



**Ansikt til ansikt når det
er tjenlig**

**- digitalt når det er
mulig**



Helse i Hardanger har gjort noe helt nytt

I løpet av *en liten uke* skal pasienter med sammensatte, *kroniske helseplager* få erfaringer og kunnskap som gjør at de kan ta *tilbake hverdagen* på en fleksibel måte



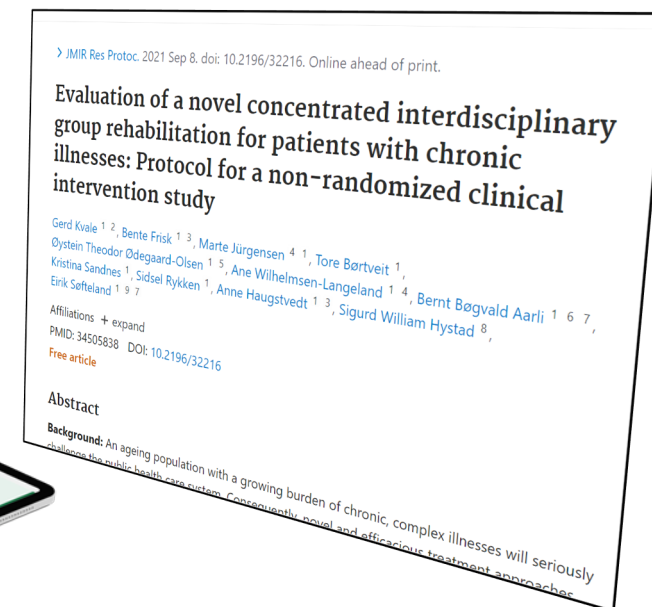
Hvorfor konsentrert behandling?

- Folk vet hva de “burde gjøre” , men får det ikke til
- Redd for å gjøre noe som forverrer
- Tett innpå mens folk trener på å endre
- Behov for flerfaglig kompetanse for å få til den skreddersøm





+



= Kunnskapsbasert behandling
i et nytt format

Rehabiliteringsforløp



Utredning og
forberedelse



Konsentrert
behandling



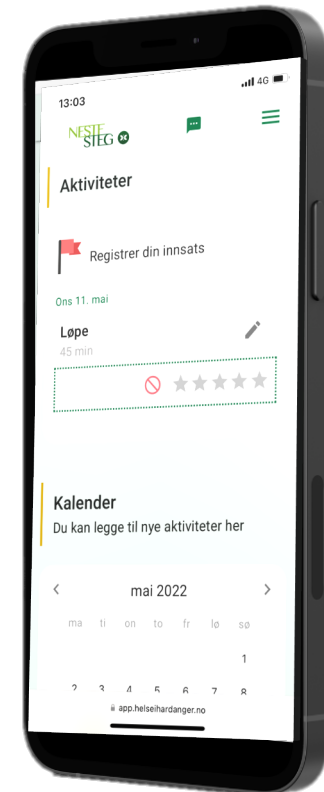
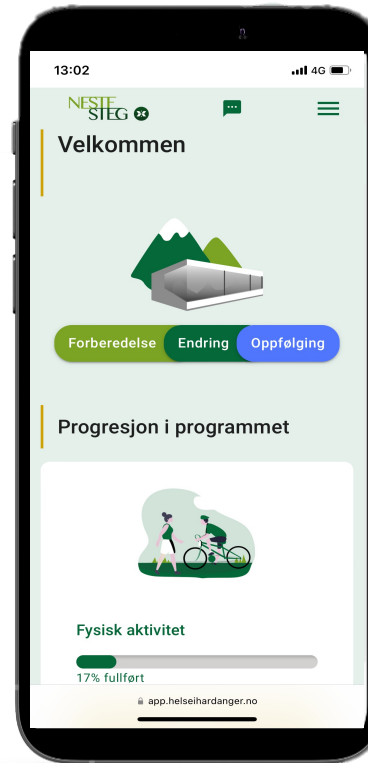
Oppfølging og
vedlikehold

