

Rehabilitering av strokepatienter

CPR- och KPR-konferens 2022, SPF Seniorerna Skånedistriktet
221114, Eslöv

Hélène Pessah-Rasmussen

Överläkare, docent, sektionschef

VE rehabiliteringsmedicin

VO neurologi, rehabiliteringsmedicin, minnessjukdomar och geriatrik

Dagens presentation

- Rehabiliteringsmedicin Sus
- Personcentrerade sammanhållna vårdförlopp: PSVF
- Vad är stroke?
- Strokerehabilitering
- Strokevårdkedjan
- ”Egenvård”

Rehabiliteringsmedicin



i Malmö

ESD/ "stroke-hemrehab"

*Rehabpersonal
Neuro*

På Orup

*Slutenvård, Öppenvård
Ryggmärgskadeenhet
Hjärnskadeenhet*

*Enhet för stroke och komplexa
tillstånd*



i Lund

*Öppenvård: rehabiliteringsmedicin
mottagning (RMM)*

ESD/ "stroke-hemrehab" fom nov -22

*Slutenvårdsavd from våren
2023*

Rehabpersonal Neuro och NK

Personcentrerade sammanhållna vårdförlopp: PSVF

Staten och Sveriges Kommuner och Regioner (SKR) har tecknat en överenskommelse om att ta fram personcentrerade och sammanhållna vårdförlopp inom olika sjukdomsområden i syfte att skapa en jämlik och effektiv vård baserad på bästa tillgängliga kunskap.

Kriterier för vårdförlopp

- De personcentrerade och sammanhållna vårdförloppen ska utgå ifrån tillförlitliga och aktuella kunskapsstöd och därmed baseras på bästa tillgängliga kunskap om vård och behandling. Syftet är att patienter ska uppleva en mer välorganiserad och helhetsorienterad process utan onödiga väntetider i samband med utredning och behandling. På så sätt ska patienternas livskvalitet och nöjdhet med vården förbättras och vården bli mer jämlik och jämställd.

Aktuella PSVF

- **Stroke och Tia tidig resp fortsatt, vuxna:**
implementering på gång

[Personcentrerat och sammanhållet vårdförlopp Stroke och TIA - tidiga insatser och vård
\(d2flujgsl7escs.cloudfront.net\)](https://d2flujgsl7escs.cloudfront.net)

[Personcentrerat och sammanhållet vårdförlopp Stroke och TIA - fortsatt vård och rehabilitering
\(d2flujgsl7escs.cloudfront.net\)](https://d2flujgsl7escs.cloudfront.net)

- **Förvärvad traumatisk hjärnskada, alla åldrar:** remiss
hösten 2022

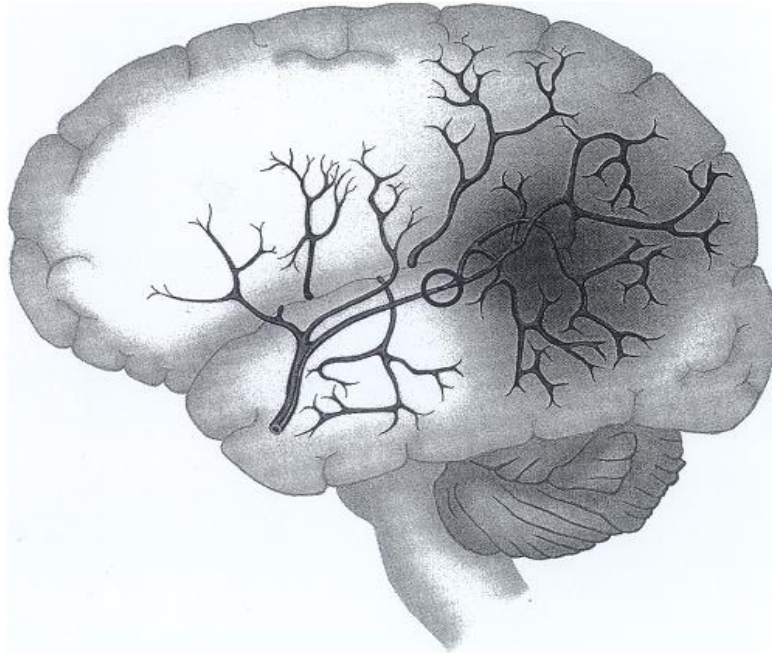
Personcentrerade sammanhållna vårdförlopp: PSVF Stroke och TIA

- Efter vård på strokeenheten är en del patienter behov av ytterligare rehabilitering. Den kan ske som en integrerad del i strokeenhetsvården, i hemmet, i öppen vård eller i annan form beroende på omfattning och behov. Det är viktigt att kunna erbjuda en personcentrerad rehabilitering och tillgång till ett multidisciplinärt team där personalen har särskild kunskap om stroke.

Strukturerad uppföljning

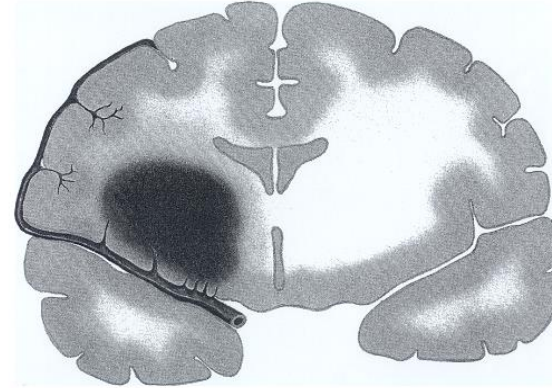
- Personer som har genomgått stroke eller TIA är i behov av livslång uppföljning av medicinska åtgärder samt omvårdnads- och rehabiliteringsinsatser. Uppföljningen innebär att en helhetsbedömning görs utifrån personens aktuella situation och uppsatta mål. Vårdinsatserna utvärderas löpande och stäms av med personen med hjälp av ett så kallat patientkontrakt.

