



FREDENSBORG
KOMMUNE

**Projektbeskrivelse for
GLA:D-tilbud i Fredensborg
Kommune
for 65+ årige (værdighedspulje),
november 2016 – december
2017.**



Baggrund

Denne projektbeskrivelse tager afsæt i "Oplæg til 5-års handleplan på gigtområdet i Fredensborg Kommune, juni 2016, udarbejdet af Benedicte Fenger, Gitte Andersen og Pia Sølbeck-Nielsen, Ældre og Handicap". Oplægget er initieret af Forebyggelsesrådet i Fredensborg Kommune og godkendt i Social- og Seniorudvalget den 10. oktober 2016.

Oplægget er udarbejdet i forbindelse med værdighedspuljemidler i 2016/2017 samt Forebyggelsesrådets handlingsplan for udvikling af en gigthandlingsplan for Fredensborg Kommune. Oplægget indeholder både overordnede indsatser, der kan indgå i en samlet plan for udviklingen af kommunens tilbud på området for slidgigt (fremover nævnt som artrose) og en mere detaljeret plan for, hvordan midlerne fra værdighedspuljen til ældre kan indgå i den samlede handleplan for området.

Projektet retter sig mod borgere 65+ årige med hofte- og knæartrose og løber i løber fra ultimo 2016 og frem til udgangen af 2017. Borgerne skal have bopæl i Fredensborg Kommune.

Formål

Overordnet formål:

Fredensborg Kommune skal have et evidens baseret forebyggelsesrettet tilbud til borgere med artrose.

Formål:

- Etablere, afprøve og evaluere GLA:D (Godt liv med artrose i Danmark) tilbud i Fredensborg Kommune,
- Styrke samarbejde – interne samarbejdspartnere og eksterne f.eks. almen praksis
- Afklaring af ressourcer i forhold til at kunne "drifte" GLA:D i FK
- Identificere behov
- Snitfladeerfaring
- At sikre fastholdelse af relevant fysisk aktivitet efter GLA:D forløb
- Afdække hvordan et evt. tilbud skal implementeres fra 2018

Projektorganisation

Projektejer Benedicte Fenger

Projektleder Pia Sølbeck-Nielsen

Projektdeltagere forløbskoordinator Gitte Andersen, fysioterapeuter Nicolai Römer, Nikolaj Nepper og Line Lykke Nielsen samt fysioterapeut og kostvejleder Jakob Amstrup Møller.



Forankring

Projektet forankres i Træning & Rehabilitering. Projektleder for projektet er udviklingskonsulent Pia Sølbeck-Nielsen i Ældre og handicap, der også er sekretær for Forebyggelsesrådet.

Leverancer

1. Indledende fase, hvor tilbuddet til borgerne planlægges og kvalificeres, og kendskabet hertil udbredes hos relevante samarbejdspartnere.
2. Ramme for tilbud
3. PR planlægges, involvering af og samarbejde med almen praksis (praksiskonsulent, møder, nyhedsbreve).
4. Der udarbejdes informationsmateriale (pjece) og breve til borgerne.
5. 2 fysioterapeuter deltager i kursus om GLA:D-træning 10 - 11. januar 2017 i Odense.
6. Fysioterapeuter og evt. diætist deltager i studiebesøg/ekstern undervisning og erfaringsudveksling.
7. Gennemførelse af 2 GLA:D-forløb med tilhørende træningsforløb – det første i vinter/forår 2017 og det andet i forår/sommer 2017. Der er plads til 10-12 borgere på hver forløb, i alt = 20-24 deltagere i projektet.
8. Evaluering og perspektivering – herunder ministeriel afrapportering og afrapportering til Forebyggelsesrådet, der kan integrere viden og erfaringer i fremtidige prioriteringer.
9. Sagsfremstilling til Forebyggelsesrådet

GLA:D tilbud

Tilbuddet til borgeren designes efter principperne for GLA:D (Godt liv med artrose i Danmark) og inddrager desuden kliniske retningslinjer for knæ- og hofteartrose samt Sundhedsstyrelsens anbefalinger for forebyggelsestilbud for borgere med kroniske sygdomme (2016).