Utviklet som en integrert del av rehabiliteringen

Forløpsapp

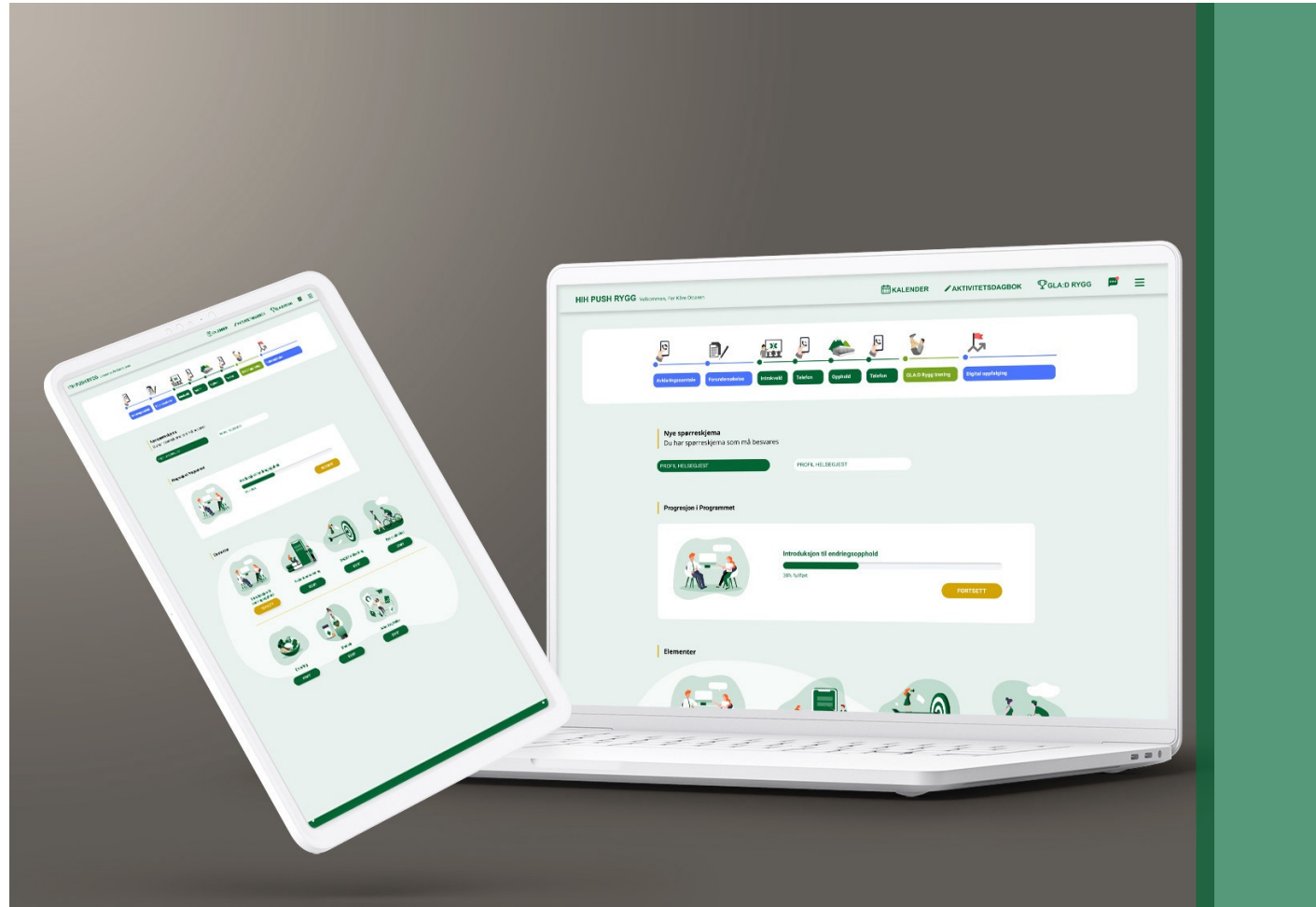
- Digitalt verktøy
- Høy nytteverdi for
 - Pasient
 - Helsepersonell
 - Organisasjon
 - Samfunnet

NESTE
STEG



Alt på ett sted

- ✓ Introduksjonsvideo
 - ✓ Målsetting
 - ✓ Spørreskjema
 - ✓ Læringsmoduler
 - ✓ Aktivitetskalender
 - ✓ Progresjon
 - ✓ Kommunikasjon
-



Målrettet

Kvalitetssikring

Oppsummering

Virker det?

- >90 % tar imot tilbudet, og så godt som 100 % gjennomfører
- >90 % er svært fornøyd/ fornøyd også med omfang
- >90 % får økt funksjonsnivå i hverdagen – og det varer – og til dels bedres i løpet av oppfølgingen
- Fysiologiske parametere viser signifikant bedring 3 mnd etter
- Selvrapportert bruk av helsetjenester (fastlege og spesialisthelsetjeneste) går signifikant ned
- Bruk av smertestillende og av medisiner mot søvnforstyrrelser, angst og depresjon går ned.

> [JMIR Res Protoc](#). 2021 Sep 8. doi: 10.2196/32216. Online ahead of print.

Evaluation of a novel concentrated interdisciplinary group rehabilitation for patients with chronic illnesses: Protocol for a non-randomized clinical intervention study

Gerd Kvale ^{1 2}, Bente Frisk ^{1 3}, Marte Jürgensen ^{4 1}, Tore Børtveit ¹, Øystein Theodor Ødegaard-Olsen ^{1 5}, Ane Wilhelmsen-Langeland ^{1 4}, Bernt Bøgvald Aarli ^{1 6 7}, Kristina Sandnes ¹, Sidsel Rykken ¹, Anne Haugstvedt ^{1 3}, Sigurd William Hystad ⁸, Eirik Søfteland ^{1 9 7}

Affiliations + expand

PMID: 34505838 DOI: [10.2196/32216](#)

[Free article](#)

