person hos dig. At du ikke skal ligge alene



og dø. Nu er det ved at være morgen, vinduet står åbent, for det er en sommermorgen, selv om det regner og blæser uden for. Der ligger en lille sangbog hos dig, og du har et elklaver stående i din stue. Så jeg tror, du har været glad for sang og musik. Jeg vover at synge en lille morgensang for dig: 'I østen stiger solen op'. Der er snart gået 4 timer, så nu kommer min afløser om et øjeblik. Og derfor vil jeg ønske dig 'en god rejse!'"

"Efter en vagt går jeg hjem med fred. For jeg kan mærke, at jeg har gjort en forskel."

"I 2016 var vi hos en familie i deres hjem. Da der var gået ca. et år fik vi et brev fra en søn til den afdøde. Et fantastisk smukt brev, hvor han takkede for vores indsats ved hans fars dødsleje. Han havde været i sorg over at have mistet sin far, og derfor var der gået så lang tid inden han kunne skrive til os. Det gjorde et kæmpe indtryk på os alle."

"Det betyder meget med den tillid de pårørende viser os, når vi får lov til at sidde hos deres kære i de sidste timer. Mange er så trygge ved os, at de kan tage den hårdt tiltrængte søvn. Da føler man virkelig, at man gør en forskel."

Indhold

<i>Fortællinger fra vågevagter</i>	1
Indledning.....	5
Overblik over lokalafdelinger med vågetjeneste.....	6
9.478 timer blev der våget hos 556 døende i 2017.....	8
Både døende og pårørende får støtte af vågetjenesten	8
Hvor våger de frivillige.....	8
Vågetjenesten og pårørende.....	9
Afløsning af pårørende.....	10
602 frivillige i vågetjenesten	10
Udviklingen i vågetjenesten 2011-2017.....	10
Efterspørgsel, rekruttering og fastholdelse af frivillige.....	11
Kontaktpersoner	12
Gode råd til kontaktpersonerne	13
Oplysning om vågetjenesten	14

Indledning

Dette er anden gang vi laver en samlet statusrapport over Ældre Sagens vågetjenester. Rapporten tegner et billede af Ældre Sagens vågetjenester i 2017.

I rapporten kan du bl.a. finde information om, hvor mange døende, de frivillige i vågetjenesten sad hos i 2017, og hvor mange timer de samlet har våget; hvor vågetjenesten kommer; hvem de frivillige i vågetjenesten er, og hvor i landet Ældre Sagen har vågetjeneste.

Statusrapporten bygger på besvarelser fra et spørgeskema, som er sendt ud til alle kontaktpersoner i Ældre Sagens 48 vågetjenester. Kontaktpersoner fra 42 vågetjenester har svaret, hvilket giver en svarprocent på 91 %. I afsnittet om antal frivillige i Ældre Sagen indgår statistik fra alle vågetjenesterne.

Statusrapporten er lavet for de frivillige i Ældre Sagens vågetjeneste, til brug for gensidig inspiration og erfaringsudveksling. Samtidig kan rapporten være inspiration til lokalafdelinger, der gerne vil vide mere, fordi de overvejer at starte vågetjeneste, eller andre som ønsker et overblik over Ældre Sagens vågetjeneste.

Vi vil gerne sige mange tak til de mange kontaktpersoner, som har bidraget til denne rapport og til alle i Ældre Sagens vågetjenester for jeres store indsats for døende og deres pårørende.

Overblik over lokalafdelinger med vågetjeneste

Ud af Ældresagens 215 lokalafdelinger tilbød 61 lokalafdelinger vågetjeneste i 2017. Det svarer til lidt under en tredjedel af alle Ældre Sagens lokalafdelinger. Flere steder i landet er lokalafdelingerne gået sammen om at tilbyde én samlet vågetjeneste, hvilket betyder at Ældre Sagen i 2017 havde 48 vågetjenester. Syv af disse vågetjenester er startet i 2017.