Stroke (slaganfall)

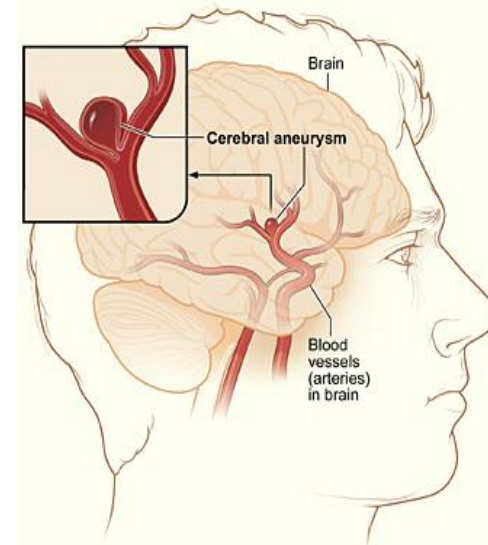


Hjärninfart; Propp
85%

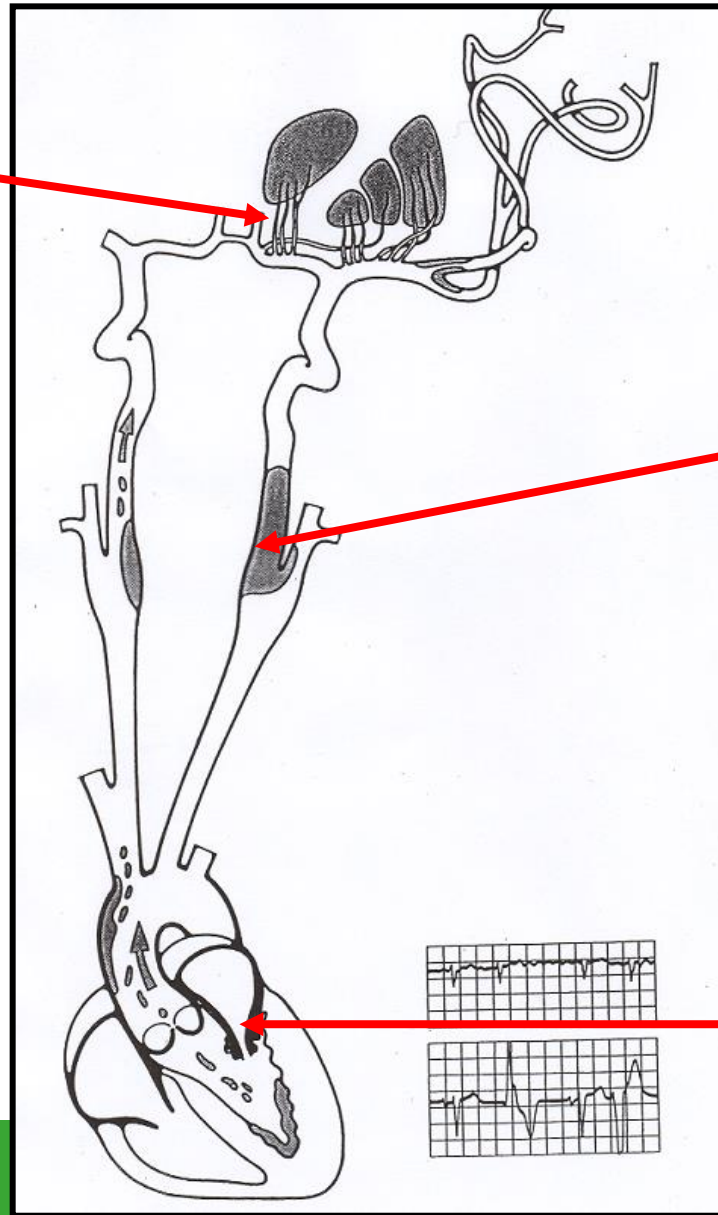
Intracerebral blödning;
Hjärnblödning, 10%



