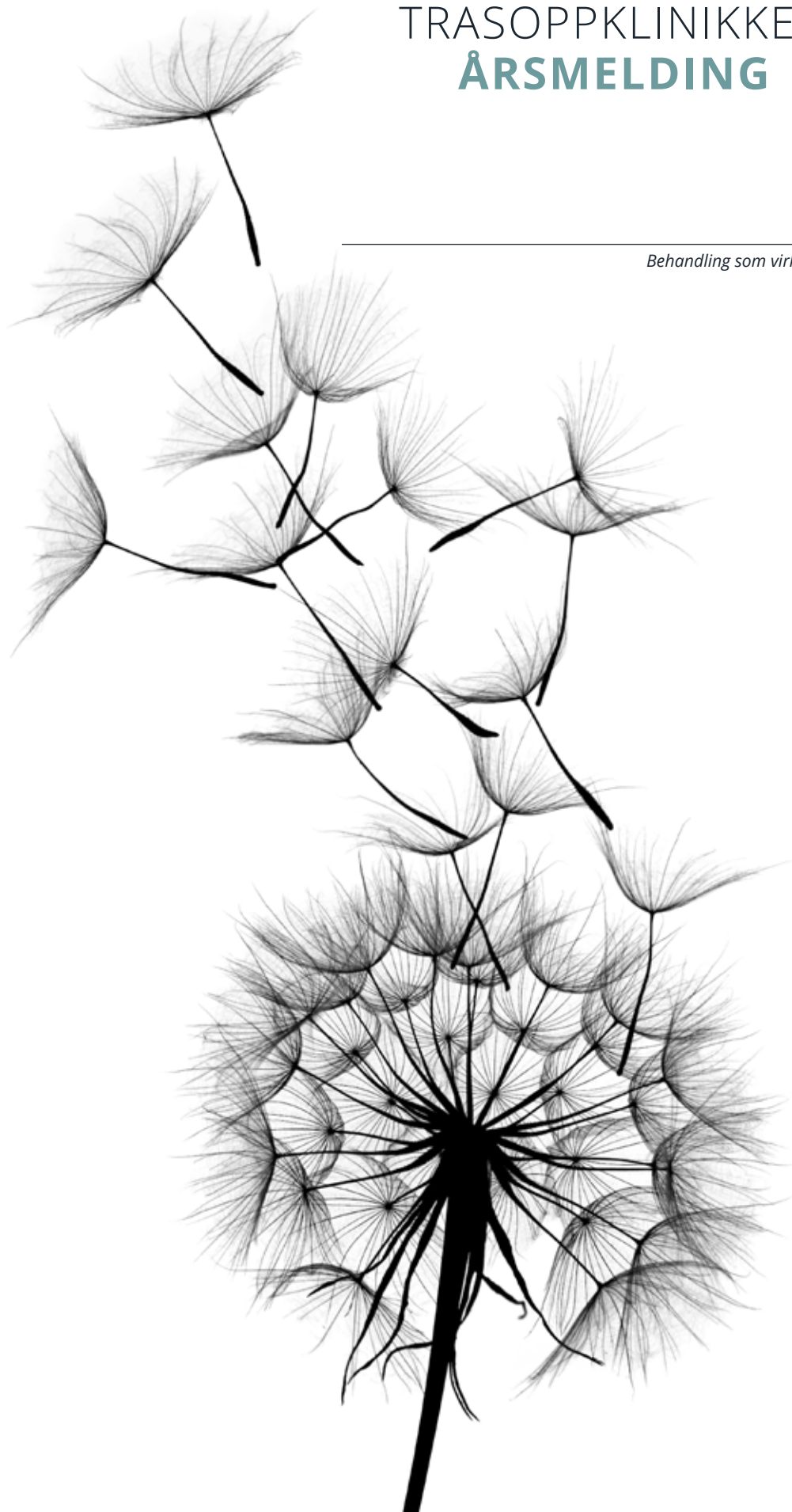

TRASOPPKLINIKKEN ÅRSMELDING

Behandling som virker - fellesskap som varer



TRASOPPKLINIKKEN

Behandling som virker - Fellesskap som varer

Stiftelsen Trasoppklinikken ble etablert i 1953. Formål er definert i stiftelsens vedtekter.

Her går det frem at det er å motta og behandle alkoholikere og andre rusavhengige samt deres familie i samsvar med Anonyme Alkoholikers ideologi.

Tilbudet som gis ved Trasoppklinikken er livssynsøytralt.



Vi gir håp og viser vei til et bedre liv gjennom høy faglig kompetanse, 12 trinns modellen, erfaringskompetanse, familiefokus, kunnskapsutvikling og dokumenterte resultater

INNHOLD

INTRODUKSJON

Styret har ordet 4

I FOKUS

Menneskene 6

OVERORDNET OM VIRKSOMHETEN

Virksomhet og formål 8

Misjon & Visjon 8

Organisasjonskart 9

REVISJONER

Sertifisering 10

KVALITET OG PASIENTSIKKERHET

Døgn- og poliklinisk behandling 11

PASIENTENS HELSETJENESTE

Brukermedvirkning 12

Behandlingsrammer 12

Rett til nødvendig helsehjelp 12

Hvordan gikk det med våre pasienter? 13

Våre program 13

Selvhjelpsgrupper og anonyme alkoholikere 13

Pasientens bo og servicetilbud 13

AKTIVITETER

Medarbeiderskap og aktiviteter 14

SAMARBEID

Samarbeidsprosjekt med Oslo Met 16

Reisebrev fra Hazelden 17

Huset i skogen 18

FAG I UTVIKLING;