Figur 1: Kort over Ældre Sagens vågetjenester

Tabel 1: Vågetjenester i Ældre Sagen 2017

Distrikt	Lokalafdelinger som tilbyder vågetjeneste	Start år	Antal frivillige 2017
1	Frederikshavn-Læsø**	2017	21
	Hobro, Arden, Hadsund og Mariager	2009	23
	Morsø (samarbejde med den lokal Røde Kors)	2006	12
	Skagen**	2017	2
	Sæby**	2017	2
2	Skive-Spøttrup-Sundsøre	2016	10
	Skjern-Tarm	2013	7
3	Brødstrup	2013	7
	Gjern	2011	12
	Hadsten	2009	10
	Horsens og Horsens Nord	2011	20
	Kjellerup	2017	5
	Purhus*	2012	6
	Rougsø-Sønderhald	2009	10
	Samsø	2010	12
	Them	2013	12
	Tørring-Uldum	2015	16
4	Brørup og Vejen	2013	15
	Holsted	2016	4
	Kolding**	2017	3
	Rødding	2016	5
5	Gråsten og Broager	2011	7
	Sønderborg-Sundeved*	2006	1
6	Højfyn	2010	5
	Langeland	2010	24
	(Langeskov-Munkebo og) Kerteminde	2010	8
	Middelfart og Selvhjælp Fredericia-Middelfart	2016	24
	Nordfyn	2012	19
	Nyborg-Ullerslev	2014	9
	Odense	2012	20
	Ærø	2005	28
Ørbæk	2012	5	
7	Nykøbing Falster-Sydfalster	2014	24
	Sakskøbing og Nysted	2016	11
	Stubbekøbing og Nr. Alslev	2016	10
	Vordingborg*	2016	3
8	Nykøbing-Rørvig	2015	6
	Ramsø	2017	10
	Solrød	2015	6
9	Allerød	2012	16
	Fredensborg	2014	17
	Helsingør	2014	17
	Jægerspris, Skibby, Slangerup og Frederikssund	2016	17
	Værløse og Farum	2016	23
10	Albertslund	2014	14

	Brøndby	2017	14
	Høje Taastrup	2015	11
	København City	2013	30
	Tårnby	2017	10

*Ingen besvarelse

**Netop startet og indgår derfor ikke i rapporten

9.478 timer blev der våget hos 556 døende i 2017

I 2017 vågede frivillige fra Ældre Sagen minimum 9.478 timer ved mindst 556 døende¹.

I 2017 oplevede 86 % af lokalafdelingerne at et eller flere vågeforløb blev aflyst, inden vågerne nåede at komme frem. I næsten 9 ud af 10 af tilfældene skyldtes det dødsfald, fordi der blev ringet for sent efter vågetjenesten, mens det for de resterende forløb var fordi sygehus, familiemedlemmer eller naboer tog over. I alt blev 154 vågeforløb aflyst i 2017.

Både døende og pårørende får støtte af vågetjenesten

Ældre Sagens frivillige våger hos døende, som ingen pårørende har, eller hvor de pårørende har brug for et hvil eller pusterum.

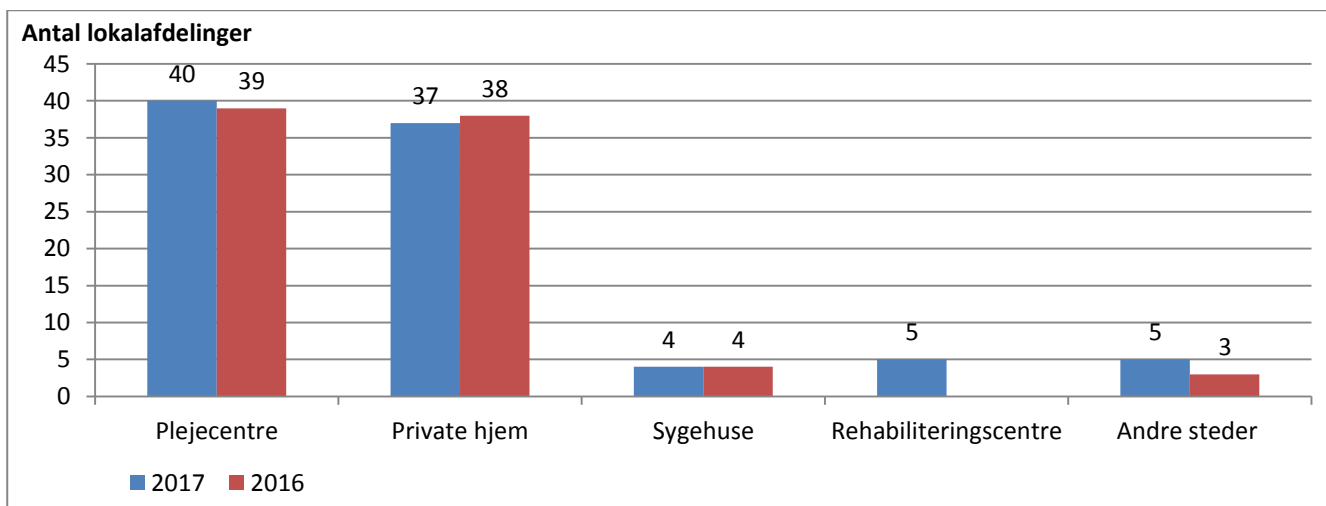
I 2017 var 65 % af de døende, som de frivillige sad hos, kvinder, og 35 % af de døende var mænd. I 2016 var 82 % af de døende kvinder og kun 18 % var mænd.

