

Årsrapport

2020

Ressursenter for hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst

LHL-sykehuset Gardermoen

Innhold

Den følgende rapporten tar for seg aktivitet ved Ressurssenter for hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst i 2020.

Det rapporteres i forhold til mål og tiltak satt opp under handlingsplanens fire hovedområder:

| | |
|---|---|
| 1. Nettverksarbeid..... | 3 |
| 2. Kurs/seminar | 4 |
| Basiskurs i helhetlig hjerte- og lungerehabilitering..... | 4 |
| Rehabiliteringskonferansen 2020..... | 5 |
| Hjerterehabiliteringsseminar høsten 2020 | 5 |
| 3. Hjemmeside og sosiale medier | 5 |
| 4. Prosjektarbeid/utviklingsarbeid | 6 |
| Digital oppfølging etter hjerterehabilitering | 6 |
| Digital rehabilitering og oppfølging under koronapandemien..... | 6 |
| Rehabilitering og oppfølging etter Covid-19 | 6 |
| Felles kvalitetsindikatorer i hjerterehabilitering | 7 |
| Norske anbefalinger for hjerterehabilitering | 7 |
| Oppsummering og avslutning | 7 |
| Vedlegg 1: Oversikt over aktivitet ved RS 2020..... | 9 |

Handlingsplanen ligger tilgjengelig på Ressurssenterets hjemmeside.

Jessheim, 05.02.2021

Eli Anne Nyerrød Kvarme

Leder

Ressurssenter for Hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst

LHL-sykehuset Gardermoen

Årsrapport 2020

Her følger rapport over arbeidet ved Ressurssenter for hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst i 2020. For detaljer knyttet til aktiviteten, se vedlegg.

2020 har vært et spesielt år, også ved Ressurssenter for hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst (heretter kalt RS). Aktiviteten ved RS i denne perioden har vært preget både av lederskifter og koronasituasjonen. Det har gjennom året vært tre ulike ledere av RS. På LHL-sykehuset Gardermoen har det vært gjort store og til dels omveltende grep, for å ivareta smittevern og tilpasse seg en stadig skiftende koronasituasjon. Leder av RS har deltatt i planlegging og tilpasning av rehabilitering etter gjeldende smittevernsanbefalinger; både for sykehuset og for hjerterehabilitering i HSØ-området. Leder av RS deltar på ledermøter i Klinikk for rehabilitering og livsstil i LHL.

1. Nettverksarbeid

Nettverksarbeid er en av de viktigste oppgavene til RS, og vi jobber kontinuerlig for å holde god kontakt med nettverket. Gjennom ulike aktiviteter jobber vi for å bidra til samhandling, erfaringsutveksling og kompetanseoverføring mellom ulike aktører innen hjerterehabiliteringsfeltet.

Som tidligere år hadde vi også i 2020 planlagt fysiske nettverkssamlinger. Den første nettverkssamlingen var planlagt til Gardermoen 5.mars. Samlingen ble avlyst grunnet lav respons. Om dette kan relateres til en koronapandemi i anmarsj eller om det var helt andre årsaker vet vi ikke, men vi har i ettertid fått flere tilbakemeldinger på at det er ønskelig og viktig at vi fortsetter med disse nettverkssamlingene når det igjen er anledning for det. På grunn de usikre tidene, ble det ikke planlagt nettverkssamling høsten 2020.

RS har i 2020 sendt ut 7 nyhetsbrev til våre 530 abonnenter. I nyhetsbrevene informerer vi om nytt innen hjerterehabiliteringsfeltet, hva RS jobber med og kommende arrangementer som kan være av interesse for nettverket.

Som en del av nettverksarbeidet, skal RS være en rådgivende instans for helsepersonell, og bidra på møter/arrangementer ved forespørslers. Vi opplever at vi får jevnlig henvendelser fra helsepersonell som har faglige og/eller praktiske spørsmål om hjerterehabilitering, eller som ønsker bistand fra RS til ulike prosjekter/aktiviteter. Vi setter stor pris på at helsepersonell ta kontakt og dette er oppgaver vi prioriterer. Forespørslene i 2020 var preget av spørsmål og bekymring rundt koronapandemien. Både pasienter, pårørende og behandlere har vært usikre på mulighetene for rehabilitering gitt den

spesielle situasjonen. Det har også vært et økende informasjonsbehov rundt hvilke smittevernregler- og tiltak de ulike institusjonene praktiserer, og ikke minst digitale alternativer for rehabilitering.

