

Kommunalbestyrelsen har på møde den 6. oktober 2015 besluttet at implementere SLID, Gigtskole for en toårig forsøgsperiode (2016 - 2017). Genoptræningen vil varetage tilbuddet, som omfatter undervisning om gigt og håndtering af smerter samt træningsforløb på hold.

Arbejdsmarkedsafdelingen er en vigtig samarbejdspartner i forhold til rekruttering af borgere til tilbuddet samt i forbindelse med evaluering af indsatsen. Sundhedscentret er en vigtig samarbejdspartner, særlig i forhold til fastholdelse.

Baggrund

Omkostninger ved sygemelding som følge af artrose (gigt) er betydelige, dels på grund af lange sygemeldingsperioder, og dels fordi så mange mennesker udvikler eller har sygdommen.

Behandlingen har hidtil været fokuseret på symptomlindring ved hjælp af lægemidler. Alt for mange patienter får den besked, at der ikke er noget at gøre ved de smerter og den funktionsnedsættelse, der følger med artrose. Artrose kan ikke helbredes, men studier viser, at symptomerne og besværet kan lindres og forværring af sygdommen kan udskydes. Den evidensbaserede basisbehandling ved artrose (GLA:D, Godt Liv med Artrose i Danmark) består af træning, information og vægttab, og bør tilbydes alle med artrose så tidligt som muligt i sygdomsforløbet.

Hvidovre Kommune gennemførte i 2013 – 2014 projekt SLID, Gigtskole, som var tilrettelagt ud fra principper fra GLA:D. På baggrund af erfaringer fra Gigtskolen 2013 – 2014 etableres nu Gigtskole i årene 2016 – 2017.

Forvaltningen ønsker at give Gigtskolen et andet navn. Det er vigtigt at navnet signalerer, at træning er en vigtig del af hverdagen for borgeren med artrose. Det ønskes derfor at kalde indsatsen for "God træning mod slidgigt".

Etablering af *God træning mod slidgigt* i Hvidovre Kommune består af seks dele:

- 1. Uddannelse af fysioterapeuter til at varetage kurser for borgere med artrose**
Der uddannes fysioterapeuter med tilknytning til Genoptræningen
- 2. Rekruttering af borgere til *God træning mod slidgigt* og målgrupper**
Der skal arbejdes med, at relevante aktører kender til *God træning mod slidgigt* og henviser borgere, der er i målgruppen for *God træning mod slidgigt* til tilbuddet
- 3. Uddannelse og træning af deltagerne på kurserne**
På selve kurserne sker der en undersøgelse af den enkelte borger. Deltagerne bliver herefter tilbudt undervisning om trænings gavnlige effekter på artrose og håndtering af smerter samt et træningsforløb

SUNDHEDSCENTRET

Børn & Velfærd
Sundheds- og
Træningsafdelingen
Afdelingsleder:
Pia Jenfort

Sagsnr.: 15/41236
Doknr.: 288068/15

Dato: 18-11-2015/pju

på hold.

4. Registrering af patientdata i det nationale register

Deltagernes træningsresultater registreres efter de godkendte principper, og bidrager til at skabe grundlaget for en bedre forskning i langtidsvirkningen af træningen.

5. Tidsplan

Kommunalbestyrelsen har besluttet, at der afsættes kr. 375.000,- i 2016 og kr. 720.000,- i 2017 til *God træning mod slidgigt*. Inden for denne ramme sættes en tidsplan for indsatsen i årene 2016 – 2017

6. Evaluering

Indsatsen evalueres løbende, der udarbejdes en devaluering primo 2017 samt afsluttende evaluering af projektet inden udgangen af 2017. Der trækkes data fra GLA:D databasen og der sættes fokus på rekruttering, tværfagligt samarbejde og fastholdelse.

De seks dele uddybes i nedenstående.

1. Uddannelse af fysioterapeuter

Der foreligger et kompetenceudviklingsforløb til terapeuter, der skal arbejde med GLA:D. Forløbet omhandler alle elementer af borgerforløbet så som undersøgelse, undervisning og træning. Der vil være behov for, at terapeuterne der varetager opgaven gennemfører et kompetenceudviklingsforløb.

