


Eidsberg kommune


Utviklingssenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Østfold

Prosjekt

***"Rehabilitering fra start til mål"***

Annette Bjerkenes, prosjektleder

Wenche E. Hammer, avansert geriatrisk sykepleier

Dagmar Moseby, fysioterapeut, spesialist i onkologisk fysioterapi


Rehabilitering


Tverrfaglig


I kommunen


Basiskompetanse

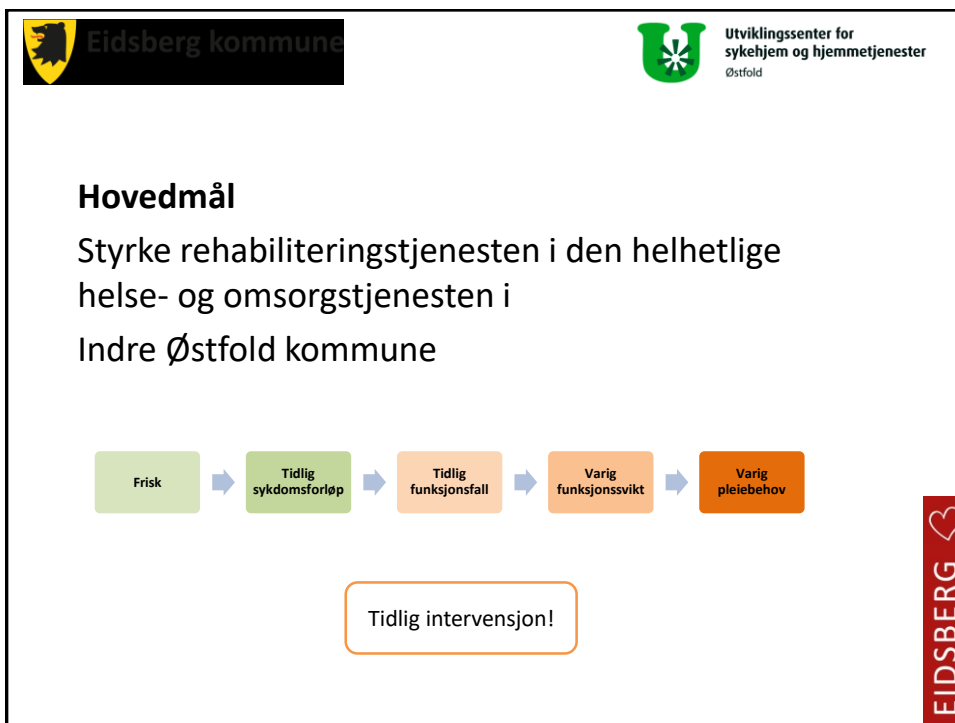
EIDSBERG


Eidsberg kommune


Utviklingssenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Østfold

- Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester i Østfold
- Eidsberg kommune – Virtuell avdeling
- Helsehuset Indre Østfold – Innovativ Rehabilitering

EIDSBERG







Eidsberg kommune



Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Østfold

### Avklare potensiale og behov for rehabilitering:

3 viktige forutsetninger:

- ❖ Funksjonstap
- ❖ Endringsvilje
- ❖ Motivasjon

- ❖ Hva tenker personen selv?
- ❖ Hvordan vurderer helsepersonell?
- ❖ Vil personen ha utbytte av rehabilitering?
- ❖ Hvor bør rehabiliteringen foregå?



EIDSBERG 



## Skjema for funksjonsvurdering:

- IPLOS (ADL)
- Smerter
- Psykisk helse
- Mini-Cog
- 4-meter gangtest
- «Hva er viktig for deg?»
- Kartlegging av motivasjon og egeninnsats
- Oppsummering/behov for tiltak/rehabilitering



Utviklingscenter for sykehjem og hjemmetjenester  
Østfold




EIDSBERG



## IPLOS ADL :

- kommentarfelt for endring av funksjon
- bistand fra omsorgsperson
- forventet bedring



