

Handlingsplan 2011  
Ressurscenter for hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst  
Feiringklinikken A/S



Grethe Bjerke Frank, 05.01.11



# Innhold

1.0 Innledning.....	3
1.1 Langsiktig målsetning/visjon for RS.....	4
1.2 Bakgrunn for handlingsplanen 2011.....	4
2.0 Arbeidsområder.....	4
2.1 Hjerterehabiliteringsseminar 2011.....	5
2.1.1 Teoretisk hjerterehabiliteringsseminar.....	5
2.1.2 Basiskurs i hjerterehabilitering.....	6
2.1.3 Praktisk hjerterehabiliteringsseminar.....	7
2.2 Nettverkssamling 2011.....	8
2.3 Utvikle hjemmesiden: <a href="http://www.hjerterehab.no">www.hjerterehab.no</a> .....	9
2.4 Arbeidsgrupper.....	10
2.4.1 Arbeidsgruppe 1.....	10
2.5 Forebyggings- og samhandlingsprosjekt.....	11
3.0 Møteplan 2011.....	12
4.0 Rapportering til Helse Sør-Øst.....	12

Note: Forsidebildet er hentet fra <http://www.quiltefoto.com/>

## 1.0 Innledning

Feiringklinikken har nå innehatt funksjonen som Ressurssenter for Hjerterehabilitering (RS) i 3 ½ år, en funksjon som vi er stolte av og som vi gleder oss til å jobbe videre med.

Ytelsesavtalen som Feiringklinikken har med Helse Sør-Øst (HSØ) består av følgende hovedområder:

- 1) Videreutvikle ”Nettverk for hjerterehabilitering i HSØ”
- 2) Faglig utviklingsarbeid (Arbeidsgrupper, seminar etc.)
- 3) Oversikt over forskning og utvikling
- 4) Samarbeid med relevante aktører (brukerorganisasjoner, kommuner, NAV etc.)

RS opplever å ha etablert seg i regionen innen fagfeltet og opplever at ytelsesavtalens definerte oppgaver er godt forankret og fungerer bra. Vi er veldig fornøyd med mange av de oppgavene og prosjektene vi har gjennomført så langt. Vi opplever at seminarvirksomheten og nettverkssamlingene er et populært og ettertraktet tilbud i fagmiljøet. Hjemmesiden vår [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no) er også noe vi opplever at blir brukt av nettverket. Den har utviklet seg gradvis, og inneholder i dag mye nyttig informasjon om hjerterehabilitering og om tilbudene som finnes i HSØ. Vi er også fornøyd med de prosjektene vi har gjennomført, som har ført frem til nyttig materiell for helsepersonell som jobber med hjertepasienter. Av nytt materiell som nå er tilgjengelig på hjemmesiden vår, finnes brosjyren ”Informasjon til deg som har gjennomgått bypass- eller klaffeoperasjon” som er utviklet av Arbeidsgruppe 1, og ”Nettportal for lokale aktivitetstilbud” som er resultatet av prosjektet ”Frisk som en fisk- hva nå? – Tilbud og trening lokalt”. Utover dette opplever vi det som positivt at flere og flere henvender seg til oss med spørsmål om faglige retningslinjer, pasientutfordringer, organisasjonsutfordringer og helsepolitikk. Spørsmål besvares av personell tilknyttet ressurscenterfunksjonen, og ved behov involveres annet fagpersonell ved Feiringklinikken.

Ressurssenteret har i 2011 4 medarbeidere:

- |  |                     |                 |
|--|---------------------|-----------------|
| • Helse- og treningsterapeut / leder RS    | Grethe Bjerke Frank | 100 % -stilling |
| • Spes. i samfunnsmedisin                  | Dag Elle Rivrud     | 20 % -stilling  |
| • Spesialsykepleier/avdelingsleder rehab.  | Nils Erling Myhr    | 20 % -stilling  |
| • Spesialfysioterapeut / Master of Science | Siri Holm           | 10% - stilling  |

## **1.1 Langsiktig målsetning/visjon for RS**

Feiringklinikken som Ressurscenter for hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst ønsker å utvikle, kvalitetssikre og differensiere tilbudet til hjertepasienter i regionen, slik at hver enkelt pasient får god behandling og veiledning på rett systemnivå, og hvor den enkelte pasients helhetlige behov blir ivaretatt (medisinsk, livsstilsmessig, psykososialt, yrkesmessig etc).

