

Hva kan ergoterapeuter bidra med for å fremme arbeidsdeltagelse hos pasienter med revmatisk sykdom?

Elisabeth Hasselknippe
ergoterapispesialist i arbeidshelse
Revmatismesykehuset Lillehammer
30.oktober 2020

Arbeidsliv i Norge

- Arbeidslinja
 - Alle skal kunne delta
 - Arbeid=helse
 - 9 av 10 er fornøyd med jobben sin*
 - Arbeidsmiljøloven:
 - Fra ikke helseskadelig > helsefremmende
 - Fritid/ «24-timers mennesket»
 - Arena for sykefraværsoppfølging er flyttet fra fastlege til arbeidsplass
- *Levekårsundersøkelsen om arbeidsmiljø i 2018



Når arbeid og helse ikke matcher = aktivitetsproblem

- Ergoterapi er å muliggjøre viktig aktivitet for å kunne delta i samfunnet
- Ergoterapeuter bidrar til å finne løsninger når det oppstår et gap mellom helse og hverdagens krav.



Ergoterapeutenes fokus på arbeid på LSR

- **2007-2019: Raskere tilbake poliklinikk**
- FOU-midler 2014: Oversatte WES-RC
- 2016-17: Samarbeidsprosjekt med Diakonhjemmet
- FOU-midler 2019: Tydeliggjøre hva ergoterapeuter kan bidra med for å fremme arbeidsdeltakelse

| Sjekkliste arbeid | | | ppd | psd | Brenn |
|--|---|---------|-----|-----|-------|
| RAMMER/ ORGANISATORISKE FORHOLD: | Stilling /type jobb | | | | |
| | Fast stillingsprosent | | | | |
| | Nåværende status | | | | |
| | Bedriftshelsetjeneste | | | | |
| | Arbeidstid | | | | |
| | Pauser | | | | |
| | Transport/arbeidsveg | | | | |
| | MILJØ -fysisk | Lokaler | | | |
| | Inventar | | | | |
| | Utstyr og maskiner | | | | |
| | Sanser: lys, lyd, lukt, temp | | | | |
| -psykososialt | Førhold til leder | | | | |
| | Førhold til kolleger | | | | |
| | Respons/ tilbakemelding | | | | |
| | Samarbeid | | | | |
| | Stemning/konflikt | | | | |
| OPPGAVER | Mengde /tidsbruk | | | | |
| | Vanskelighetsgrad / mestringsopplevelse | | | | |
| | Grad av kontroll | | | | |
| | Variasjon | | | | |
| | Tempo | | | | |
| MENNESKE | Motivasjon for jobb | | | | |
| | Vaner og rutiner | | | | |
| | Kognitive funksjoner Konsentrasjon, hukommelse, oppmerksomhet, | | | | |
| | Fysisk funksjon Kropp, energi | | | | |
| | Opplevelse av mestringsopplevelse av nå-situasjonen | | | | |
| | Balanse mellom arbeid og privatliv | | | | |
| | Egne krav og forventninger | | | | |



Ergoterapeutenes fokus på arbeid på LSR

- 2007-2019: Raskere tilbake poliklinikk
- **FOU-midler 2014: Oversatte WES-RC**
- 2016-17: Samarbeidsprosjekt med Diakonhjemmet
- FOU-midler 2019: Tydeliggjøre hva ergoterapeuter kan bidra med for å fremme arbeidsdeltakelse

Forberedelse til samtale med ergoterapeut om arbeid.

Ergoterapeuten er interessert i hvordan revmatisk sykdom påvirker jobben din. Hensikten med samtalen er å bli kjent med deg og dine erfaringer som yrkesaktiv. Vi ønsker å bidra til at alle som ønsker det kan være i arbeidslivet på en hensiktsmessig måte.

Som en forberedelse til samtalen ber vi deg tenke over og fylle ut punktene på dette arket.

Arbeidssted:

Utdanning:

Stilling:

Stillingsprosent:

Arbeidstid:

Stillings ansvarsoppgaver:

Jobber du alene eller sammen med noen?

Hva slags utstyr, materialer eller verktøy bruker du i arbeidet?

Hva slags lokaler jobber du i?