Utviklingscenter for sykehjem og hjemmetjenester  
Østfold

| Funksjonsvurdering ADL:                      |                                                                                                                               |               |    |                          |                       |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----|--------------------------|-----------------------|
| Totalgjennomsnittsscore (beregnes i Geisga)  | Har behov for bistand/assistanse til å:                                                                                       | Akutt endring |    | Stikkord: Hva er endret? | Forventes forbedring? |
|                                              |                                                                                                                               | Nei           | Ja |                          |                       |
| 1. Alminnelig husarbeid 1,2 3 4 5 9          | Gjøre rent, vaske klær, bruke husholdningsapparater, lagre mat og kaste avfall                                                |               |    |                          |                       |
| 2. Skaffe seg varer og tjenester 1,2 3 4 5 9 | Kunne skaffe seg varer som mat og drikke, klær/sko, husholdningstjenester og tekniske tjenester som er relevant i dagliglivet |               |    |                          |                       |
| 3. Personlig hygiene 1,2 3 4 5 9             | Vaske seg, tørke seg, stelle hele kroppen, bruke vann og passende metoder, inkludert munnhygien                               |               |    |                          |                       |
| 4. På- og avkledding 1,2 3 4 5 9             | Finne frem/velge klær og sko i riktig rekkefølge, tilpasset klima og sosiale forhold                                          |               |    |                          |                       |
| 5. Toilett 1,2 3 4 5 9                       | Utføre toalettbesøk/funksjoner                                                                                                |               |    |                          |                       |
| 6. Lage mat 1,2 3 4 5 9                      | Planlegge, organisere og tilberede enkle og sammensatte måltider, lage tørrmat, kaffe, te, varme opp mat, skjære opp mat      |               |    |                          |                       |

EIDSBERG





### Kartlegging av smerte og psykisk helse:

- I hvilken grad påvirker dette dine daglige aktiviteter?

### Kartlegging av kognitiv svikt:

- Mini-Cog ved mistanke eller ved score 3 på hukommelse i IPLOS ADL

Smerter

Er du plaget av smerter? ☐ JA ☐ NEI

I hvilken grad hindrer smertene deg i daglige aktiviteter?



Psykisk helse

I hvilken grad hindrer dette deg i daglige aktiviteter?

|                         |                             |                              |                                |                               |                                  |                              |
|-------------------------|-----------------------------|------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|------------------------------|
| Føler du deg engstelig? | <input type="checkbox"/> JA | <input type="checkbox"/> NEI | <input type="checkbox"/> Ingen | <input type="checkbox"/> Lite | <input type="checkbox"/> Middels | <input type="checkbox"/> Mye |
| Føler du deg nedstemt?  | <input type="checkbox"/> JA | <input type="checkbox"/> NEI | <input type="checkbox"/> Ingen | <input type="checkbox"/> Lite | <input type="checkbox"/> Middels | <input type="checkbox"/> Mye |
| Føler du deg ensom?     | <input type="checkbox"/> JA | <input type="checkbox"/> NEI | <input type="checkbox"/> Ingen | <input type="checkbox"/> Lite | <input type="checkbox"/> Middels | <input type="checkbox"/> Mye |

Tolkning: Ved score lik middels eller mer, vurder i samråd med personen, behov for kontakt med tjenesten Psykisk helse

Mini-Cog (utføres ved score 3 eller mer på IPLOS ADL «Hukommelsen») Bruk originalskjema!

Totalscore: av 5 poeng

Delscore Gjenkalling [0-3 poeng]:

Delscore Klokke-tegning [0 eller 2 poeng]:

Kommentar (ved score lavere enn 3 bør videre utredning foretas):

EIDSBERG





### 4 meters gangtest:

- Normal?
- Begynnende funksjonssvikt?
- Skrøpelig?

Måling av ganghastighet, 4 meter:

- Mål opp 4 meter, marker med tape e.l.
- Bruk stoppeklokke/mobil
- Personen går med/uten hjelpemidler
- Instruksjon: "Gå i ditt vanlige tempo, som om du gikk nedover gaten til butikken."
- Strekningen måles 2x.

Distance (4 m) : tid (sekunder) = Ganghastighet

Test 1  m /  sek =  m/sek

Test 2  m /  sek =  m/sek

Brukt hjelpemiddel? ☐ Nei ☐ Ja

Tolkning av ganghastighet: (sett kryss på linjalen – bruk den beste tiden)



Skrøpelig: Økt risiko for fall, funksjonssvikt og sykehusinnleggelse. Redusert innenørs og utendørs mobilitet

Begynnende funksjonssvikt: Økt risiko for fall og funksjonssvikt. Selv i ADL. Red. utendørs mobilitet

Normal: Ingen økt risiko eller begrensinger i ADL og mobilitet

EIDSBERG

5



Hva er viktig for deg?

