

FÆLLES ANSØGNINGSSKEMA TIL KVALITETS- OG UDVIKLINGSMIDLERNERNE UNDER KEU

| | | |
|---------|-------|---------------------------------|
| | | |
| REGION: | DATO: | LØBENR.: (udfyldes af regionen) |

| |
|---|
| STAMOPLYSNINGER |
| <p>ANSØGERS NAVN, MAIL, TLF mm. Praksiskonsulent for fysioterapi Inger Qvist, Region Midtjylland, inger.qvist@stab.rm.dk, tlf. 40 87 73 69 og Tommy Stoltz, Alm. Prakt. Læge, Struer, Lægelig koordinator for Udvikling af Almen Praksis (EUV/PUK), Lægelig Uddannelseskonsulent i PLO Mail: stoltz@dadlnet.dk, tlf. 40 86 12 33</p> |
| <p>PROJEKTANSVARLIG: Inger Qvist i samarbejde med Lægehåndbogen.</p> |
| <p>ØVRIGE DELTAGERE (samarbejdspartnere eller tilknytning til forskningsinst. el.lign): Praksisudviklingskonsulent Christian Sandvej Kontorchef Kvalitet og lægemidler RM Birgitte Haahr Birgitte, Haahr@stab.rm.dk Chefkonsulent i Lægehåndbogen Birgitte Ravn Sølvhøj, brs@dadl.dk Praktiserende læge og konsulent i Lægehåndbogen Hans Christian Kjeldsen, hck@ph.au.dk Praksiskonsulent for Fysioterapi Inger Qvist Inger, Qvist@stab.rm.dk Praksiskonsulent for Fysioterapi Nils-Bo de Vos Andersen, Nils-Bo.Andersen@stab.rm.dk Konsulent i Lægehåndbogen Rikke Thorup, rt@dadl.dk Kommunernes Landsforening (KOSU) Sine Møller, ssim@aarhus.dk Chefkvalitetskonsulent Steen Vestergaard-Madsen, Steen.Vestergaard-madsen@stab.rm.dk David Høyrup Christiansen, Fysioterapeut, cand. scient. san., ph.d., David.christiansen@vest.rm.dk</p> |

| |
|---|
| PROJEKT BESKRIVELSE |
| <p>PROJEKTETS TITEL: Øvelsesfilm – udviklingsprojekt mellem Region Midtjylland og Lægehåndbogen på Sundhed.dk</p> |
| <p>PROJEKTETS (ANSØGNINGENS) EMNE: Udarbejdelse af øvelsesfilm på Sundhed.dk for albue/underarm/hånd og underben/fod.</p> |
| <p>OPDATERING VEDR. TIDLIGERE AFHOLDT PROJEKT (sæt x): Er i forlængelse af</p> |

| |
|--|
| tidligere udarbejdede øvelsesfilm på Sundhed.dk. |
| <p>NYOPRETTET PROJEKT (sæt x): Forlængelse af tidligere projekt med øvelsesfilm for skulder, nakke, knæ, lænderyg og hofte på sundhed.dk – se filmene på følgende link: https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/knogler-muskler-og-led/oevelsesfilm/</p> |
| <p>FORMÅL: Formålet er at få udarbejdet øvelsesfilm på sundhed.dk for de sidste kropsområder (albue/underarm/hånd og underben/fod), som skal kunne understøtte behandlingen af patienter i almen praksis og fysioterapipraksis med henblik på at give redskaber til øget egenomsorg.</p> <p>Evalueringen af øvelsesfilmene har vist, at både læger i almen praksis og fysioterapeuter finder, at øvelserne lever op til deres formål som et vigtigt supplement til den øvrige behandling, der finder sted i praksissektoren, og øvelsesfilm, som dækker de sidste kropsområder, har været efterspurgt.</p> |
| <p>PROJEKTBEKRIVELSE (kort resumé) – selve projektbeskrivelsen vedlægges som bilag, der kan linkes til.</p> |
| <p>EVALUERING (metode og tidsramme samt plan for implementering og formidling) (1) Øvelsesfilmene indsættes på Sundhed.dk af Lægehåndbogen sammen med filmene, og linket udsendes til alle praktiserende læger og praktiserende fysioterapeuter via PKO-læger og PKO-fysioterapeuter i Region Midtjylland og findes på www.Praksis.dk og www.fysioterapi-midt.dk.</p> <p>Øvelsesfilmene og postkortene med links m.v. er præsenteret på Lægedage i november 2016 og 2017 med stor succes.</p> <p>Lægehåndbogen laver løbende statistik øvelsesfilmene, hvilket arbejdsgruppen evaluerer med jævne mellemrum m.v. Der udover er der planer om at lave et interview blandt praktiserende læger vedr. anvendelsen af øvelsesfilmene.</p> <p><i>Materialet er sendt til de øvrige 4 regioner, og alt færdigt materiale er frit tilgængeligt for både sundhedsfaglige personer og alle borgere i Danmark via Sundhed.dk. Materialet med de sidste kropsområder, som der søges om i denne ansøgning, vil også blive sendt til de øvrige 4 regioner og tilgængeligt for alle på Sundhed.dk.</i></p> |
| <p><i>Vurdering/overvejelse om efterfølgende udbredelse og implementering i almen praksis</i></p> |
| <p>START- OG SLUTTIDSPUNKT (evt. forventet): Forventet september 2018 - marts 2019.</p> |



| |
|--|
| BUDGET |
| ANSØGT BELØB (2): 110.000 kr. De øvrige regioner vil blive ansøgt som ved tidligere ansøgninger. Hvis der bliver bevilliget beløb fra de øvrige regioner, vil Region Midtjyllands beløb blive tilsvarende nedsat. |
| BEVILLING (indeværende år og evt. efterfølgende år): |
| ANSØGT MIDLER SPONSERET FRA ANDRE SIDER: Lægehåndbogen har mulighed for at afsætte 110.000 til produktion over de næste et eller to år, forudsat at der bliver tilført midler andetsteds fra i en lignende størrelsesorden. |
| BUDGET FORDELT PÅ ÅR: 2018: 50.000 kr. 2019: 170.000 kr. |
| TOTALBUDGET: 220.000 kr. |

| |
|---|
| AFSLUTTENDE RAPPORT/ARTIKEL SENDES TIL DET REGIONALE SEKRETARIAT: |
| SUPPLERENDE OPLYSNINGER: |
| BILAGSFORTEGNELSE: |
| |
| |

