

5.1 Generelt om rehabilitering

Anne Britt Skår, Mona Enstad og Tori Smedal

Multippel sklerose er en kronisk sykdom som kan gi ulike symptomer og funksjonsnedsettelse. Dette betyr at i perioder vil mange ha bruk for rehabilitering og veiledning for å oppnå best mulig funksjons- og mestringsnivå.

En ny definisjon av habilitering og rehabilitering trådte i kraft 1. mai 2018:

Habilitering og rehabilitering skal ta utgangspunkt i den enkelte pasient og brukers livssituasjon og mål.

Habilitering og rehabilitering er målrettede samarbeidsprosesser på ulike arenaer mellom pasient, bruker, pårørende og tjenesteytere. Prosessene kjennetegnes ved koordinerte, sammenhengende og kunnskapsbaserte tiltak.

Formålet er at den enkelte pasient og bruker, som har eller står i fare for å få begrensninger i sin fysiske, psykiske, kognitive eller sosiale funksjonsevne, skal gis mulighet til å oppnå best mulig funksjons- og mestringssevne, selvstendighet og deltagelse i utdanning og arbeidsliv, sosialt og i samfunnet. ([Forskrift om habilitering og rehabilitering, individuell plan og koordinator, kapittel 2](#))¹

Rehabilitering er en tverrfaglig, koordinert og målrettet prosess i samarbeid med den som har varig funksjonsnedsettelse, der man legger vekt på ressurser og begrensninger, og hvordan dette påvirker dagliglivets aktiviteter. Målet med rehabiliteringen er å oppnå best mulig funksjon fysisk, psykisk og sosialt ut fra personens ønsker og ressurser, med mål om økt aktivitet, deltagelse og livskvalitet.

Rehabilitering er en prosess der en er avhengig av brukerens aktive medvirkning for å lykkes, og der aktiv medvirkning gjør rehabiliteringen mer effektiv. Dette forutsetter at brukeren får tilstrekkelig informasjon og motiveres til å delta gjennom hele rehabiliteringsprosessen. Familie og sosialt nettverk kan være viktige ressurser i rehabiliteringsprosessen. For mer informasjon viser vi til Helsedirektoratet og den [elektroniske utgaven av veilederen om rehabilitering, habilitering, individuell plan og koordinator](#)².

Rehabiliteringsprosessen kan grovt deles inn i tre hovedområder

- Utredning av hvilke helse- og funksjonsproblemer den enkelte har. Dette innebærer en erkjennelse av muligheter og ønsket om en endring av funksjonsnivå.
- Utforming av mål og tiltak utfra den utredningen og vurderingen som er gjort.

Litteratur

Wekre LL, Vardeberg K, red. Lærebok i rehabilitering. Når livet blir annerledes. Bergen: Fagbokforlaget, 2004.

Nyttige lenker til rehabilitering og rett til helsetjenester:

Informasjonstelefonen for ReHabilitering (landsdekkende)

<https://www.sunnaas.no/regional-koordinerende-enhet/rehabiliteringstelefonen>

- **Regional koordinerende enhet Helse Sør-øst:**
Avdelingsside: <https://www.sunnaas.no/avdelinger/samhandling-og-internasjonalt-aktivitet/regional-koordinerende-enhet>
Nettområdet til RKE HSØ: <https://www.sunnaas.no/rke>
- **Regional koordinerende enhet Helse Midt:** <https://helse-midt.no/vart-oppdrag/vare-hovedoppgaver/behandling/rehabilitering/rke-habilitering-og-rehabilitering>
- **Regional koordinerende enhet Helse Vest:** <https://helse-bergen.no/regionalt-kompetansesenter-for-habilitering-og-rehabilitering/regional-koordinerende-eining-rke>
- **Regional koordinerende enhet Helse Nord:** <https://helse-nord.no/behandlingssteder/rehabilitering-og-habilitering/regional-koordinerende-enhet-rke>

Informasjon om fritt behandlingsvalg:

<http://helsenorge.no/rettigheter/fritt-behandlingsvalg>

¹ Forskrift om habilitering og rehabilitering, individuell plan og koordinator

<https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2011-12-16-1256>

² Veileder om rehabilitering, habilitering, individuell plan og koordinator

<https://helsedirektoratet.no/retningslinjer/rehabilitering-habilitering-individuell-plan-og-koordinator>

Handlingsplan for habilitering av barn og unge

<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/203/Handlingsplan-for-habilitering-av-barn-og-unge-IS-1692.pdf>

Lov om spesialisthelsetjenesten m.m. (spesialisthelsetjenesteloven).

<http://www.lovdata.no/all/hl-19990702-061.html#2-1a>

Lov om helsetjenesten i kommunene (kommunehelsetjenesteloven).
https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-30#KAPITTEL_3

Lov om pasientrettigheter (pasientrettighetsloven).
<http://www.lovdata.no/all/tl-19990702-063-002.html>

Unge funksjonshemmedes nettside
<https://ungefunksjonshemmede.no/>

Nyttige kontakter:

Unge Funksjonshemmede
Mariboegate 13, 0183 Oslo
Telefon: 815 56 425
E-post: post@ungefunksjonshemmede.no

Funksjonshemmedes fellesorganisasjon (FFO)
Post- og besøksadresse:
Mariboegate 13, 0183 Oslo
Telefon: 23 90 51 50
E-post: info@ffo.no

FFOs Rettighetssenter
Telefon: 23 90 51 55
E-post: rettighetssenteret@ffo.no

MS-Forbundets rettighetstelefon
Bente Skog
Telefon: 412 18 539 – åpningstid mandager kl. 16.00 – 19.00
E-post: bente@ms.no