Kunnskap og forskning 19

TRASOPPKLINIKKEN

STYRET HAR ORDET

Trasoppklinikken skal tilby behandling som virker og fellesskap som varer. Med denne visjonen trekker vi opp et ambisiøst mål, i visshet om at det nettopp er i en kombinasjon av behandling og selvhjelpsgrupper, at varig rusfrihet er mulig for svært mange. Den ambisiøse visjonen skal nås gjennom en kombinasjon av strategiske grep. Vi skal fortsette å systematisk bygge kompetanse faglig og erfaringsbasert. Det betyr at Trasoppklinikken vil jobbe for å være en godkjent læringsklinikk for leger i spesialisering (LIS) innenfor rus og avhengighet. Erfaringsbasert kompetanse skal nyttiggjøres ved Trasoppklinikken, og det er et mål også fremover at mennesker med ruserfaring skal kunne jobbe hos oss. Slik vil vi være med å sikre at vårt samfunn har tilstrekkelig spisskompetanse innenfor rusbehandling, i tillegg til at det vil bety høy og økt kvalitet i vår daglige pasientbehandling. 12 trinnsfilosofi ligger til grunn for alt arbeid, og er integrert med annen anerkjent metodikk innenfor TSB. I tiden som kommer er det et ønske fra styret om at 12 trinnsmodellen ytterligere skal aktualiseres. Familien er en ressurs og denne forståelsen har alltid stått sentralt på Trasoppklinikken. Familietilbudet skal videreutvikles innenfor rammen av avtaleverk med Helse Sør Øst og kommunen. Det er også som ledd i denne ambisiøse visjonen at vi i 2018 har fått på plass et samarbeid med Universitetet i Oslo, medisinsk fakultet, knyttet til en Ph.d. innenfor tematikken rusbehandling, 12 trinn og åndelighet. Til sist, vil vi vektlegge dokumenterte resultater på de nasjonale kvalitetsindikatorene.

STYRETS ARBEID

Styret gjennomførte i alt fire møter, der 33 saker ble behandlet. I tillegg ble det avholdt et eget styreseminar der også klinikkens ledergruppe deltok.

Signaler fra Helse Sør Øst om at avtaler med private avtaleparter i løpet av noen år vil sies opp og nye anskaffelser lyses ut, har preget styrets fokus. Gjennom arbeidet med revisjon av visjon, misjon og strategiplan har styret hatt som mål å rigge klinikken til å levere i nye anbudsrunder og i en helsetjeneste med stadig skjerpede krav og bevegelser hva gjelder oppgavefordeling mellom spesialisthelsetjenesten og primærhelsetjenesten.

VURDERING AV RESULTAT OG MÅLOPPNÅELSE

Trasoppklinikken har alltid vært en stabil helsetjenesteleverandør innenfor tverrspecialisert rusbehandling (TSB). For styret er det viktig å ha søkelys på dokumenterte resultater knyttet til de nasjonale kvalitetsindikatorene, forsvarlighet i pasientarbeidet, samt god ressursutnyttelse.

STYRET, 2018

KJELL MAALØ
Leder driftsstyret

KNUT SÆTER
Nestleder

THORLEIF ANDREASSEN
Styremedlem

PER FØYN
Styremedlem

I all hovedsak er styret tilfreds med måloppnåelsen i 2018.

For å kunne nå våre mål knyttet til pasientbehandling, er vi avhengige av at pasient og henviser velger Trasoppklinikken. I 2018 mottok klinikken 5% flere henvisninger enn i 2017.

Ventetidene for behandling ved Trasoppklinikken oppdateres månedlig på helsenorge.no.

Andelen pasienter som har gjennomført behandling er høy. Avbrutt behandling kan ha flere forklaringer, men generelt noe det jobbes for å motvirke. Avbrutt behandling utgjorde 9,5 % på avrusningen, 13,3 % på døgnet, 9,8% på dag og 28,9 % på poliklinikken.

Kapasitetsutnyttelsen varierer noe gjennom året, men samlet ligger vi på 90,9% belegg på avrusningen, 102,2% på døgnet, 85,9% på dagbehandlingen og 104,2% på poliklinikken.

Det er viktig for våre pasienter å få sin epikrise raskt. Slik kan videre behandling startes opp raskt. 87,3 % av våre pasienter mottok i 2018 sin epikrise innen 7 dager og 40% innen en dag.

Styret er opptatt av at styringssystemet ivaretar pasientbehandling, pasientsikkerheten og pasientrettighetene. Trasoppklinikken ble resertifisert i henhold til ISO 9001 standarden i 2018. I forkant av resertifiseringen ble styringssystemet gjennomgått og ros analyse ble integrert i styringsstrukturen.

Den viktigste ressursen på klinikken er medarbeiderne. De utgjorde i 2018 85 ansatte, hvorav 69 var kvinner og 16 var menn. Sykefraværet utgjorde 7,17%. Det har vært arbeidet systematisk for et godt fag- og arbeidsmiljø blant annet gjennom personaleseminar, internundervisning program og trivselsundersøkelse.

Tiltak er iverksatt for forebygging av og mot mobbing, vold eller trakassering.

Stiftelsen Trasoppklinikken hadde et positivt driftsoverskudd i 2018 på 569 418 mot 541 897 i 2017, og et årsoverskudd på 388 026 i 2018 mot 384 684 i 2017. Styret mener at økonomien ved Trasoppklinikken er rimelig god. Løpende avtale med Helse Sør Øst er en viktig betingelse for dette.

PASIENTENS HELSETJENESTE

Trasoppklinikken er en del av pasientens helsetjeneste. Sammen med rusfeltet for øvrig jobbes det for å heve kvaliteten på behandlingen ytterligere og redusere ventetid. Mantraet «Ingen beslutninger skal tas om deg uten deg» er også Trasoppklinikken. I tråd med nye lovbestemmelser er pasientens behandlingsrammer gjennomgått og endret. Intern kvalitetsrevisjon viser at det ligger til rette for at behandlingsrammene kan iverksettes i klinikkens styringssystem.

Økt brukermedvirkning, bedre somatisk oppfølging og mindre ventetid er kjerneelementene i pakkeforløpet, med oppstart 1.1.2019. Reformen er utførlig planlagt ved klinikken og stillingen som forløpskoordinator er etablert og besatt før årsavslutning.

