

# Neurorapporten 2020

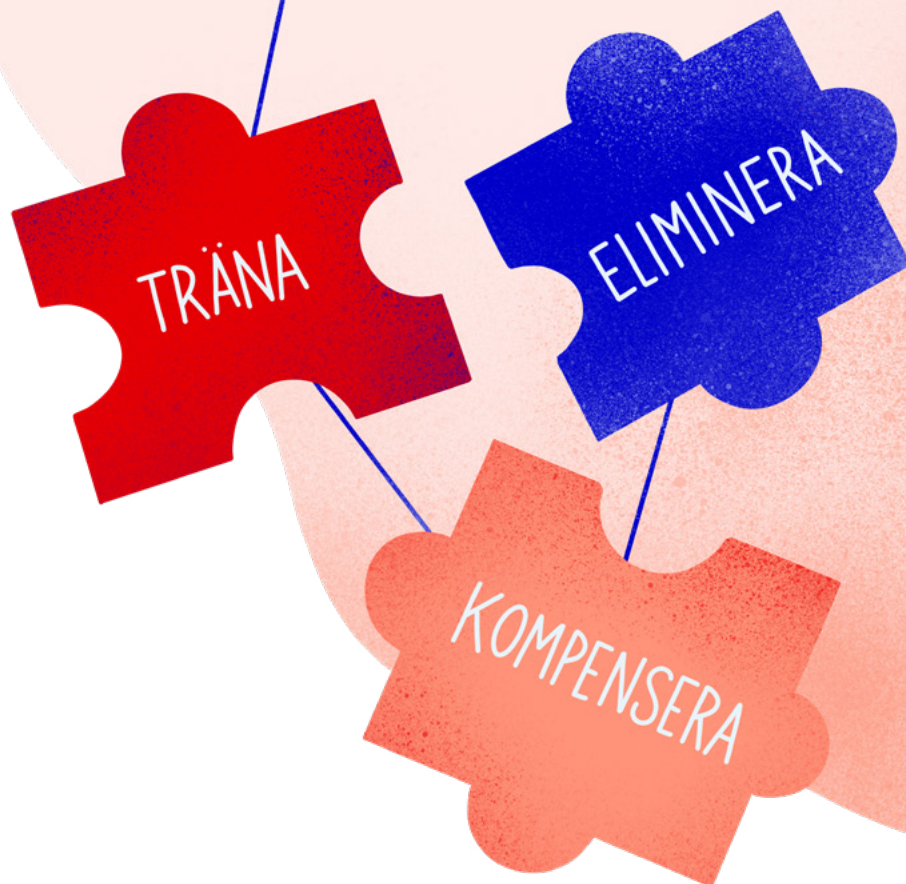
Bilaga för Stockholms sjukvårdsregion



**NEURO** 

# Inledning

Det här är en bilaga till Neurorapporten 2020, vår fördjupningsrapport om rehabilitering. Den ger en kort version av Neurorapporten 2020:s innehåll och ett par kompletterande uppgifter för Stockholms sjukvårdsregion. Den är tänkt att användas i vårt lokala och regionala påverkansarbete för förbättrad neurologisk rehabilitering. Längst bak listar vi förslag på frågeställningar som du som Neuro-företrädare kan diskutera med politiker och andra beslutsfattare inom din region eller kommun.



## Vad är rehabilitering?

**Rehabilitering är en typ** av behandling för personer med funktionsnedsättande symtom. Den syftar till att de ska återvinna och bibehålla bästa möjliga funktionsförmåga samt kunna leva ett självständigt liv och delta aktivt i samhällslivet.

Genom rehabilitering kan individer träna upp funktioner som går att träna upp. Det går att träna upp såväl fysiska som beteendeariktade, psykologiska och kognitiva färdigheter. Personer som genomgår rehabilitering kan också få hjälp med kompensatoriska strategier för förlorade funktioner. Då handlar det om att hitta och öva upp alternativa sätt att göra saker på för att återskapa förmågor, även om funktionsnedsättande symtom är bestående. Slutligen kan personer få hjälp att eliminera eller reducera hinder i sin vardag under sin rehabilitering, exempelvis med hjälpmedel eller bostadsanpassning.

Träna – Kompensera – Eliminera  
Tre åtgärdstyper inom rehabilitering

# Vad krävs?

Rehabiliteringsinsatser för personer med neurologisk diagnos ges med fördel av ett multiprofessionellt vårdteam under sammanhängande perioder. Ofta behövs återkommande sådana perioder av så kallad **sammanhängande teamrehabilitering**.