En viktig del av nettverksarbeidet er å etablere kontakt med andre relevante kompetanstjenester/ fagmiljøer. RS har fra tidligere et godt samarbeid med Nasjonal kompetanstjeneste Trening som medisin. De har som mål å etablere hjerte- og lungerehabiliteringsnettverk i region midt og nord, og vi har vært rådgivere og samarbeidspartnere i dette arbeidet. Vi har også fortsatt vårt samarbeid med Regional Kompetansetjeneste for rehabilitering i Helse Sør-Øst (RKR), Norway Health Tech og Nasjonal kompetansetjeneste for revmatologisk rehabilitering (NKRR). Agenda for møtene har vært å etablere/opprettholde kontakt og se på muligheter for nærmere samarbeid, samt å planlegge prosjekter og arrangementer.

RS-teamet har fokus på jevnlig faglig oppdatering, og medlemmene i teamet deltar regelmessig på interne og eksterne møter, kurs og seminarer. Dette mener vi er viktig for å holde oss oppdatert, være synlige i regionen og videreutvikle nettverk og kontakter. Vi var påmeldt flere spennende kurs og konferanser i 2020, men alle disse ble dessverre avlyst. Vi har deltatt på aktuelle webinarer og digitale møter, eksempelvis European cardiology congress 2020 og RKR's webinarrekke.

Leder av RS har deltatt i flere komiteer for planlegging av konferanser og webinar, eksempelvis Nordisk hjerte- og lungefysioterapikongress som skulle vært arrangert ved Lovisenberg sykehus i midten av mars og webinar om digital rehabilitering som ble arrangert av Norway Health Tech i november.

Etter nedstengingen i mars ble vi bekymret for ivaretagelsen av oppfølging- og rehabiliteringsbehovene til hjerte- og lungepasienter, og ikke minst for personer etter alvorlig forløp av covid-19 – både på kort – og lengre sikt. I samarbeid med Lungenettverket (RKR) og nettverket for hjerterehabilitering la vi ned en del arbeid i en bekymringsmelding som ble sendt til fagsjefene i HSØ.

2. Kurs/seminar

Kurs og seminarvirksomhet er en stor og viktig del av arbeidet ved RS. Vi ønsker å bidra til økt kompetanse om hjerterehabilitering og oppfølging av hjertepasienter, og samtidig legge til rette for erfaringsutveksling og nettverksbygging blant de som jobber i fagfeltet. Målgruppen for arrangementene er tverrfaglig helsepersonell i både kommune- og spesialisthelsetjeneste. Spesielt ønsker vi å nå ut til kommunene, da vi opplever at det er stort behov for kompetanseheving der. Med koronapandemien har vi i løpet av det siste halvåret fått en ny heterogen gruppe pasienter med svært varierende og til dels sammensatte rehabiliteringsbehov. Informasjon om forventede rehabiliteringsbehov etter Covid-19 er et tema helsepersonell både i spesialist- og kommunehelsetjenesten er opptatt av og som vi derfor har valgt å fokusere på i våre arrangementer dette året.

Basiskurs i helhetlig hjerte- og lungerehabilitering

I 2020 hadde vi planlagt en ny variant av vårt årlige basiskurs. Vi skulle utvide programmet til også å inkluderte helhetlig lungerehabilitering. Da det ble klart at vi ikke kunne arrangere Basiskurset som planlagt på Gardermoen, la vi ned et betydelig arbeid for å erstatte kurset med et webinar.

Programmet ble komprimert, og vi valgte å inkludere en sesjon om rehabilitering etter covid-19. Til tross for kort varsel var responsen overveldende. Av de 180 påmeldte, fulgte ca. 140 unike brukere webinarer i sin helhet (ved flere lokasjoner satt man samlet og fulgte webinarer på storskjerm). Det betyr at vi i 2020 nådde ut til et betydelig høyere antall deltakere enn ved et ordinært Basiskurs. Webinarer ble godt mottatt, med en gjennomsnittsscore på 85-90 på en skala fra 0 til 100 ved evaluering.

Rehabiliteringskonferansen 2020

Sammen med RKR og NKRR var vi ansvarlige for planleggingen av to sesjoner til Rehabiliteringskonferansen 2020 som skulle avholdes på Lillehammer i september. Da konferansen ble avlyst bestemte RKR seg for å arrangere en webinarserie med kortere webinarer hver fredag hele høsten. RS var medansvarlig for webinarer som ble avholdt fredag 4. september: "Trening – en magisk pille". Det ble en stor suksess, med 380 unike deltakere. Vi var også involvert i planlegging av webinarer som ble avholdt den 27. november hvor temaet var nye teknologiske rehabiliteringsløsninger og hva som skal til for å lykkes med samarbeidet mellom helsetjenesten og industrien. LHLs håndtering av koronakrisen ved hjelp av teknologi ble presentert i webinarer. I dette webinarer var det 160 deltakere. Også dette webinarer fikk gode tilbakemeldinger.