STYRET, 2018

JAN TORE KNUSEN
Styremedlem (til oktober)

STÅLE AKERSVEEN
Styremedlem (fra desember)

BERIT VESTLY
Styremedlem

HIEP TRAN
Styremedlem

TRASOPPKLINIKKEN MENNESKENE

MÅLGRUPPEN

Trasoppklinikken skal gi helsehjelp til ulike pasientgrupper som har rusmiddelproblemer. Dette er voksne kvinner og menn, primært med alkohol- og medikamentavhengighet, samt personer med andre rusmiddelproblemer (jfr. diagnosesystemet ICD -10). Ofte har pasientene også psykiske og somatiske plager og nedsatt funksjonsevne. Den siste gruppen omhandler pårørende som mottar behandling for egne helseproblemer og svekket sosial funksjonsevne, jfr. ICD-10.

«TRE MÅNEDER SOM ENDRET LIVET MITT»

«Man skal søke hjelp så raskt som mulig, så sent som mulig» sies det. Ofte er det en lang og mørk vei man må gå for å komme dit. Det ble det også for meg; å møte veggen, oppleve drømmene glipe, samlivsbrudd, mangelen på overskudd og lyst, den overveldende angsten og isolasjonen, og å kjenne livsmestringen forvitte.

Alkoholen ble en kjærkommen flukt fra meg selv som sendte meg dypere inn i mørket. Det er det som skjer når psykiske lidelser blir introdusert for rusavhengighet. Man kommer til et endepunkt, et punkt i livet der det ikke er mer lys igjen, ingen synlige utveier, ingen flere roller å innta. En mørk maktesløshet. Det var da jeg oppsøkte Trasoppklinikken, og det ble starten på et tre måneder langt opphold som endret både meg og livet mitt.

Aksept var det første som møtte meg da jeg kom til klinikken. Den typen forståelse og aksept som får skuldrene til å senke seg. Jeg ble sett som et helt menneske, ikke bare som den syke. Med utgangspunkt i min egen historie, forutsetninger og utfordringer jobbet Trasoppklinikken med å øke min egen forståelse av meg selv. Jeg lærte å eie min egen historie, å sette ord på og bearbeide følelser som hadde ulmet under overflaten, og å snu på tenken.

Det skal så mye til for å klare en varig livs- og rusmestring.

Trasoppklinikken ser det, og jobber for å bryte ned fordommer og å spre kunnskap blant pasienter og pårørende. De bidrar til å søke forsoning i familier og brutte relasjoner og med å legge til rette for en meningsfylt hverdag etter endt behandling.

Alder		Kvinner	Menn
18-23	1%	0,5%	0,5%
24-29	6%	3%	3%
30-39	19,9%	8%	11%
40-49	22%	8%	14%
50-59	28%	13%	15%
60-69	18%	7%	11%
70+	6%	3%	3%

Pasientens selvbilde og mestringsfølelse blir gradvis bygget opp. For meg var nettopp dette så viktig ... livsviktig. Det handler nemlig om liv eller død; tilfriskningen fra en progressiv dødelig sykdom som rusavhengigheten er.

Jeg har Trasoppklinikken å takke for muligheten jeg har fått tilbake; muligheten til å gå med rak rygg, til å ta valg og si «ja!». Muligheten til å ta tilbake livet mitt og gi kjærlighet til de jeg er glad i. Jeg gikk ut av Trasoppklinikken med styrket verdighet og økt selvrespekt. Jeg har lært meg å vektlegge verdier som ydmykhet og takknemlighet i større grad. Jeg har lært meg å ta en dag av gangen og være tilstede. Jeg lytter mer til kroppen og tar meg tid til å puste. Ved å bli rausere mot meg selv blir jeg også rausere mot omgivelsene. Hverdagens trivialiteter overlater jeg oftere til det store kosmos. Og kanskje viktigst, jeg har lært sinnsro.

Nå har det snart gått to år siden møtet med Trasoppklinikken. Min daglige medisin er felleskapet mellom flotte, ressurssterke kvinner og menn som alle har samme mål; å leve edruelig og å vokse som menneske.

Mitt fellesskap heter AA, og vi deler håp, styrke og erfaring med hverandre.

Thomas Tanum

Thomas Tanum forteller at han behandlingen på Trasoppklinikken jobbet med sin egen selvforståelse, og han greide å snu tanken.

BEHANDLING PÅ TRASOPPKLINIKKEN

Den polikliniske behandlingen varierer fra noen få samtaler til mer langvarig individual- og gruppeterapi. Noen pasienter blir rehvist ved behov for avgrensede oppfølgingsamtaler.

Avrusningsavdelingen tilbyr planlagt symptomstyrt behandling. Varigheten er individuell og varierer fra 1 dag til 4 uker.

Døgnbehandlingen varer typisk fra to til seks måneder med mulighet for deltagelse i ukentlig poliklinisk oppfølgingsgruppe i inntil ti måneder.

Dagbehandling er et intensivt poliklinisk tilbud, fire dager per uke inntil fire uker.

Familieprogrammet er et dagtilbud over seks dager med muligheter for deltagelse i poliklinisk oppfølgingsgruppe annenhver uke i inntil seks måneder. I kombinasjon med individuell oppfølging.



VIRKSOMHET OG FORMÅL

Trasopklinikken tilbyr tverrspesialisert behandlingstilbud basert på avtale med Helse Sør-Øst om å tilby spesialisthelsetester innenfor rusfeltet. Avtalen gir rom for i alt 35 behandlingssplasser samt poliklinisk drift. Klinikken har et eget behandlingsprogram for pårørende av rusmiddelavhengige. 2018 har vært et år med god kapasitetsutnyttelse, med hhv 102,2 % belegg på døgn, 90,9% på avrusning, 104,2% på poliklinikken og 85,9% på dagbehandlingen.

Styret initierte i 2017 full revisjon av visjon, misjon og strategi. Misjon og visjon ble vedtatt i juni 2018.