Subaraknoidalblödning.
hjärnhinneblödning 5%



Småkärls-
sjukdom



Storkärls-
sjukdom

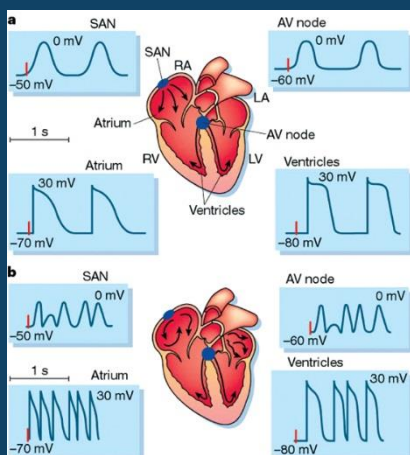
Kardiell
emboli

Hjärninfarkt
/Propp

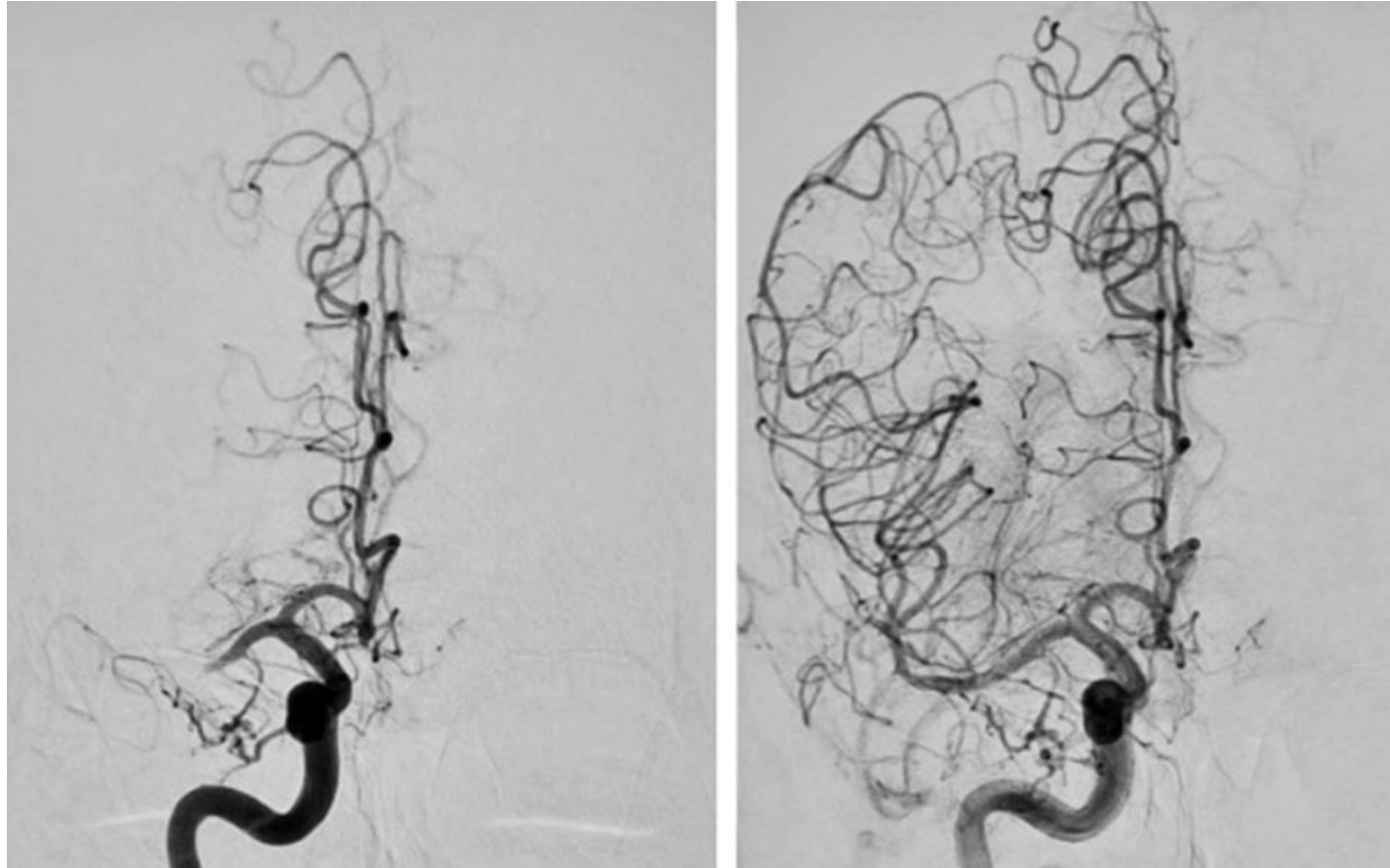


LUNDS
UNIVERSITET

Att förebygga stroke är den bästa strokebehandling



Akut strokebehandling: stor medicinsk framsteg!

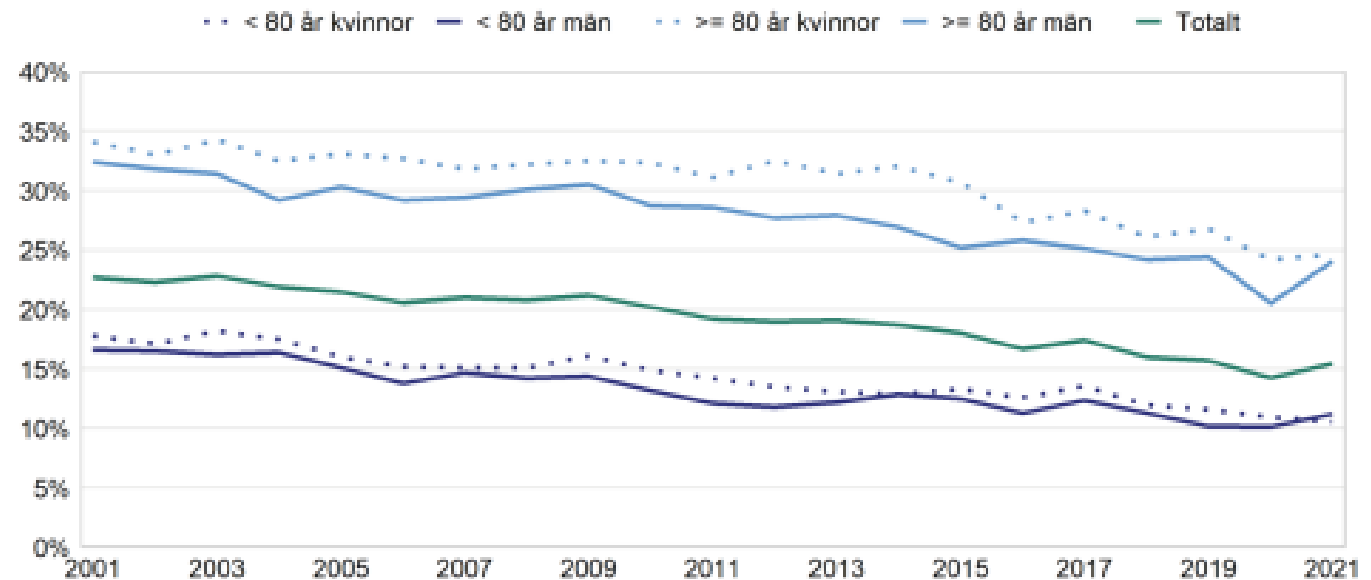


Allt färre stroke med bättre utfall!

. avlidna inom 90
dagar: 17 %
(2021)

