

Aktivitet og deltakelse

Utfordringer og muligheter i helsevesenet

Temadag Bodø 04.11.2015

Erik Sigurdson, tidl. ryggmargsskadelege
Nå; pensjonist

Skader på ryggmargen



Spinalt sjokk

- **Klinisk bilde:**
 - Slappe pareser
 - Utslukkede strekkereflekser
 - Nevrogent sjokk hypotensjon, bradycardi,
 -



Akutte skadekonsekvenser; pasienten

- Spinalt sjokk (virkn. av ryggmargsskaden.)
- Mentalt sjokk (krisereaksjoner)
- Hjelpeløshet, sårbarhet
- "Synlige" funksjonstap (pareser, bevegelseshemming..)
- "Usynlige" funksjonstap (bortfall av autonome nervefunksjoner)

Ryggmargsskade, oppfølging

- Spastisitet
- Smerter
- Tarmproblemer
- Urinveier / urinblære
- Luftveier
- Trykksår
- Fertilitet / seksualitet
- Autonom Dysrefleksi (AD)
- Hjelpemidler -
Tilrettelegging



RMS- verdier, ønsker, mål

- Bolig
- Jobb
- Familie
- Aktivitet
- Deltakelse
- Hjelpere
- Assistenter
- Nettverk



Overordnet langsiktig målsetting

- Selvstendig
- Uavhengig
- Eget husvære
- Yrkesaktiv
- Integrert
- Tilgjengelighet



Helsevesenets ståsted/dilemma

- «Gjøre syke mennesker friske?»
- «Bidra til god folkehelse, i utvidet forstand?»
- « Ja takk, begge deler!»(Ole Brum)
- Hvor går Helsevesenet? «Ingen steder», sa Kristoffer Robin, og så gikk de dit.!



Helsebegreper under lupen

- Sykdom
 - Når syk / frisk ?
 - Diagnosen som fenomen og premiss-leverandør?
 - «Hvorfor så mange friske mennesker med sykdomsadfærd»? (Personlig erkjennelse -97)
- Helse
 - Når frisk / syk ?
 - God / dårlig helse?
 - Helsetjenestens innflytelse på folkehelsen?
 - Individuelle forhold?
 - Andre faktorer?

Peter F. Hjort :«Bør vi sette grenser for helsetjenesten?»

Ref. Kronikk i Tidsskrift for Legeforeningen nr. 12, 1995

Peter F. Hjort:

- Helse/sykdomsmodellen
- 5 Pasientkategorier
- Sykdomsbegreper i ekspansjon

Motiverende Intervju (MI)

- Samtaleteknikk med tanke på :
 - Refleksjon(før-,overveielser)
 - Motivasjon
 - Erkjennelse
 - Beslutning
 - Endring

(Ref. Miller & Rollnick Motivational Interviewing, 1991)

Motiverende intervju, overveiellesfasen:

«I morgon vil eg
byrja på eit nytt og
betre liv, - trur eg,
Eg skal aldri gå på
fylla meir og skjera
folk med kniv,
- trur eg,»

«Etter en rangel», Jakob
Sande

« I morgon, i morgon,
men ikkje i dag,
i dag, nei i dag gjer
eg ikkje det slag!
I dag vil eg liggja på
ryggen å sjå, på lerka
som svingar seg høgt
i det blå.»

Stanley Jakobsen

MI, underveis, endringsberedskap:

Endringsberedskap



Ikke klar

usikker/tvilende

Klar

Ref. Barth & Näsholm

«Fra refleksjon til endring»

- Diskrepans (sprik mellom faktisk atferd og uttalelser og ønsker)
- Ambivalens (nettverk av motstridende følelser, tanker, holdninger)
- Motstand (kamp, interessekonflikt, forsvar, blokkering)

Ref. Barth og Näsholm; «Motiverende samtale - endring på egne vilkår»

Tilpasset fysisk aktivitet

- «Modell-aktivitet»
- Arena for læring, erfaring, motivasjon og endring
- «Mangel på aktivitet bryter ned et hvert menneskes gode form, mens bevegelse og metodisk fysisk aktivitet bevarer den og forbedrer den»

Ref. Platon, ca 400 år f. Kr.

Hvordan evaluere målsetting/utkomme ?

- Organ- strukturskade → • Diagnostikk/utredning
- Funksjon → • Testing/måling (Styrke, bevegelighet, utholdenhet)
- Aktivitet - deltakelse → • Krever forskningsinnsats på tvers av fagområder