Der skabes et fundament for samarbejdet mellem de forskellige relevante kommunale indsatser fx fysioterapeuter, forebyggelseskoordinatorer og de praktiserende læger, hvor sidstnævnte har en afgørende rolle i forhold til at rekruttere de borgere, der har behov for og vil kunne få glæde af indsatserne og evt. opfølgning på indsatserne.



Fysioterapeuter fra Træning & Rehabilitering står for at foretage afklarende samtale med borgere henvist fra de praktiserende læger via Sundhedslovens § 119 til et forebyggende rehabiliteringsforløb.

Inklusionskriterier

- Det er en forudsætning for deltagelse i projektet af borgeren er 65+ år, at borgeren kan forstå en kollektiv instruktion og at borgeren er i stand til selvstændigt at udføre træning efter program.

Herudover skal et eller begge af følgende udsagn være til stede:

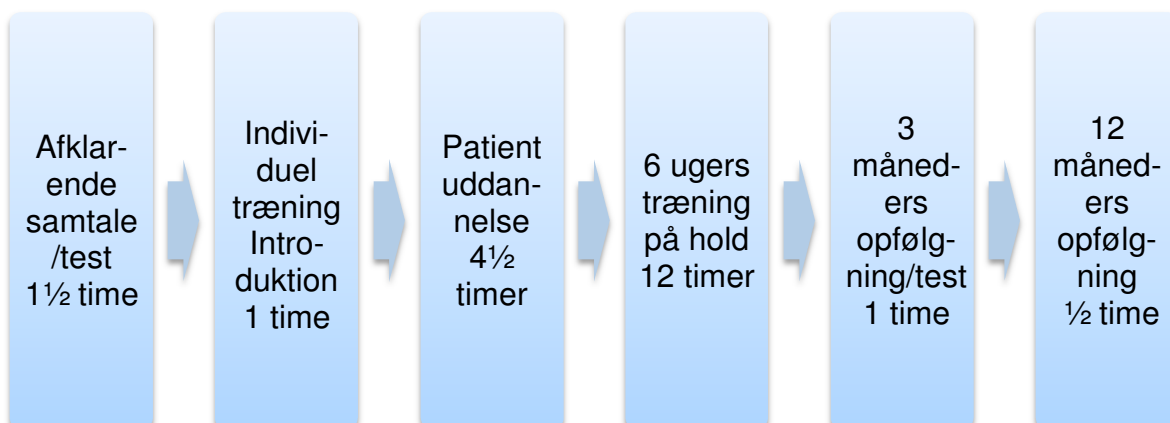
- Borgeren oplever aktivitetsudløste smerter eller funktionsnedsættelser i knæ eller hofte.
- Borgere har fået konstateret slidgigt i hofte eller knæ hos egen læge eller speciallæge og anden differentialdiagnose er udelukket.

Eksklusionskriterier

- Borgere under 65 år med ovenstående problematik
- Borgere opskrevet til knæ – eller hoftealloplastik
- Borgere med moderat til svær kognitiv deficit eller anden betydende neurologisk anamnese.
- Alkohol-overforbrug.

Indsats

Hvert forløb indeholder følgende indsatser:



Borgeren kan også vælge at træne individuelt, hvis de ikke ønsker hold.



Ovenstående model forventes overført til fremtidige forløb, hvor målgruppen ikke vil være afgrænset aldersmæssigt. Der vil i den afklarende samtale derfor kunne indgå en stratificering ift. hvilke borgere, der skal have et kommunalt tilbud – typisk borgere med comorbiditet i form af andre kroniske sygdomme eller psykisk sårbarhed og hvilke borgere, der skal have tilbud i privat regi på klinikker for fysioterapi.

For borgere der opfylder inklusionskriterierne og som har en BMI >30 tilbydes herudover individuel diættevejledning.

Afklaringssamtalen

Ved den afklarende samtale vil borgerens behov, mål og individuelle forløb blive klarlagt, prioriteret og tilrettelagt. Samtalen vil afdække:

- Funktionsevne
- Hverdagsliv
- Risikofaktorer
- Sygdomssituationen

Der vil blive lagt vægt på, hvordan disse individuelle profiler sammen med tilbuddet kan understøtte forandring og borgerens aktive deltagelse og egenomsorg samt fastholdelse i aktivitet efter endt tilbud.