2. Rekruttering af borgere til *God træning mod slidgigt*

Erfaringer fra Gigtskole 2013 – 2014 indarbejdes i God træning mod slidgigt

I årene 2013-2014 varetog Sundhedscentret i samarbejde med Genoptræningen Gigtskolen som et udviklingsprojekt. Der blev udarbejdet en evaluering af indsatsen, og erfaringerne her fra indgår i planlægningen af den kommende indsats med *God træning mod slidgigt*. Det er besluttet, at *God træning mod slidgigt* fremadrettet varetages af Genoptræningen, da de har den træningsfaglige ekspertise, og i forhold til rekruttering er Arbejdsmarkedsafdelingen en vigtig samarbejdspartner.

Deltagerne i projektet i Hvidovre var lidt yngre, mere overvægtige, havde en kortere uddannelse og havde haft problemer med deres knæ eller hofte i længere tid, end den generelle befolkning med artrose (slidgigt).

Resultaterne fra projektet viser, at træningen har forbedret deltagernes smerte, funktion og livskvalitet. 98 % af deltagerne er tilfredse med forløbet. Resultaterne viser også, at de borgere der fortsat har tilknytning til arbejdsmarkedet, har ekstra god effekt af projektet. Evalueringen af projektet viser, at 47 % har forbedringer i deres symptomer.

Resultaterne understreger potentialet af en tidlig indsats over for målgruppen med henblik på at reducere omkostningerne for både borger og samfund.

Den største udfordring, man har stået over for, har været i forbindelse med rekrutteringen, hvor det viste sig forholdsvis vanskeligt at rekruttere deltagere. Årsagerne er flere:

- Det er ikke i tilstrækkelig grad lykkedes at opspore og rekruttere deltagere
- Man har ikke fået henvist deltagere fra de praktiserende læger
- Flere potentielle deltagere ser ikke sig selv som deltagere i et artrose projekt
- Man har i projektet koncentreret sig om de kommunale arbejdspladser, og ikke de private.

Udfordring omkring manglende opsporing og rekruttering til God træning mod slidgigt

Genoptræningen og Jobcentret sætter fokus på samarbejde om henvisning og rekruttering til *God træning mod slidgigt*. Jobcentret vil i kontakten med borgerne oplyse om *God træning mod slidgigt* og anbefale, at borgere med artrose benytter tilbuddet. Jobcentret vil, når det vurderes relevant, udlevere informationsmateriale om tilbuddet samt stille informationsmateriale om *God træning mod slidgigt* frem i ventearealet.

Fra evalueringen ved vi, at jo tidligere borgeren med artrose kommer i gang med træning, jo længere kan borgeren blive på arbejdsmarkedet. Derfor er tidlig opsporing via Almen Praksis også afgørende. Genoptræningen vil i samarbejde med Sundhedscentret sørge for information til Almen Praksis, således at borgerne også henvises derfra til *God træning mod slidgigt*.

Borgerne til *God træning mod slidgigt* kan henvises fra:

- Hospitalerne med en genoptræningsplan (Sundhedsloven § 140)
- Praktiserende læge (REF01, Sundhedsloven § 119)
- Rehabiliteringsteam, sygedagpengeafdeling, særlige sociale tilbud mv. (Sundhedslovens § 119)
- Borgere der selv henvender sig (Sundhedsloven § 119)
- Rekruttering på kommunale og private arbejdspladser (Sundhedsloven § 119).

Der afsættes midler til kommunikation i indsatsen med henblik på at styrke rekrutteringen til tilbuddet.

Målgruppe

Definition af målgruppe sættes så bredt som muligt, således at flest mulige af borgerne i Jobcentret kan deltage i *God træning mod slidgigt*. Samtidig sættes afgrænsning på diagnose således, at træningen kan foregå på hold uden alt for mange individuelle hensyn. Inklusionskriterierne for borgeren er:

- Skal have symptomer på artrose i hofte eller knæ
- Kan deltage med eller uden henvisning fra læge
- Kan deltage uanset tilknytningsgrad til arbejdsmarkedet
- Borgeren skal kunne indgå i holdtilbud

Hvis der bliver plads på holdene, vil Genoptræningen udvide målgruppen til også at omfatte borgere med artrose i lænden, skuldre og hænder. Dette vurderes løbende.