Langt de fleste af de døende (84 %) havde pårørende, og kun 16 % var helt uden pårørende. Dette tal er stort set uændret ift. 2016.

Hvor våger de frivillige

Vågetjenesterne tilbyder at våge flere forskellige steder. Ligesom i 2016 var de hyppigste steder plejecentre og private hjem. Nedenstående figur viser, hvor vågetjenesterne vågede i både 2016 og 2017. De fleste vågetjenester våger mere end et sted, derfor overstiger tallene i figuren 42 vågetjenester. Det samme var tilfældet i 2016, derfor overstiger disse tal ligeledes det samlede antal vågetjenester.

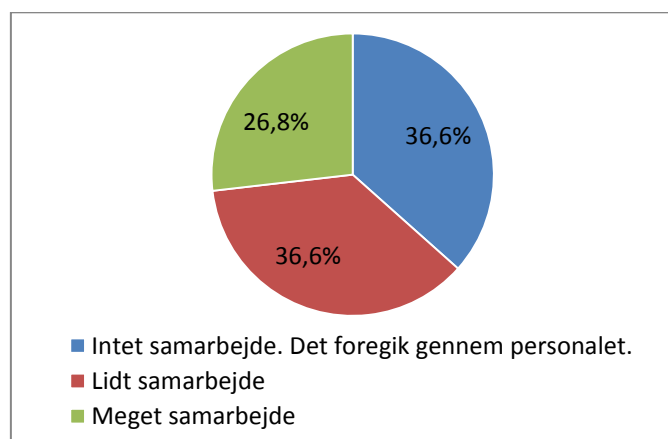
¹Én lokalafdeling registrer kun timer, mens en anden lokalafdeling hverken registrer timer eller døende. Derfor er tallene minimum.



Fire vågetjenester, som ikke våger på nærmeste sygehus, er blevet kontaktet angående en sådan vågeopgave, og seks vågetjenester - som ikke våger på nærmeste sygehus - overvejer at udvide til også at dække nærmeste sygehus. Behovet for hjælp fra vågetjenesten er stort på sygehusene, hvor flertallet af danskere dør.

Vågetjenesten og pårørende

I de vågeforløb, hvor der var pårørende involveret, var der stor forskel på, hvor meget samarbejde der var mellem vågetjeneste og de pårørende. I lidt under 2/3 af forløbene, hvor den døende havde pårørende, var der meget samarbejde eller lidt med de pårørende, hvorimod vågerne i lidt over 1/3 af forløbene ingen kontakt havde med de pårørende. Nedenstående figur viser hvor meget samarbejde de frivillige generelt havde med pårørende.



I nogle vågeforløb består samarbejdet af, at våge når de pårørende ikke er til stede. Samarbejdet mellem pårørende og de frivillige i vågetjenesten handler derfor om koordinering og om opdateringer af, hvordan det er gået, i det tidsrum de pårørende har været væk. I andre vågeforløb er samarbejdet tættere, hvilket betyder at vågerne er til stede sammen med de pårørende enten under hele forløbet eller i kortere seancer. Disse forløb opstår, når de pårørende er utrygge ved situationen eller har brug for nogen at snakke med.