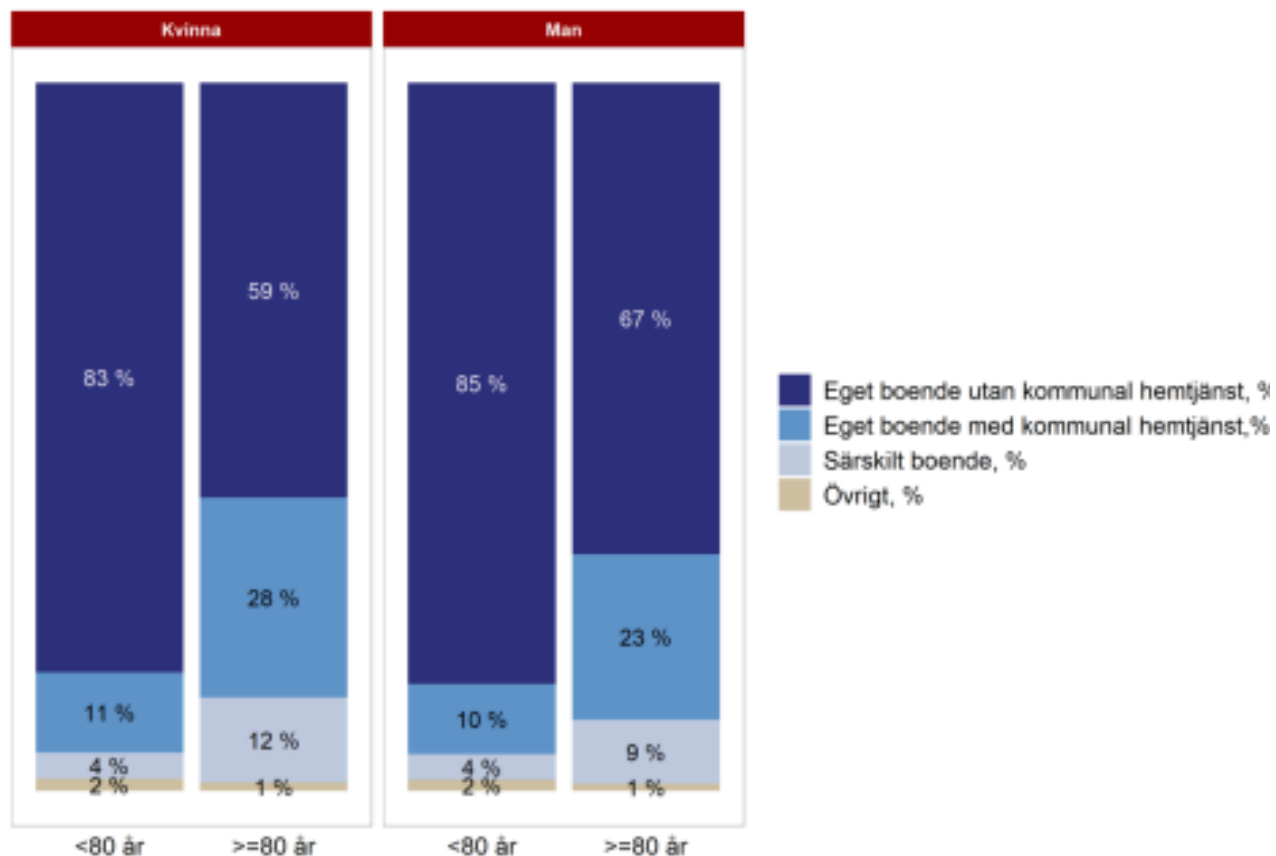
*Riks-stroke,
årsrapport 2021*

Andelen patienter som är ADL-beroende 3 månader efter insjuknandet



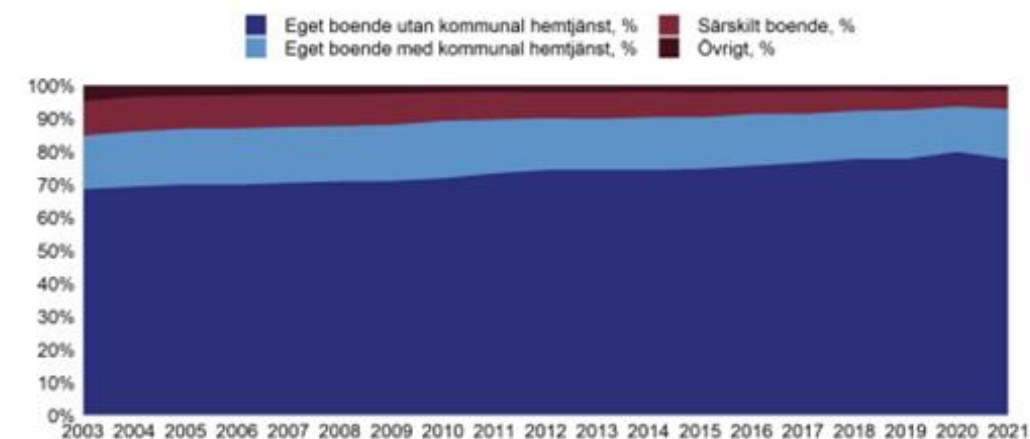
Figur 51. Utvecklingen under 2001–2021 av andelen patienter som 3 månader efter insjuknandet uppgav sig vara ADL-beroende. Uppdelat på kön och ålder samt totalt. Beräkningarna baseras enbart på personer som före insjuknandet var ADL-oberoende.

Patienters boende 3 månader efter insjuknandet, kön- och åldersuppdelat



Figur 55. Patienters boende 3 månader efter strokeinsjuknandet, uppdelat på män respektive kvinnor, under och över 80 år gamla vid insjuknandet. Enbart patienter med eget boende och utan hemtjänst före insjuknandet. Nationell nivå 2021.

Patienters boende 3 månader efter insjuknandet



Figur 54. Patienters boende 3 månader efter strokeinsjuknandet, 2003–2021. Enbart patienter med eget boende utan hemtjänst före insjuknandet.

I åldrar upp till 80 år finns inga skillnader mellan män och kvinnor i andel särskilt boende, och även i högre åldrar var könsskillnaden liten. boende och hemtjänst. Andelen med eget boende utan hemtjänst var större för män än kvinnor, särskild i högre åldrar; andelen som hade eget boende med hemtjänst var även större för män än för kvinnor. (Figur 55).

Mera statistik!

- https://www.riksstroke.org/wp-content/uploads/2022/11/Riksstroke_Arsrapport_2021.pdf.pdf
- Värdefullt även att titta på den senaste 1-årsuppföljningen

Strokerehab börjar i samband med insjuknandet.

Det långsiktiga utfallet beror i hög grad på:

Vem- det drabbar

- Olika förutsättningar, förmågor?
- Tidigare stroke, demens?
- Mål?

Var- i hjärnan

- Olika delar av hjärnan "olika egenskaper"

Hur mycket

- Skadans omfattning



Rehabilitering

...tidiga, samordnade och allsidiga insatser från olika kompetensområden och verksamheter

...bidra till att en person med förvärvad funktionsnedsättning, utifrån behov och förutsättningar, återvinner och bibehåller bästa möjliga funktionsförmåga

...skapa goda villkor för ett självständigt liv och ett aktivt deltagande i samhällslivet

...arbetslivsinriktade, medicinska, pedagogiska, psykologiska, sociala och tekniska som kombineras utifrån den enskildes behov, förutsättningar och intressen