## **1.2 Bakgrunn for handlingsplanen 2011**

Denne Handlingsplanen tar for seg RS sine planlagte hovedsatsningsområder for 2011, og er utarbeidet på bagrunn av følgende 3 deler:

- Ytelsesavtale med Helse Sør-Øst RHF
- Innspill fra helsepersonell innen fagfeltet
- RS egen vurdering av fagfeltet

## **2.0 Arbeidsområder**

**Det vil være hovedfokus på 5 arbeidsområdet i 2011:**

1. Hjerterehabiliteringsseminarer:
  - 1.1. Teoretisk hjerterehabiliteringsseminar
  - 1.2. Basiskurs i hjerterehabilitering
  - 1.3. Praktisk hjerterehabiliteringsseminar
2. Nettverkssamling x 1
3. Utvikling og oppdatering av hjemmesiden: [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no)
4. Arbeidsgrupper
5. Forebyggings- og samhandlingsprosjekt

Under presenteres hvert arbeidsområde mer utfyllende med beskrivelse av aktiviteten, fremdriftsplan og ansvarsfordeling.

## **2.1 Hjerterehabiliteringsseminar 2011**

### **2.1.1 Teoretisk hjerterehabiliteringsseminar**

Vi vil arrangere et teoretisk hjerterehabiliteringsseminar i 2011. Dette vil være et tradisjonelt dagsseminar med foredrag innen aktuelle temaer innen hjerterehabilitering. Vi vil hente inn eksterne foredragsholdere, samt benytte interne ressurser i nettverket.

#### **Målet med teoretisk hjerterehabiliteringsseminar**

Målet med seminaret er å bidra til faglig oppdatering innenfor hjerterehabilitering som fagfelt. I tillegg, å skape en faglig møteplass hvor man kan knytte kontakter og utveksle erfaringer.

#### **Målgruppe for teoretisk hjerterehabiliteringsseminar**

Seminaret retter seg mot den tverrfaglige helsepersonellgruppen som jobber med hjertepasienter i en rehabiliteringsfase.

#### **Organisering**

Seminaret legges opp på samme måte som tidligere år, hvor den praktiske organiseringen følger utarbeidet mal ved Feiringklinikken. Aktuelle deltakere er representantene i Nettverk for hjerterehabilitering i HSØ (private rehab.institusjoner, sykehus/helseforetak), samt representanter fra kommunehelsetjeneste og private aktører i kommunene (treningssentere etc.). Max antall deltakere er 150 personer.

**Aktuell dato for seminar:** Torsdag 31.03.11

#### **Milepælsplan**

- 10.01.11: Informasjon om seminardato er lagt ut på hjemmesiden
- 10.01.11: Oversikt over/forslag på aktuelle foredragsholdere er etablert
- 01.02.11: Aktuelle foredragsholdere er kontaktet og avtaler er gjort
- 15.02.11: Program for seminaret og påmeldingsinformasjon er lagt ut på hjemmesiden og sendt ut til aktuelle seminardeltakere
- 17.03.11: Påmeldingsfrist
- 31.03.11: Teoretisk hjerterehabiliteringsseminar 2011 ved Feiringklinikken
- 07.04.11: Presentasjonene fra seminaret er lagt ut på hjemmesiden [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no)

**Hovedansvar:** Grethe Bjerke Frank

### **2.1.2 Basiskurs i hjerterehabilitering**

Vi vil arrangere et basiskurs i 2011. Det arrangeres som et dagskurs etter et standardisert kursprogram der innholdet oppdateres årlig. Vi benytter oss hovedsakelig av interne foredragsholdere fra Feiringklinikken til dette kurset.

#### **Målet med basiskurs i hjerterehabilitering**

Målet med basiskurset er å gi en innføring/oppdatering av de grunnleggende elementene innenfor hjerterehabilitering; medisinsk, undervisningsmessig og treningsmessig.