Hjerterehabiliteringsseminar høsten 2020

Vi skjønte raskt at årets hjerterehabiliteringsseminar måtte avlyses i sin opprinnelige form, og vi startet planleggingen av et webinar. Basert på tilbakemeldinger fra nettverket valgte vi teamet: Oppfølging og rehabilitering etter Covid-19. Programmet var sammensatt av fagpersoner som gav sitt perspektiv på rehabilitering av Covid-19 fra ulike vinkler: Forskeren, pasienten, klinikerne, tverrfaglig team og Helsedirektoratet. Webinarer hadde 145 deltakere. Vi la også ut et opptak av webinarer på våre nettsider i etterkant, slik at de som ikke hadde anledning til å følge direktesendingen kunne få mulighet til å se det ved en annen anledning. Webinarer har i etterkant blitt vist 242 ganger. Dessverre besvarte bare 36 deltakere evalueringen, men av gjennomsnittet av disse scoret 90 av 100 på webinarer som helhet. Vi ble oppfordret til å lage lignende webinarer i framtiden, noe vi forsøker å følge opp i 2021.

3. Hjemmeside og sosiale medier

Hjemmesiden hjerterehab.no fungerer som en kommunikasjonskanal fra RS og ut til helsepersonell i fagfeltet. Hjemmesiden er en åpen side som også pasientene har tilgang til. Her har vi samlet aktuell informasjon om hjerterehabilitering, særlig informasjon om hjerterehabiliteringstilbud og aktuell pasientinformasjon. Med dette ønsker vi å bidra til at hjertepasienter får gode rehabiliteringstilbud og likelydende informasjon, uavhengig av hvilket sykehus eller rehabiliteringsinstitusjon de behandles ved i regionen. Hjemmesiden hadde totalt 28 557 sidevisninger og 1 918 nedlastinger i 2020. I perioden har vi jobbet med å legge ut informasjon om arrangementer og å holde lenker oppdatert. Vi har også hatt en gjennomgang med hver enkelt rehabiliteringsinstitusjon, slik at hjemmesiden nå er oppdatert på eventuelle endringer i rehabiliteringstilbudet. Det har kommet mange henvendelser til RS om informasjon på ulike språk. Brosjyrene vi har tilgjengelige er gamle, vi ønsker å se på muligheten for nye og oppdaterte brosjyrer i 2021.

Facebooksiden til RS er en kanal der vi ønsker å legge ut informasjon om arrangementer og aktuelle saker som angår fagfeltet. Målet med siden er å spre informasjon om vårt arbeid, og legge til rette

for mer toveiskommunikasjon med fagfeltet. Vi har i 2020 benyttet siden aktivt til markedsføring av arrangementer. I tillegg har vi delt saker om ny forskning innen fagfeltet og annen aktuell informasjon for helsepersonell som jobber med hjerterehabilitering. Facebooksiden har 324 følgere.

4. Prosjektarbeid/utviklingsarbeid

RS er for tiden involvert i flere ulike prosjekter, og vi har også planer for nye prosjekter i 2021. Blant annet kan det nevnes at det er satt ned en prosjektgruppe i slutten av året, som vil jobbe med å oppdatere brosjyrene til hjertepasienter som ligger ute på nettsiden vår, samt brosjyrer på ulike språk.

Digital oppfølging etter hjerterehabilitering

Da leder av RS også er leder for prosjektet Digital oppfølging etter hjerterehabilitering, er det blitt jobbet spesielt mye med dette prosjektet i året som gikk. Da søknaden om prosjektet ble innvilget av Stiftelsen Damm ved utgangen av 2019, var det ingen som kunne vite hvor aktuelt digital oppfølging ville bli i løpet av året. Mange pasienter opplever at overgangen fra rehabiliteringsopphold til hverdagen hjemme kan være krevende og vanskelig å takle på egenhånd. Målet til prosjektet er å undersøke om et digitalt verktøy, FlowZone utviklet av FlowTechnologies, kan bidra til å lette overgangen fra rehabilitering til hjem, og gjerne med oppfølging i kommunal helsetjeneste. Prosjektet er et pilotprosjekt, hvor vi undersøker gjennomførbarheten for behandlere og pasienter. Pasientene følges via appen gjennom rehabiliteringsoppholdet og deretter i tre måneder hjemme. Vi har til nå inkludert 43 deltakere, fordelt på intervensjonsgruppe og kontroller. Prosjektet vil vare til midten av mai med mål om å ferdigstille rapporten i løpet av sommeren. Så langt har både behandlere og pasienter positive erfaringer med prosjektet. RS blir sentral i å dele erfaringene fra prosjektet med nettverk for hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst og fagfeltet for øvrig.