I projektet afsættes midler til tolke, da tilbuddet også er relevant for borgere med begrænsede danskundskaber.

Antal borgere til God træning mod slidgigt

Jobcentret har en del borgere med smerter i og problemer med bevægeapparatet. Det registreres ikke som udgangspunkt i borgernes sag, hvilke lidelser de har. Derfor kan der ikke trækkes et præcist tal på, hvor mange borgere tilknyttet Jobcentret, der har artrose. Jobcentret vurderer, at følgende antal borgere vil deltage pr. år:

- A-dagpengemodtagere & jobparate kontanthjælpsmodtagere: 5
- Ikke-jobparate kontanthjælpsmodtagere: 2
- Flygtninge: 5
- Ledighedsydelsesmodtagere og fleksjobbere: (ca. 5 ledige og 15 i job) 20
- Sygedagpengemodtagere/jobafklaringsforløb: 10-15
- Ressourceforløbsydelsesmodtagere: 5-10

I alt: ca. 55 borgere

Beskæftigelsesafklaring (aktivitetsparate kontanthjælpsmodtagere) kan evt. bruge *God træning mod slidgigt* som et særligt tilrettelagt tilbud med henblik på fastholdelse af borgerens arbejdsevne. I så fald forventer afdelingen at kunne sende minimum 12 borgere pr. år.

Sygedagpengeafdelingen har en del borgere, der er ramt af artrose. En del af disse borgere er personer, som står over for eller netop har gennemført en operation, og som derfor har brug for specialiseret genoptræning og i mindre omfang en bredt tilbud som *God træning mod slidgigt*. Denne type borger vil kunne profitere af *God træning mod slidgigt* tidligere i deres sygdomsforløb inden de kommer i kontakt med jobcentret som sygemeldte. Rekruttering via de praktiserende læger vurderes at være en god måde at komme i kontakt med denne gruppe borgere.

Fra Jobcentret vil også personer i fleksjob kunne rekrutteres til *God træning mod slidgigt*. Derfor vil der være behov for hold, der placeres i de sene eftermiddagstimer.

3. God træning mod slidgigts indhold - uddannelse og træning af deltagerne på kurserne

God træning mod slidgigt i Hvidovre arbejder ud fra retningslinjer fra GLA:D. Omdrejningspunktet i *God træning mod slidgigt* er fysisk træning, undervisning samt et tæt samarbejde mellem sagsbehandler, Jobcenter og fysioterapeut i Hvidovre Kommune og endelig et fokus på fastholdelse af træning som en vigtig del af borgerens hverdag. Disse elementer sikrer, at borgeren på bedst mulig vis kan leve med artrose og begynde et aktivt liv, hvor der er større mulighed for tilknytning til arbejdsmarkedet.

Når borgeren er henvist til *God træning mod slidgigt* modtager forløbskoordinator henvisningen, tager kontakt til borgeren og planlægger tid til undersøgelse og gangtest. Når borgeren er til undersøgelse og gangtest, udfylder borgeren et spørgeskema sammen med fysioterapeuten. Herefter tilbydes borgeren træning og undervisning på hold. Undervisningen handler om gavnlige effekter af træning ved artrose samt håndtering af smerter i hverdagen. Træningen har fokus på at reducere smerter ved at forbedre borgerens muskelstyrke og kondition. Forløbet afsluttes med en gangtest. Der vil være 12 borgere på hvert hold.

Gennem forløbet arbejder fysioterapeuten med at sikre, at borgeren fastholder de gode vaner om træning i hverdagen efter forløbet i *God træning mod slidgigt* er slut. Det kan gøres ved at træningen foregår i Hvidovre Motionscenter eller andre relevante steder, så det er nemt for borgeren at fortsætte træningen på egen hånd.