- Ut fra endringer i funksjonsnivå – hvilke områder er viktigst for deg å gjenvinne funksjon i forhold til?
- Hva må til for at du skal nå ditt mål?
- I hvilken grad er du motivert?

UT FRA ENDRING I DITT FUNKSJONSnivå – HVA ER VIKTIG FOR DEG NÅ

Hva er viktig for deg?

Score: 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanskelig Ingen vanskelig

| Personens mål: | 1. samtale (score) | 2. samtale (score) |
|----------------|--------------------|--------------------|
|                |                    |                    |
|                |                    |                    |
|                |                    |                    |

Gjennomsnitt

Opplevd nytte

sum

Summen score etter samtale 1 (innen dag 1) og regn ut gjennomsnittet. Summen score etter samtale 2 (innen 4 uker) og regn ut gjennomsnittet. Score etter samtale 2 lagges inn i rubrikk 1, etter opplevd nytte. Score etter samtale 3 lagges inn i rubrikk 2 etter opplevd nytte. Tallet i rubrikk 1 minus tallet i rubrikk 2 = Sum. Tallet bør være >0 for å vise effekt av igangsatte tiltak.

Kartlegging av egeninnsats og motivasjon - Vurdering utføres i samarbeid med personen

Hva mener du må til for at du kan nå ditt mål?

(Stikkord: Tjeninger i bolig, hjelpemidler, bistand med oppfølging, ansettelse)

I hvilken grad er du motivert til egeninnsats

(Stikkord: hvis ikke motivert, kan personen motiveres? Hvilke hindringer angis?)

Behov for rehabilitering?

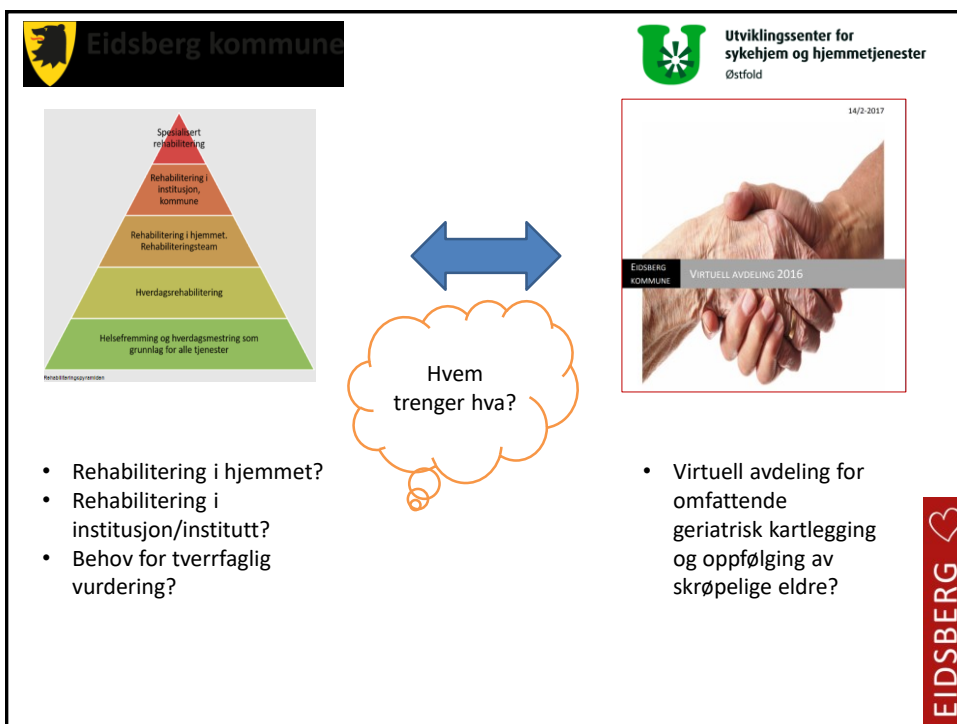
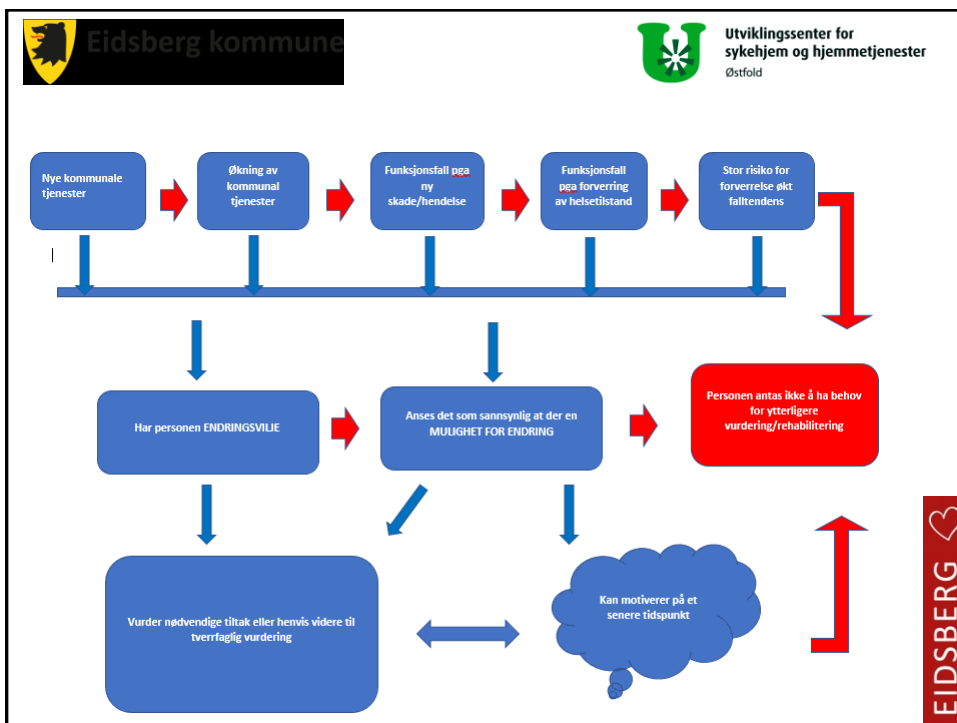
Tverrfaglig vurdering?