Digital rehabilitering og oppfølging under koronapandemien

Når koronaviruspandemien stengte ned hele samfunnet i mars, inkludert LHL sine rehabiliteringstjenester til hjerte- og lungesyke, ble behovet for virkningsfulle og effektive digitale løsninger mer fremtredende. I løpet av svært kort tid ble det etablert modeller for å teste ut digital rehabilitering og oppfølging for rehabiliteringspasienter. RS var involvert som bidragsyter og samarbeidspartner i arbeidet med å få tilbudet raskt på bena for utprøving. Tilbudet har vært en kombinasjon av digitale kartlegginger og spørreskjemaer, samtaler og oppfølging via telefon og videokonferanse, individuelt tilpassede undervisningstilbud i form av en rekke videosnutter om aktuelle temaer, treningsoppfølging via app og/eller videoinnspillinger på nett med mer. En del av treningsvideoene, som ligger tilgjengelig for alle på nett, har andre institusjoner valgt å benytte i oppfølgingen av sine egne pasienter. Digital rehabilitering blir tema for første nettverkssamling i 2021, slik at erfaringene fra denne utprøving deles med nettverket.

Rehabilitering og oppfølging etter Covid-19

Ganske raskt forstod fagmiljøet ved LHL-sykehuset, sammen med andre fagmiljøer i Norge, at en del Covid-19 pasienter har behov for rehabilitering for å komme seg tilbake til hverdagen. I løpet av 2020 hadde LHL-sykehuset ca. 100 Covid-19 pasienter til tverrfaglig spesialisert rehabilitering ved LHL-sykehuset Gardermoen. På samme tid har om lag 200 personer innlagt med Covid-19 våren 2020

deltatt i en stor oppfølgingsstudie (PROLUN) ved blant annet LHL-sykehuset. Oppfølgingsstudien har hatt til hensikt å undersøke senvirkningene av Covid-19 på lungene – og hjerte- og lungefunksjonen under belastning. RS er involvert i arbeidet med å oppsummere og dele resultatene av forskningen, kombinert med rehabiliteringserfaringene ved sykehuset. Mot slutten av året økte henvendelsene fra både sykehus og kommunal helsetjeneste, med forespørsel om LHL kunne dele av sine erfaringer med pasientgruppen. Det planlegges i den anledning at RS bidrar i flere webinarer i første tertial 2021.

Felles kvalitetsindikatorer i hjerterehabilitering

Høsten 2019 søkte RS i samarbeid med nettverket Stiftelsen Dam om prosjektmidler for å kunne gjennomføre et konsensusprosjekt om felles kvalitetsindikatorer i hjerterehabilitering "Hvilke kvalitetsindikatorer kan si noe om effekten av hjerterehabilitering?". Vi fikk gode tilbakemeldinger etter skissesøknaden og søknaden var av de 20% som ble invitert videre i prosessen til å levere en full søknad rett før jul. I februar fikk vi dessverre avslag på søknaden om midler (kun 9 % av søknadene fikk midler). I mars sendte vi en ny revidert søknad til Legeforeningens kvalitetsfond, men i juni fikk vi dessverre avslag også herfra.

Selv om både RS og prosjektgruppa fortsatt mener at dette arbeidet med felles kvalitetsindikatorer er svært viktig, har vi dessverre ikke hatt anledning til å jobbe videre med dette prosjektet i den perioden vi legges bak oss. Et unntak er at Dr. Grimsmo (overlege hjerterehabilitering LHL-sykehuset Gardermoen og medlem av ressursgruppen knyttet til RS) sitter som representant i undergruppen for Kvalitetsindikatorer i den store treningsstudien NorEX, som det nå vil være naturlig å samarbeide med. Vi mener dette vil styrke vårt samarbeid med flere ulike og sentrale fagmiljøer nasjonalt (og internasjonalt). Hvordan dette prosjektet skal drives videre vil måtte avklares i løpet av det neste halvåret.

