



### «Opplevinga av å bli lytta til og høyrd, er verdifull»

«Gi pårørende ei stemme». Slik startar lektor Ingvild Hollekve ved Institutt for barnevern, sosialt arbeid og vernepleie ved Høgskulen på Vestlandet (HVL) sin kronikk på nettstaden [forskning.no](http://forskning.no)

Å vere pårørende til menneske med kroniske sjukdommar og lidingar er spesielt krevande. Slike sjukdommar går ikkje over. Av og til blir symptoma til og med verre for kvar dag. Å leve tett på nokon som er sjuk, kan gå ut over helsa til den pårørende, både fysisk og psykisk.



Hollekve løftar fram poliklinikken ved Indre Sogn psykiatrisenter der ein har etablert eit ambulans tenestetilbod knytt til psykiske lidingar hjå eldre, psykogeriatrisenter og demens. Det tverrprofesjonelle teamet består av overlege Gro Selås, sosionom Bjørg Åsarmoen og nevropsykolog Mads Rekve. Dei reiser gjerne ut for å gjere vurderingar av pasientar i heimkommunen, set i gang behandling, og gi råd og rettleiing til pårørende/nærpersonar og pleiepersonale etter behov.

Mange pårørende fortel at dei har hatt positive møte med denne typen team. Endeleg har dei fått fortelle si historie. Endeleg har nokon tid til å høyre det dei har å seie. Ikkje minst har dei fått råd og rettleiing om korleis dei best kan meistre kvardagen sin.

For dei som ønsker å fordjupe seg i temaet, så har Helsedirektoratet nyleg utarbeidd ein [rettleiar om involvering av, og støtte til, pårørende](#). Rettleiaren understrekar at helse- og omsorgstenesta skal ha system og rutinar knytt til dette området.



### Lærings- og meistringstilbod reduserer bruken av helsetenester



Når du får helseproblem er kanskje noko av det viktigaste å finne ut koeis ein kan takle den nye livssituasjonen. For nokon kan det dreie seg om ein kort periode, men for mange dreiar det seg om langvarige helseutfordringar.

Stadig fleire får tilbod om å delta i ulike lærings- og meistringstilbod. Studiar viser at lærings- og meistringstilbod har god effekt og er nyttige for betre helse og meistring av kvardagen, samstundes som tilboda kan bidra til at kostnadane i helsetenesta kan reduserast. Til dømes har deltakarane over tid færre innleggingar knytt til både re- og akuttinnleggingar, færre konsultasjonar i poliklinikkar og hos fastlegen sin. Les meir om forskningsresultata på [Oslo universitetssykehus sine nettsider](#).

### Dra i gang lærings- og meistringstilbod i din kommune ?

[Håndbok for Mestringstreff](#) gir deg veiledning, tips og praktiske verktøy for å komme i gang. Boka er eit resultat av eit tverrfaglig prosjektsamarbeid for å legge til rette for kompetanseheving knytt til lærings- og meistringsaktivitetar i kommunane.

Anbefalingane i handboka som er basert på både forskning, fag- og erfarings- kunnskap, er testa ut i fleire pilotkommunar. Du kan no få den både i bokform, og i elektronisk versjon.

#### MESTRINGSTREFF

HÅNDBOK FOR ETABLERING AV ET DIMAGNOSERAMMENHENGIG  
LÆRINGS- OG MESTRINGSTREFF



## «Redefinerer» habilitering og rehabilitering

Helse- og omsorgsdepartementet har sendt på høyring forslag om å endre forskrift om habilitering, rehabilitering, individuell plan og koordinator § 3. Bestemmelsen inneheld definisjonen av habilitering og rehabilitering. Dei skriv mellom anna følgande:



«Tiltaket er en oppfølging av [«Opptreppingsplan for habilitering og rehabilitering 2017-2019»](#). Formålet med forslaget er å forsterke brukerperspektivet i tråd med målet om pasientens helsetjeneste, ved å tydeliggjøre i definisjonen at det er pasienten og brukerens mål for eget liv som skal legges til grunn ved utformingen av habilitering- og rehabiliteringstilbudet.

I tillegg skal definisjonen fange opp at habilitering og rehabilitering er prosesser som både kan være tidsavgrenset og av livslang varighet, og at behovet for tverrfaglig samarbeid og koordinering kan variere over tid i et forløp». Les meir på regjeringa sine [nettsider](#).

## Fagdag ungdomsmedisin

Som ledd i Helse Førde HF si satsing på ungdomsmedisin blir det arrangert ein [fagdag](#) der ein set fokus på tema knytt til behandling av ungdom. Målgruppa er helsepersonell som arbeider med ungdomar i aldersgruppa 13 - 25 år.

[Programmet](#) er variert og omfattar tema som kommunikasjon, meistring og kronisk sjukdom, rus, ungdommar sine rettar i helsetenesta, rettar i høve til opplæringslova og tidleg arbeidsliv.



## Høgskulen inviterer til kontaktsjukepleiarkurs torsdag 2. november

09:30 – 09:40	Velkomen! v/programansvarleg Bente Egge Søvde
09:40 – 10:15	Læreføresetnadar for studentar i praksis ved Bente E Søvde
10:30 – 11:30	Praksisplassen som læringsarena v/høgkulelektor Sara Osland
11:30 – 12:15	Lunsj (Høgskulen på Vestlandet spanderer)
12:15 – 13:30	Rettleiing av studentar v/høgskulelektor Sara Osland
13:45 – 14:30	Skikkavurdering v/instituttleiar Dagrun Kyrkjebø
14:30	Avslutning/oppsummering v/programansvarleg Bente Egge Søvde

Les meir om [påmelding](#).

## «Samhandling i vekslingsfeltet»

[Koordineringsrådet](#) som er eit administrativt samarbeidsutval for Helse Førde HF og kommunane i Sogn og Fjordane har bestemt at «Samhandling i vekslingsfeltet» blir det overordna temaet for Samhandlingskonferansen i mars 2018. «Tid & stad» blir kunngjort så snart det er bestemt.

Programkomiteén ønsker innspel til aktuelle tema/føredragshaldarar innan 12.11.17. Innspel kan sendast Rådsgjevar i KS [Sølvi Olrich Sørebo](#) og/eller Samhandlingssjef i Helse Førde HF [Stig Igland](#).

