

Aug/sep | 2019

# ERGOTERAPI FAGLIGT SELSKAB for lungerehabilitering



## Nyhedsbrev fra EFS Lungerehabilitering

### Nyt fra bestyrelsen

Kære medlemmer,

Vi har haft et travlt år med masser af arbejde. Der har været flere projekter i gang og vi har deltaget i arbejdsgrupper, hvor vi har repræsenteret det ergoterapifaglige område, blandt andet i DrKOL og i en følgegruppe for den nationale indsats for multisyge.

I 2018 afholdte vi 2 temadage omkring energibesparende arbejdsmetoder og vi arbejder i øjeblikket på planlægning af næste temadag/generalforsamling den 28. oktober 2019 i Horsens. På den følgende side kan du læse mere om tid, sted og det foreløbige indhold for dagen.

Igennem længere tid er der i EFS Lungerehabilitering blevet arbejdet på udgivelse af en dysfagipjece til mennesker med KOL. Planen er, at der udgives 2 pjecer, der retter sig henholdsvis mod ergoterapeuten og borgeren. I vil komme til at høre mere omkring dette, men vi vil glæder os til at vise det endelige produkt, der forventes færdigt ultimo 2019.

Vi hører gerne fra dig. Måske har du en god historie, et projekt eller studie, som du gerne vil dele med os andre. Det kan også være, at du har forslag til emner, spørgsmål eller områder, som du gerne vil have uddybet, så skriv til os på [efslunge@gmail.com](mailto:efslunge@gmail.com)

### Pjece

På Ergoterapeutforeningens hjemmeside kan du stadig hente pjecen "Pust liv i hverdagen – energibesparende arbejdsmetoder". En pjece med syv principper for, hvordan man kan finde overskud i en hverdag med KOL. Du kan finde den på [etf.dk](http://etf.dk) under ergoterapi og politik > Faglig Fora > EFS Lungerehabilitering.



## Patientskole på én kubikmeter



### En kvalitativ undersøgelse af telemedicins betydning for rehabiliteringsindsatsen i en lungeskole.

“Patientskole på én kubikmeter” er et masterprojekt fra sommeren 2019, der er skrevet af Malene Juul Hylle som led i uddannelsen “ Master i Humanistisk Sundhedsvidenskab og Praksisudvikling”. Malene sidder også med som medlem af bestyrelsen i EFS Lungerehabilitering og arbejder til dagligt som ergoterapeut på Regionshospitalet Horsens.

Opgaven har til hensigt at undersøge hvilken betydning implementeringen af telemedicin har i rehabiliteringspraksissen omkring patienter med KOL får for ergo- og fysioterapeut, patient og pårørende. Undersøgelsen er baseret på en autoetnografisk indgangsvinkel, kombineret med observationsstudier, semistrukturerede kvalitative interviews samt skriftligt materiale.

Med en socio-teknisk teoretisk indgangsvinkel til praksisfeltet er der hentet inspiration fra det teoretiske grundlag, aktør-netværksteori (ANT). Dette med sigte på at opnå en nuanceret forståelse af, hvordan teknologier og mennesker sammen skaber en virkelighed ved en gensidig påvirkning.

Undersøgelsen viser, at der transformeres et nyt tilbud, nye roller, relationer, vaner og arbejdsgange ved indføring af telemedicin. Betingelserne for at foretage det kliniske skøn ændres og der sker en forskydning af ansvarsfordeling, der har betydning for patientsikkerheden.

Har du ønske om at vide mere eller at læse opgaven, så kontakt Malene Juul Hylle på [mjh@horsens.rm.dk](mailto:mjh@horsens.rm.dk)

Vi er interesseret i at høre om dine erfaringer med at arbejde med telemedicin. Skriv gerne til os på [efslunge@gmail.com](mailto:efslunge@gmail.com) med dine egne erfaringer med at arbejde med teknologien.

## Klassifikation af KOL

Der har løbende været forespørgsler fra medlemmerne om klassifikation af KOL. I det følgende vil der derfor være en kort gennemgang af klassifikationen. Der er undervejs indsat hyperlinks, hvor du kan finde yderligere oplysninger. På vores temadag/generalforsamling den 28. oktober 2019 kan du også høre mere om dette område.

Kronisk obstruktiv lungesygdom (KOL) inddeles på baggrund af tre parametre (spirometri, symptomer og antallet af eksacerbationer).