TENDENSER OG FAKTA

- Mottok 577 henvisninger, det er en økning på 5% i forhold til 2017.
- 88 % av våre pasienter bruker hovedsakelig alkohol
- 3,4% bruker hovedsakelig cannabis
- Pasienter kom fra hele sør østlandet, flest fra Oslo/Akershus
- 42% av pasientene var kvinner
- System for personvernåndtering i tråd med kravene i GDPR ble etablert. Eget personvernombud ble innført
- Vesentlig forbedring av pasient tjenester gjennom digitalisering:
- Elektronisk henvisning
- SMS varsel til pasienter
- Elektronisk henting frikort

MISJON & VISJON MÅL OG DELMÅL

MISJON

Vi gir håp og viser vei til et bedre liv gjennom høy faglig kompetanse, 12 trinns modellen, erfaringskompetanse, familiefokus, kunnskapsutvikling og dokumenterte resultater.

VISJON

Behandling som virker
– fellesskap som virker

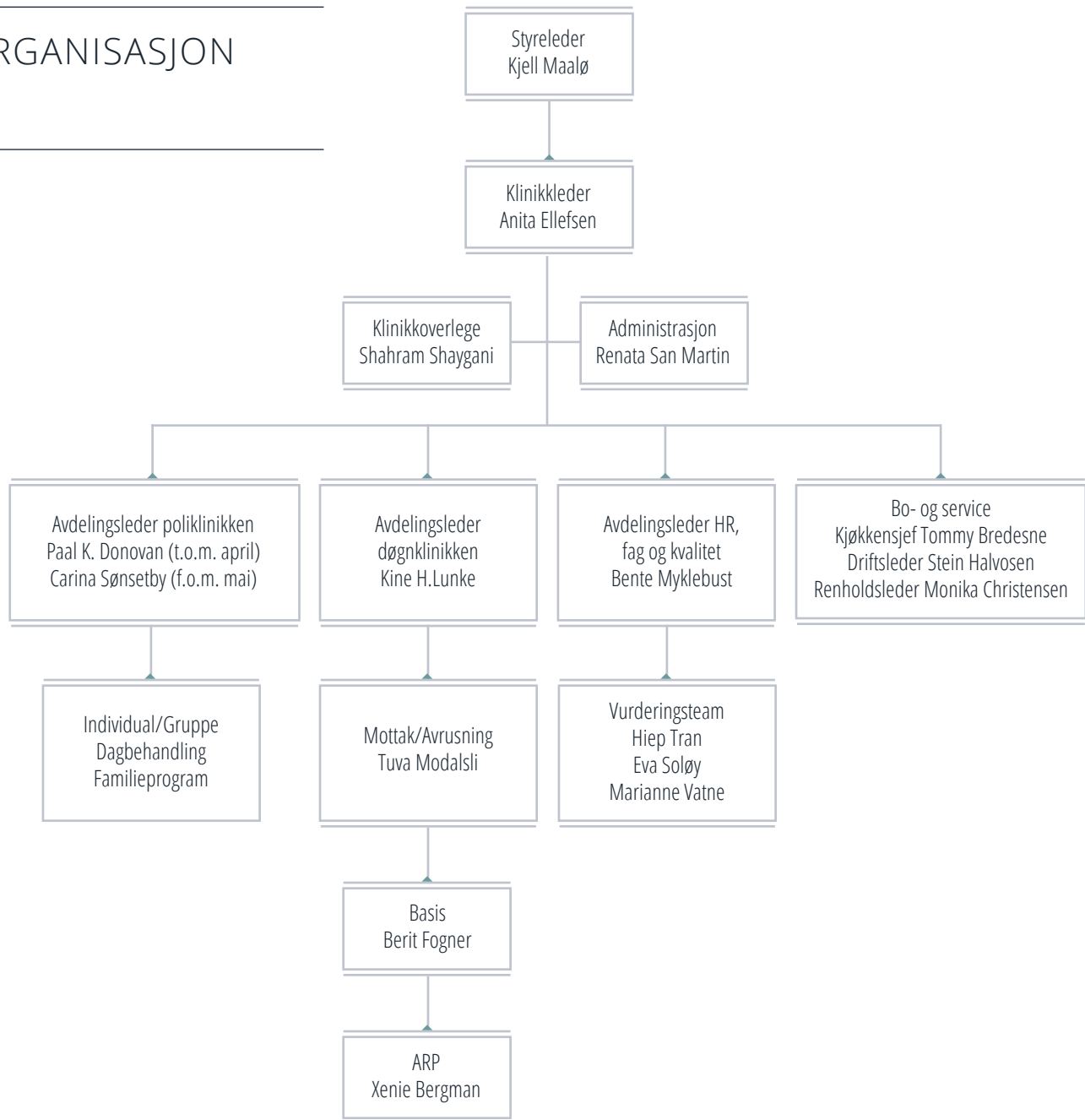
MÅL

- Beholde og utvide avtale med HSØ etter nytt anbud
- Vurdere kommunale kontrakter
- Vurdere å utvide virksomheten i tråd med strategiske grep

DELMÅL

- Bygge strategiske allianser
- Øke synlighet
- Systematisk arbeid med samfunnskontakt
- Styrke posisjon

ORGANISASJON



REVISJONER

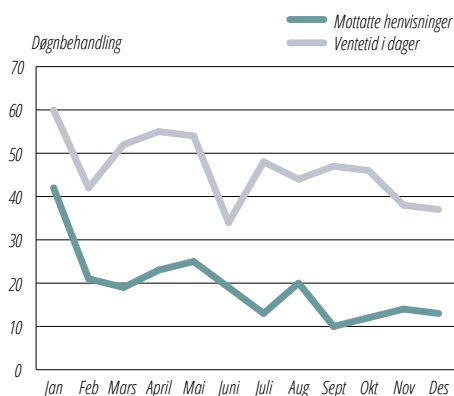
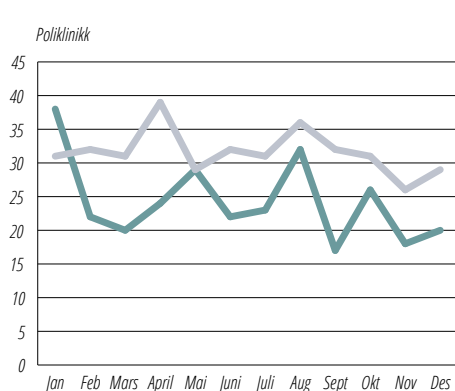
I 2018 gjennomførte vi et omfattende intern-revisjonsprogram, i tillegg til at vi hadde to tilsyn.



