

Hvordan kan fysioterapi hjælpe sygemeldte borgere i Roskilde Kommune?

Lotte Kjeldahl Mikkelsen, Nicolai Okkels Müller, Martina Dyrberg, Tina Kaae Holm,
Tina Juelsgård Koefoed, Træning og sundhed, Roskilde Kommune

BAGGRUND

Træning og Sundhed i Roskilde Kommune har gennem **4 år** samarbejdet med Sygedagpengeafsnittet om en indsats til i alt **432 borgere**, der har været sygemeldte i mere end **8 uger**. Arbejdshypotesen er, at fokus på fysisk aktivitet er med til at understøtte borgeren i at fastholde tilknytningen til arbejdsmarkedet. Denne fastholdelse har betydning for borgerens liv og kommunens økonomi. Træningsafsnittet har derfor oprettet et nyt område inden for fysioterapi, hvor der er indgået indsatser på både kropsniveau og deltagelsesniveau - her relateret til arbejdsevne og arbejdsliv.

FORMÅL

At afklare hvordan fysioterapi til sygemeldte borgere har indflydelse på borgerens muligheder for at vende tilbage til arbejde. Desuden har der været fokus på at øge det tværprofessionelle samarbejde med Sygedagpenge afsnittet og optimere borgernes fysiske aktivitet.

”

Jeg er glad for den fysiske aktivitet. Det hjælper mig til at slippe spændinger i krop og hoved



”

Jeg har hovedpine færre gange om ugen end tidligere

INDSATS

Den fysioterapeutiske indsats består af individuelt tilrettelagt fysisk aktivitet **2 gange** ugentligt. Suppleret indsatser som:

- selvtræning
- psykologsamtale
- vægtstop
- stresshåndteringshold.

Indsats tilrettelægges ud fra en afklarende samtale med udgangspunkt i borgerens mål. Træningsprogrammet indeholder en kombination af styrke-, bevægelses- og konditionstræning. Afspænding foregår som fælles aktivitet. Borgeren deltager indtil raskmelding. Borgere som er sygemelding pga. muskelskelet-sygdomme udgør 70 % den resterende del er sygemeldt pga. stress, angst eller depression.

”

Jeg er glad for at tale med fysioterapeuten om alle mine skavanker. Og jeg har kunnet tale med de andre deltagere om mine bekymringer

”

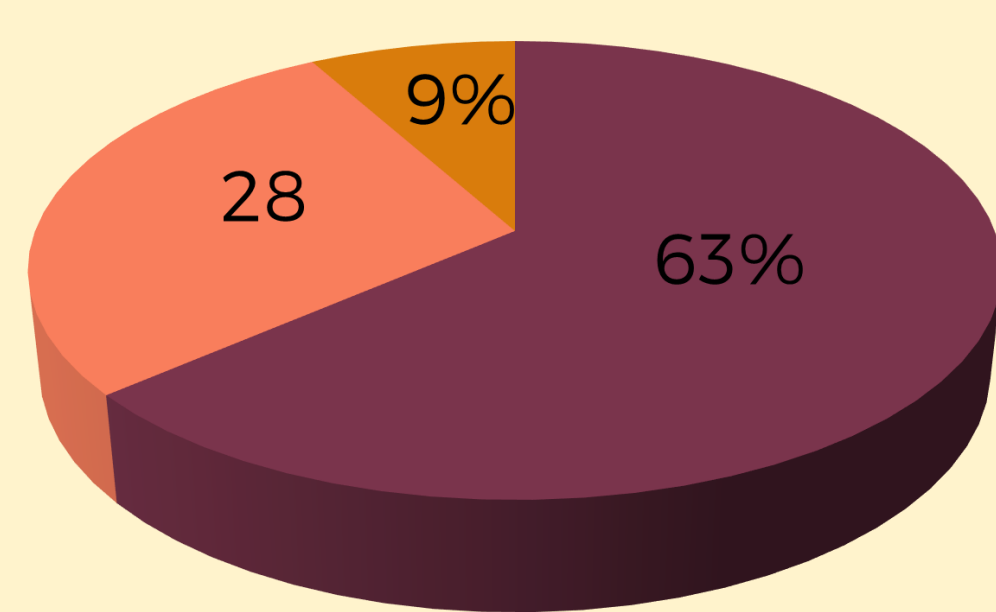
Jeg har forbedret min styrke og kondition og har stort set ingen rygsmerter mere