Kan personen motiveres på et senere tidspunkt?

Rutiner for henvisning til tverrfaglig vurdering må være kjent for alle ansatte som utfører denne vurderingen.

| OPPSUMMERING: VURDERING AV BEHOV FOR TILTAK/REHABILITERING                                             |                                                                                                        | Nei | Ja |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----|
| A                                                                                                      | Har personen behov for nye kommunale tjenester?                                                        |     |    |
| B                                                                                                      | Har personen behov for økning av kommunale tjenester?                                                  |     |    |
| C                                                                                                      | Har personen hatt et funksjonsfall pga en ny skade/hendelse?                                           |     |    |
| D                                                                                                      | Har personen hatt et funksjonsfall pga en forverring av sin helsestilstand?                            |     |    |
| E                                                                                                      | Antas personen å være i stor risiko for forverring av sin helsestilstand/økt fallrisiko? Jfr. gangtest |     |    |
| Ved nei på samtlige spørsmål: personen antas å ikke ha behov for ytterligere vurdering/rehabilitering  |                                                                                                        |     |    |
| Ved ja på ett eller flere av spørsmålene A til E: gå videre til F                                      |                                                                                                        |     |    |
| F                                                                                                      | Har personen endringsvilje?                                                                            |     |    |
| G                                                                                                      | Ansies det som sannsynlig at det er en mulighet for endring?                                           |     |    |
| Ved nei på både spørsmål F og G: Antas ikke å ha behov for ytterligere rehabilitering/vurdering        |                                                                                                        |     |    |
| Ved ja på både spørsmål F og G: Vurder nødvendige tiltak eller henvis videre til tverrfaglig vurdering |                                                                                                        |     |    |
| Ved ja på spørsmålene F og G: Bør personen vurderes tverrfaglig?                                       |                                                                                                        |     |    |
| Ved nei på spørsmål F og G: Kan personen motiveres ved et senere tidspunkt?                            |                                                                                                        |     |    |

6

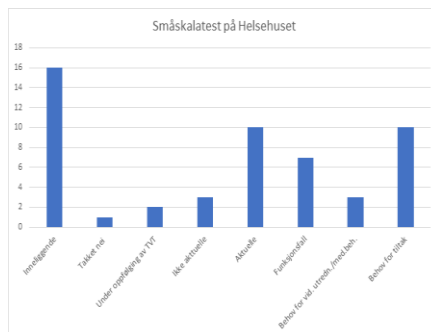




Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Østfold

### Småskalatest 1 uke på Helsehusets døgnerhet (Utskrivningsklare og KAD):

- 16 pasienter inneliggende
- I hovedsak eldre med behov for bistand i ADL fra før
- 10 pasienter var aktuelle for å delta
- 9/10 opplevde å ha et funksjonstap