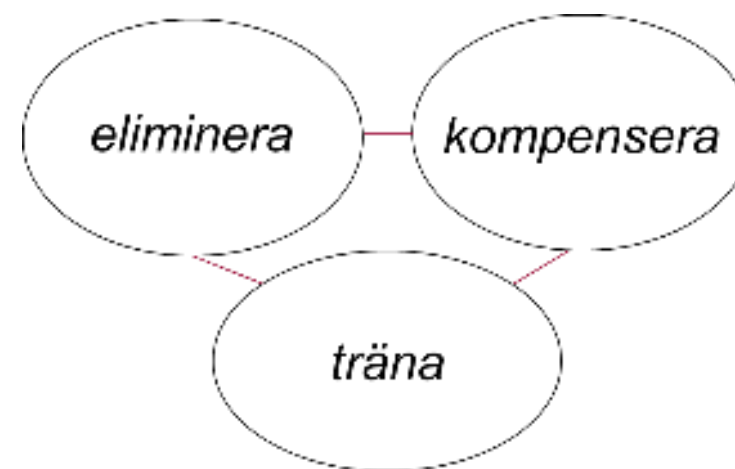
Socialstyrelsen



Skånes universitetssjukhus
En del av Region Skåne

Hörnstenar i rehabiliteringen:

- Eliminera/reducera
 - Smärta
 - Kris, depression...
- *Insiktshöjande åtgärder*
- Träna
 - Funktioner (Fysiska, Kognitiva mm)
 - Strategier (förflyttning, energibalans...)
 - Att klara en specifik aktivitet (uppgiftspecifik)
- Kompensera
 - Minnesdagbok
 - Hjälpmedel, bostadsanpassningar
- Ge stöd!!!!
 - förändrad livssituation? Livsomvälvande händelse?
 - hälsosam livsstil



Aktivitet och delaktighet

- Aktiviteter i dagliga livet – ADL
- Relationer, sociala kontakter
- Intimitet, samlevnad, sex
- Fritid
- Bilkörning och vapeninnehav
- Arbete

Rehabiliteringen ska "stödja" återhämtningen efter stroke

Återställning

- Hjärnskadan läker ut helt, "utan ärr"

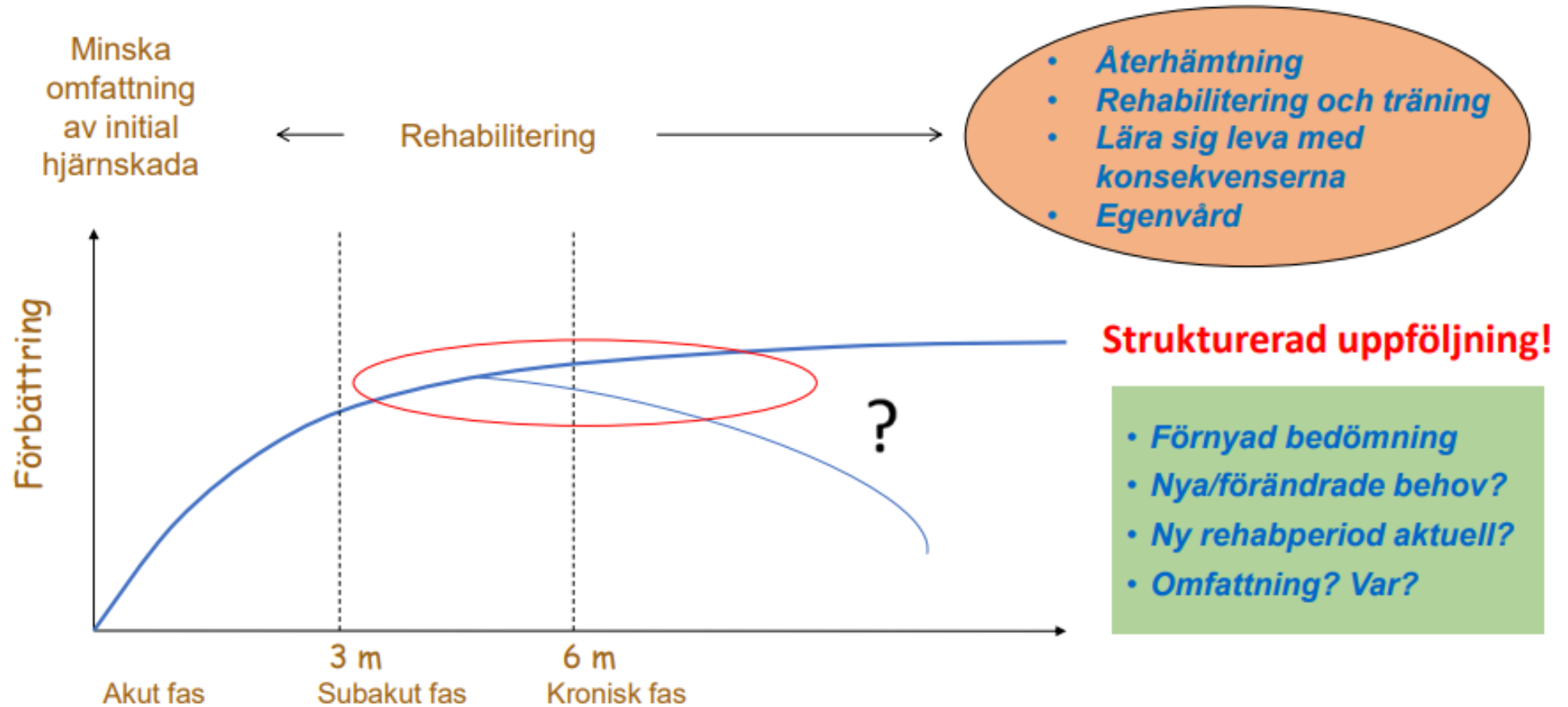
Ersättning

- Den friska delen av hjärnan reorganiseras och nya delar av hjärnan "lär sig" den förlorade förmågan

Kompensation

- Man lär sig att överbrygga skillnaden mellan den påverkade förmågan och kraven

Rehabilitering efter stroke – en process!



Träning av funktion och/eller aktivitet

- i rätt tid, på rätt plats
- individualiserad
- meningsfulla aktiviteter
- uppgiftsspecifik
- kontinuitet
- repetition
- hög belastning (så mycket man orkar)
- målinriktad
 - realistiska mål, förankrade i patientens verklighet
- tidsbegränsad
 - återkommande träningsperioder



Närstående...

- information och praktisk handledning.
- möjlighet till krisbearbetning,
- Möjlighet till avlastning genom olika bistånd enligt SOL.
- Kommunens anhörigstöd och patientorganisationerna kan vara av stor betydelse

Förutsättningar för rehabilitering: Att Vilja

- Motivation
- Initiativ
- Mål: klara vardagliga aktiviteter, återgå i arbete, meningsfull fritid...