- (1) I forbindelse med evaluering skal projektet forholde sig til mulighederne for at anvende Triple Aim .
- (2) Et udspecificeret budget vedlægges, hvor det er markeret præcist, hvilke midler der ansøges om hos KEU.

Fuld projektbeskrivelse

Formål

Udvikling af øvelsesfilm på internettet, der har til formål at inddrage og fremme patienters / personers egenomsorg og selvaktivering.

Dette efter første faglige kontakt hos praktiserende læge eller praktiserende fysioterapeut eller på patientens eget initiativ ved internetsøgning.

Projekt ide

Udvikling af øvelsesfilm med øvelser inden for et fastlagt behandlingsområde.

Der er allerede på skulderområdet, lænderyggen, hoften, knæet og nakken udarbejdet et antal øvelsesfilm baseret på faglig konsensus i både almen praksis og fysioterapipraksis.

Øvelsesfilmene er opsat i Patienthåndbogen på Sundhed.dk:

<https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/knogler-muskler-og-led/oevelsesfilm/>

Målet

Målet har været og er at udvikle et nationalt koncept, med standardiserede øvelser indenfor områderne med lette skulderbesvær, nakkebesvær, lænderygbesvær, hofte- og knæbesvær, som skal indgå i Patienthåndbogen / Lægehåndbogen.

Nu er det blevet efterspurgt, at der laves øvelsesfilm til albue/underarm/hånd og underben/fod.

Dette med henblik på at fremme praktiserende lægers og praktiserende fysioterapeuters mulighed for at henvise til standardiserede træningsprogrammer, der bygger på forskning og faglig konsensus, og som er frit tilgængelige for alle på internettet.

Der arbejdes ligeledes på at udvikle en app til brug for smartphones m.v.

Målgruppe

Målgruppen omfatter i første række forholdsvis ressourcestærke personer med lette smerter fra bevægeapparatet, som ikke er forårsaget af traumer eller alvorlig patologi.

Rammer for øvelsesfilm

Der skal på hvert behandlingsområde formuleres nærmere forudsætninger for patienters brug af øvelsesfilmene:

- Øvelserne skal være enkle og let forståelige for patienten.
- Øvelserne skal som udgangspunkt gerne være afprøvet i en forskningsmæssig sammenhæng
- Der skal være tværfaglig konsensus om øvelserne.

Opstilling og graduering af øvelser

Der trænes ud fra 3 fasniveauer:

- 1. Tidlig fase:** Lavdoseret træning, der ikke forværrer men gerne reducerer mulige smerter og symptomer. (Grøn fase)
 - 2. Mellemfase:** Mellemdoseret træning, der medfører øget funktionsniveau uden provokation af tidligere smerter og symptomer (Gul fase)
 - 3. Slutfase:** Tungere træning, der medfører øget funktionsniveau samt øget udholdenhed og styrke i vævet, symptomfrit (Rød fase).
- Patienten skal instrueres i selv at kunne skifte fra en fase til den næste. Dette både ved forbedring fra f.eks. grøn til gul, og ved forværring fra f.eks. gul til grøn.

Valg af øvelser

Opstilling af øvelsesprogram tager udgangspunkt i eksisterende øvelser, der er afprøvet i forskningsmæssige sammenhænge i samarbejde med forsker på Ph.d. niveau.

Øvelsesfilm

Fysioterapeuter fra Region Midtjylland samt relevante speciallæger fra patienthåndbogens redaktion udarbejder et manuskript for hvert af kropsområderne albue/underarm/hånd og underben/fod.

Der foretages prøveoptagelser, hvor en fysioterapeut udfører øvelserne.

Øvelsesfilmene skal også kunne anvendes som links/ søgemulighed for personer, der på eget initiativ opsøger og ønsker at forsøge sig med selvtræning.

I øvelsesfilmene bliver der taget alle relevante forbehold – både mundtligt og skriftligt for at sikre, at personer, som har brug for blandt andet fysioterapeutisk behandling, ikke undlader at kontakte relevante sundhedsfaglige personer ved behov her for.

Kommunerne forventes at være medinteressent, idet det dog bemærkes, at målgruppen er før kommunal indsats.

Tidsrammen

Manuskripter, storyboard, optagelser og redigering af øvelsesfilm til de sidste kropsområder forventes at kunne færdiggøres i perioden september 2018 – marts 2019.

Lægehåndbogen / patienthåndbogen lægger link til øvelsesfilm ud på Sundhed.dk med det formål at aktivere personer med lette smerter / symptomer fra bevægeapparatet, således at de selv kan finde sikre og lette øvelser med henblik på egenomsorg og selvaktivering.

Udbredelse

Links til materialet sættes på www.praksis.dk og www.Fysioterapi-midt.dk og sendes ud til alle læger i almen praksis og alle fysioterapeuter i praksissektoren i Region Midtjylland.

Alt materiale sendes til de øvrige 4 regioner, som opfordres til at sende samme materiale ud til sine læger i almen praksis og fysioterapeuter i praksissektoren.