

# Vardagsrehabilitering – var vi står idag och vad vi behöver utveckla

Magnus Zingmark, Med Dr

FoU ansvarig Östersunds kommun

Adjungerad, Epidemiologi och Global hälsa, Umeå  
Universitet

Maria Haak, Med Dr, Docent, CASE, Institutionen för  
hälsovetenskaper, Lunds universitet



LUNDS  
UNIVERSITET

# Dagens föreläsning

Vilka behov ska vi möta hos en åldrande befolkning?

Vardagsrehabilitering i Sverige

- nuläge och utveckling

Fokus för vardagsrehabilitering

Målgrupper

Vad respektive profession gör

Framtidsspaning

# Demografi, vård och omsorgsbehov

2016 1300 personer med hemtjänst, 670 bor på säbo

2016 3200 80+

2028 5040 80+ 58 % fler

2028 2050 personer med hemtjänst?

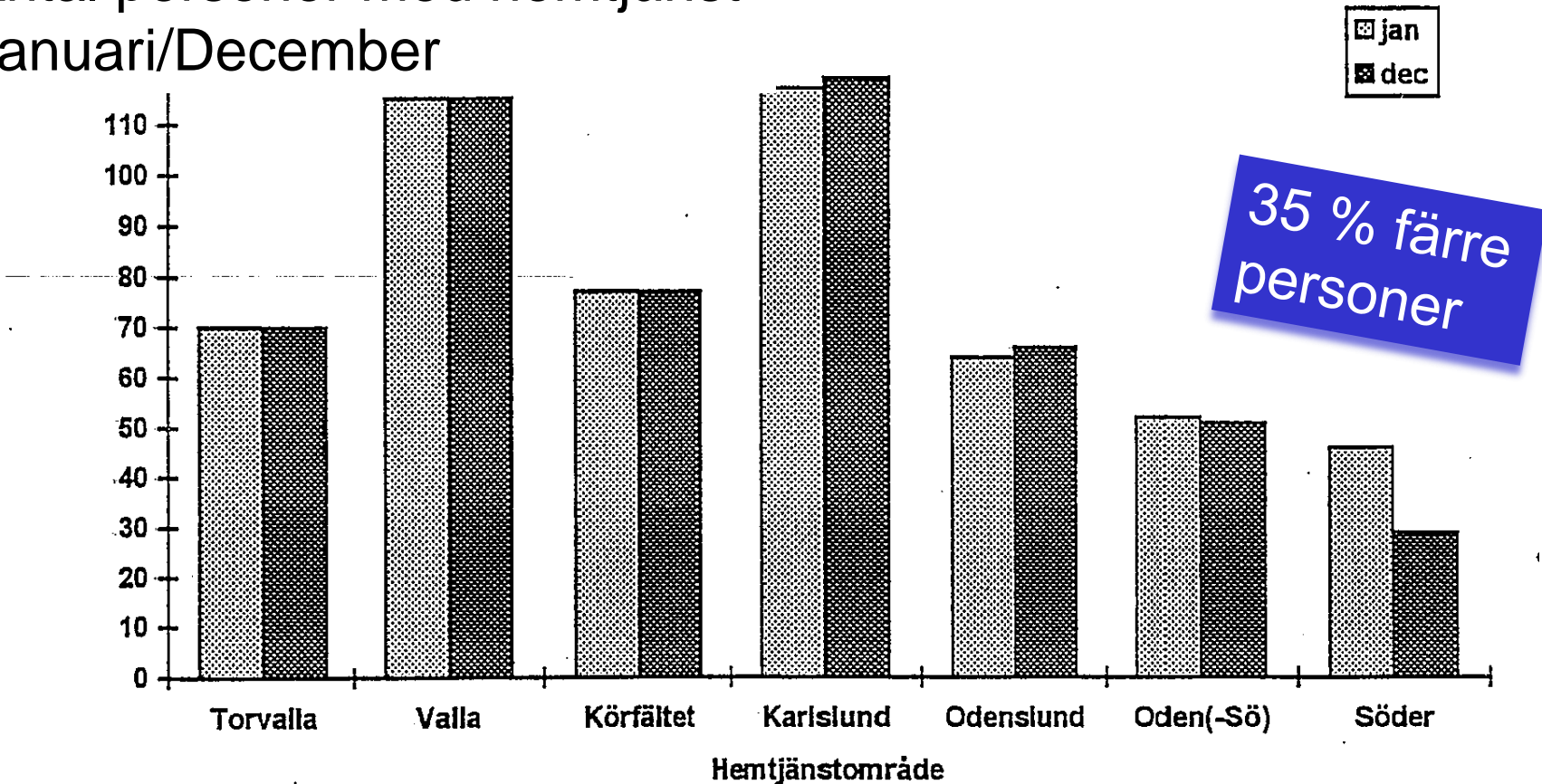
1060 bor på säbo?