Patienten kan också behöva särskilda förutsättningar för att fortsätta att utföra rehabiliteringsövningar kontinuerligt, efter eller mellan sammanhängande rehabiliteringsperioder. Det behövs **kontinuerligt tränande** för att upprätthålla förmågor och bromsa eller förebygga försämring.

En **individuell rehabiliteringsplan** är ett bra verktyg för att planera en sammanhängande rehabiliteringsperiod och fortsatt träning efter den. En sådan underlättar också uppföljningen av den enskildes rehabiliteringsbehov.

Under kommande rubriker förklarar vi de här tre viktiga förutsättningarna för bra neurologisk rehabilitering lite närmare. Vi börjar med en individuell rehabiliteringsplan.

## Individuell rehabiliteringsplan

En individuell rehabiliteringsplan är alltså ett bra verktyg för att planera och följa upp rehabiliteringsinsatser.

Regionen och/eller kommunen ansvarar för att, i samverkan med patienten, upprätta en individuell rehabiliteringsplan. Det framgår av hälso- och sjukvårdslagen.

En bra rehabiliteringsplan bör innehålla:

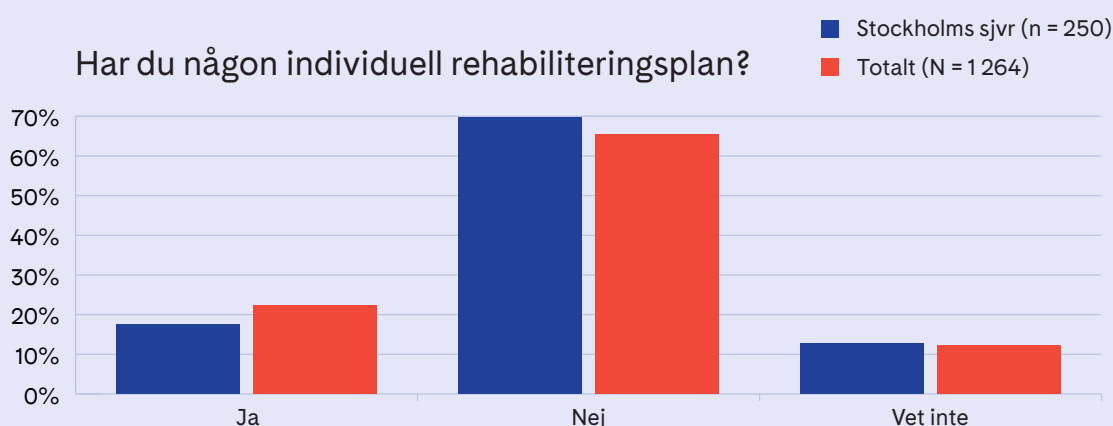
- uppgifter om den enskildes behov, förutsättningar och intressen
- kort- och långsiktiga mål med rehabiliteringsinsatserna
- planerade och beslutade insatser
- vilka verksamheter och vilken personal som ska genomföra insatserna
- en tidsplan för insatserna
- fortsatt planering efter rehabiliteringsperioden
- kontaktuppgifter till rehabiliteringsteamet, inklusive den som är ansvarig för rehabiliteringsplanens uppföljning.

Det är viktigt att patienten är med i arbetet med att framplanen och de mål som hen, tillsammans med teamet, sedan ska arbeta mot.

## Vi konstaterar att:

- Allt för få har idag en individuell rehabiliteringsplan. Endast en av fem enligt vår senaste medlemsundersökning. För att alla med rehabiliteringsbehov ska erbjudas individuella rehabiliteringsplaner krävs organisatoriskt stöd och tydliga prioriteringar från vårdens ledning och styrning.
- Rehabiliteringsplaner och rehabiliteringsbehov måste följas upp i högre grad än vad som görs idag. Att tydliggöra vem som ansvarar för uppföljningen av patientens rehabilitering och skriva in det i planen kan bidra till att så görs.

## Har du någon individuell rehabiliteringsplan?



Källa: Neuros medlemsundersökning 2019.

Kommentar: Frågan ställdes bara till de som svarade ja på frågan om de har någon form av neurologisk rehabilitering idag eller tränar själva.

### Sammanhängande teamrehabilitering

Sammanhängande teamrehabilitering innebär insatser från olika vårdprofessioner. Beroende på patientens behov kan hen exempelvis få träffa en arbetsterapeut, dietist, fysioterapeut, kurator, logoped, läkare, psykolog eller neuropsykolog, sjuksköterska, undersköterska, uroterapeut med flera.