Norske anbefalinger for hjerterehabilitering

Arbeidet med kvalitetsindikatorer henger også sammen med arbeidet med utvikling av norske anbefalinger for hjerterehabilitering. Dr. Grimsmo sitter også i arbeidsgruppen for preventiv kardiologi (AG Preventiv) i Norsk Cardiologisk Selskab som har startet et forarbeid for å se på muligheten for egen norske anbefalinger.

Oppsummering og avslutning

Som de fleste andre kan vi se tilbake på et spesielt år, der lite ble som planlagt. Ettersom pandemien har utviklet seg, har det nok en gang vist seg at vi mennesker er tilpasningsdyktige. Nå er møter på nett og webinar en mye større selvfølge, enn for et år tilbake. Kanskje har det skapt noen muligheter for å nå ut til flere med faget vårt?

Det har fra RS sin side vært utrolig flott å delta i en regional, nasjonal og internasjonal dugnad for å håndtere pandemien på en best mulig måte – der alle har hatt til hensikt å bidra til å støtte og styrke

hverandre. Vi ser fram til et nytt år på RS, med nye utfordringer vi sammen kan løse på en best mulig måte.

Vedlegg 1: Oversikt over aktivitet ved RS 2020

| Arbeidsområder | Mål | Tiltak/oppgaver | Aktivitet 2020 |
|--|---|---|--|
| Drift | | | |
| Møter | Månedlige møter i RS-teamet. Sikre kvalitet, samarbeid og fremdrift på oppgavene definert i handlingsplanen. | RS-teamet innkalles til møte hver 5.-6. uke, eller oftere ved behov. Møtene referatføres. | 3 formelle møter gjennomført i perioden. Fravær av møter skyldes i all hovedsak koronapandemien. |
| Rapportering | Rapportering hvert tertial. | Rapport over aktivitet ved RS sendes til kontaktperson i Helse Sør-Øst RHF, Tove Hæreid Otterstad (Tove.Haereid.Otterstad@helse-sorost.no). | Tertialrapport sendt 03.07.20 og 02.10.20. Årsrapport ferdigstilt i starten av februar 2021. |
| 2.1 Nettverksarbeid | | | |
| Drifte nettverk for hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst | Opprettholde kontaktpersoner på alle sykehus/ rehabiliteringsinstitusjoner. Flere kontaktpersoner i kommunene. Synliggjøre nettverk for hjerterehabilitering. | Holde kontaktlister oppdatert. Aktiv kontakt mot kommuner/frisklivssentraler. | Alle sykehus og rehabiliteringsinstitusjoner ble kontaktet i oktober. Tilbud til pasienter og kontaktpersoner ble oppdatert på hjemmesiden, i minibrosjyre og i ressurscenterets kontaktlister. Nettverk for hjerterehabilitering ble presentert ved Covid-19 webinar i oktober og på Norway Health Tech webinar i november. |
| Nettverkssamlinger | Arrangere to samlinger i nettverk for hjerterehabilitering med minst 40 deltakere per samling. To hovedmål: 1) Skape engasjement for felles Kvalitetsindikatorer i hjerterehabilitering og 2) Revisjon av informasjonsbrosjyrer | Datoer: 05.03.2020, 5.juni, 30. oktober Sted: LHL-sykehuset Gardermoen. Agenda: Status RS, Kvalitetsindikatorer, Revisjon av felles informasjonsbrosjyrer Markedsføring: Nyhetsbrev, facebook, aktuelle samarbeidspartnere og fagforeninger. Målgruppe: Nettverk for hjerterehabilitering og andre interesserte. | Alle nettverkssamlinger ble i 2020 avlyst. Den første, planlagt 05.03, ble avlyst grunnet dårlig respons. De to resterende på grunn av koronapandemien. Det er planlagt for digital samling våren 2021. |