Trasoppklinikken ble resertifisert i henhold til ISO 9001 standarden.

KVALITET OG PASIENTSIKKERHET

ANTALL HENVISNINGER OG VENTETIDER



DØGNBEHANDLING

VENTETID

34-60 DAGER

Pasienten skal vite at han eller hun er i trygge hender når de får behandling på Trasoppklinikken. Som en del av pasientens helsetjeneste, står pasientsikkerhet sentralt. Arbeidet som gjøres er kunnskapsbasert og dokumenteres i tråd med krav.

Det å komme i gang med behandling når man er motivert er viktig. Ventetiden på Trasoppklinikken oppdateres fortløpende på helsenorge.no. Som grafene viser varierer ventetiden gjennom året, og det er en viss samvariasjon mellom antall henvisninger til

klinikken og ventetid. For døgnbehandling var denne ventetiden fra 34 dager til 60 dager.

Grafen viser sammenhengen mellom antall henvisninger og ventetid.

Ventetid for poliklinisk behandling varierte fra 29 til 39 dager.

Epikrisen er et svært viktig dokument for pasienten i forhold til videre behandling. 87% fikk sin epikrise innen 7 dager. Dette er et område vi vil jobbe med ytterligere forbedring på.

POLIKLINISKEBEHANDLING

VENTETID

29-30 DAGER

BRUKER- MEDVIRKNING

Helsetilbudet på Trasopklinikken skal ytes og utvikles i nær dialog med pasientene. Pasientene evaluerer programmene de deltar i, og evalueringene gir grunnlag for forbedringer.

Evalueringene fra 2018 viser at pasientene er meget godt fornøyd med måten personalet møter dem på, det faglige tilbudet og maten. Informasjon i forkant av innleggelse er det gjennomgående et ønske om at vi skal bli bedre på.

BEHANDLINGS- RAMMER

Behandlingsrammene for pasientene ble i 2018 fullstendig gjennomgått og endret, slik at de er i tråd med kravene nedfelt i Forskrift om rettigheter og tvang i rusinstitusjon.

I forlengelsen av dette ble det gjennomført en internrevisjon. Formålet var å avdekke mangler eller svikt knyttet til styring og klinisk gjennomføring. Revisjonen slo fast at de reviderte

Fra 2018 har pasientene til enhver tid valgt en tillitsvalgt. Den tillitsvalgte møter i ledergruppen annenhver uke. Tema i disse møtene har vært forhold knyttet til inne-ute/miljø og aktiviteter. I 2018 var dessuten pasientgruppen delaktiv i utviklingen av endrede behandlingsrammer.

Driftsmodellen på Trasopklinikken, der personer med egenerfaring både sitter i styret og inngår i faggruppen, er en del av den systematiske brukermedvirkningen.

behandlingsrammene ble etablert på en faglig omforent måte, og at det gir godt grunnlag for behandling i tråd med krav.

Endringene i behandlingsrammene kan ved første øyekast synes små. De er likevel omfattende fordi de griper inn i det faglige behandlingsarbeidet. Det er særlig utøvelsen av skjønn og balansen mellom formålet med oppholdet versus autonomi som fordrer endrede arbeidsprosesser.

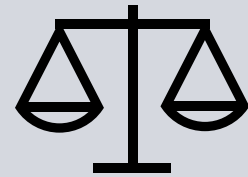
FORLØPSKOORDINATOR

Pakkeforløp i TSB

Store deler av 2018 dreide seg om å forberede reformen -pakkeforløp- med oppstart 1.1.2019.

Målet med reformen er økt brukermedvirkning, bedre somatisk helse, og likt behandlingstilbud. Ingen beslutninger om deg som pasient skal tas uten at du er med – dette er mantraet. Behandlingen er den samme, mens noen rutiner er endret.

Forløpskoordinator ble opprettet, og Eva Soløy ble tilsatt 1.12.2018.



RETT TIL NØDVENDIG HELSEHJELP

Alle henvisninger til utredning/ behandling behandles av et tverrfaglig sammensatt team: bestående av legespesialist, psykolog, sosionom.

Av 577 mottatte henvisninger, var 115 allerede rettighetsvurdert ved annen vurderingsinstans, og 425 ble vurdert av vurderingsteamet på Trasopklinikken.

Av de som ble vurdert til å ha rett til nødvendig helsehjelp, ble 29,2% vurdert til rett til døgnbehandling, 70,1% vurdert til rett til poliklinisk behandling, og 0,7% vurdert til å ikke ha en rett.



HVORDAN GIKK DET MED VÅRE PASIENTER?

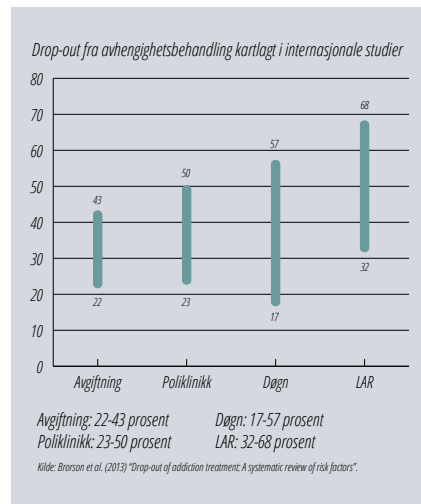
Det kan være mange årsaker til at en pasient avbryter behandling. Likevel er det enighet om at faglig gjennomføring gir en pekepinn på et tjenestesteds evne til å legge til rette individuelt, fleksibilitet, hvordan pasienten møtes, tiltak som iverksettes før og underveis i behandlingsforløpet.