4. Registrering af patientdata i det nationale register GLA:D-register

GLA:D-registeret er en database og et register med fokus på at beskrive artrosepopulationen i Danmark og er et interventionsregister for artrosepatienter. Ved opstarten hos fysioterapeuten samt efter gennemført patientuddannelse og træning (efter 3 mdr.) skal alle patienter i GLA:D evalueres vha. en fysioterapeutformular, en patientformular samt to fysiske tests. Herudover får patienten automatisk tilsendt en patientformular efter 12 mdr. Disse evalueringer indgår i GLA:D-registeret og skal være med til at beskrive patientgruppen samt optimere og kvalitetssikre behandlingen både lokalt og på nationalt plan. Data fra GLA:D-registeret vil indgå i evalueringen af *God træning mod slidgigt*.

5. Tidsplan

Januar og februar 2016:

- Kursus for fysioterapeuter
- Udarbejde rekrutteringsplan
- Planlægning af indsatsen, holdtider mm.

Marts og april 2016:

- Udbrede kendskabet til *God træning mod slidgigt* til relevante samarbejdspartnere
- Rekruttering

Maj og juni 2016:

- Udbrede kendskabet til *God træning mod slidgigt* til relevante samarbejdspartnere
- Rekruttering
- De første hold afholdes

August - december 2016

- Justering af tilbuddet ud fra devaluering
- Rekruttering
- Udbrede kendskabet til *God træning mod slidgigt* til relevante samarbejdspartnere

- Udbyde hold

Januar – juni 2017

- Justering af tilbuddet ud fra devaluering
- Rekruttering
- Udbrede kendskabet til *God træning mod slidgigt* til relevante samarbejdspartnere
- Udbyde hold

August – December 2017

- Justering af tilbuddet ud fra devaluering
- Rekruttering
- Udbrede kendskabet til *God træning mod slidgigt* til relevante samarbejdspartnere
- Udbyde hold
- Evaluere tilbuddet og træffe beslutning om *God træning mod slidgigts* videre eksistens

6. Evaluering

Evaluering af *God træning mod slidgigt* består af fire dele: kvalitet i tilbuddet, rekruttering af deltagere, at deltagerne fastholder de gode vaner med træning i hverdagen og at deltagerne fastholdes på arbejdsmarkedet.

Kvalitet i tilbuddet

Tidligere evalueringer af GLA:D har vist, at konceptet reducerer borgerens smerter og forbedrer borgerens livskvalitet. Ved hjælp af data fra GLA:D databasen sikres, at tilbuddet hele tiden har den kvalitet, som GLA:D konceptet fordrer.

Rekruttering af deltagere

Der arbejdes med at forbedre rekruttering til tilbuddet i forhold til Gigtskole 2013 – 2014. Det evalueres derfor, hvor mange borgere der gennemfører forløb i *God træning mod slidgigt* i 2016 – 2017 sammenlignet med den forrige Gigtskole. Det evalueres tillige hvem der henviser til tilbuddet.

Fastholdelse af træning

Det evalueres hvorvidt borgeren fastholder de gode vaner om træning i hverdagen efter gennemført forløb i *God træning mod slidgigt* ved at ringe deltagerne op 3 måneder efter endt forløb.

Vende tilbage til arbejde

God træning mod slidgigt vil arbejde med at fastholde borgerens tilknytning til arbejdsmarkedet, derfor evalueres om indsatsen bidrager til:

- 1) at sygemeldte vender tilbage til arbejdet
- 2) at borgere i arbejde undgår sygemelding på grund af artrose.

Konklusion

Med *God træning mod slidgigt* forventer Genoptræningen, at deltagerne får mindsket deres smerter samt får forbedret deres funktionsevne og livskvalitet. Det forventes, at sygemeldte borgere kommer hurtigere tilbage

til arbejdet, og at fleksjobbere får en bedre hverdag og at enkelte fleksjobbere muligvis kan øge deres arbejdstid. Samtidig er det en forventning, at deltagere som ikke er sygemeldte, undgår en sygemelding eller at sygemeldingen bliver kortere. Jobcentret vil opfordre borgere med artrose til at deltage i tilbuddet. Genoptræningen vil gøre en aktiv indsats for at rekruttere borgere til *God træning mod slidgigt* og arbejde med tilbuddet, så det bliver så fleksibelt som muligt i forhold til at imødekomme forskellige artroseramtes behov for træning. I *God træning mod slidgigt* vil der blive arbejdet med fastholdelse, så deltagerne bevarer de gode vaner med træning i hverdagen, også efter forløbet er slut.