| | | | |
|---------------------------------------|--|--|--|
| Nettverksarbeid/ hospiteringsdager | Initiere til samarbeid og bygge nettverk ifm hospiteringsdager ved LHL-sykehuset Gardermoen | Datoer: 05-06.03.2020, 05-06.06.2020, 03-04.09.2020 Sted: LHL-sykehuset Gardermoen. Agenda: Status/informasjon om RS og RS aktiviteter. Markedsføring: Nyhetsbrev, facebook, aktuelle samarbeidspartnere og fagforeninger. Målgruppe: Tverrfaglig (helse)personell i primær- og spesialisthelsetjenesten. | Hospiteringsdager Juni og September: Avlyst grunnet koronapandemi. |
| Nyhetsbrev | Sende ut kvartalsvise nyhetsbrev om aktiviteten ved Ressurssenteret og om aktuelle saker fra nettverk for hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst. Få flere abonnenter på nyhetsbrev. | Innhente/omtale aktuelle saker fra nettverket. Skrive saker om aktiviteten ved Ressurssenteret. Benytte program for utforming av nyhetsbrev, administrering av kontaktlister og e-postutsending. | 12.05: Nyhetsbrev om webinar. 26.06: Nyhetsbrev om opptak av webinar, revidering av informasjonsbrosjyrer og kvalitetsindikatorprosjekt. 01.10: Nyhetsbrev om Covid-19 webinar og ny leder for ressursenteret. 18.12: Julehilsen med informasjon om oppdaterte nettsider, planer for 2021 og arbeidet med oppdaterte brosjyrer til hjertepasienter. Nyhetsbrevet har 530 mottakere. |
| Rådgivende instans | Være det naturlige kontaktpunktet ved faglige/praktiske spørsmål for helsepersonell som jobber med hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst. | Svare på alle henvendelser innen 3 virkedager. Gi faglige/praktiske råd og bidra til å innhente faglige råd ved behov. Videreformidle kontakt med andre i nettverket der det er naturlig. Delta på møter og i arbeidsgrupper på forespørsel. | Helsepersonell tar jevnlig kontakt for å få svar på faglige og/eller praktiske spørsmål om hjerterehabilitering. Svares ut fortløpende. Spesielt for denne perioden var henvendelser relatert til koronapandemien, både fra pårørende, pasienter og helsepersonell. Det er også en jevn strøm av forespørsler om informasjonsmateriell til hjertepasienter på norsk og andre språk. Møtevirksomhet har i all hovedsak blitt avlyst, men RS har deltatt på møter med Trening som medisin og Norway Health Tech. |
| Markedsføring av hjerterehabilitering | Spre informasjon om hjerterehabilitering som tiltak og om de aktuelle tilbudene i Helse Sør-Øst til aktuelle målgrupper. | Dele aktuelle nyheter og saker om effekt av hjerterehabilitering gjennom nyhetsbrev og facebook. Bruke facebook-siden til markedsføring av hjerterehabiliteringstilbud i regionen. Bistå nettverket ved behov for markedsføring av tilbud. | Facebook brukes aktivt til å dele saker om hjerterehabilitering: <ul style="list-style-type: none"> • Aktuelle webinarer • Ny forskning • Andre aktuelle nyhetssaker - spesielt for denne perioden har vært saker omkring Covid-19 og digitale oppfølging- og rehabiliteringsløsninger. |

| | | | |
|--|---|--|---|
| <p>Holde oversikt over fagfeltet og bygge nettverk</p> | <p>Delta på aktuelle regionale, nasjonale og internasjonale konferanser.</p> | <p>Delta på: Rehabiliteringsforum i Sykehuset Innlandet, ESC Preventive Cardiology Congress (tidligere EuroPrevent), Rehabiliteringskonferansen i Helse Sør-Øst, og samlinger i Ledernetverk Rehabilitering HSØ.</p> | <p>Opprette nye og vedlikeholde kontakt med relevante samarbeidsaktører. Pågår kontinuerlig.</p> <p>Spesielt for denne perioden var at alle fysiske møteplasser er blitt avlyst. Telefonsamtaler med flere representanter i nettverket.</p> |
| <p>Holde kontakt og utvikle samarbeidet med aktuelle samarbeidspartnere.</p> | <p>Opprettholde og videreutvikle samarbeidet med Nasjonal kompetansetjeneste Trening som medisin (NKTM), Regional kompetansetjeneste for rehabilitering (RKR). Rehabiliteringskonferansen 2020: Delta i arbeidsgruppen for utforming av program sammen med RKR og NKRR.</p> | <p>Halvårlige samarbeidsmøter for å avklare satsningsområder og muligheter for samarbeid. Sitte i programkomité for sesjonene "Trening som medisin" og "Avstandsoppfølging og samhandlingsverktøy" for Rehabiliteringskonferansen 2020. Bistå i markedsføring og gjennomføring av arrangementet.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Programkomitemøte Rehabiliteringskonferansen 2020, 03.06.2020 • Programkomitemøte Webinar som erstatning for Hjerterehabiliteringsseminar i oktober 2020, 17.06 og 19.08. • Samarbeidsmøte med Nasjonal kompetansetjeneste Trening som Medisin (Jorunn Grong) angående hjerterehabiliteringsnettverk i region midt/nord, 20.08.2020 og i november 2020. |