Genom att rehabiliteringspersonalen arbetar i ett team kan de gemensamt skapa sig en helhetsbild av patientens individuella behov och förutsättningar. Teamarbetet möjliggör sen en samordning av rehabiliteringsinsatserna, så att de utgår från samma övergripande mål och inte krockar i tid.

Sammanhängande teamrehabilitering pågår vanligtvis under en begränsad tid, men personer med en neurologisk diagnos är ofta i behov av återkommande perioder av den här typen av behandling.

Det är bevisat att sammanhängande teamrehabilitering leder till förbättringar på patienters aktivitets- och delaktighetsnivå. Det är en behandling som förespråkas i Socialstyrelsens nationella riktlinjer för vård vid multipel

skleros (MS) och Parkinsons sjukdom. De riktlinjerna kan vägleda vården av andra neurologiska diagnoser också, som ger liknande symtom.

### Olika varianter

Perioder av sammanhängande teamrehabilitering kan pågå olika länge och med olika intensitet. De kan erbjudas inom öppenvården eller på anläggningar där patienten kan sova över. Olika upplägg passar olika personer, beroende på symtom och livssituation.

För många patienter innebär möjligheten att bo kvar att de kan tillgodogöra sig behandlingen mycket bättre. Att resa till och från anläggningen och däremellan hantera vardagens bestyr kan annars ta för mycket kraft och fokus under rehabiliteringstiden.

Sammanhängande teamrehabilitering kan ges i varmare länder och kallas då klimatrehabilitering. Många med neurologisk diagnos mår bättre i ett varmare klimat, inte minst under vinterhalvåret då kyla kan göra kroppen stel. Värmen kan också lindra annars svårbehandlade smärtsymtom. Ett varmare klimat kan alltså ytterligare underlätta för personer att tillgodogöra sig rehabilitering.

### Vi konstaterar att:

- Sammanhängande teamrehabilitering erbjuds inte alla med neurologisk diagnos som är i behov av det. Inom flera regioner saknas helt möjligheten till sådan. Så ser det ut trots tydlig evidens för att de ger goda effekter och att sådana har hög prioritet enligt nationella riktlinjer. De geografiska skillnaderna är stora och oacceptabla.
- Patienter informeras inte i tillräckligt hög grad om möjligheten till neurologisk rehabilitering. Knappt en av tre svarande anser sig ha fått det i vår senaste medlemsundersökning. Vi ser ett behov av att fler ges information om rehabiliteringsalternativ av vårdpersonal. Fler behöver också stöttning i att ansöka om rehabilitering, så som återkommande perioder av ineliggande sådan.



### Kontinuerligt tränande

En patient med neurologisk diagnos behöver ofta utföra rehabiliteringsövningar kontinuerligt för att behålla funktioner mellan sammanhängande rehabiliteringsperioder. Det är därför viktigt att patienter får hjälp med den fortsatta planeringen efter en rehabiliteringsperiod och att det finns bra alternativ för kontinuerlig träning.

För att kunna fortsätta genomföra rehabiliterande övningar är många i behov av dels fortsatt professionell handledning. Flest saknar kontakt med en fysioterapeut, enligt vår senaste medlemsundersökning. Dels behövs anpassade träningslokaler och bassänger. Lokalerna behöver både vara fysiskt tillgängliga och erbjuda en lugn miljö för personer som lider av hjärntrötthet.

För många av våra medlemmar är det ett bra alternativ att träna tillsammans med andra i en lokal Neuroförenings regi. Det krävs ofta att kommunen eller regionen bidrar med tillgängliga lokaler och bassänger för att våra föreningar ska kunna erbjuda medlemmar bra träningsalternativ.

### Vi konstaterar att:

- Det är viktigt att en individuell rehabiliteringsplan innehåller en fortsatt planering efter en rehabiliteringsperiod. Då behöver det också finnas goda förutsättningar för personer med neurologisk diagnos att fortsatt genomföra rehabiliterande övningar kontinuerligt för att upprätthålla vunna förmågor.
- Regioner och kommuner kan understödja kontinuerlig rehabiliteringsträning, vilka många av Neuros föreningar och länsförbund anordnar, till exempel genom att erbjuda tillgängliga lokaler och bassänger. Offentliga stöd kan växlas upp av bidrag från Neurofonden och ideella insatser.