Förutsättningar för rehabilitering: Att Orka

- Psykiskt och fysiskt
 - Prioritera att göra meningsfulla saker
 - Balans mellan vila och aktivitet



Förutsättningar för rehabilitering: **Att Kunna**

- Stöd på olika sätt...
 - Eliminera (smärta, infektioner, störande moment...)
 - Träna (fysiskt, mentalt, tillämpa...)
 - Kompensera (strategier, hjälpmedel...)



Förutsättningar för rehabilitering: **Att våga**

- Stöd på olika sätt...
- Psykosocialt stöd
- Hjälpmedel, bostadsanpassningar
- Ledsagare
- ...



Vårdkedjan...



Var bedrivs det strokerehabilitering i Skåne?: ”Slutenvård”

- **Strokeenhet** (Malmö, Lund, Ystad, Trelleborg, Landskrona, Helsingborg, Ängelholm, Kristianstad, Hässleholm)
- Slutenvårdrehabilitering inom specialistsjukvården: Rehabiliteringsmedicin Sus (Orup), Hässleholm, Ängelholm), hjärnskadeenhet(Sus Orup). Geriatrik ??
- Slutenvårdsrehabilitering i kommunal regi: ”kortidsboende” (biståndsbeslut)

Inför utskrivning från strokeenheten

- [Samverkan vid SIP eller utskrivning från slutenvård -
Vårdgivare Skåne \(skane.se\)](#)

Samverkan vid utskrivning (SVU)

- Samverkan vid utskrivning från slutna hälso- och sjukvård är en lagstyrd process som syftar till att personer ska få en snabb och trygg utskrivning.
- För att detta ska ske behöver berörda vårdaktörer samverka i en planeringsprocess tillsammans med den enskilde. Planeringsprocessen innehåller flera moment som:



Samverkan vid utskrivning (SVU) (forts)

Planeringsprocessen innehåller flera moment som:

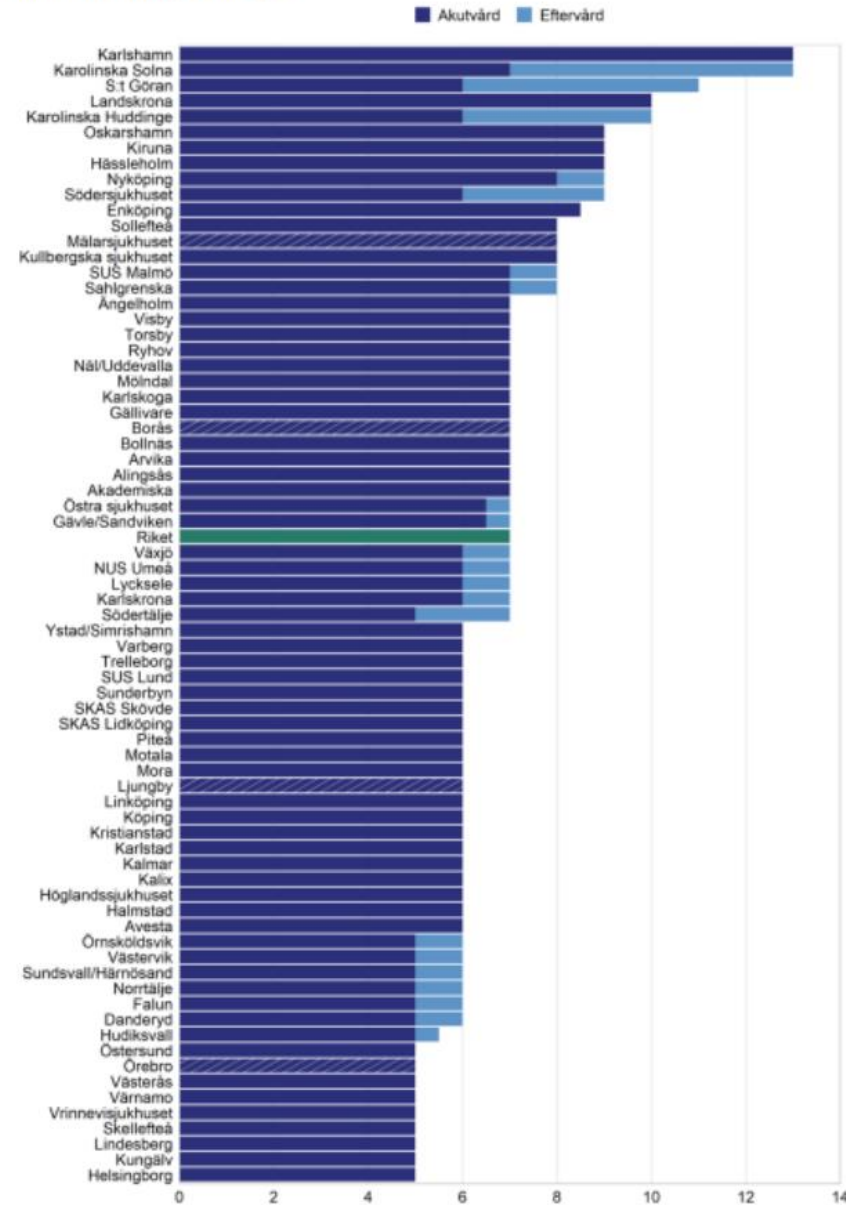
- inskrivningsmeddelande,
- kartläggning,
- utskrivningsklar,
- ställningstagande till SIP,
- ställningstagande inför utskrivning.
- Planeringsprocessen kan resultera i en samordnad individuell planering då en SIP upprättas och denna kan i de flesta fall ske efter utskrivning.



Samordnad individuell plan (SIP)

En SIP ska göras när den enskilde har behov av insatser både från socialtjänsten och hälso- och sjukvården och när samordning av insatser kring en enskild individ behövs. En SIP behöver inte föregås av en slutenvårdsepisod utan kan med fördel användas som ett proaktivt verktyg.

Medianvårdtider, antal dagar



Figur 28. Medianvårdtid (dagar) i akutvård och i regionfinansierad eftervård per sjukhus 2021. Sjukhus med osäkra data har streckade staplar. Osäkra data innebär att täckningsgraden är mindre än 75 %.