Vilka behov ska vi möta?

Vilka evidensbaserade metoder finns att möta behov?

# Hemrehab Söder

Antal personer med hemtjänst  
Januari/December



# Vardagsrehabilitering i Sverige och världen

Många kommuner har satsat på rehabilitering

Bristande överblick och ingen samlad kunskap

- första nationella studien hösten 2017

Global utveckling sedan slutet 90 talet, nu ReAble

- hur ska målgruppen definieras
- vilka teorier bör vi utgå från
- multi-professionellt
- vad gör de olika professioner
- vilka är effekterna



# Vad är vardagsrehabilitering?

## Målgrupp

- 65+ eller yngre
- Med eller utan stöd från hemtjänst
- Ordinärt boende
- Heterogen grupp - variation av diagnoser och funktionella begränsningar

Hur når vi målgruppen?

# Vad är vardagsrehabilitering?

All personal är rehabpersonal

- Arbetsterapeuter och sjukgymnaster är ”motorer”
- Stärk baspersonal genom handledning och utbildning
- Chefens roll
- Samverkan med biståndshandläggare

Ett gränsland mellan SoL och HSL

# Teoretiska grundprinciper

Aktivitetsfokuserat

Personcentrerat

Rehabiliteringsfokus

PEO

- Person
- Miljö
- Aktivitet

Bli oberoende  
Leva ett fullgott liv (!?)



# Definitioner av vardagsrehabilitering

Olika definitioner – skillnader i olika modeller för vardagsrehabilitering

Rehabiliteringsfokus

Ökad självständighet

Förbättrad funktionsförmåga

Genomförs i hemmiljö eller närmiljö

Utgå ifrån individens önskemål

Tidsavgränsade insatser

Samverkan mellan tex  
arbetsterapeuter,  
fysioterapeuter,  
hemtjänstpersonal

# Rehabiliterande synsätt -Terapeutiska strategier

Stödjande istället för hjälpande inriktning

Se möjligheter och utmana

Vad är viktigt för personen – mål och fokus

Praktiskt stöd, anpassning

Coachning - peppa och bekräfta

Strukturerar, vänta in, skapa trygghet

Progress – gradvis ökad självständighet

**Stärka individens förmåga, självförtroende och problemlösningsförmåga**

# Effekt på självständighet (PADL)

Study	Follow-up	"Relativ risk"
Chiu and Man, 2004	3 months	2.1
Zingmark and Bernspång, 2011	3 months	2.8
Lewin et al., 2013	3 months	2.0
<b>Lewin et al., 2013</b>	<b>1 year</b>	<b>1.4</b>
Lewin et al., 2014	2 years	1.4

Initialt god effekt

Kan effekten vidmakthållas på längre sikt?

Varför ger insatserna effekt?

# Vilka effekter bör följas upp?

## Aktivitet/delaktighet

COPM

ADL taxonomin

Aktivitetsbalans

## Fysisk funktion

SPPB

Bergs balans

FES

## Hälsorelaterad livskvalité

Ensamhet

Psykiskt välbefinnande

# Framtidsspaning

Tydligare grund

Tydligt definierat innehåll

Anpassning för olika målgrupper

Tydliga roller och teamsamarbete (utbildningsbehov)

Mer användande av ny teknik

Stora nationella studier



# Tack!

Magnus Zingmark, Med Dr  
FoU ansvarig Östersunds kommun  
Adjungerad, Epidemiologi och Global hälsa, Umeå  
Universitet

Maria Haak, Med Dr, Docent, CASE, Institutionen för  
hälsovetenskaper, Lunds universitet



**LUNDS**  
UNIVERSITET