

Kommunal COVID-indsats: Trettrinsraket med **ERGOTERAPI** i centrum



**HVIDOVRE
KOMMUNE**

Projektgruppe:

Christina K Therkildsen, Neslihan DüNDAR, Anne Mette Roald-Arbøl, Chris L Jensen, Tanja C Holst og Magnus Therkelsen

Projektledere:

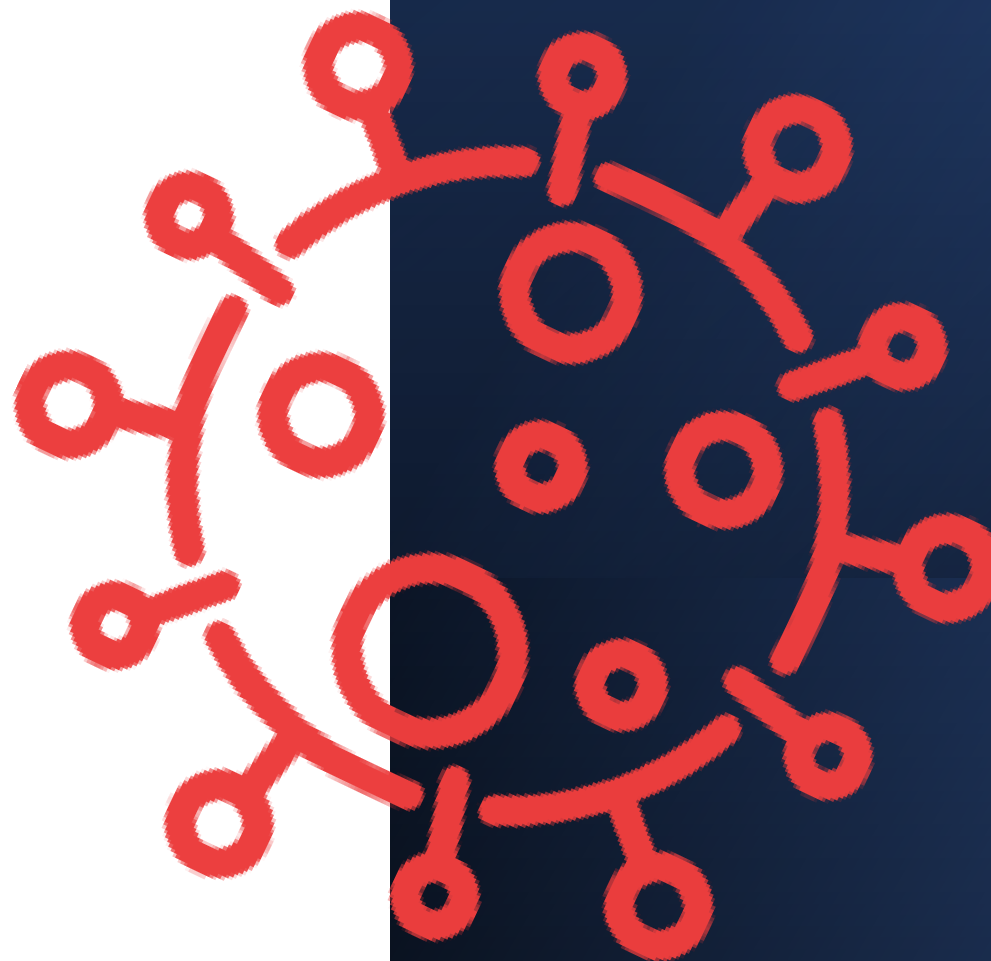
Pia M Ilvig og Emilie W Thomsen

Baggrund

- COVID-19 er en virus, der forårsager alt fra lette forkølelser til alvorlige nedre luftvejsinfektioner
- Der kommer gradvist mere viden om sygdommens karakter og eventuelle langvarige symptomer/senfølger fx åndenød, træthed, kognitive problemer, svimmelhed og symptomer på depression og angst
- Sundhedsstyrelsen anbefaler, at borgere med ”uventede eller komplekse og langvarige senfølger” henvises til COVID-19-senfølgeklinikker, hvor borgere med ”lette” senfølger visiteres til den kommunale genoptræning
- Kommunal genoptræning af denne nye borgergruppe skal tilrettelægges, så borgerne tilbydes et forløb af høj faglig kvalitet, så de på sigt kan genoptage deres daglige aktiviteter

Formål

At udvikle en tværfaglig genoptræningsforløbsbeskrivelse til borgere med følger efter COVID-19 i en kommunal genoptræning



Metode

- I udviklingsprojektet tog en tværfaglig projektgruppe udgangspunkt i det aktuelle materiale på COVID-19 området, samt deres nylige erfaringer med borgergruppen
- Der blev skitseret en tretrinsskema i genoptræningsforløbet bestående af:

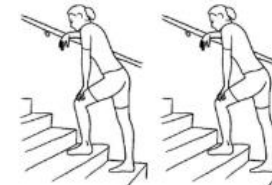


COVID-19 Tretrinsraket

**Respirations
-fysioterapi**

Implementerings- overvejelser og forankringstiltag

- Involvering af medarbejdere i arbejdsgruppen
- Udarbejdelse af lokalt tilpasset materiale fx øvelseskort
- Introduktion til tretrinsraket på teammøder
- Afholdelse af workshops
- Sidemandsoplæring ved behov
- Løbende monitorering af antal henvisninger



Hvilestilling - stående på trappe

Stå med forskudt benstilling og læn dig forover og hvil underarmen på gelænderet. Sænk skulderne og træk vejret roligt og dybt ind gennem mund eller næse. Udåndingen laves med spidsede læber (PLB).

