

Lærings- og meistringssenteret (LMS)



Hald mobilkamera
over koda for
kontaktinfo LMS

LSU Volda, 09.06.23
Ved rådgjevar Sissel Ørstavik Aase

[Instagram: lms_hmr](#)

Tema for presentasjonen

- Lærings- og meistringssenteret
- Pasient- og pårørandeopplæring (kva og kvifor)
- Utfordringsbilete
- Samhandling om læring og meistring
- Døme på Lærings- og meistringstilbod i Volda sjukehusområde



Lærings- og meistringssenteret i Helse Møre og Romsdal

- ein ressurs for klinikkane i arbeidet med lærings- og meistringstilbod



Lærings- og meistringssenteret

Opplæring av pasientar og pårørande

Brukarmedverknad og meistring

Helsepedagogikk

Samhandling

Kva er pasient- og pårørandeopplæring?



- Lovpålagt oppgåve i helseføretaka basert på §3-8 i spesialisthelsetenestelova
- Ulik organisering i både kommunar og i helseføretak + brukar/pasientorganisasjonar
- Oversikt kommunale tilbod innan læring og mestring (2023) frå mestring.no

«Personer som har deltatt i tilbud har færre eller kortere sykehusinnleggelses, færre konsultasjoner i poliklinikk og hos fastlege, samt færre sykedager enn de som ikke deltar»

**Una Stenberg m.fl. (2018). [Health Economic Evaluations of Patient Education Interventions A Scoping Review of the Literature.](#)*

Kvifor pasientopplæring?

- Fremjar pasientens helse og livskvalitet
- Gjer pasienten meir kompetent slik at ein kan unngå forverring av sjukdom og utvikle alvorlege komplikasjonar
- Set pasienten i betre stand til å ta val om eiga helse og behandling (**↑helsekompetanse**) = Nødvendig for å sikre bærekraftige helsetenester og dempe behovet for bruk av helsetenester
- Fremjar pasientsikkerhet og behandlingsskvalitet og effektiviserer behandlinga
- Lærings- og meistringstilbod gir [helseøkonomisk gevinst](#)*



Utfordringsbilete

- Aukande behov for helsetenester - samstundes med kortare liggetid
- Rekruttering til helseyrka
- Ressursar/ økonomi
- Er vi dimensjonert rett? [Læring- og mestring i helse- og omsorgstjenestene - utfordringer og forbedringsområder for tilbud i helseforetak og kommuner og samhandlingen mellom tjenestenivåene](#)
- Jobbar Lærings- og meistringssenteret på best måte og klarer vi å prioritere dei rette pasientgruppene?
- Skjæringspunkt mellom individuell tilpassing \leftrightarrow nå flest mogleg
- Korleis nå fram/ut til dei som treng det mest? (td. personar med låg helsekompetanse) – Likeverdige tilbud i pasientforløp?

Samhandling om læring- og meistring (døme)

- **Lokale samarbeid**

- Fastlegar, frisklivssentralar/ressursar, apotek, NAV ol. inkl. Helsefelleskap Møre og Romsdal (LSUar, prosjekt synleggjering av meistringstilbod felles for kommunar/HMR)
- Høgskulen i Volda; Td. «Prosjekt rettigheter», VR-briller
- Stor grad av samarbeid på tvers i HMR mellom LMS og klinikkar og kursansvarlege, helsetenesteutvikling (pasientforløp), IKT/kommunikasjon, samval, praksiskonsulentar ++

- **Regionalt samarbeid**

- **Ressurs for Opplæring av Pasientar og Pårørande (ROPP) i Helse-Midt**
- Regional handlingsplan for pasient- og pårørandeopplæring
- Regional rammeplan for helsepedagogikk

- **Nasjonalt samarbeid - NK LMH** (Nasjonal kompetansetjeneste innen læring- og meistring i helse) Les meir: www.mestring.no

Kurs og gruppetilbod for pasientar og pårørande i HMR

- **Kurs og gruppetilbod** med fokus på læring og meistring (+ individuell opplæring v/ klinikkane sjølve)
- I vårt helseføretak foregår meir enn 130 ulike kurs/gruppetilbod kontinuerlig



Stoffskiftekurs i Volda: Digitalt overført frå Molde

Døme på kurstilbod ved Volda sjukehusområde

- KURSKATALOG:
helse-mr.no/behandlinger/pasient-og-parorandeopplering
- [Osteoporose - Kristiansund - hybrid - Helse Møre og Romsdal \(helse-mr.no\)](https://helse-mr.no/osteoporose-kristiansund-hybrid)
- Ein treng oftast tilvising frå fastlege/behandlar