Test

- ✓ Borgeren vil få testet følgende:
- ✓ Smerteniveau – VAS
- ✓ Livskvalitet – EQ5D¹
- ✓ Fysisk aktivitet – 40 meters gangtest, rejse/sætte sig (30 sek.)
- ✓ Selfefficacy – ASES ²(smerte i andre symptomer)
- ✓ BMI
- ✓ Arbejdsevne/aktivitetsniveau
- ✓ Medicinforbrug
- ✓ Ønske om operation?

Afklaringssamtalen vil i princippet udgøre det for "èn indgang – èn betjening"

¹ Udvalgte dele af denne test indgår i GLA:D spørgeskema, som sendes til borgeren inden indledende samtale og som testes ind i GLA:D register.

² Udvalgte dele af denne test indgår i GLA:D spørgeskema, som sendes til borgeren inden indledende samtale og som testes ind i GLA:D register.



Patientuddannelsen/gigtskolen

Den sundhedspædagogiske indsats vil centrere sig om følgende tre temaer:

- Viden (Risikofaktorer, symptomer, behandlingsmuligheder)
- Træning (aktiviteter i dagligdagen, egenomsorg, mestring)
- Gigt hele livet. Ekspert patient (at leve med artrose, smertehåndtering, fastholdelse, kost).

Undervisningen vil blive tilrettelagt med forskellige oplæg fra relevante faggrupper fx diætist. Undervisningen vil forløbe dialogbaseret med høj grad af deltager involvering. Fysioterapeuter vil være de gennemgående undervisere. Underviserne skal have erfaring med sundhedspædagogik og patientuddannelse på hold, samt have gennemgået uddannelse i GLA:D-undervisning og -træning.

Træning

Foregår på et af kommunens træningscentre og varetages af fysioterapeuter. Borgene vil modtage superviseret holdtræning med 10-12 deltagere pr. hold - 1 time 2 gange ugentligt i 6 uger. Der trænes efter biomekaniske og neuromuskulære træningsprincipper og træningen tilpasses den enkelte borger. Holdene vil være lukkede hold, således at muligheden for netværksdannelse med ligestillede øges.

De sundhedspædagogiske principper udnyttes ligeledes i den fysiske træning. Der vil blive anvendt træningsdagbøger, både som redskab til styring af intensitet/mængde, men også som støtte til fastholdelse af aktivitet efter endt forløb. Borgere, der ønsker at træne individuelt vil kunne selvtræne på samme tider som kommunens øvrige selvtrænere, og står selv for at overholde kadence og intensitet. Der vil blive tilbudt løbende opfølgning til de borgere som træner individuelt.

Fastholdelse

Det er væsentligt for at opnå et varigt resultat og dermed en reel forbyggende effekt, hvor sygdommen ikke forværres, at borgerne kan fastholde de gode vaner og det fysiske aktivitetsniveau efter endt forløb. Der vil blive lagt vægt på dette i den gennemgående sundhedspædagogiske tilgang til borgerne, ligesom borgeren vil blive opfordret til at integrere træning i hverdagen fremadrettet.



Det er målet, at borgerne selv vil kunne fortsætte med de øvelser, de har lært i forløbet. Dette kan dels ske ved et hjemmeprogram, dels ved at benytte kommunens selvtræningsmuligheder evt. i netværksgrupper/ makkerpar, der kan blive etableret via GLA:D holdene.

Der vil også blive forsøgt at skabe brobygning til andre træningstilbud som motionscentre og tilbud om aktivitet via foreninger m.m. Derudover kan det, at der vil være opfølgning efter 3 måneder understøtte motivationen hos borgeren.

Opfølgning

- Efter 3 måneder vil borgeren blive indkaldt til opfølgning, hvor de testes igen for at se effekt og vurdere tilfredshed og compliance.
- Efter 12 måneder vil borgerne skulle besvare et spørgeskema.

Registrering

Der fremmøderegistreres og dokumenteres løbende i FOS. Det skal undersøges hvilke data, der kan trækkes fra GLA :D. Alternativt skal relevante proejktdata registreres i Excell. Styringsenheden registrerer ikke fremmødte og ekskluderede borgere i projektet. Borgeren sluttetes svarende til de indledende test ved afsluttet træning. Alle relevante målinger indberettes til GLA:D-registeret.