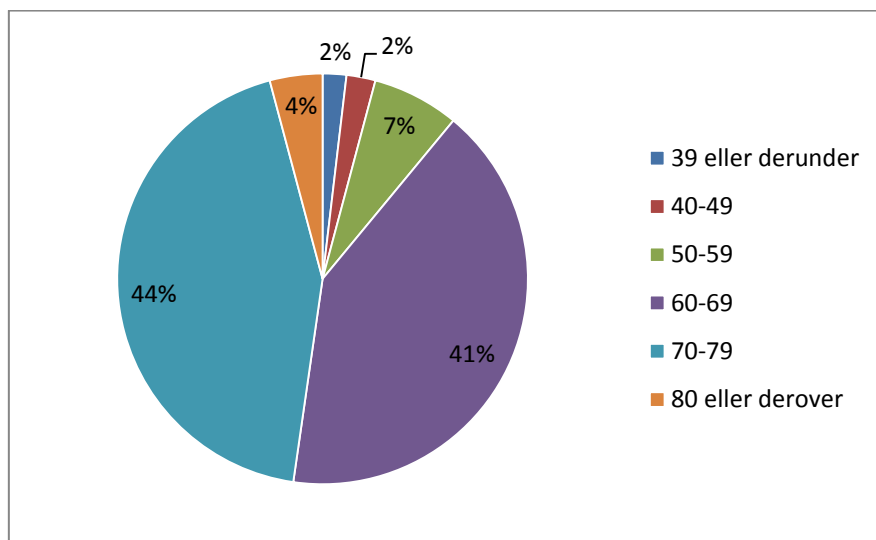
Samarbejdet med de pårørende afhænger også af om den døende ligger hjemme, på sygehus, på plejehjem eller et andet sted.

Afløsning af pårørende

3 ud af de 42 vågetjenester oplevede i 2017 at blive spurgt enten af personalet eller de pårørende selv, om de kunne afløse de pårørende over en længere periode – dvs. en periode der gik ud over de allersidste døgn af de døendes liv, f.eks. en eller to måneder. De tre vågetjenester oplevede både stor taknemmelighed og respekt fra de pårørende. Én vågetjeneste beskrev, hvordan at forløbet var med til at give de pårørende energi til at selv at sidde den sidste time med den døende.

602 frivillige i vågetjenesten

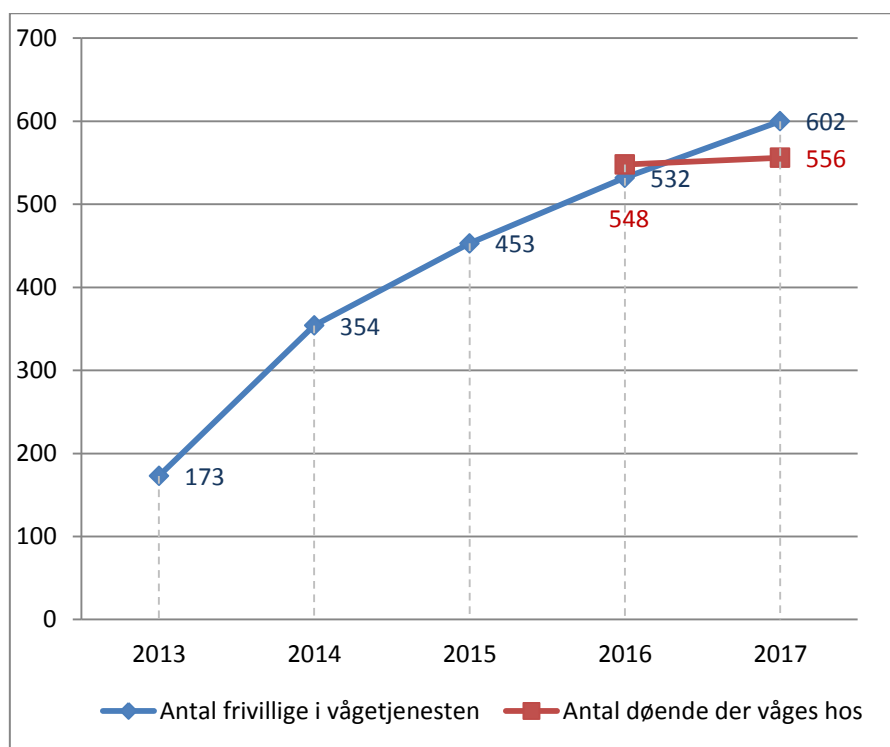
I 2017 var der 602 registrerede frivillige i Ældre Sagens 49 vågetjenester. Det er en stigning på 13 % i forhold til 2016. Ud af de 42 vågetjenester som har medvirket i denne rapport var 92 % af de frivillige kvinder og 8 % var mænd. Den yngste frivillig i vågetjenesten var 22 år og den ældste var 88 år. Nedenstående figur viser aldersfordelingen blandt de frivillige i de 42 vågetjenester.