| 2.2 Kurs/seminarer | | | |
|--|--|---|---|
| Basiskurs i hjerte- og lungerehabilitering | Arrangere et basiskurs i hjerte- og lungerehabilitering. Nå ut til de som er nye innen hjerte- og lungerehabilitering. Minst 60 deltakere. | Basiskurs ved LHL-sykehuset Gardermoen 04.06.2020. Innhold og program følger mal fra tidligere basiskurs i hjerterehabilitering. Målgruppen er de som er nye innen hjerte- og lungerehabilitering. Interne foredragsholdere fra LHL-sykehuset Gardermoen. Markedsføre basiskurset gjennom nyhetsbrev, facebook, aktuelle samarbeidspartnere og fagforeninger. | Webinar; basiskurs 04.06.2020 Komprimert program av opprinnelig Basiskurs og i tillegg en sesjon om Covid-19 rehabilitering. Samarbeid med RKR om bruk av webinarløsning. 180 påmeldte deltakere, ca 140 unike brukere fulgte webinarret. Tilbakemelding fra flere om at de satt mange samlet og så på. Gode tilbakemeldinger og ønske om flere slike webinarer som supplement til ordinære kurs og seminarer også i fremtiden. |
| Hjerterehabiliteringsseminar | Arrangere et dagsseminar om hjerterehabilitering. Nå ut til tverrfaglig helsepersonell som jobber med hjerterehabilitering / oppfølging av hjertepasienter. 100 deltakere. | Sette ned programkomité med sentrale fagpersoner. Lage et seminarprogram (foreløpig ukjent hovedtema). Invitere aktuelle innledere - gjerne skandinaviske/ internasjonale. Målgruppe: Tverrfaglig helsepersonell. Markedsføre seminaret gjennom nyhetsbrev, facebook, aktuelle samarbeidspartnere og fagforeninger. | Webinar 29.10.2020 Programkomité er satt; <ul style="list-style-type: none"> • Inger Lise Aamot, nasjonal kompetansetjeneste Trening som medisin • Annbjørg Laache, Ullensaker kommune • Toril Skinnerud, Unicare Landaasen • Jostein Grimsmo, overlege LHL-sykehuset Gardermoen • Charlotte Björk Ingul, overlege LHL-sykehuset Gardermoen • Siri Holm Solberg, Ressurscenteret Endret fra seminar til webinar. Har gjennomført 2 programkomitemøter og webinar med 145 deltakere. |
| 2.3 Hjemmeside og sosiale medier | | | |
| Holde nettsiden oppdatert | Løpende oppdatering av oversikten over hjerterehabiliteringstilbudene i Helse Sør-Øst. Løpende oppdatering av lenker til lokale tilbud. Løpende oppdatering om kurs og seminarer i regi av RS. | Månedlig gjennomgang av innhold og lenker. | Fortløpende arbeid, gjennomført. |