Internasjonal forskning viser at cirka 50% avslutter behandlingen før planlagt tidspunkt.

På Trasoppklinikken har det i 2018 blitt jobbet systematisk med dette. Fokus i 2018 med revisjon av behandlingsrammer og vektlegging av individuelle planer, systematisk samarbeid med pårørende er tiltak skal støtte opp om pasientens behov og motvirke avbrutt behandling.

For 2018 er det vanskelig å finne måltall å sammenligne med. Det antas at HelseDirektoratet vil ha nasjonal statistikk på indikatoren for 2019.

Pasienter som har gjennomført ARP, får tilbud om deltagelse i et etterbehandlingsprogram som varer over 40 uker. Som grafen viser, har deltagelsen økt, mens antallet som har gjennomført er nedadgående. Forklaringen er dels at programmet går over årsskiftet slik at tallene blir feil, dels dropout. Fire av deltageren gikk i løpet av året bort.



Avbrutt behandling	Trasoppklinikken
Avrusning	9,5%
Døgn	13,3%
Dag	9,8%
Poliklinikk	28,9%

VÅRE PROGRAM

Poliklinikk

- Individual og gruppebehandling
- Dagbehandling
- Familieprogram
- Oppfølging familie

Avrusning/mottak Døgnklinikk

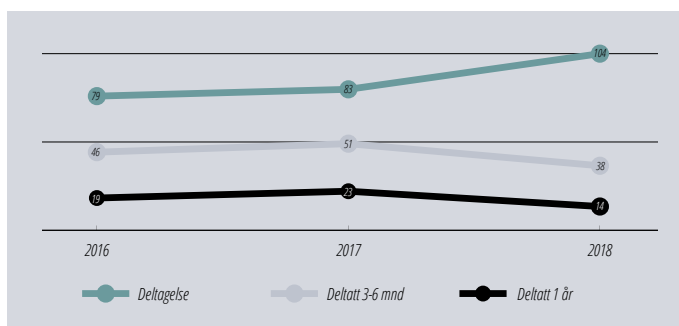
- Basis I
- BasisII
- ARP (12 trinn- programmet)

Etterbehandling (etter gjennomført 12 trinnbehandling)

- Oppfølging i 40 uker

SELVHJELPSGRUPPER OG ANONYME ALKOHOLIKERE

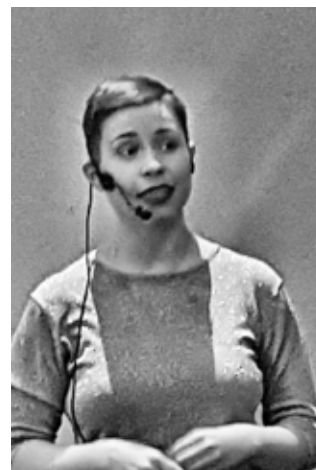
Det ligger i Trasoppklinikken modell, at alle pasientene blir introdusert for og under behandling oppfordret til å gjøre seg kjent med Anonyme Alkoholikere. Forskning viser at kombinasjonen behandling og deltagelse i selvhjelpsgrupper etter behandling øker muligheten for varig rusfrihet.



PASIENTENS BO OG SERVICETILBUD

Til tross for lokalenes alder, gir pasientene gode tilbakemeldinger på servicetilbudet. Aller mest fornøyd er faktisk pasientene med måltidene som går helt til topps! I 2018 ble vegetar innført på menyen, til glede, undring og overraskelse.

MEDARBEIDERSKAP AKTIVITETER



Medarbeiderne er den aller viktigste ressursen på Trasoppklinikken. Å jobbe systematisk med arbeidsmiljø og fagutvikling er viktig som ledd i det pasientfokusterte arbeidet.

2018 Var et spennende år. Trivselsundersøkelsen understreker en engasjert personalgruppe. Sykefraværet ligger noe over landsgjennomsnittet. Det årwise personalseminaret er et høydepunkt faglig så vel som sosialt. I 2018 var temaet 12 trinn, mening med livet, språk som verktøy, narrative, uttrykk og faglig autonomi. Gjennom forelesninger, skrivekurs, gruppearbeid, slampoesi, trommer og scenesamtaler ble det jobbet faglig i to dager.



Foto til venstre

*Et lite utdrag fra
personalseminaret:*

*Psykiater Shahram Shaygani
begeistret forsamlingen med
foredrag om «Å leve, ikke
bare overleve. Betydningen
av mening i behandling.»*

*Psykolog Carina Sønsteby
og psykiater Hiep Tran
diskuterte handlingsrom for
faglig skjønn i en tid med mye
fokus på rapporteringskrav.*

*Forfatter Vigdis Hjort holdt et
engasjert foredrag om det å
bruke tekst i arbeidet med å
forstå seg selv.*

*Sofie Frost introduserte
forsamlingen for slampoesi.
En stor opplevelse!*

Foto til høyre

*Sykepleier Linda Douat
Jensen og kokk Øystein
Strand deler erfaringer
i en pause.*



Til Venstre:

Et lite skriveverksted – stor kreativ produksjon! Under Kjersti Bronken Senderuds kyndige ledelse skrev alle en tekst med tittelen «Mitt vindu». Noen delte tekstene med fellesskapet, og man ble kjent med nye sider med kolleger.

Til høyre:

Vår erfarne teamleder og familierapeut Xenie Bergmann ledet sammen med ARP teamet for øvrig, et stort gruppearbeid med fortolkning av trinnene. Arbeidet kunne senere brukes i en revisjon av trinnene i behandlingen



SAMARBEIDSPROSJEKT MED OSLO MET

KROPP OG BEVEGELSE ET SAMARBEIDSPROSJEKT

I 2018 inngikk Trasoppklinikken et samarbeid med Oslo Met med mål om å etablere Trasoppklinikken som et permanent praksissted for fysioterapistudenter.