#### **Målgruppe for basiskurs i hjerterehabilitering**

Kurset retter seg mot helsepersonell som trenger basiskunnskap og en tverrfaglig elementær tilnærming til fagfeltet. Aktuell målgruppe er de som sporadisk veileder, underviser eller er i dialog med hjertepasienter, helsepersonell som er nye/uerfarne innen fagfeltet, og evt. de som opplever å trenge en oppdatering på grunnleggende kunnskap innen hjerterehabilitering

**Aktuell dato for gjennomføring:** Onsdag 28.09.11 (dagen før det praktiske seminaret)

#### **Milepælsplan**

- 10.03.11: Konseptet og aktuelle temaer for seminaret er diskutert
- 31.03.11: Flyer om seminaret deles ut på teoretisk hjerterehabiliteringsseminar
- 10.05.11: Aktuelle bidragsytere er kontakt og programmet for dagen er avklart
- 10.05.11: Info om seminaret legges ut på [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no)
- 20.06.11: Invitasjon og program for seminaret sendes ut til aktuelle seminardeltakere
- 15.08.11: Påminnelse om seminaret sendes ut til aktuelle seminardeltakere
- 15.09.11: Påmeldingsfrist
- 28.09.11: Basiskurs 2011 ved Feiringklinikken
- 05.10.11: Oppsummering fra kurset er lagt ut på hjemmesiden [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no)

**Hovedansvar:** Grethe Bjerke Frank.

### **2.1.3 Praktisk hjerterehabiliteringsseminar**

Vi vil arrangere et praktisk hjerterehabiliteringsseminar i 2011. Seminaret vil bli lagt opp som en kombinasjon av fellessesjoner med foredrag og parallellsesjoner med work-shops. Vi vil bruke både eksterne og interne ressurser som foredragsholdere og innledere til work-shops.

#### **Målet med praktisk hjerterehabiliteringsseminar**

Målet med seminaret er å skape en arena for erfaringsutveksling, kompetanseutveksling og praktisk oppdatering av hovedelementene innenfor hjerterehabilitering. Innholdet i seminaret vil forutsette en viss bakgrunnskunnskap hos seminardeltakerne.

#### **Målgruppe for praktisk hjerterehabiliteringsseminar**

Aktuelle deltakere er hovedsaklig representantene i nettverket (inkludert helsepersonell i kommuner), samt studenter ved høyskoler/universiteter og personell på treningssentre etc.

#### **Organisering**

Organiseringen tar utgangspunkt i oppsatt mal fra Feiringklinikken. Vi ønsker å ha fokus på fagformidling med et praktisk fokus, men like viktig vil det være å legge opp til erfaringsutvekslingen og dialog deltakerne i mellom.

**Aktuell dato for seminar:** Torsdag 29.09.11 (dagen etter basiskurset)

#### **Milepælsplan**

- 10.03.11: Konseptet og aktuelle temaer for seminaret er diskutert
- 31.03.11: Info. -folder om seminaret deles ut på hjerterehabiliteringsseminaret
- 10.05.11: Aktuelle bidragsytere er kontakt og programmet for dagen er avklart
- 10.05.11: Info om seminaret legges ut på [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no)
- 20.06.11: Invitasjon og program for seminaret sendes ut til aktuelle seminardeltakere
- 15.08.11: Påminnelse om seminaret sendes ut til aktuelle seminardeltakere
- 15.09.11: Påmeldingsfrist
- 29.09.11: Praktisk hjerterehabiliteringsseminar 2011 ved Feiringklinikken
- 05.10.11: Presentasjonene fra seminaret er lagt ut på hjemmesiden [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no)

**Hovedansvar:** Grethe Bjerke Frank

## **2.2 Nettverkssamling 2011**

### **Nettverk for hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst**

Nettverket inkluderer sykehusene og institusjonene som arbeider med hjerterehabilitering i regionen. I tillegg er kommunene i HSØ involvert ved at de blir invitert til nettverkssamlingene. Nettverket er en møteplass for alle de aktuelle aktørene i regionen, hvor ressurscenteret skal være drivkraften og ha den formelle sekretariatsfunksjonen.

### **Målet med nettverkssamlingene**

Videreutvikle og utvide det allerede etablerte Nettverk for hjerterehabilitering i HSØ, og ta opp og diskutere aktuelle temaer som opptar medlemmene i nettverket.

Programmet for nettverkssamlingen avgjøres på grunnlag av innspill fra representanter i nettverket og dagsaktuelle temaer innen fagfeltet.

