



# BERGEN KOMMUNE

## GODE MODELLER: OPPLÆRING, MESTRING OG REHABILITERING FOR BRUKERE MED KOLS I BERGEN KOMMUNE

Regionalt nettverksmøte 26.09.2017.  
Spesialrådgiver Tove Bergan, etat for helsetjenester


# Bakteppe: Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester. Kommunen skal:

- Forebygge
- Behandle
- Rehabiliterer
- Tilrettelegge for mestring av sykdom
- Sikre at den enkelte får mulighet for å leve og bo selvstendig
- Sikre kvalitet i tjenestetilbudet
- Sikre samhandling
- Tjenestene skal være tilgjengelige
- Sikre et likeverdig tilbud til innbyggerne
- Og mye mere...



# Fastlegen. Tidlig oppsporing



- Røyker du?
- Er du over 40 år?
- Har du mer hoste enn andre?
- Har du mer oppspytt enn andre?
- Er du mer tungpustet enn jevnaldrende ved gange i motbakke?
-  Tidlig igangsetting av nødvendige tiltak.

Kilde: Kols. Nasjonal faglig retningslinje og veiledning for forebygging, diagnostisering og oppfølging



# Frisklivsentralen





2-års jubileum!



BERGEN  
KOMMUNE

# Hverdagsrehabilitering

- Tjenesten er for voksne og eldre hjemmeboende som opplever begynnende funksjonsfall og som har problemer med å greie daglige gjøremål.
- Brukeren må være motivert og innstilt på å gjøre en innsats, og ha kapasitet til å gjennomføre
- Dette er en tjeneste som IKKE er rettet mot bestemte diagnoser
- Tverrfaglig tjeneste fra fysioterapeut, ergoterapeut, sykepleier og hjemmetrener.
- 3 team dekker hele Bergen kommune
- Inntil 4 ukers varighet på oppfølging



# Treningsgrupper for brukere med Kols.

- Søreide fysioterapi
- Wergeland Fysioterapi
- Tonus Fysioterapi og trening
- Fana Fysioterapi
- Motus 365 Fysioterapi
- Strandgaten Fysioterapi
- Bergen Vest Fysioterapi
- Ergo-Fysioterapitjenesten i Fyllingsdalen/Laksevåg





Dette hadde  
jeg ikke klart uten  
støtte fra resten av  
gruppa»

» Jeg har ikke blitt  
bedre, men jeg har heller  
ikke blitt verre »

«vi spør alltid om noen har  
hørt fra den som ikke  
kommer»

» nå kan jeg gå 3  
km hver dag, det klarte  
jeg ikke for 6 måneder  
siden»



# Et glitrende eksempel på utvikling av en kunnskapsbasert praksis som handler om:

- Hvordan et prosjekt for flere år tilbake kan gi implementering av nye gode tiltak i kommunen, som stadig vokser
- Utspring fra spesialisthelsetjenesten. Avtaleterapeuter i kommunen som samarbeidspart.
- Samarbeid på tvers av tjenestenivå
- Kompetanseoverføring – OG kompetansedeling
- Møter og Hospitering.
- Et eksempel på hvordan man kan bygge bro mellom forskning og praksis



Man	Tirs	Ons	Tors	Fre
<p>9:15 - 10:30 Pilates senior -time Sal 2</p> <p>10:30 - 11:45 K-gr. sal 2 MT</p>	<p>10:30 - 11:15 Pilates - Rk</p> <p>12-13:30 KOLS</p>	<p>9:15 - 10:30 Pilates - Anne sal 2</p> <p>10:30 - 11:45 K-gr. sal 2 MT</p> <p>12:00 - 13:15 Pilates - Rk</p> <p>16:00 - 16:30 PARKINSON Anne</p> <p>17:30 - 18:45 Pilates - Rk</p>	<p>9:00 - 10:15 MS</p> <p>12:00 - 13:15 MS - Rk/MT</p> <p>13:30 - 15:00 KOLS - Rk</p>	<p>9:30 - 10:30 KOLS MT</p>
<p>16:15 - 17:15 Pilates Anne</p> <p>17:30 - 18:30 K-gr. MT 1/0</p>	<p>18:15 - 19:30 Pilates - Anne</p>			



# Ergo- og fysioterapitjenesten



- Visjon for tjenesten: **Aktivitet** og **bevegelse** for bedre **helse** og **funksjon**.
- Består av 4 enheter geografisk fordelt i kommunen
- Alle henvisninger vurderes likt på bakgrunn av fastsatte kriterier: Hastegrad, nytte, alvorlighet («Prioriteringsnøkkel»)
- Behov skissert i henvisning: Funksjonstrening, lungefysioterapi, tilrettelegging av bolig, hjelpemidler, energiøkonomisering
- Ergo- og fysioterapitjenesten i Fyllingsdalen – Laksevåg: **Gruppe** for personer med lungesykdom bosatt i disse bydelene.



# Informasjon til brukere og pårørende



- Ofte en utfordring å gjøre gode tilbud kjent i en stor kommune.
- Nettsidene til Bergen Kommune blir stadig bedre !
- Bruk av sosiale medier øker. En fin måte å spre informasjon på
- Privat avtalepraksis er rett rundt hjørnet med et interaktivt kart der brukere og samarbeidspartnere kan gå inn å finne informasjon om avtaleterapeutenes tilbud og kompetansen
- Kommunen har en nettside for fastleger der samarbeidsparter i kommunen kan få lagt ut informasjon om tilbud
- Det samme har avtaleterapeutene



# Endring i tjenestetilbud til brukere med KOLS ?

## Hva er «på gang»

- Nye treningsgrupper er opprettet
- Frisklivscentralen skal bli et Friskliv- og mestringssenter
  - Innhold og nye målgrupper diskuteres.
  - Tilbud for store diagnosegrupper ? Tilbud på tvers av diagnoser ?
  - Eller ja takk, begge deler ?
- Stortingsmelding nr. 26- Primærhelsemeldingen :
  - « innleggelse kunne vært unngått ved bedre helse- og omsorgstjenester »
  - Primærhelseteam knyttet til fastlegens kontor ?
- Handlingsplan for habilitering og rehabilitering i Bergen kommune 2018-2021
- Regjeringen har nedsatt en gruppe som skal se på kriterier for prioriteringer i helse- og omsorgstjenestene i kommunene. Frist 2018



# Kilder

- <https://helsedirektoratet.no/retningslinjer/nasjonalfagligretningslinje-og-veileder-for-forebygging-diagnostisering-og-oppfolging-av-personer-med-kols>
- <https://www.dagensmedisin.no/artikler/2017/04/05/nytt-prioriteringsutvalg-for-kommunene/>
- <https://www.bergen.kommune.no/politikk/byradet/7055/7057/article-147654>
- <https://helsedirektoratet.no/Retningslinjer/Rehabilitering,%20habilitering,%20individuell%20plan%20og%20koordinator.pdf>
- <https://www.bergen.kommune.no/hvaskjer/tema/friskere-bergensere/9576/article-131246>
- <https://www.bergen.kommune.no/tjenestetilbud/helse/helsetjenester/fysioterapi/kommunal-ergo-og-fysioterapitjeneste>
- <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/horing---endring-av-forskrift-om-habilitering-og-rehabilitering-individuell-plan-og-koordinator--3.-definisjon-av-habilitering-og-rehabilitering/id2569861/>

