



Planerad rehab

- klimatvården omvandlad till länsresurs för vuxna med neurologisk skada/sjukdom

2023-11-28 vårdvalsråd fysioterapi

Ia Kaugesaar Fysioterapeut

Ia.Kaugesaar@regionvarmland.se

Angelika Jonsson Arbetsterapeut

[angelika.jonsson@regionvarmland](mailto:angelika.jonsson@regionvarmland.se)

Bakgrund

Region Värmland bekostar ej längre rehab utomlands för neuropatienter (ex. Vintersol)

Hur kan liknande vård bedrivas inom regionen?

Identifiera ett behov → skicka remiss

Vårdgivare i länet behöver ej vara insatta i och ska heller ej remittera för en specifik åtgärd. Vårdgivare, oavsett profession kan remittera till Arbetsterapi remisskansli eller Fysioterapimottagningen CSK med frågeställning utifrån behov.

Arbetsterapeut och/eller fysioterapeut gör sedan bedömning och planering.

Kriterier är patienter med neurologisk skada/sjukdom och som är i behov av arbetsterapi/fysioterapi och kan tillgodogöra sig rehabilitering utifrån detta. (samordningsvinster, at+ft under samma tak, intensivare, motivation)

Brukarorganisationer – vad önskar de?

- Intensivrehab
- Uppföljning efter intensivrehab
- Kontinuerligare uppföljning och hjälp med träning i vardagen
- Rehabplan

1) Intensivrehab 3-4 veckor

- Man får här lära sig om sin sjukdom, verktyg för att hantera den och prova lämpliga behandlingsformer. Man *kan* bo på patienthotellet under veckorna. Perioden inleds med allmän info och sen ”inskrivning” med Rehabiliteringsplan ihop med arbetsterapeut och fysioterapeut. Perioden avslutas med uppföljning av Rehabiliteringsplan och modifiering eller nya mål för rehab på hemmaplan.
- *Exempel* på behandlingar:
 - Olika träningsformer för rörlighet
 - Bassängträning
 - Basal kroppskännedom/Mindfulness
 - Strategier för att hantera sin vardag
 - Aktivitetsbalans i vardagen
 - Gymträning
 - Positionering
 - Konditionsträning

2) En vecka för kunskap

- En vecka för kunskap – Man får här lära sig om sin sjukdom, verktyg för att hantera den, prova lämpliga träningsformer och råd om fortsatt egenvård utifrån sina egna förutsättningar. Man *kan* bo på patienthotellet under veckan. Man får även prova på och lära sig använda strategier för att lättare kunna hantera sin vardag och få bättre aktivitetsbalans.
- Uppföljningsbesök hos arbetsterapeut för att följa upp strategier och aktivitetsbalans efter 1-2 månader.
- Träningen följs upp via telefon av fysioterapeut 3 månader och 6 månader efter rehabvecka.

3) Individuellt anpassade behandlingar

- Upplägget anpassas utifrån individens behov och kan både innehålla behandling i grupp, individuella behandlingar och hemträning. Upplägget kan vara exempelvis 1-3ggr i veckan under viss tid. Möjlighet att bo på patienthotellet finns och man skulle kunna lägga träningsdagarna intill varandra, för att minska resandet. Behandlingen individanpassas vilket gör att alla patienter med neurologisk diagnos gagnas av detta alternativ. Behandlingen kan således vara mer eller mindre intensiv.
- Exempelvis: strategier i vardagen (matlagning & planering), aktivitetsbalans (lära sig sina signaler, kognitivt/fysiskt perspektiv), struktur (rutin, planering), medvetande
- Återkommande träningsperioder.

4) Gruppverksamhet 2 gånger i veckan i 10 veckor

- Här ges möjlighet att delta i gruppverksamhet i större omfattning än tidigare.
- Målgrupp kan varieras varje termin, med fördelen att många kan nås och får träffa andra med samma diagnos.
- *Exempel* på gruppbehandlingar:
 - HiBalance
 - Gång
 - Balansgrupp
 - Fatiguegrupp
 - Bassänggrupp
 - ReDO

Hur långt har vi kommit?

- FT har testat alternativ 2,3 och 4
- AT har testat alternativ 4

Planerad rehabilitering vid neurologisk sjukdom/skada

Rehabiliteringen specialistvårds neurologiska öppenvårdsverksamhet har sina lokaler på Arbetsterapimottagning 2 och Fysioterapimottagning 2 på Centralsjukhuset i Karlstad. Vårt uppdrag är att tillhandahålla specialiserad rehabilitering för dig som har **en neurologisk sjukdom eller skada** och som behöver rehabilitering för detta. Inom öppenvården finns både arbetsterapeut och fysioterapeut. För att få rehabilitering hos oss kan din vårdgivare skriva remiss men vi tar också emot privata vårdbegäran som du kan skicka via 1177.se eller per telefon till Arbetsterapimottagningen/Fysioterapimottagningen på telefonnummer 010-831 52 28.

Rehabiliteringen

Rehabiliteringen på Arbets- och/eller Fysioterapimottagningen startar med en bedömning för att kartlägga dina behov. Du kan ha svårigheter med att utföra dagliga sysslor eller intressen. Du kan också uppleva en ökad trötthet eller minnesproblematik som gör att vardagen inte går ihop. Svårigheterna kan även ha en mer fysisk karaktär såsom balanspåverkan och nedsatt muskelfunktion. Efter en första bedömning gör vi tillsammans med dig en rehabiliteringsplan med mål och planerade åtgärder utifrån dina behov. Planen ligger sedan till grund för din fortsatta rehabilitering. Hur länge rehabiliteringen pågår, hur ofta du ska komma till mottagningen samt hur många besök som planeras styrs utifrån dina behov och behandlingarna kan komma att ske både i grupp och individuellt.

Målet med din rehabilitering

Genom din delaktighet och med stöd av ifrån oss kan målet med rehabiliteringen vara att du ska:

- Få kunskap om träning som lämpar sig för just dina symtom
- Klara aktiviteter i vardagen så självständigt som möjligt.
- Återfå och förbättra din fysiska funktion
- Få ökad förståelse för dina resurser och begränsningar.
- Stimuleras och motiveras till ett aktivt liv.

Kostnader

Kostnaden för rehabiliteringen är 200 kronor per dag/besök. Högkostnadsskydd och frikort gäller. Region Värmland skickar en faktura till dig. Är du, exempelvis på grund av lång resväg eller nedsatt ork, i behov av boende på patienthotellet under din rehabilitering så tillkommer en avgift på 80kr/dag, då ingår

Vad behöver vi och vad kan vi göra:

- Nå ut! Broshyr om öppenvården CSK till alla vårdgivare i Regionen.

Tillägg: Remiss från vårdgivare ställs till Fysioterapimottagningen Centralsjukhuset Karlstad eller Arbetsterapi remisskansli

- Input om vad för vård som saknas för neuropatienter
- Individanpassa! 2ggr i veckan ft, 1ft + 1 at, 3ggr/v, grupp.... M.m. Mål att kunna få en period varje år, det kanske inte alltid innebär att man har en given plats i bassängträningen året runt, men att man kan erbjudas något som motsvarar ens behov, under en viss tid.
- Tillgänglighet – nyttja patienthotellet!
- Vi kan erbjuda de som inte fått eller haft möjlighet att åka på klimatvård pga livssituation/ork. Detta kan bli intensivt utifrån dina egna förutsättningar.