Jeg har bekymringer for hvordan det skal bli å jobbe framover: ja / nei

Jeg har allerede konkrete utfordringer når jeg er på jobben: ja /nei

Mulige løsninger som er vurdert eller igangsatt, eller bare tenkt på:

Mine bekymringer eller utfordringer i arbeidslivet handler om:

| Situasjoner før/under/etter arbeid | Utfordringer og/eller bekymringer |
|--|-----------------------------------|
| Fysiske krav <ul style="list-style-type: none">Stå, sitte, strekke meg, raske og/eller gjentagende bevegelserVære fysisk sterk, utholdende, løfte, bære, flytte ting, anvende redskaper og verktøyFremkommelighet og tilgjengelighet på arbeidsplassenJobbantrekk og skoSyn, hørsel, stemme/taleevne | |
| Mentale og tidsbestemte krav <ul style="list-style-type: none">Konsentrasjon, hukommelse, flere oppgaver samtidigPlanlegging, organisering,Holde tidskrav og arbeidstempo | |
| Reise til/fra/under arbeid <ul style="list-style-type: none">Bilkjøring, offentlig transportTidsbruk, stressLøfte/bære | |
| Forholdet til leder eller kollegaer <ul style="list-style-type: none">Åpenhet om sykdommen, be om hjelp/støtte/tilretteleggingBli behandlet som jeg ønsker, takle egne og andres reaksjoner ved fravær eller når jeg er mindre opplagt | |
| Arbeidstid og annet reglement <ul style="list-style-type: none">Arbeidstidene, vaktplan/turnusMulighet til pauser, hjemmekontor, overholde helsesrelaterte avtalerTilgang til bedriftshelsetjeneste eller personaloppfølgingHoldninger og regler ift. sykefravær, sykemelding- /egenmeldingsdager, pensjonsordninger | |
| Forberedelser før jobb <ul style="list-style-type: none">Personlig stell, måltid,Hjelpe barn/andre familiemedlemmer | |
| Balansen mellom arbeids- og privatliv <ul style="list-style-type: none">Handling, husarbeidAktiviteter med familie, venner, fritid,Være fysisk aktiv, følge opp egen helse | |
| Generell opplevelse av egen arbeidsevne, mestring eller tilfredshet i nåværende/fremtidig arbeidsstilling | |
| | |

Ergoterapeutenes fokus på arbeid på LSR

- 2007-2019: Raskere tilbake poliklinikk
- FOU-midler 2014: Oversatte WES-RC
- **2016-17: Samarbeidsprosjekt med Diakon-hjemmet**
- FOU-midler 2019: Tydeliggjøre hva ergoterapeuter kan bidra med for å fremme arbeidsdeltakelse

Studie i infusjonsenheterne på Diakonhjemmet og LSR

- Balanse mellom arbeid og fritid
- Mentale jobbkrav
- Bekymring for framtida

Ergoterapeutenes fokus på arbeid på LSR

- 2007-2019: Raskere tilbake poliklinikk
- FOU-midler 2014: Oversatte WES-RC
- 2016-17: Samarbeidsprosjekt med Diakonhjemmet
- FOU-midler 2019: Tydeliggjøre hva ergoterapeuter kan bidra med for å fremme arbeidsdeltakelse