Tabell 1

Är det någon typ av neurologisk rehabilitering du behöver men inte får?

	Stockholms sjvr (%)	Totalt (%)
Ja, sjukgymnastik med fysioterapeut (sjukgymnast)	28,5	34,4
Ja, intensiv rehabilitering (bortavistelse alternativt heldag)	26,8	26,2
Ja, kurator-/psykologsamtal	17,4	15,4
Ja, kognitiv träning (minnesträning, koncentrationsträning etc)	14,5	16,6
Ja, arbetsterapi med arbetsterapeut	7,1	8,8
Ja, logopedträning	3,4	3,1
Annat, vänligen specificera	12,5	11,8
Nej, är nöjd med det jag får	25,1	21,6
Nej, behöver ingen rehabilitering	9,7	9,4

Källa: Neuros medlemsundersökning 2019.  
Kommentar: Flera alternativ kunde markeras.

n = 351

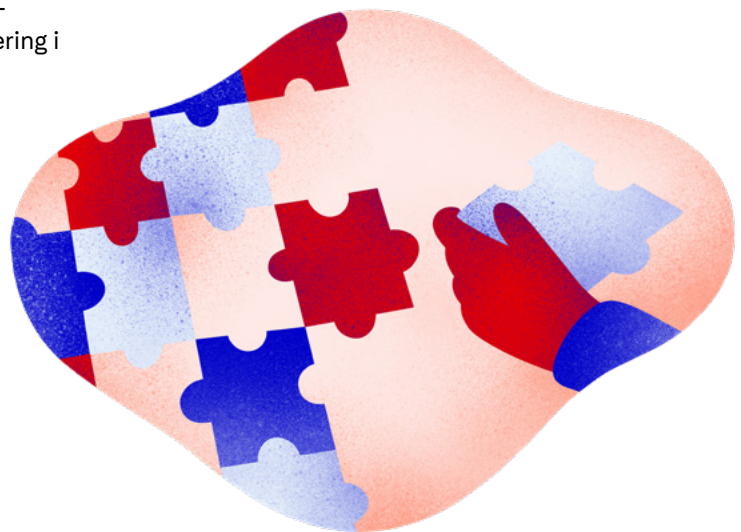
N = 1 824

# Påverka regionalt och lokalt

Vi kan påverka våra beslutsfattare genom exempelvis debattartiklar och opinionsbildning. Vi kan också bjuda in till samtal för att diskutera brister som vi ser och förslag på lösningar. Nedan listar vi några förslag på frågor till beslutsfattare att utgå ifrån under sådana samtal.

## Frågor att diskutera

- Hur arbetar ni för att säkerställa att alla med rehabiliteringsbehov ska få en individuell rehabiliteringsplan?
  - Hur följer ni upp resultatet?
- Vad ska patienten kunna förvänta sig av en individuell rehabiliteringsplan? Vilka krav ställer ni på innehållet?
  - Hur säkerställer ni att kraven efterlevs?
- Vilka alternativ för sammanhängande neurologisk rehabilitering finns inom vår region (inklusive möjlighet till utomlänshiljerting)?
  - Hur undersöks i vilken mån de möter behoven?
- Hur kan vi säkerställa att alla med behov av neurologisk rehabilitering informeras om möjligheten att söka?
  - Vad krävs för att alla med behov också beviljas sådan?
- Vad gör ni för att säkra att alla kan utföra regelbunden rehabiliterande träning?
  - Hur kan vi gemensamt förbättra nuvarande förutsättningar för regelbunden neurologisk rehabilitering i vår kommun/region?



Stöd gärna Neuro med en gåva på [neuro.se/gava](https://neuro.se/gava)  
Bli månadsgivare på [neuro.se/manadsgivare](https://neuro.se/manadsgivare)  
Du kan alltid bli medlem på [neuro.se/medlem](https://neuro.se/medlem)  
För att läsa Neurorapporten digitalt: [neuro.se/neurorapporten](https://neuro.se/neurorapporten)

Neuro är en oberoende organisation specialiserad på neurologi. Vi finns för att ge dig information, stöd och framtidstro. Vårt mål är att personer som lever med neurologiska diagnoser ska få samma möjligheter, rättigheter och skyldigheter som alla andra. Tel. 08-677 70 10 E-post: [info@neuro.se](mailto:info@neuro.se) Hemsida: [neuro.se](https://neuro.se) Neuro kallades tidigare Neuroförbundet.