Udviklingen i vågetjenesten 2011-2017

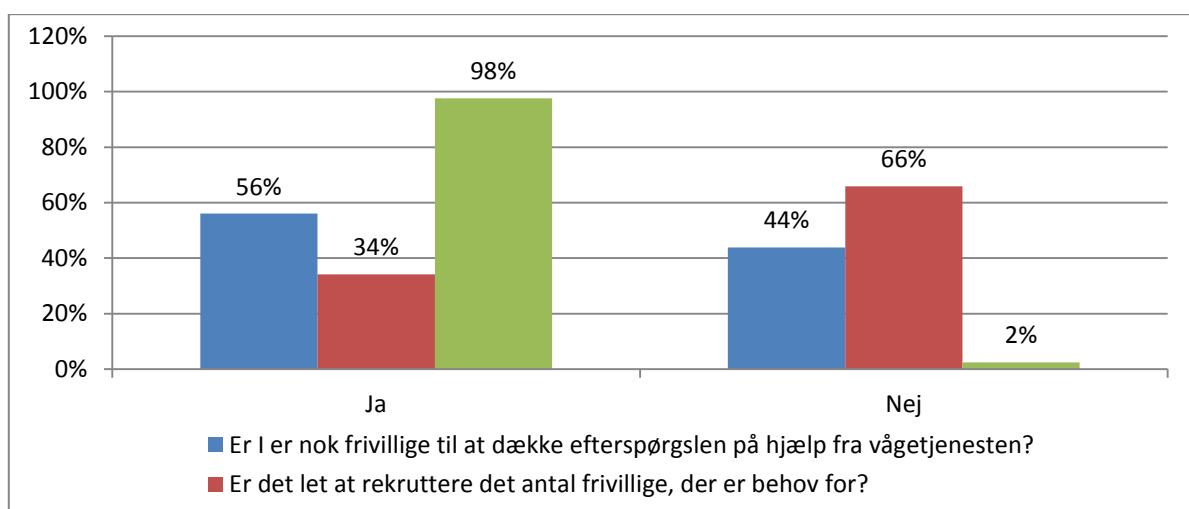
Ældre Sagens vågetjeneste er vokset de seneste år. Nedenstående graf viser udviklingen de sidste 5 år i antallet af frivillige i alle aktive vågetjenester, samt hvor mange døende der mindst er blevet våget hos².

² Der kan have forekommet en overrapportering i antallet af døende, vågetjenesten hjælp i 2016, idet der blev spurgt til antallet af vågeforløb. Derfor har vi i 2017 spurgt specifikt til antallet af døende. Dette kan forklare den relativt store udvikling i antal timer våget sammenholdt med den relativt lille udvikling i antal døende, der har været våget hos.