**Aktuell dato for gjennomføring:** Onsdag 08.06.10

### **Milepælsplan for 6.nettverkssamling**

- Mars 2011: Avklare aktuelt innhold for samlingen, kontakte evt. foredragsholdere
- 31.03.11: Informere om Nettverkssamlingen på teoretisk seminar
- 29.04.11: Legge ut informasjon på [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no) og sende ut invitasjoner
- 25.05.11: Påmeldingsfrist
- 08.06.11: 5. nettverkssamling avholdes på Feiringklinikken.
- 15.06.11: Legge ut referat fra nettverkssamlingen på [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no)

**Hovedansvar:** Grethe Bjerke Frank



## 2.3 Utvikle hjemmesiden: [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no)

I tillegg til de fysiske nettverksamlingene, har Ressurssenteret opprettet hjemmesiden [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no), som er en virtuell møteplass for medlemmene i nettverket, og andre interesserte.

### **Målet med hjemmesiden**

Hjemmesiden skal fungere som et faglig og praktisk verktøy for pasienter og pårørende, men hovedsakelig er det en side for helsepersonell som jobber med, eller er interessert i hjerterehabilitering. Siden inneholder informasjon om hjerterehabiliteringstilbudet i HSØ, kursoversikt for aktuelle kurs/seminarer, samt mye faglig informasjon i form av dokumenter, artikler og kursfererater.

### **Videre arbeid med hjemmesiden**

Hjemmesiden skal videreutvikles og holdes oppdatert i 2011 med blant annet følgende prioriteringsområder:

#### **1. Ny hjemmeside**

Vi er pr. i dag ikke fornøyd med hvordan hjemmesiden fungerer i forhold til brukervennlighet, da det er problemer at noen nettlesere ikke støtter siden. I tillegg har siden vært hacket ved flere anledninger, noe som har ført til at siden av vært ute av drift i lengre perioder. Vi jobber derfor med å få [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no) inn under LHL's nettsider. Dette vil styrke sikkerheten på siden, samt at vi får bedre support. Nettadressen vil ikke bli forandret.

#### **2. Nettportal for lokale aktivitetstilbud**

Sluttproduktet for prosjektet "Frisk som en fisk – hva nå? – Tilbud og trening lokalt" er "Nettportal for lokale aktivitetstilbud" på [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no). Her finnes dirkete linker aktivitetsoversikter til kommunene i HSØ. Prosjektet avsluttes 31.12.10, men RS vil fortsatt drifte nettportalen og holde denne oppdatert. For å holde nettportalen oppdatert vil RS sende ut mail til samtlige kontaktpersoner i kommunene i HSØ x 2 pr år.

#### **3. Tilbudsbrosjyre for hjerterehabiliteringstilbudet i HSØ**

Gjennom 2009 hadde RS en presentasjonsrunde av alle aktørene innen hjerterehabiliteringsfeltet i HSØ på [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no). Denne presentasjonsrunden resulterte i en elektronisk tilbudsbrosjyre over alle hjerterehabiliteringstilbudene i

regionen, som fortsatt ligger på [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no). I 2011 vil vi oppdatere denne brosjyren ved å be alle aktørene sjekke om den informasjonen som ligger der stemmer.

#### 4. Bibliotek

Vi jobber med å utvikle biblioteket til å omfatte omtale av flere fagartikler som er relevante for fagfeltet, og vi fortsetter dette arbeidet i 2011.

I tillegg vil hjemmesiden [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no) bli kontinuerlig oppdatert av medarbeidere innen RS, med publisering av kursreerater, samt oppdatering av kurskalender og andre nyheter innen fagfeltet.

**Hovedansvar for publisering på hjemmesiden:** Grethe Bjerke Frank

**Ansvar for innhold og kvalitet på hjemmesiden:** Hele RS-teamet

## 2.4 Arbeidsgrupper

RS satte i 2008 ned to tverrfaglige arbeidsgrupper (arbeidsgruppe 1 og 2) med representanter fra ulike sykehus/institusjoner i regionen. Arbeidsgruppene har jobbet med utvikling av felles retningslinjer for hjertepasienter i en rehabiliteringsfase. I 2011 vil det fortsatt være aktivitet i Arbeidsgruppe 1.

### 2.4.1 Arbeidsgruppe 1

Arbeidsgruppen består av representanter fra Oslo Universitetssykehus HF, Feiringklinikken AS og Sykehuset Østfold HF, Fredrikstad. De har allerede utviklet en informasjonsbrosjyre til pasienter som er opererte. Brosjyren heter ”Informasjon til deg som har gjennomgått bypassoperasjon eller klaffeoperasjon”, og kan lastes ned fra [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no).