EIDSBERG



Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Østfold

### Vurdering av ganghastighet:

9 av 10 personer kunne gjennomføre gangtest:

#### 1 person scoret GRØNN:

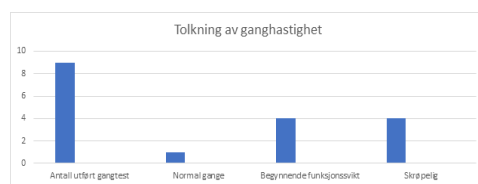
Ingen økt risiko eller begrensninger i ADL

#### 4 personer scoret GUL:

Identifiserer personer som har økt risiko for fall og funksjonssvikt. Disse pasientene er oftest selvhjulpne i ADL

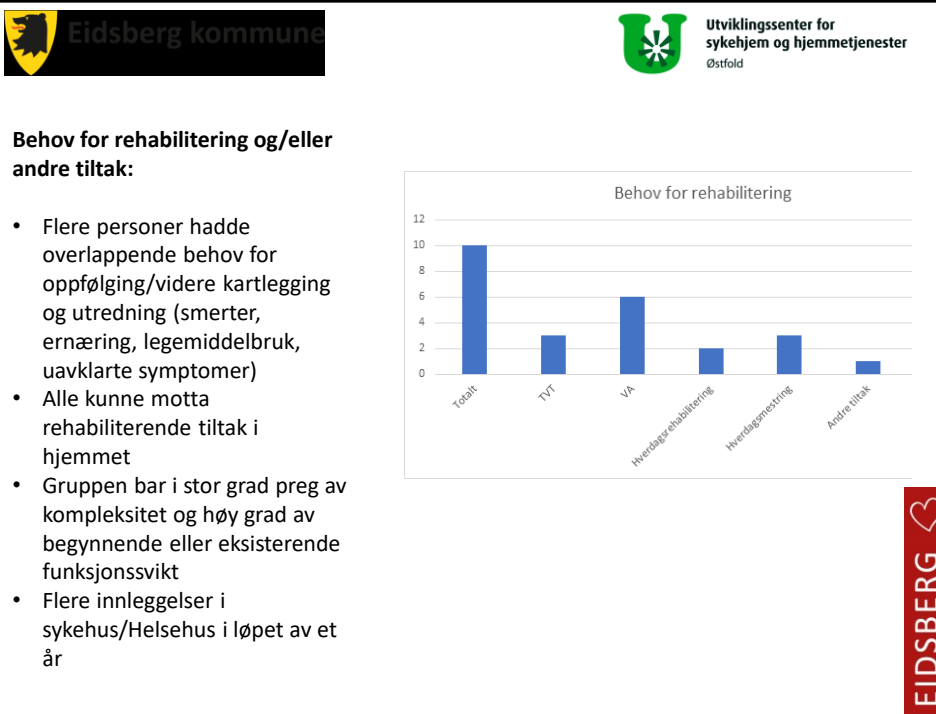
#### 4 personer scoret RØD:

Identifiserer personer med økt risiko for fall, funksjonssvikt og sykehusinnleggelse.



|                                                                                                                      |                                                                                                                           |                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| Skrøpelig:<br>Økt risiko for fall, funksjonssvikt og sykehusinnleggelse.<br>Redusert innendørs og utendørsmobilitet. | Begynnende funksjonssvikt:<br>Økt risiko for fall og funksjonssvikt.<br>Selvhjulpne i ADL.<br>Redusert utendørsmobilitet. | Normal ganghastighet:<br>Ingen økt risiko eller begrensninger i ADL og mobilitet. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|

EIDSBERG





Eidsberg kommune



Utviklingssenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Østfold

## Veien videre

- Videre testing av FVV pågår i Trøgstad kommune, hjemmesykepleien
- Prosjektgruppen i Helhetlig pasientforløp viderefører testing av funksjonsvurderingsverktøyet inn i ny kommune
- Spredning lokalt og nasjonalt via USHT Østfold og Innovativ rehabilitering
- FVV inn i Gerica ☺

For øvrig henvises det til referanser i rapport som legges tilgjengelig på USHT Østfold sine sider.

EIDSBERG



Takk for meg 😊

Gjør deg kjent med alle forhold ved pasienten. Håp, mål og ønsker for livet, Hjemmeforhold, og sterke og svake sider - i den grad de kan ha betydning for hans rehabilitering.



EIDSBERG ♥