Efterspørgsel, rekruttering og fastholdelse af frivillige

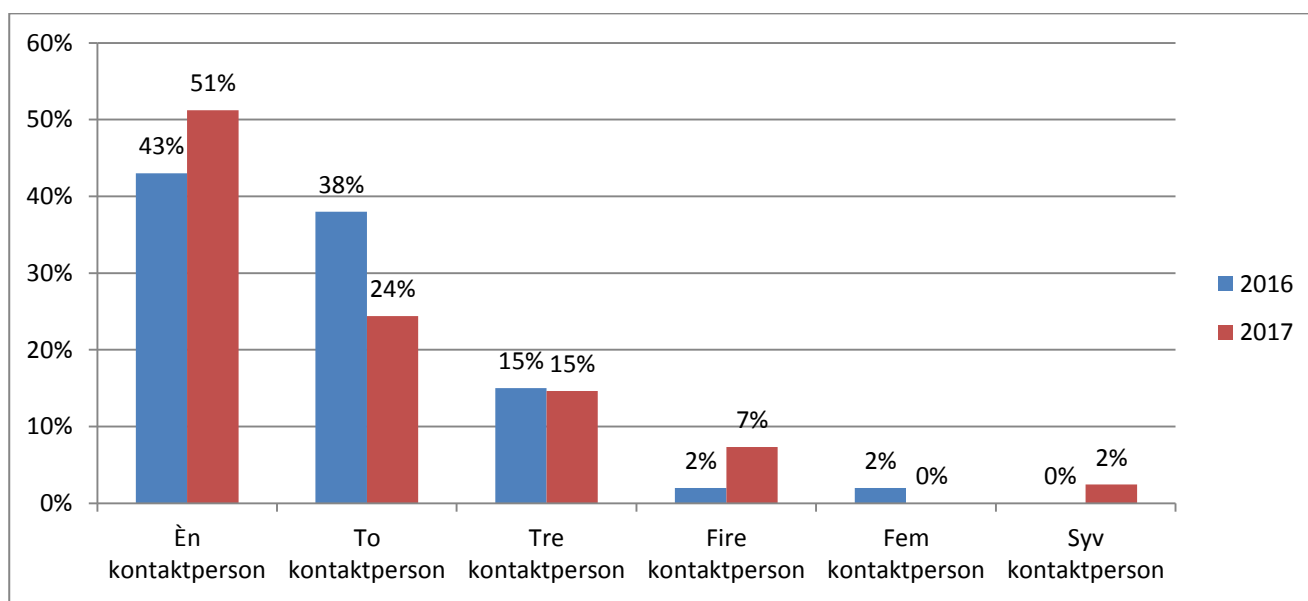
Op mod halvdelen af vågetjenesterne oplever, at de ikke er frivillige nok til at dække efterspørgslen på vågere. I lidt over 2/3 vågetjenesterne er der udfordringer, når de skal rekruttere nye vågere. Udfordringerne handler i store træk om det tabu, der foreligger omkring døden – at snakke om døden, at overvære døden og mærke den sorg der følger. Derudover kom manglende synlighed i lokalområdet, job i dagtimerne og de natlige vagttimer i vejen for rekrutteringen af nye frivillige. Alle bort set fra én vågetjeneste oplever dog, at det er let at fastholde de frivillige, når de først er blevet en del af vågetjenesten. Den vågetjeneste, som oplevede, at det var svært at fastholde de frivillige, mærkede det i de perioder, hvor der ikke var noget at lave.



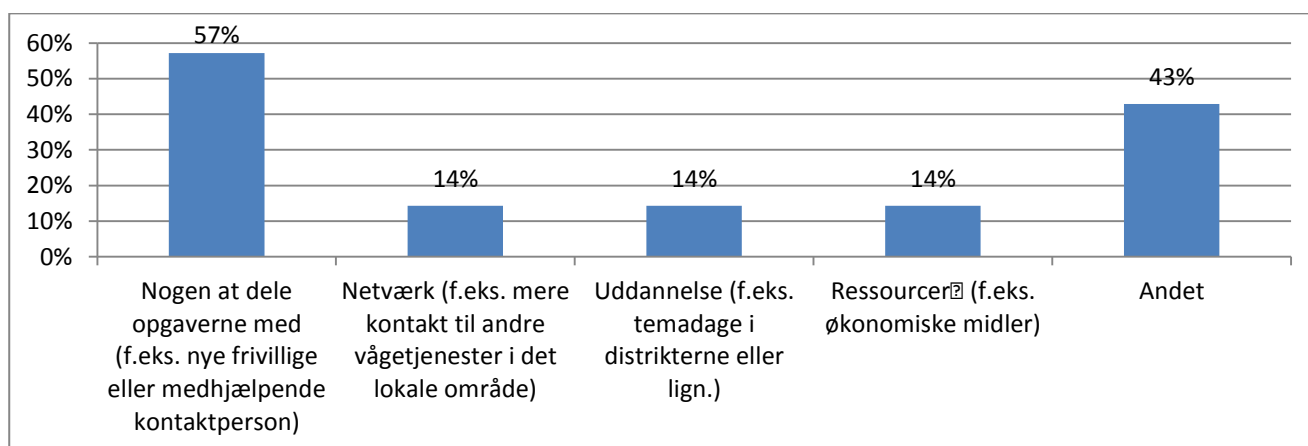
Endelig har 81 % af de frivillige i 2017 været på et eller flere af Ældre Sagens kurser for vågetjenesten eller andre relevante kurser.

