

Case - Aidcube HomeRehab i Silkeborg Kommune



Baggrund

I Silkeborg Kommune anvendes Aidcube HomeRehab til træning og rehabilitering af ældre borgere med KOL – i borgerens eget hjem. Målet er at borgerne får højere funktionsniveauer og en bedre livskvalitet, som kan nedbringe antallet af sygehusindlæggelser samt reducere udgifterne til kommunale social- og sundhedsydelser (herunder hjemmehjælp og sygepleje, genoptræning, plejeboliger mv.).

Tilpasset træning og støtte

Borgerne bruger HomeRehab app'en på en lille tablet som de enten låner af kommunen eller selv anskaffer. App'en indeholder forskellige træningsvideoer med øvelser, der udføres af andre patienter. Det er med til at gøre træningen mere vedkommende, fortæller sygeplejerske Linda Gulløv Næsager, der er leder af Silkeborg Kommunes Sundhedshus. Træningsprogrammerne er individuelt tilpasset den enkelte, og hele trænings-pakken er udarbejdet i et samarbejde mellem borgeren og kommunens fysioterapeuter.

Det er også via tabletten, at borger og behandler har mulighed for at tale sammen – dels gennem små beskeder og dels gennem videosamtale. Dialogen hjælper med til at den rette behandling sættes ind på et tidligere stadie. Fysioterapeuten følger med i hvor meget borgeren træner og kan komme med en peptalk, hvis der er brug for det. Hjemmeplejen assisterer også borgerne og taler med dem om projektet og tablet-træningen, hvilket medvirker til en større fælles opmærksomhed på vigtigheden af fysisk aktivitet i det daglige.

Superbruger på 77 år

77-årige Birgit Hansen, har i knap tre måneder haft en god følgesvend i hjemmet. Det er den trænings-tablet, som kommunen for en periode har lånt hende. På tabletten er der en række øvelser, og det er også på tabletten, hun fører sin trænings-dagbog med notater om, hvad hun har rørt sig med hver dag: - Tabletten er sjov at have med at gøre. Den kommer med gode forslag til, hvad man kan gøre for at røre sig, siger hun. Birgit Hansen fik for nogle år siden diagnosticeret KOL.

Som led i pilotprojektet har fysioterapeut Brian Skov fra "lokal team træning", uddelt tablets til borgere i hans distrikt: - Jeg synes, at det er et godt redskab, som de fleste borgere vil kunne have gavn af. Det kræver dog, at man har initiativ og ikke er bange for at skulle gå i lag med ny teknik, siger han. Birgit Hansen registrerer på tabletten, når hun rører sig. Det gælder øvelser, som at rejse sig og sætte sig på en stol, men også helt almindelige dagligdags gøremål. Birgit noterer, når hun går en tur, henter brænde til fyret, redder sin seng, laver mad og tager opvasken. Alt noteres i computeren, og det betyder, at Brian Skov hver uge kan følge op på om Birgit og de andre deltagere i projektet træner det, de helst skal. Gør de ikke det, kontakter han dem. Det medfører, at han ikke behøver bruge så meget tid, på de klienter, som bare drøner derudaf, men i højere grad kan bruge tiden hensigtsmæssigt, forklarer han. Birgit Hansen har ikke noget i mod at være fulgt tæt af fysioterapeuten: - Brian holder øje med mig, og det synes jeg er en positiv form for »overvågning«. Jeg tror, at jeg rør mig mere, fordi jeg har tabletten. Den er også med til at minde mig om, at jeg skal røre mig, siger hun.

Evaluerings

Projektperioden er gennemført med 12 deltagere, hvorefter Silkeborg Kommune har valgt at udbrede løsningen til 20 deltagere i tre hjemmeplejedistrikter. Dette er besluttet, som følge af de indledende positive resultater, med henblik på at indsamle endnu mere viden om teknologien og effekterne af denne i forhold til indlæggelser, alarmkald, aktivitetsniveau mv.

Silkeborg Kommune har i projektet opnået følgende:

- En bedre fokusering af ressourcerne der hvor der er behov
- Et øget aktivitetsniveau hos ca. 75% af borgerne
- En øget tværfaglig opmærksomhed på borgere, da både hjemmeplejen, hjemmesygeplejen og fysioterapien har været en del af projektet
- Færre indlæggelser end der plejer at være hen over vinteren

Brian Skov, Fysioterapeut, Silkeborg Kommune, brian.skov@silkeborg.dk, tlf. 40 31 92 38

Hanne Jensen, Sektionsleder, Silkeborg Kommune, Hanne.Jensen@silkeborg.dk, tlf. 21 70 30 17

Allan Murphy Bruun, Direktør, Aidcube ApS, amb@aidcube.com, tlf. 20 80 16 66