| | | | |
|--|--|--|--|
| Holde facebook-siden levende | Dele aktuelle saker minst 1 gang per uke. Dele aktuelle arrangementer for helsepersonell. Mål om flere følgere i 2020. | Følge med på det som legges ut av aktuelle nyheter fra nasjonale og regionale aktører innen fagfeltet (Dagens medisin, Helsedirektoratet, Folkehelseinstituttet, Trening som medisin, ulike faggrupper). | Fortløpende arbeid. Siden har nå 324 følgere. |
| Få omtale av Ressurscenteret | Bli omtalt på nettsider/sosiale medier i forbindelse med arrangementer og prosjekter. | Kontakte aktuelle medier/aktører i forbindelse med arrangementer. Be om å få dele saker fra arrangementer på aktuelle nettsider/facebooksider. | Romerikes blad har hatt oppslag om LHL og Covid-19 rehabilitering x flere. Webinaret om Covid-19 i oktober ble markedsført og forsøkt dekket av Romerikes Blad og NRK, uten napp. |
| 2.4 Prosjektarbeid/utviklingsarbeid | | | |
| Kvalitetsindikatorer innen hjerterehabilitering | Gjennomføre de deler av prosjektet det er mulig å gjennomføre uten eksterne midler. Etablere enighet i fagfeltet om et sett med kvalitetsindikatorer for hjerterehabilitering. Søke om eksterne midler for å gjennomføre pilottesting av aktuelle kvalitetsindikatorer. | Bestemme et sett med kvalitetsindikatorer i samarbeid med Nettverk for hjerterehabilitering. Igangsette testing av kvalitetsindikatorer og innsamling av data. Søke midler til gjennomføring av pilottesting (stiftelsen Dam, Legeforeningen, Nasjonalforeningen, evt andre) Rekruttere dedikerte fagpersoner som kan bidra til datafangst. | <ul style="list-style-type: none"> • Juni 2020: Avslag fra legeforeningens kvalitetsfond. • Videre arbeid i prosjektet er utsatt inntil videre grunnet koronapandemi og mangel på ekstern finansiering. |
| Validering av HeartQoL på norsk <i>Spørreskjema for måling av helserelatert livskvalitet for hjertepasienter.</i> | Samle data og gjennomføre validering av HeartQoL på norsk. | Etablert kontakt med utviklere/rettighetshavere til HeartQoL. Lage prosjektbeskrivelse for valideringsstudie. Rekruttere dedikerte fagpersoner som kan bidra til datafangst. | Prosjektet sees i sammenheng med prosjektet om kvalitetsindikatorer i hjerterehabilitering. |
| Oppdatere informasjonsheftene for hjertepasienter | Gjennomgang og oppdatering av innhold. | Nedsette en arbeidsgruppe som kan gå gjennom dagens hefter og komme med forslag til oppdateringer. | Invitasjon om å delta i arbeidet sendt alle i nettverket, og det ble satt ned en arbeidsgruppe mot slutten av året. Plan om publisering av nye brosjyrer i første halvdel av 2021. |
| Digital oppfølging etter hjerterehabilitering | Utvikle en tjeneste for bedre oppfølging etter hjerterehabilitering ved å videreføre de livsstilsendringer pasienten har tatt fatt på under rehabiliteringen og ved å tilrettelegge for at pasientene lykkes med egenmestring når de kommer hjem. | Delta i arbeidsgruppen som utvikler og prøver ut den digitale kommunikasjonstjenesten - aktivt deltakende i alle faser av prosjektet, fra innsiktsfase til evaluering. | Prosjektgruppemøter ca. hver annen uke gjennom høsten. Utprøving av app innbakt i prosjektet Digital rehabilitering ved LHL-sykehuset. Ved årsskiftet er ca. halvparten av deltakerne vi har planer om å inkludere i prosjektet, inkludert. Positive tilbakemeldinger fra pasienter og behandlere. |

| | | | |
|--|--|---|--|
| Digital rehabilitering | Når koronaviruspandemien stengte ned hele samfunnet, inkludert LHL sine rehabiliteringstjenester til hjerte- og lungesyke, ble behovet for virkningsfulle og effektive digitale løsninger bare enda mer fremtredende. Prosjektet hadde til hensikt å etablere og teste ut en løsning for Digital Rehabilitering. | Delta i arbeidsgruppen som jobbet med å etablere det digitale rehabiliteringstilbudet. Svært aktivt deltakende i alle forberedelsesfaser av prosjektet. | Legge til rette for god gjennomføring av tilbudet, både for klinikere og pasienter. Vi har også deltatt i arbeidet ledergruppen har hatt med å utvikle en ny driftsmodell for rehabilitering med delvis inneliggende og delvis digital rehabilitering. |
| Fremtidens rehabilitering | Prosjektet har til hensikt å vurdere hvordan fremtidens rehabiliteringstilbud til ulike pasientgrupper skal utvikles; hvordan sikre at de pasientene med behov for rehabilitering får det -på rett tid og rett nivå i helsetjenesten. | Delta i et samarbeidsprosjekt mellom LHL og Norway Health Tech om fremtidens rehabilitering. RS vil sitte i en arbeidsgruppe bestående av representanter fra de ulike rehabiliteringsklinikene i LHL, brukere og Norway Health Tech. Arbeidsgruppen jobber med fremtidens rehabilitering på tvers av diagnosegrupper. Digitalisering og brukermedvirkning vil ha en sentral rolle i prosjektet. | Utsatt inntil videre grunnet koronapandemien. |
| Utvikling av nasjonale anbefalinger for hjerterehabilitering | Delta i arbeidsgruppen som nedsettes av NSC AG Preventiv. Påvirke arbeidet med utvikling av nasjonale anbefalinger for hjerterehabilitering. | Innta en aktiv rolle i AG Preventiv og ta initiativ til at arbeidsgruppen kommer i gang med arbeidet. | Utsatt inntil videre grunnet koronapandemien. |