EVALUERING

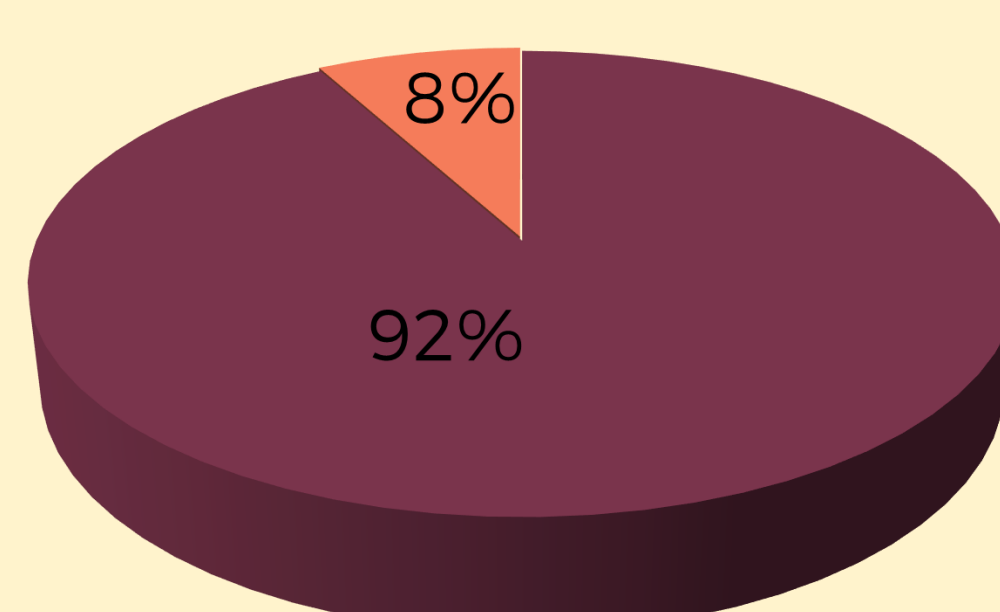
Borgeren vurderes med PSFS ved start- og slutundersøgelsen som suppleres af andre test med udgangspunkt i borgerens mål og specifikke problemstilling. Test anvendes dels som ledesinformation samt i den samlede vurdering af indsatsen. Status- og slutnotat indeholder borgerens og fysioterapeutens vurdering af forløbet. Notaterne sendes til sagsbehandler efter henholdsvis 6 uger og ved afslutning af forløbet. Notaterne anvendes af sagsbehandleren i afgørelsen af, om borgeren kan raskmeldes.

Aastrands test



- Fremgang
- Fald
- Uændret

1 RM test



TVÆRFAGLIGHED

Det tværprofessionelle samarbejde har skabt grundlag for, at borgeren deltager i fysisk aktivitet, mens de er sygemeldte. Borgerne oplever, at indsatsen er med til at fastholde en hverdag gennem fremmøde og ved kontakter til andre. Sygedagpengeafsnit og Træningsafsnit har gennem samarbejde fået forståelse for at dele viden til fordel for borgerens funktionsevne herunder borgerens jobsituation.

Fysioterapeuten skal have viden om smertehåndtering, muskelskelet sygdomme, motivation og sundhedspædagogik og have evne til klinisk refleksion for derved at kunne iværksætte den bedste indsats for borgeren.

”

... der er noget socialt i det

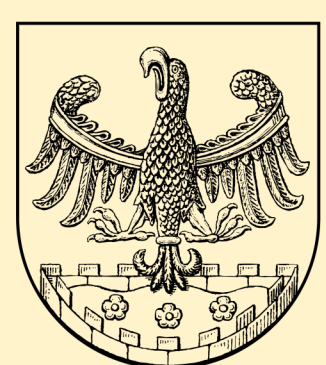


”

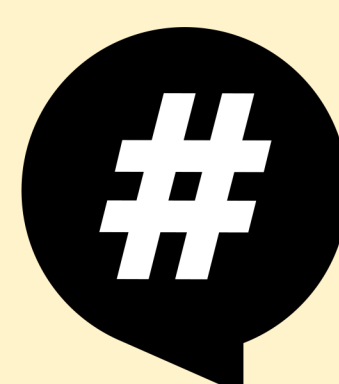
... et sted, hvor det handler om kroppen og ikke kun det psykiske

KONKLUSION

I 2017 har **89 borgere** deltaget i en indsats fra Træningsafsnittet i Roskilde Kommune. Heraf blev 34,3 % af borgerne raskmeldt efter et gennemsnitligt forløb på ca. 11 uger. Sagsbehandlere i Sygedagpengeafsnittet anvender den sundhedsfaglige dokumentation til at træffe beslutning på baggrund af lovgivning på beskæftigelsesområdet, om borgeren er klar til at blive raskmeldt.



ROSKILDE
KOMMUNE



ALLE
TIDERS
ROSKILDE

Kontakt

Lotte Kjeldahl Mikkelsen
lottekm@roskilde.dk
Tina K Holm
tinaholm@roskilde.dk