Klinikkleder Anita Ellefsen forteller om bakgrunnen: «Å leve som rusavhengig er krevende både fysisk og psykisk, og ruslidelser er en betydelig helseutfordring som har store konsekvenser for enkeltindivider og samfunnet. Rusavhengighet er en kompleks tilstand, og mange mangeårige rusmisbrukere mangler en grunnleggende følelse av tilhørighet. På Trasoppklinikken har det over tid vokst frem en erkjennelse av behov for mer kunnskap om, og søkelys på betydningen av fysisk aktivitet og hvordan dette kan ha betydning på fysisk form, livskvalitet og sosiale relasjoner.

I samtaler med ansvarlige for profesjonsutdanningen for fysioterapeuter i Oslo, ble vi klare over at vi hadde noen felles mål, eller samfunnsoppdrag, som vi kunne jobbe sammen om. Oslo Met er den betydeligste utdanningsarena for fysioterapeuter i Norge. Førsteamanuensis Hilde Sylliås sier at fysioterapiutdanningen er under endring, og studentene skal tidlig møte sårbare og utsatte mennesker. «Gjennom en helhetlig tilnærming med fokus på å bedre funksjon i hverdagen, kan fysioterapeuter, ved hjelp av blant annet bevegelse og fysisk aktivitet, legge til rette for at personer med rusbakgrunn kan oppleve mestring og få kroppslige erfaringer som kan ha betydning for egenutvikling».

Sylliås sier videre at dette samarbeidet er i tråd med nasjonale føringer om mer og bedre samarbeid mellom høyeew utdanning og samfunn.

Prosjektmidler har muliggjort en deltidsstilling, som i tillegg til å følge opp studentene, skal utvikle en samarbeidsmodell som er bærekraftig. Samarbeidet bidrar til bedre pasientbehandling, og til bedre utdanning.

I alt 8 studenter har vært på klinikken. Hver student er her i to måneder, og holder undervisning, har opplegg ute og inne med fysisk aktivitet i tillegg til deltagelse i grupper og individuell pasientbehandling.

Erfaringene fra prosjektet skal presenteres på på flere konferanser.

*Klinikkleder
Anita Ellefsen*



*Førsteamanuensis
Oslo Met, Hilde Sylliås*



FYSISK AKTIVITET I RUSBEHANDLING

- *Anbefales i nasjonale retningslinjer*
- *Fordi det gir generelle og spesifikke gevinster, har effekt på psykiske lidelser*

REISEBREV FRA HAZELDEN

*Bente Myklebust og Eva Soløy besøkte
Hazelden Betty Ford klinikken i august 2018.
Her avbildet ved South Center Lake.*

Fra Eva og Bente

*Hazelden Betty Ford ligger i Center
City, Minneapolis.*

*I august 2018 var vi så heldige å få ta turen
over Atlanteren for å besøke Hazelden Betty
Ford, Center city - Minneapolis, et av verdens
mest kjente og største behandlingstilbud
innen rus og avhengighet. Målet med turen
var å få inspirasjon og å sammenligne
behandlingstilbud i USA vs Norge.*

Hazelden har totalt 1500 ansatte hvorav 900 er ansatt i Center City. De ansatte hadde høy grad av spesialisering. Den tverrfaglig gruppen bestod av sykepleiere, leger, psykiatere, psykologer, spirituell terapeut, sosialfaglige samt rusteraputer. Noe å merke seg var at ca 60% av de ansatte hadde egenerfaring. Personalet med egenerfaring uten formell utdanning fikk et eget utdanningsløp. Det gikk over en toårs periode med en kombinasjon av teori og praksis i avdelingene. De kunne da virke som rådgivere og gruppeterapeuter.

Hazelden er også en velkjent og velrennomert utdanningsinstitusjon og de ansatte fikk spesialisering gjennom et eget program på Campus.

Vi hadde fem intensive dager med tett program fra 08:00 til 17:00 hver dag. Programmet var en kombinasjon av undervisning, observasjonsdeltakelse i avdelingene samt deltakelse i familieprogrammet.

Obligatorisk for pasienten var to forelesninger hver dag samt gruppemøter på avdelingen, og 2-3 AA møter hver uke. Vi erfarte et fascinerende bredt gruppetilbud hvor 12- trinn var godt integrert i alle grupper.

I tillegg til et bredt behandlingstilbud var selve stedet plassert i natur-skjønne omgivelser. Hazelden er plassert i et enormt parkanlegg med utallige turmuligheter.

En inspirerende og lærerik tur, med godt faglig påfyll. Til tross for stor forskjell i størrelse, erfarte vi mange likhetstrekk mellom Trasoppklinikken og Hazelden Betty Ford. Samtidig tok vi med oss ny inspirasjon til videreutvikling og forbedring av eget 12 trinns program.



HAZELDEN BETTY FORD

Amerikansk stiftelse, etablert allerede i 1949

Største ikke-kommersielle rusavvennings-
klinikk i USA med 17 lokalisasjoner i USA
og eget forskningscenter

NOEN AV TILBUDENE VED HAZELDEN BETTY FORD

- *Co-occurring Group (komorbide lidelser)*
 - *Healthy Relationship Group*
 - *Skill Building Group*
 - *Food and Body Awareness Group (female only)*
 - *Seeking Safety group (female only)*
 - *LGBT Group*
 - *Tobacco Recovery group*
 - *Wellness Group (mindfulness, relaxation, Yoga)*
 - *Chronic Pain Group*
 - *Opioid Support Group*
 - *Egne spirituelle grupper*
 - *Family group*
-

HUSET I SKOGEN

Etablert 1951 av personer engasjert i Anonyme Alkoholikere. Først lokalisert i Ullernshausseen 92, deretter i Vingolfveien 12 og siden 1968 i Trasoppterrassen 25.