Kontaktpersoner

Der var 78 kontaktpersoner/koordinatører/aktivitetesledere i Ældre Sagens vågetjenester i 2017. I halvdelen af vågetjenesterne var der én kontaktperson, mens der i de øvrige vågetjenester var flere kontaktpersoner til at dele opgaverne. I forhold til 2016 var der i 2017 flere som var kontaktpersoner alene. Nedenstående figur viser i procent hvor mange kontaktpersoner der var i vågetjenesterne.



61 % af kontaktpersonerne var tilfredse i deres virke og savnede ikke noget i forhold til at være kontaktperson. Ca. hver sjette kontaktperson oplevede i 2017, at de manglede eller savnede en bestemt støtte. Nedenstående figur giver et overblik over, hvad der blev efterspurgt af de syv kontaktpersoner, som savnede noget i deres virke.



Af figuren fremgår det, at over halvdelen af de kontaktpersoner som manglede noget i deres virke, især savner nogen at dele opgaverne med. Dertil ønskede 14 % (svarende hver til én vågetjeneste) et større netværk, mere uddannelse og flere ressourcer. Af 'Andet' blev der efterspurgt mere politisk samarbejde, og bedre kommunikative redskaber som fx en telefon til deling mellem kontaktpersoner.

Gode råd til kontaktpersonerne

Hvordan vågetjenesterne organiserer sig og administrerer deres opgaver varierer efter, hvordan det bedst kan fungere for den enkelte vågetjeneste. I dette afsnit er samlet tre hovedpunkter med dertilhørende gode erfaringer og idéer fra vågetjenester rundt om i landet, som måske kan være til inspiration.

→ Nye frivillige

Rekruttering

I flere vågetjenester er det ikke let, at rekruttere det antal frivillige, der er behov for for at imødekomme efterspørgslen på vågetjenesten. Her er derfor nogle tips, som måske kan give inspiration:

- Ud over omtale i lokalaviser så overvej også at bruge lokalradio eller lokal-tv, som måske kan nå ud til nogle andre end dem, der læser lokalavisen.
- Nogle aktiviteter i Ældre Sagen har haft succes med at bruge www.frivilligjob.dk som er en hjemmeside, hvor alle kan lægge et opslag op om, at de søger frivillige.
- En vågetjeneste har for nylig haft stor succes med at lave et opslag på deres by's facebookside om, at de manglede frivillige til vågetjenesten. Mange byer eller lokalområder har deres egne facebooksider, som kan være et godt alternativ til at søge efter nye frivillige.
- Når I søger efter nye frivillige, kan det være en god ide at skrive lidt om, hvad dét at være frivillig i en vågetjeneste præcist går ud på – fx hvornår på døgnet man kan blive sendt ud, hvor lange vagterne er, at nye kan komme med som føl, hvis de ønsker det, at man bliver tilknyttet en gruppe, som mødes jævnligt, m.m.. Vi ved, at en af de typiske barrierer for, at man ikke melder sig som frivillig, er, at man er usikker på, hvad opgaven går ud på.
- Når I søger efter nye frivillige, kan det også være en god ide, at invitere til et informationsmøde om vågetjenesten. Her kan interesserede møde op for at høre mere inden de beslutter sig for, om det er noget for dem.

Samtalen og forventningsafstemning med nye vågere

- I flere vågetjenester er de altid to til samtalen med nye vågere. Det kan være en god ide at holde samtalen hjemme hos den nye, det giver en god fornemmelse af, hvem personen er. Når I holder den første samtale med de nye, kan det også være en god ide, at lave en aftale med dem om, at I efter 4 måneder eller et halvt år holder en opfølgningssamtale med dem for at høre, hvordan det går. Til denne samtale kan I fx få talt om, hvorvidt vågetjenesten alligevel er noget for dem, hvis de fx ikke svarer, når der er en vågeopgave eller aldrig kommer til møderne i vågetjenesten.