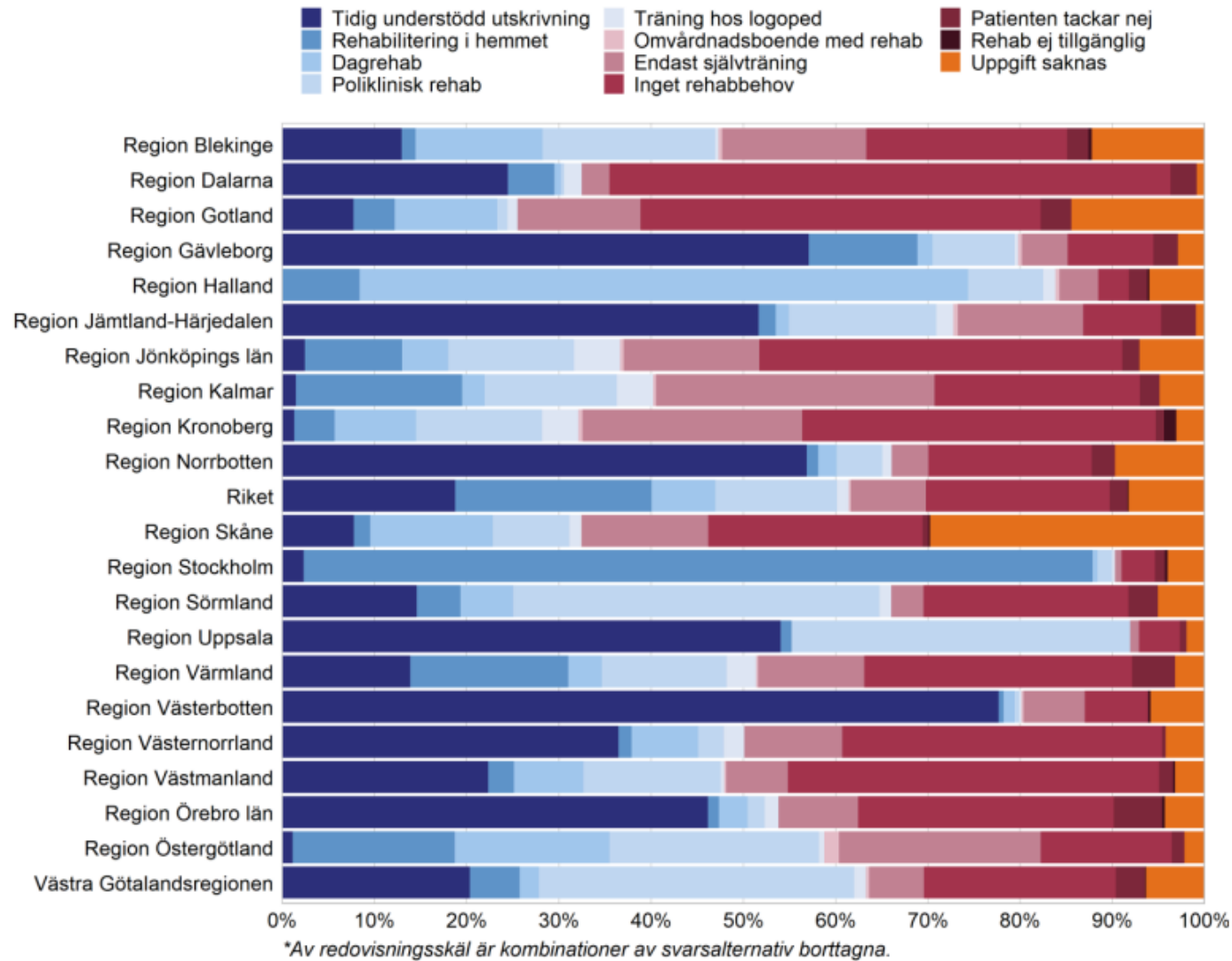
Vård på strokeenhet

MEDIANVÅRDTIDER
Riks-stroke, årsrapport 2021

Var bedrivs det strokerehabilitering i Skåne?: Efter ”slutenvård

- I hemmet (hemrehabilitering): **specialistnivå (ESD)**, Kommun (enl hälso-och sjukvårdslagen men ”delvis” biståndsbeslut).
- Dagvård eller motsvarande; teambaserat: specialistnivå, primärvårdsnivå
- ”Poliklinik”:
 - primärvård (fysioterapeut, arbetsterapeut, kurator, psykolog, dietist, läk, ssk)
 - Logopedverksamhet
 - Specialistnivå tex ”botulinum toxin”
- Arbetsplatsen (arbetsträning): flera aktörer utanför sjukvården
- **I vardagen/egenvård**

Planerad rehabilitering efter akutvård och eftervård hos dem som skrevs ut till eget boende*



Figur 46. Andelar med planerad rehabilitering hos de patienter som skrevs ut till eget boende per region 2021.

Riks-stroke,
årsrapport 2021

Var bedrivs det bedömning avseende ev behov av **strokerehabiliterings** ?

- Specialistsjukvården:
 - under slutenvårdsperioden
 - I öppenvård: rehabiliteringsmedicin, neurologi, geriatrik??
 - En del av de bedömningar som ska göras inom ramen för den strukturerade uppföljning
- Primärvård (fysioterapeut, arbetsterapeut, kurator, psykolog, dietist, läk, ssk)
- Logopedverksamhet

- Arbetsplatsen mm (arbetsträning): flera aktörer utanför sjukvården



2021, utskrivning till (på riksnivå)

78 % till eget boende

21% till särskilt boende.

1 % "övrigt"

Hemmet som vårdmiljö för rehab

- Rehabilitering i hemmet
 - Hemrehabilitering
 - Förstärkt hemgång
 - ...
-
- **Tidig understöd utskrivning... (ESD)**

ESD, definition

= Early Supported Discharge (tidig understöd utskrivning...)

= tidig koordinerad utskrivning och fortsatt rehabilitering i hemmiljö efter stroke

= "tidig specialist-strokehemrehab" ...

ESD, evidensbaserad rehabiliteringsmetod:

- Färre avlider eller måste ha hjälp med vardagliga behov
- Andelen minskar som är beroende av hjälp med sina personliga aktiviteter utan att kostnaden ökar på kort sikt

ESD, metod

Personal från strokeenheten ÄR MED under utskrivningsplaneringen OCH bedriver SPECIALISERAD REHABILITERING i hemmet

Teamet sätter upp mål tillsammans med patienten

Vårdtillfället avslutas när målen för rehabperioden/ är nådda (i snitt mellan 1 och 4-5 veckor)

Rehabpersonalen har rond med specialistläk en gång i veckan

Övriga specialistkompetenser adjungeras

ESD, rehabilitering:

Utgiftspecifik träning, främst ADL i hemmet och närmiljön, t.ex.

