

Nyhetsbrev fra Helseforskning og Dialog

28.10.2011

SAMHANDLINGSPROSJEKTET: Styrking av brukeres helse- og rehabiliteringsprosess ved hjelp av nye verktøy er nå gjennomført i Hedmark og Oppland med godt resultat.

Kommunehelsetjenesten i Nordre Land og Ringsaker kommune har samhandlet med Spesialisthelsetjenesten ved Rehabiliteringsavdelingen, Gjøvik om gjennomføring av helsetilbudet Kroppskunnskaping i kommunene (se www.kroppskunnskaping.no). Prosjektet ble finansiert av Helse Sør-Øst via Helsedialog.

Styringsgruppe og referansegruppe med representanter fra samarbeidsaktørene og brukere ble etablert våren 2010. Informasjonsspredning og fagdager om det nye helsetilbudet ble gjennomført i kommunene. 18 kvinner og menn som lever med langvarige helseplager deltok i to mestringsgrupper våren 2011 med kursledere fra spesialisthelsetjenesten. Evalueringen ble gjennomført som en dialogkonferanse med brukerpanel og helsepersonell som tilhørere i kommunene mai 2011. Endringer i brukernes mestring og helse ble målt med spørreskjema før og etter, og samhandling på systemnivå ble evaluert. **Det pedagogiske helsetilbudet Kroppskunnskaping er et verktøy for å:**

- Styrke brukerkompetanse til å håndtere plager, forebygge og fremme helse i eget liv.
- Kartlegge hvor man er i sin helsefremmende prosess, og hvordan komme videre.
- Kjenne egne tålegrenser og "forske på" muligheter for å være i aktivitet (og arbeid)
- Lære å håndtere møte med nære andre og samfunnet når en lever med helseplager
- Delta aktivt i behandling og rehabilitering
- Styrke selvhjelp

Resultatene er svært positive. Dette viser seg både i målinger via spørreskjema og i tilbakemeldingen fra den åpne høringen og intervju med deltagerne. Målingene viser en positiv endring i mestring og helse (Signifikant tendens målt med SOC). Brukerne rapporterer at de er mer fysisk aktive etter gjennomføring. Tilbudet har fungert som tilretteleggingstiltak og medført rask arbeidsavklaring for flere. Noen deltagere har økt sin stillingsprosent. Gruppene møtes fortsatt og to deltagere er blitt gruppeledere for fortsettelse av helsefremmende arbeid i selvgående gruppe (selvhjelp). Kroppskunnskaping har vist seg å være en nyttig modell å jobbe med opp mot kommunehelsetjenesten. Samhandlingsformer er utviklet på systemnivå mellom spesialist – og kommunehelsetjenesten. Kommunenes LOKALKUNNSKAP er avgjørende mht m hvilke aktører som er viktig å ha med fra sin kommune, og har en sentral rolle som tilretteleggere, spesielt mht REKRUTTERING av brukere og av helsepersonell og å skaffe lokaler og bidra med praktisk hjelp i gjennomføringen. Konklusjonen er at helsetilbudet Kroppskunnskaping egner seg som verktøy for samhandling i tråd med intensjonene i samhandlingsreformen. Potensialene er store knyttet til oppfølging av langtidssykemeldte, arbeidsrettet rehabilitering, som oppfølgende program i overgang fra spesialist- til kommunehelsetjeneste, og som mestringskurs ved langvarige helseplager. Oppbygging av kompetanse i kommunene for å drive tilbudet er en utfordring. For avklaring av spørsmål: post@kroppskunnskaping.no