→ Møder og sammenkomster

- Aftal faste jævnlige møder i vågegruppen.
- Gennemgå de vågeopgaver I har haft ved 'bordet rundt', hvor alle får mulighed for at sige noget.
- Husk at brug tid på sociale sammenkomster fx mad til møderne eller hygge efter møderne.
- Brug eksterne undervisere eller fagpersoner fx præster, bedemænd, sygeplejersker eller demensvejledere til møderne.

- Arranger faglige udflugter til fx hospice, sygeplejemusseer eller krematorium. Dette kunne være i forlængelse af et møde.
- Køb relevante bøger og materialer og læs blandt andet op i dem til møderne fx ”Tæt på livet, tæt på døden.”
- Deltag i temadage, kurser eller arrangementer.

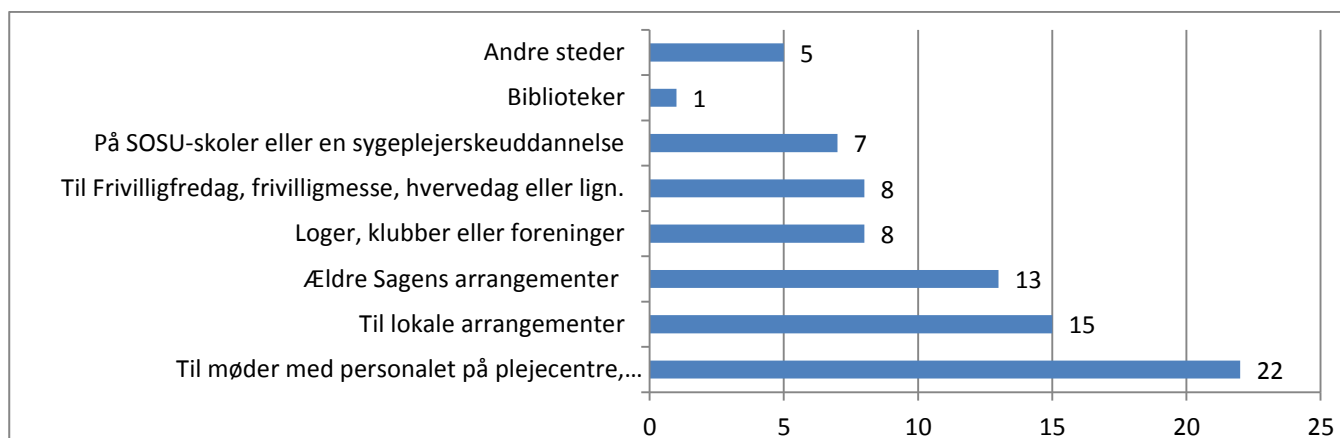
→ Vagtplanlægning

- Skab overblik over vagtplanlægningen fx gennem en digital besked over, hvem der kommer, når den enkelte vågers vagt slutter.
- Lav et vagtskema, som hjælper og gør planlægningen lettere for de frivillige.
- Informer ikke kun de involverede vågere, men hele vågegruppen, når den som vågetjenesten har været ude hos afdøde ved døden.

Oplysning om vågetjenesten

Flere af vågetjenesterne er i 2017 blevet nævnt i døds- og takkeannoncer, kirkeblade, lokale blade, lokale aviser eller landsdækkende aviser. I 2017 blev 68 % af vågetjenesterne nævnt³. I 2016 blev 75 % blevet omtalt.

Ældre Sagens vågetjenester er rigtig gode til at gøre opmærksomme på de tilbud, de har. I 2017 har 28 af vågetjenesterne har været ude og fortælle om sig selv, det svarer til 68 %. I 2016 havde 73 % været ude at gøre opmærksomme på sig selv. Nedenstående viser hvilke steder og platforme vågetjenesterne benytter sig af. Tallene summer til mere end det faktiske antal vågetjenester, fordi vågetjenesterne har været flere steder at fortælle om sig selv⁴.



³ Kolding vågetjeneste er også blevet nævnt, men de indgår ikke i rapporten da de endnu ikke er startet op.

⁴ Kategorien 'Andre steder' inkluderer annonceringer i aviser, besøg på dagcentre, oplysning på Folkemødet på Bornholm samt præster og læger i lokalområdet.



Ældre  Sagen

april 2018