- äta, toalettbesök, påklädning, dusch/bad,
- matlagning, städning,
- handla matvaror
- förflytta sig inom- och utomhus, trappgång, transport med buss
- ...

ESD, dessutom:

att ge och följa upp information kring sjukdomen
psykologiskt stöd till patient och närstående.

praktiska råd kring anpassning och prioritering av aktiviteter,
sömn, trötthet, fysisk aktivitet och hjälpmedel.

samverkan med och handledning av tex kommunens
rehabpersonal, hemtjänst, närstående.

'Egenvård'

Betydelsen av att vara fysiskt
aktiv efter stroke

Att vara fysisk aktiv efter stroke

Inaktivitet

- Vanligare efter stroke än i befolkningen i övrigt
- 20%-70% upplever depression
- 40% uppger trötthet (fatigue)
- Orsaker till fysisk inaktivitet
 - Minskad tilltro till sin förmåga att röra sig
 - Otillräckligt stöd från sjukvården och samhället

Fysisk aktivitet efter stroke

Fysisk aktivitet har hälsobefrämjande effekter

- Förebygger andra sjukdomar, ökar välbefinnandet
- Återvinner och bibehåller bästa möjliga funktionsförmåga
- Bidrar till att bli så aktiv som möjligt i samhällslivet
- Förbättrar kognition

Regelbundet vara aktiv efter egen förmåga

- Vardagsmotion
- Stöd och råd angående lämpliga träningsformer, träningslokaler, recept på fysisk aktivitet

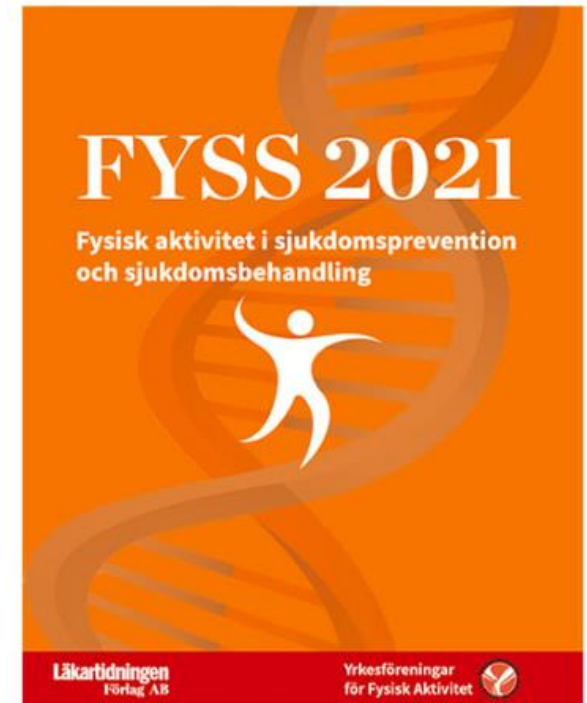
Viktigt att förbättra förutsättningarna i samhället så att personer med funktionshinder kan vara fysiskt aktiva!

Att vara fysiskt aktiv efter stroke

Rekommendationer

- Kondition
 - Promenader (stegräknare), cykling, gång på rullband
 - Dans, bassäng, rullstolskörning
- Styrka
- Balans, koordination
- Stretching, ledrörlighet

- Rådgivande samtal, recept på fysisk aktivitet



'Egenvård'

Strokerehabilitering i vardagen

- Hushållsarbete
- Fritidsaktiviteter
- Föreningsliv

Vad tränar man när man laddar diskmaskinen?

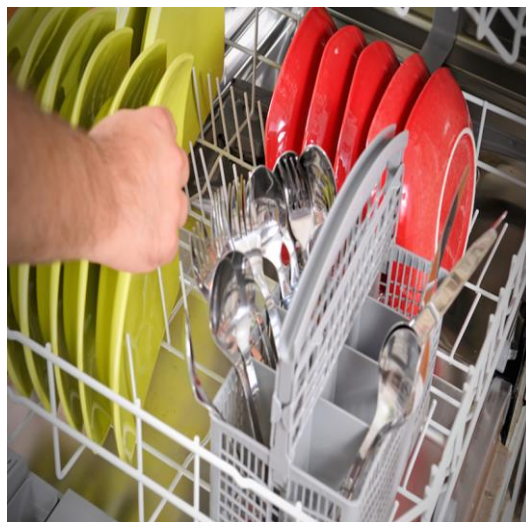
- Exekutiva funktioner
- Spatial förmåga
- Uppmärksamhet
- Koncentration
- Minne
- Muskelstyrka
- Uthållighet
- Greppförmåga
- Finmotorik
- Koordination



Exekutiva funktioner



Spatial förmåga, konstruktionsförmåga,



Muskelstyrka, uthållighet, koordination, greppförmåga



Uppmärksamhet, koncentration minne



Vad tränar man när deltar i ett möte med tex en strokeförening

- Exekutiva funktioner (tänka, planera, agera) Minne
- Uppmärksamhet
- Koncentration
- Uthållighet (och tillämpning av strategier för energi- och aktivitetsbalans)
- Språklig förmåga (läsa och skriva)
- Räkna

Vad tränar man när deltar i ett möte med tex en strokeförening

- Språklig förmåga (tala, lyssna)
- Talförmågan
- Kommunikation
- Social interaktion (bl a styra sina känslor, förstå och förhålla sig till sociala regler och begränsningar, arbeta tillsammans med andra för att lösa problem)
- Spatial förmåga(hitta (i) rummet...)

Vad tränar man när deltar i ett möte med tex en strokeförening

- Koordination
- Muskelstyrka
- Kondition

... och träning i ännu fler aktiviteter

- Åka buss
- Äta ihop
- Laga mat
- Promenera utomhus
- ...

Andra bra träningstips...

- Golf
- Promenad med barnbarn
- Yoga
- Laga mat
- Bjuda grannen på fika
- Trädgårdsarbete
- Studiecirkel
- Teaterbesök
-