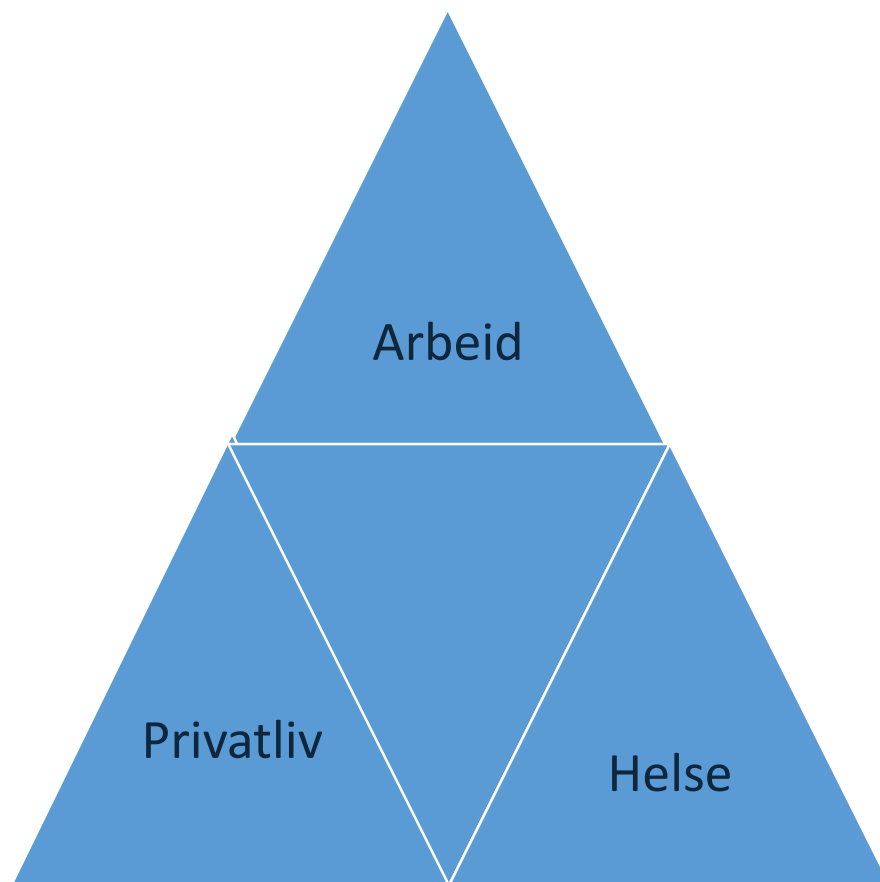
PAO-modellen



Resultat av arbeidsprosjektet

- Større faglig trygghet
- Mer presist språk
- Aktivitetsmålet har fokus i samtale og journalnotat
- Mer bruk av kortutgave av WES-RC
- Mer fokus på hjem-arbeidsbalansen og aktivitetsprioritering
- Større fokus på tidlig intervensjon
- Tydeligere på ansvarliggjøring

Tilrettelegging



En vanlig konsultasjon:

- Familie og boforhold
- Omsorgsoppgaver?
- Faste oppgaver/verv på fritid?
- Jobb: Type jobb, stillingsstørrelse, status, hvor lenge, trivsel, oppgaver,
- Aktivitetsmål ift arbeid
 - utfordringer Helse: Håndtrening, ortoser, ergonomisk veiledning, MI osv
Arbeid: WES-RC kortutgave
Ved sykmelding: Ansvar og muligheter
- Oppsummering: Tiltak, ansvar, mestringstro
Oppfølging?
Kurs?

Hvem andre kan hjelpe?

- Leder
- Tillitsvalgt
- Verneombud
- Bedriftshelsetjeneste
- NAV /Ekspertbistand
- Hjelpemiddelsentralen
- Kommunalt helsepersonell



Konklusjon

- Arbeid er en viktig aktivitet for både samfunn og egen helse
- Vi kan hjelpe pasienten å se muligheter (hemmer/fremmer)
- Ansvarliggjøre
- Tidlig intervensjon
- Fortsette å avklare samarbeid med NAV/arbeidsplass
- Samarbeide med sosionom og andre yrkesgrupper
- Ergoterapeuter har en viktig rolle for å fremme arbeidsdeltakelse

Kilder

- www.arbeidstilsynet.no/ergonomi
- www.idebanken.org
- www.jobogkrop.dk
- www.stami.no
- www.nav.no

Referanser:

Hasselknippe E, Rønningen A 2011. Hvilken rolle har ergoterapeuten? Raskere tilbake ved Revmatismesykehuset Lillehammer

https://www.google.no/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwiSj5viwb_qAhU9wsQBHQDQDxsQFjAAegQIAhAB&url=https%3A%2F%2Fwww.ergoterapeuten.no%2FAdmin%2FPublic%2FDownload.aspx%3Ffile%3DFiles%252FFiles%252FFagartikler%252FRaskere%20tilbake.pdf&usg=AOvVaw0xfa-Uj-p3djVvy_9lu1U8

Ergoterapeuten -en viktig samarbeidspartner ved arbeidslivsutfordringer hos personer med revmatisk sykdom. *Mari Klokkerud, Eva Thorsen Elisabeth Hasselknippe, Aud Rønningen og Anne-Lene Sand-Svartrud* Norsk Rheumabulletin sept 2018

Norsk Ergoterapeutforbunds hefte om arbeidsdeltakelse 2017

<https://ergoterapeutene.org/ergoterapi/fagomrader-i-ergoterapi/ergoterapi-fagomradet-arbeidshelse/arbeidsdeltakelse-samspeillet-person-aktivitet-omgivelser/>