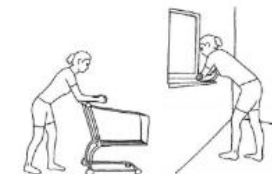
Lav 10-20 dybe, vejtrækninger.



Hvilestilling på stol

Læn dig forover og hvil underarmene på lårene. Sænk skulderne og træk vejret roligt og dybt ind gennem mund eller næse. Udåndingen laves med spidsede læber (PLB).

Lav 10-20 dybe, gode vejtrækninger



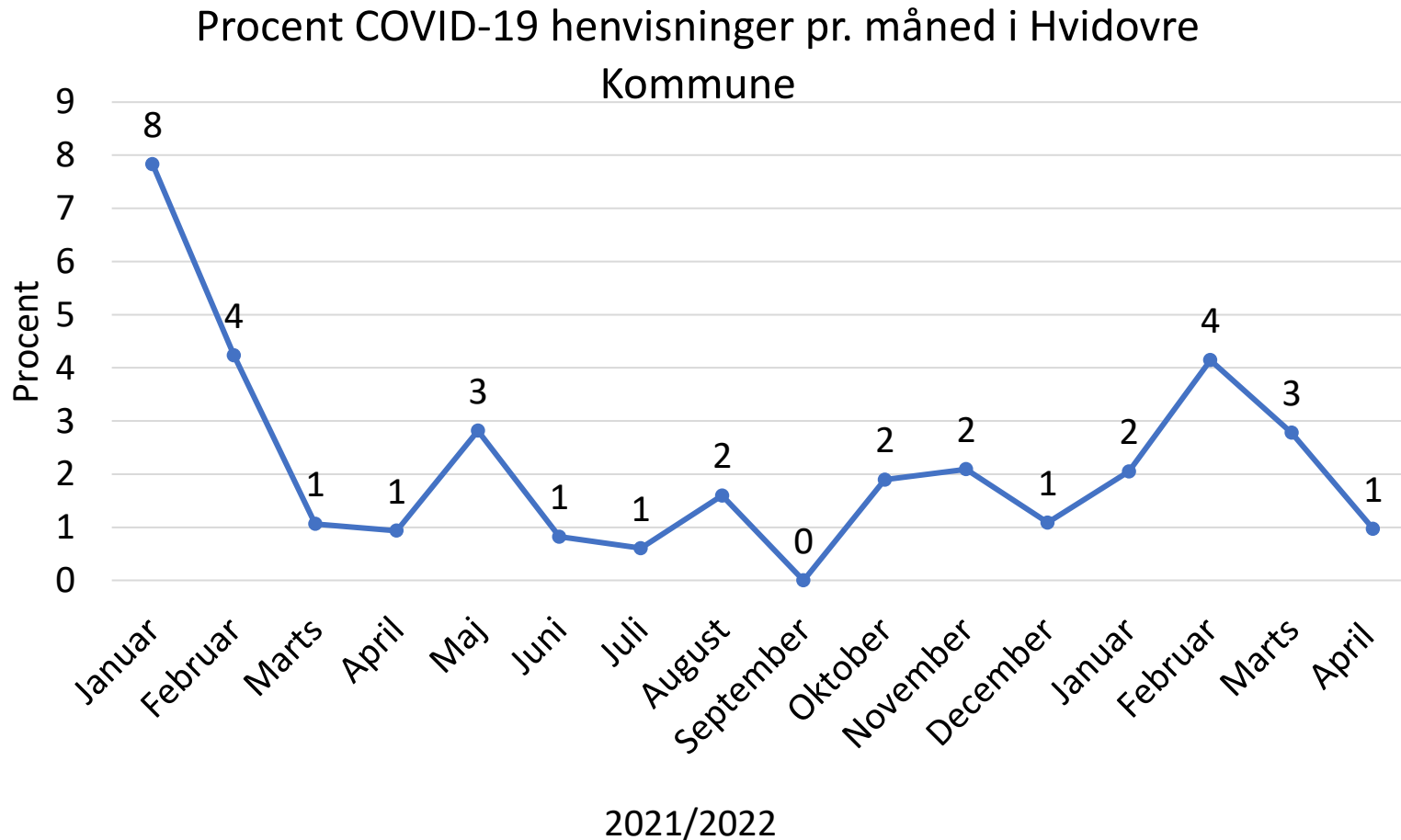
Hvilestilling - stående

Stå med forskudt benstilling og læn dig let mod indkøbsvognen, vindueskarm, rækværk el.lign. Sænk skuldrene og træk vejret roligt og dybt ind gennem mund eller næse. Udåndingen laves med spidsede læber (PLB).

Lav 10-20 dybe, gode vejtrækninger



Antal henvisninger i Hvidovre Kommune



Gennemsnit antal henvisninger pr. måned: 211



Konklusion

- Faggrænserne mellem fysio- og ergoterapi er blevet tydeligere for terapeuterne i den kommunale genoptræning
- Tretrinsraketten beskriver og støtter terapeuterne i, hvornår de monofaglige interventioner skal udføres, suppleres eller erstattes af hinanden
- Ergoterapi har fået en central rolle i genoptræningsforløbet hos den nye borgergruppe med følger efter COVID-19



**HVIDOVRE
KOMMUNE**

Spørgsmål?

Kontakt: Pia Maria Ilvig, Udviklingsergoterapeut, pmi@hvidovre.dk