HAGEN VÅR



Det er kjent at de fysiske omgivelsene -uterommet- har betydning for livskvalitet og helse. Akkurat hva det er i et naturstimuli som bidrar positivt er ikke like lett å få fatt i. Noe handler om mulighet til å bruke uterommet. Men forskning viser at det er mer enn det. Uterom kan i seg selv virke rekreasjons. Landskapsarkitekter og psykologer som jobber med dette ringer rundt landskap som ikke er tatt vare på og gjengroddhet som vesentlige faktorer når de skal peke på forhold som virker negativt.

Trasoppklinikken ligger fantastisk til med grense inn til Østmarka og med utsyn over hele Oslo by. Her er rikelig med naturlige, grønne, omgivelser.

Dette må tas vare på!

I 2018 startet arbeidet med å utbedre de fantastiske uteområdene rundt klinikken. Grunntenkningen er at estetikk i seg selv betyr mye for pasientens velvære.

Hvis inntrykk fra sansene er råstoffet i tanker og følelser, da må kvaliteten i de visuelle inntrykkene gjenspeile denne betydningen.

Gartner Gro Huvestad er en engasjert dame som selv bor på Trasopp.

Da klinikken tok kontakt, kjente hun området.

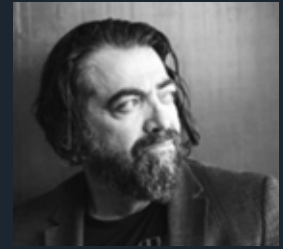
svært godt, og var gnistrende engasjert fra første samtale.

Gro Huvestad har tegnet en uteroms-løsning for områdene som hensyntar at klinikken ligger vegg i vegg med marka og forsøker å la det naturlig gli over i parken. Uterommet er blitt både hyggeligere og mer tilgjengelig for pasientene, pårørende og personal.



Gartner med Gro Huvestad har med sin erfaring og kompetanse skapt kreative grønne løsninger.

FAG I UTVIKLING; KUNNSKAP OG FORSKNING



Shahram Shaygani

UTDRAG FRA 2018

- 5,56 legeårsverk, hvorav 3, 3 har spesialistkompetanse innen rus og avhengighets -medisin, 2 innenfor psykiatri og 1 innen allmennmedisin.
- 5 årsverk psykolog, hvorav tre er spesialister
- 3 årsverk sosionom
- 30,1 årsverk sykepleiere
- 9,7 årsverk knyttet til merkantil tjeneste, bo og service funksjoner

Trasoppklinikken ble i 2018 godkjent som utdanningsinstitusjon for leger i spesialisering i rus og avhengighetsmedisin (LIS) 2 medarbeidere tar videreutdanning ved Institutt for gruppeanalyse (IGA). En sykepleier er i videreutdanning i psykisk helsevern og en sekretær har tatt videreutdanning som helsekoordinator.

12 TRINNSBEHANDLING

12-trinnsbehandling oppsto i Minnesota i slutten av 40-årene I stor grad tuftet på erfaringsbasert kunnskap

Grunnleggende tenkning:

- Rusavhengighet kan behandles
- Rusavhengighet er en sykdom
- Rusavhengighet er en «no-blame» sykdom
- Målet er rusfri livsstil
- Deltagelse i 12 trinnsbaserte selvhjelpsgrupper

Hva er det egentlig vi vet? Hvordan vet vi at det vi vet er sant? Hva er forresten sannhet? Hvordan kan vi utvikle ny kunnskap?

Forskning og forskere forsøker å svare på disse spørsmålene. For første gang i Trasoppklinikken historie vedtok styre at klinikken skal være med på å utvikle ny kunnskap innenfor feltet rus og avhengighetsmedisin. Shahram Shaygani, vår tidligere klinikkoverlege, gikk over til en 50% stilling som forsker. Han skal i samarbeid med det medisinske fakultet ved Universitetet i Oslo gjennomføre et doktorgrads prosjekt som berører 12-trinnsbehandling. Oppstart blir i 2019.

12-trinnsbehandling ble utviklet som et livsstilsendingsprogram av Anonyme Alkoholikere (AA) i USA i 1935. Ifølge AA, er kjernen til 12-trinnsbehandlingen følgende:

- Erkjennelsen av maktesløshet ovenfor alkoholavhengighet.
- Rehabilitering gjennom en Makt større enn seg selv.
- Tilknytning til et felleskap med andre alkoholikere.
- Bistå andre alkoholikere til edruskap.

Metoden som var ment som en selvhjelpsgruppe, fikk senere innpass i en del klinikker som drev med rusbehandling. Trasoppklinikken er en av disse klinikkene som tilbyr 12-trinnsbehandling.

12-trinnsbehandling har hjulpet millioner av mennesker ut av rusavhengighet og i dag, anbefales av Helsedirektoratet. Metoden er unik fordi den ser på rusavhengighet som en medisinsk, men også åndelig/eksistensiell sykdom.

Den åndelige delen av programmet har vekt begeistring, men også skepsis blant behandlere, pasienter og pårørende. Noen likestiller den åndelige med «det religiøse», men andre har en mye beredere forståelse av begrepet.

Gjennomgåelse av forskningslitteratur viser at begrepet «åndelig», som er svært integrert i 12-trinnsbehandling, er lite utdypet og forstått. Tilsynelatende ser det ut som at alle snakker om det samme, men er det «åndelige» bare et fenomen, og har i såfall alle samme forståelse av dette?

I det nyoppstartede forskningsprosjektet til Shaygani, skal nettopp dette belyses; altså hvordan det åndelige aspektet uttrykkes, gir mening og virker i tilfriskningen av rusavhengighet. Slik kunnskap kan være med på å gjøre 12-trinnsbehandlingen mer tilgjengelig og forståelig for behandlere og pasienter.

18

TRASOPPKLINIKKEN

Trasopterrassen 25
0672 Oslo

Telefon

23 34 82 00

Telefaks

22 76 09 60

Epost

post@trasoppklinikken.no

Nettside

www.trasoppklinikken.no