Samtykke om deltagelse fra borger

Alle borger informeres mundtlig om, at de deltager i et projekt om GLA:D forløb i Fredensborg Kommune, herudover udleveres pjecen om GLA:D, ligesom at fysioterapeuten registrerer i FOS, at borgeren har givet samtykke. I bemærkningsfeltet i FOS, skrives at borgeren har givet samtykke til at deltage i projektet. Borgeren kan til en hver tid frasige sig deltagelse i projektet.

Evaluering

Plan for evaluering

Der evalueres på følgende parametre:

- ✓ Henvisninger der ikke matcher inklusionskriterier grundet alder
- ✓ Antal forløb gennemført, frafaldsprocent samt årsag til frafald.
- ✓ Der måles på forbrug af smertestillende midler før og efter intervention.
- ✓ Der måles på funktionsniveau før og efter intervention.



- ✓ Der måles på livskvalitet før og efter intervention³.

Økonomi

Det foreslås, at midlerne årligt tildeles kr. 125.000 kr. til Træning og Rehabilitering (125.000 kr. x 2).

Midler til diætist indgår i dette beløb – estimeret timeforbrug skal afklares.

For træningen dækker midlerne omkostninger til (2 fysioterapeuter):

- Studiebesøg(tid)
- Kursusafgift
- Frikøb til kursus(tid)
- GLA:D-registrering
- Licens til database? – beløb skal afklares!
- Individuelle samtaler/afklaring/afslutning/opfølgning/test
- Individuel træningsinstruktion
- Holdtræning
- Undervisning på gigtskole(planlægning, forberedelse, undervisningsmateriale m.m.)
- Diætistundervisning og individuel rådgivning
- Løbende dokumentation
- Tid til samarbejde om projekt, møder, evaluering m.m.
- Samarbejde med eksterne samarbejdspartnere.

Hertil kommer timer til projektledelse og opfølgning, som varetages af udviklingskonsulent i Ældre og Handicap og som er sekretær for Forebyggelsesrådet (disse timer finansieres ikke af værdighedspuljemidler).

Implementeringsplan - forslag

- Der udarbejdes en visitationsmodel
- Skabelon for tilbagemelding til praktiserende læger udarbejdes
- Pjecer om tilbuddet formidles via fx forebyggelseskonsulenterne
- Politisk oplæg forberedes med henblik på evt. omlægning af drift til at indeholde tilbud fra 2018 og frem.

³ Der indgår elementer af SF12/SF45 livskvalitets spørgeskema i GLA:D spørgeskemaet, men ikke i den fulde version.



Succeskriterier

- At vi senest den xx har afprøvet GLA:D model i FK ved at gennemføre 2 fulde forløb
- At vi senest den 1. august 2017 har afholdt 2 x undervisningsforløb med min. 5 deltagere
- At vi har etableret et samarbejde med almen praksis i FK i forhold til henvisning af borgere med slidgigt i knæ og hofte
- At vi senest primo september har evalueret effekten af GLAD:D på de borgere der har deltaget i projektet
- At vi senest ultimo september har udarbejdet en sagsfremstilling/indstilling til Forebyggelsesrådet, med præsentation af resultater og anbefalinger
- At Træning og Rehabilitering er kendt i Fredensborg Kommune i forhold til slidgigt.

Interessenter



Medvirken i projektet eller
nødvendig for projektets succes

| | |
|--|---|
| <p style="text-align: center;">Pårørende</p> <p style="text-align: center;">Borgere</p> | <p style="text-align: center;">Benedikte Fenger Projektterapeuter Styringsenheden</p> <p style="text-align: center;">Gitte Andersen (Fælles GODS, SOU)</p> <p>Rikke Sund (praksis konsulent) Forebyggelseskoordinatorer (diætister i FK) Visitationen FYS/ERGO Charlotte Knudsen (fastholdelse) Dagcentre</p> |
| <p style="text-align: center;">Almen praksis</p> <p>Seniorrådet Social- og seniorudvalget hospitalet § 140 Helle Kristoffersen (PL) Ældresagen Gigtforeningen Privatpraktiserende fysioterapeuter</p> | <p style="text-align: center;">Hans Bækvang Finn Kamper-Jørgensen</p> <p style="text-align: center;">Forebyggelsesrådet</p> <p>Mette Gerhard</p> |

Indflydelse på
projektets eller projektets
succes



FREDENSBORG
KOMMUNE