Kurs og gruppetilbod

for pasientar og pårørende Volda sjukehus



Hausten 2023

Mange tilbud er også digitale. Scan QR-kode eller sjå nettsida for informasjon om alle kurstilbod

helse-mr.no/behandlinger/pasient-og-parorandeopplering



Kurs for pasientar/pårørende og fagpersonar	Tilvisning
Osteoporose (digital overføring til Volda frå Kr.sund)	1. september 23 Kirurgisk inntakskontor, Kristiansund Oppmøte: Kløvertun Volda
Hjarterehabilitering – 4 dg. kurs/trening	September og november 23 Medisinsk poliklinikk Oppmøte: Kløvertun
Diabetes type 2 – 2.dg. startkurs	Haust 2023 Medisinsk poliklinikk Oppmøte: Kløvertun
Ortopedisk behandling	Kontinuerleg Kirurgisk sengepost Oppmøte: Underetg. sjukehuset
ME/ CFS – Digitalt/Molde, 4 dg.	Haust 2023 Tilvising: Nevrologisk inntakskontor, Molde Oppmøte: Digitalt
ADHD – for føresette, digitalt	26.10 og 2.11 BUP Poliklinikk Volda Oppmøte: Digitalt
Brystkreft – Digitalt/Ålesund, 2 dg.	Månadlege kurs Tilvising/oppmøte: Kreft.pol. Ålesund/digitalt
Epilepsi – for føresette/fagpersonar, digitalt	30. november Tilvising: Poliklinikk barn og ungdom, Ålesund. Oppmøte: Digitalt
Helsepedagogikk og formidlingskurs	Haust 2023 For helsepersonell Påmelding i Læringsportal
Mestringskurset «Framover» Ålesund	Haust 2023 For pers med kronisk sjukd. Påmelding: LMS w/ Espen Ervik
IBD-skule (Ulcerøs colitt og Morbus crohn)	28/29. febr. 2024 Medisinsk poliklinikk Oppmøte: Kløvertun
BUP har andre kontinuerlige opplæringstilbod for born/unge og deira føresette	
DPS har fleire ulike gruppetilbod for pasientar ved psykiatrisk poliklinikk	

For å melde på kurs, send tilvising til oppgitt sjukehusavdeling.
Det fins også mange ulike tilbod i kommunane (frisklivssentralar, pårørandeskule demens ol.)

Har du spørsmål kontakt Lærings- og meistringssenteret (LMS) i Volda ved rådgjevar Sissel Ørstavik Aase, tlf. 701 68 720 / 936 28 140
Med atterhald om endringar.

«Jeg synes at sykehuset har gitt meg et godt helhetlig tilbud ved at jeg etter behandling på sykehuset har fått poliklinisk oppfølging og deretter opplæring/mestringskurs» (deltakar etter prostatakreft-kurs)

*«Brukermedvirkning er livsviktig. Å bli lyttet til bekrefter at du er verdt noe. Det har både en egenverdi og en terapeutisk verdi. Hvis pasienter får være med å påvirke sin egen behandling, blir de bekreftet som mennesker som kan og vet og teller.»
(Dorte Gytri, Nasjonal helse- og sykehusplan 2020-2023)*

Framtidsønsker

- Prioritering av feltet læring- og meistring/pasientopplæring som del av løysinga for framtidas helseteneste
- Pasientopplæring blir ein naturleg del i pasientforløp – fleire vert tilvist på kurs
- Tettare og meir systematisk samarbeid med kommunene
- At Lærings- og meistringssenteret kan vere eit naturleg ressurscenter og møtestad for helsepersonell, brukarrepresentantar og andre i fylket



Referanser

- [Strategi for å øke helsekompetansen i befolkningen, 2019–2023 \(regjeringen.no\)](#) (s.9)
- [NOU 2023: 4 – Tid for handling – Personellet i en bærekraftig helse- og omsorgstjeneste \(regjeringen.no\)](#)
- [Våre publikasjoner - mestring.no](#)

[Læring og mestring er god helseøkonomi - mestring.no](#) :Una Stenberg m.fl. (2018). *Health Economic Evaluations of Patient Education Interventions A Scoping Review of the Literature.*

Una Stenberg m.fl (2016). A scoping review of the literature on benefits and challenges of participating in patient education programs aimed at promoting self-management for people living with chronic illness

- [Læring- og mestring i helse- og omsorgstjenestene](#) – *Utfordringer og forbedringsområder for tilbud i helseforetak og kommuner og samhandlingen mellom tjenestenivåene: Rapport (2021) H.dir/RHFa*