Arbeidsgruppen jobber nå med å utvikle en lignende brosjyre som retter seg mot anginpasienter og pasienter som har gjennomgått hjerteinfarkt og/eller blitt PCI-behandlet.

#### **Mandat for arbeidsgruppen**

Den tverrfaglige arbeidsgruppen skal vurdere og kvalitetssikrer informasjon, øvelsesutvalg og progresjon for den nevnte pasientgruppen og vil utvikle forslag på en fellesbrosjyre for bruk av aktører på ulike nivåer i tjenestetilbudet for disse pasientene.

## **Milepælsplan**

- 01.09.10: Arbeidsgruppen er nedsatt og arbeidet er i gang.
- 01.09.10: Arbeidsgruppen har oversikt over status på nåværende materiell i HSØ
- 26.11.10: Møte i arbeidsgruppen
- 10.01.11: Første utkast til informasjonsbrosjyre oversendes RS
- 07.01.11: Innspill fra RS sendes tilbake til arbeidsgruppen
- 24.01.11: Det ferdige utkastet til informasjonsbrosjyre oversendes RS
- 01.02.11: Informasjonsdokumentet sendes ut på høring til aktuelle instanser i HSØ.
- 01.03.11: Høringsfrist
- 15.04.11: Sluttproduktet legges ut til allmenn benyttelse på [www.hjerterehab.no](http://www.hjerterehab.no)
- 08.06.11: Gruppen presenterer sluttproduktet på 6. samling i nettverk for Hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst på Feiringklinikken

**Hovedansvarlig for oppfølging av arbeidsgruppen:** Grethe Bjerke Frank

## **2.5 Forebyggings- og samhandlingsprosjekt**

RS sitter i prosjektgruppen for et stort forebyggings- og samhandlingsprosjekt ved Feiringklinikken AS. Prosjektet går ut på å sette inn tidlig intervensjon hos pasienter med økt kardiovaskulær risiko.

### **Litt om prosjektet**

Hensikten med prosjektet er å se om en 5-dagers livsstilsintervensjon med oppfølging i form av en 1-dags motivasjonssamling etter ca. 8 mnd., og samhandling om videre oppfølging med fastlege/ lokalmiljø, kan bidra til redusert risikoprofil, sykkelighet og dødelighet av kardiovaskulær sykdom.

Prosjektet vil gjennomføres som en prospektiv randomisert case-control studie av personer med økt risiko for kardiovaskulær sykdom (allerede påviste karforandringer ved angiografi og/eller diagnostisert DM type II).

## **RS rolle i prosjektet**

Prosjektet hadde oppstart 01.09.10, og arbeidet med prosjektprotokollen er i gang. RS er med og bidrar med kunnskap og oversikt over rehabiliteringsfeltet inn i arbeidet med prosjektprotokollen.

Spesielt vil den kontakten som RS har hatt ut mot kommunene og kommunehelsetjenesten i forbindelse med prosjektet ”Frisk som en fisk – hva nå?” være viktige erfarlinger og kunnskap å ta med seg inn i prosjektet. ”Nettportal for lokale aktivitetstilbud” vil også være et viktig hjelpemiddel for prosjektmedarbeiderne når de skal veilede prosjektkandidatene i forhold til trening i deres nærmiljø.

Ressurssenteret ønsker å ta ansvar i fht. Samhandlingsreformen. Vi mener at kunnskap om, og synliggjøring av, tjenesteyternes kompetanse og tilbud er en viktig forutsetning for samarbeid og samhandling, både i rehabilitering og forebyggig av hjertesykdom. Lokale nettverkssamlinger på tvers av tjenestenivå, med blant annet muligheten for å presentere egne tilbud vil være en mulig del av prosjektet der RS vil bidra.

**Hovedansvar:** Grethe Bjerke Frank

## **3.0 Møteplan 2011**

RS-teamet skal møtes jevnlig for å sikre kvalitet, samarbeid og fremdrift på oppgavene definert i Handlingsplanen. Møtefrekvensen vil være på ca. et møte pr. mnd.

**Hovedansvar for innkalling, møteplan og referat:** Grethe Bjerke Frank

## **4.0 Rapportering til Helse Sør-Øst**

Leder for ressurscenteret rapporterer til Helse Sør-Øst hvert tertial:

31.04.11: 1.tertial rapport

30.08.11: 2.tertial rapport

31.12.11: Årsrapport 2011

**Hovedansvar:** Grethe Bjerke Frank