Lungefunktionsnedsættelsen inddeles i GOLD stadierne 1-4. GOLD henviser til den internationale arbejdsgruppe Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease og siger noget om sværhedsgraden af sygdom. Du kan læse mere på:

<https://goldcopd.org>

GOLD Klasse	Fev 1 (% af forventet værdi)
1	≥ 80
2	50-79
3	30-49
4	< 30

C	D
A	B

≥ 2 exacerbationer pr. år  
eller

≥ 1, som fører til indlæggelse

0 eller 1 exacerbation pr. år, som  
ikke fører til indlæggelse

MRC 0-2, CAT <10      MRC ≥3 CAT ≥ 10

For yderligere klassifikation anvendes der yderligere redskaber. COPD Assessment Test (CAT) er et spørgeskema med 8 spørgsmål, som patienten skal svare på. Talscoren giver en indikation for, hvor påvirket den enkelte føler sig i hverdagen.

Medical Research Councils Dyspnoea Scale (MRC-skala) kan fortælle noget om graden af den aktivitetsbaserede dyspnø. Patienten angiver selv hvor meget aktivitet og deltagelse er påvirket af dyspnø. MRC-skalaen inddeles som følgende:

1. Jeg får kun åndenød, når jeg anstrenger mig meget.
2. Jeg få kun åndenød, når jeg skynder mig meget eller går opad en lille bakke.
3. Jeg går langsommere end andre på min egen alder og jeg er nødt til at stoppe op for at få vejret, når jeg går frem og tilbage.
4. Jeg stopper op for at få vejret efter ca. 100 m eller efter få minutters gang på stedet.
5. Jeg har for meget åndenød til at forlade mit hjem, eller jeg får åndenød, når jeg tager mit tøj på eller af.

Ved en MRC-grad på 3, 4 eller 5 er der indikation for rehabilitering.

Ovenstående illustration kan understøtte ikke bare hvilken behandlingen patienten skal have, men samtidig anvendes som henvisningsprocedure for at sikre at patienten / borgeren henvises til rette rehabiliteringstilbud i enten kommunalt eller regionalt regi. Ønsker du at vide mere om CAT score-skema og MRC-skalaen, så kan du finde dem på Dansk Lungemedicinsk Selskab's hjemmeside på:

<https://www.lungemedicin.dk>

## Hvem skal tilbydes rehabilitering?

Lungerehabilitering bør tilbydes til den gruppe af mennesker med KOL, som har vedvarende symptomer eller aktivitetsindskrænkninger til trods for medicinsk behandling, skriver DrKOL. Dansk register for Kronisk Obstruktiv Lungesygdom (DrKOL) er en landsdækkende kvalitetsdatabase, som monitorerer og udvikler kvaliteten af behandlingen. Du kan læse mere om DrKOL på: <https://www.rkkp.dk>

Rehabilitering mindsker symptomer, øger helbredsstatus og forbedrer arbejdskapacitet og udholdenhed, og reducerer forbruget af sundhedsydelse, konkluderer DrKOL, og skriver, at rehabilitering som starter indenfor 4 uger efter en forværring af KOL synes at reducere mortalitet og hospitalsindlæggelser.

DrKOL stiller følgende anbefaling om, at alle patienter med KOL med MRC-grad 3 eller derover, samt motiverede patienter med MRC-grad 2 bør tilbydes lungerehabilitering mindst hvert 2. år. Den Nationale Kliniske Retningslinje for KOL har lignende anbefaling om også at tilbyde KOL rehabilitering til patienter med MRC-grad 2.

### *Kontraindikationer mod rehabilitering*

Der er beskrevet få kontraindikationer, men der nævnes, at patienter som ikke kan gå, ikke forventes at få samme udbytte af træningen. Ligeledes er der beskrevet, at patienter som primært er funktionsbegrænset grundet sygdom i bevægeapparatet fremfor lungesygdom, formentlig ikke vil have samme effekt af rehabilitering. Der nævnes særligt, at patienter med ustabil, iskæmisk hjertesygdom ikke bør deltage i rehabilitering.

### *Fokus på aktivitet og deltagelse*

I EFS Lungerehabilitering arbejder vi naturligvis ud de nationale anbefalinger, men arbejder også for en rehabiliteringsindsats med øget fokus på hverdagens aktiviteter, for at understøtte den enkelte borger i at mestre hverdagslivet med KOL blandt andet gennem vejledning af teknikker til at mestre den enkelte aktivitet, skabe overblik og struktur.

## Generalforsamling og temadag

EFS Lungerehabilitering holder generalforsamling den 28. oktober 2019 fra kl. 10.00–15.00. I år holdes det ved: Bygholm Landbrugsskole & Kursuscenter, Hattingvej 49, 8700 Horsens. Der vil være forplejning i løbet af dagen.

Programmet for dagen vil indeholde emner som håndtering og mestring af angst, viden om KOL og dysfagi. Der vil derudover afholdes generalforsamling i EFS Lungerehabilitering. Vi håber på at se dig!

## Kontakt

Ergoterapifagligt selskab for Lungerehabilitering. Kontakt bestyrelsen på [efslunge@gmail.com](mailto:efslunge@gmail.com)