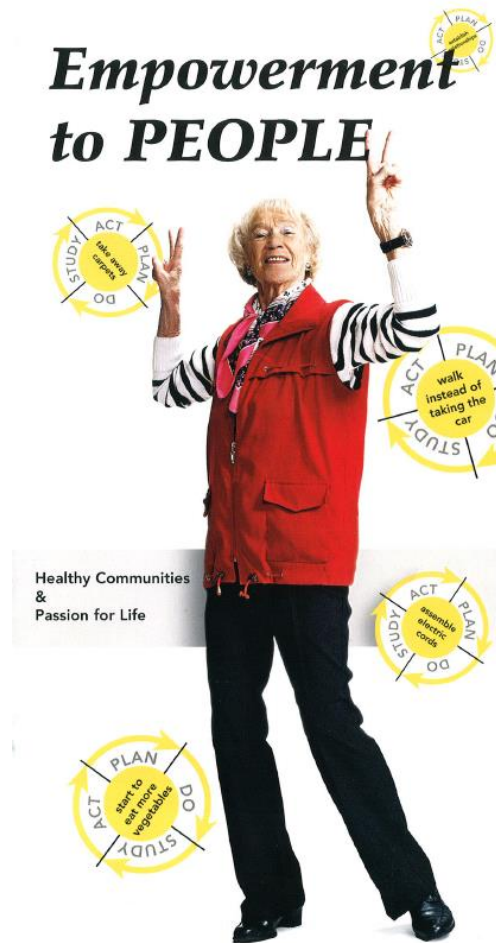


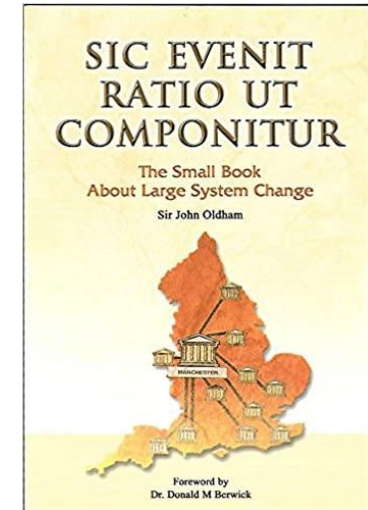
Lyst på livet og
Hva er viktig for deg?

En retningsendring

Bakgrunn



- England: Improvement Foundation
- Sverige: Sveriges kommuner og landsting + Qulturum i Jönköping
- Norge: Pensjonistforbundet + Kunnskapssenteret og Sandefjord kommune



Lyst på livet til Norge

Pilotprosjekt

- Forberedelsesfase i 2010
- Gjennomføring av pilotprosjekt i 2011
- Utvikling av materiell



Spredning

- Regionalt
- Nasjonalt

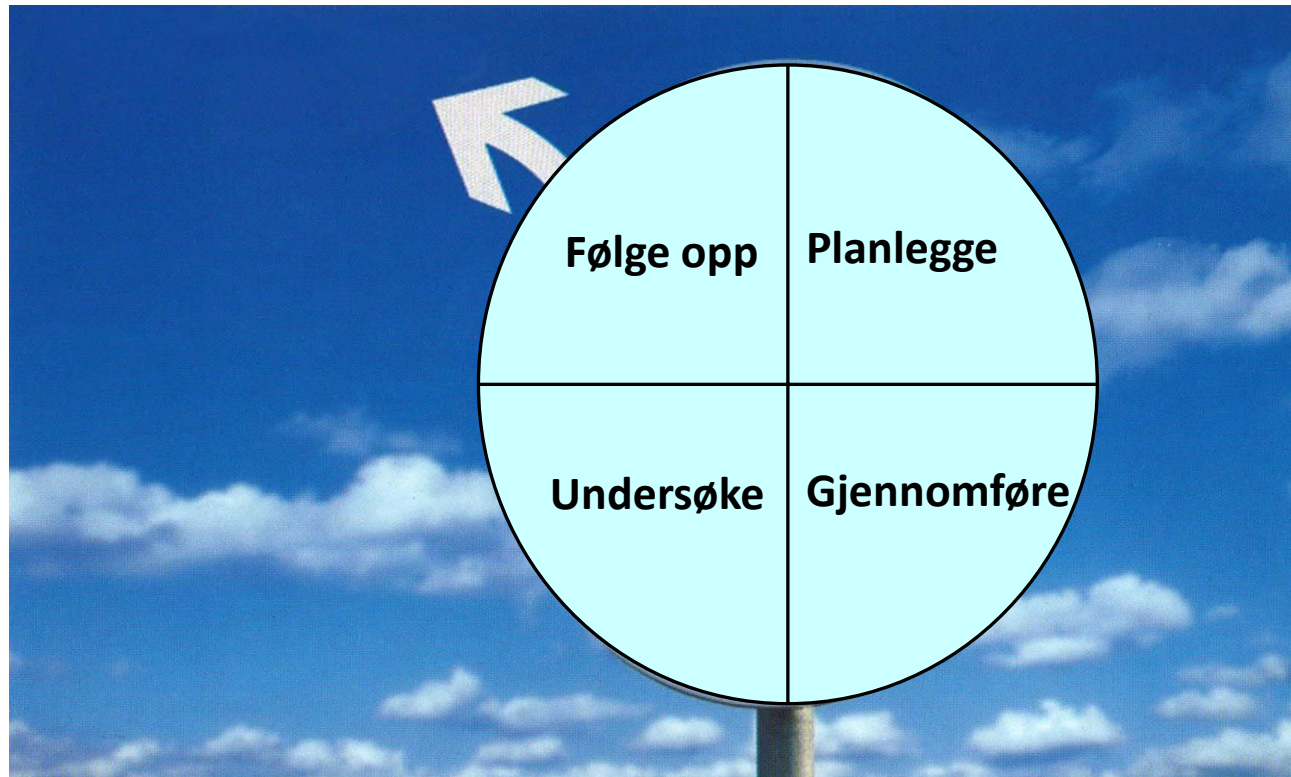


Målsetting med Lyst på livet

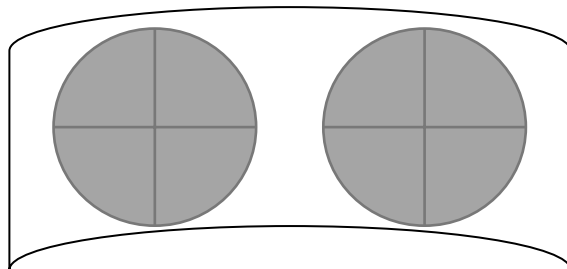
1. Å engasjere pensjonister til å styrke egen helse og livsglede
2. Sterk medvirkning fra pensjonister i forberedelse, gjennomføring og spredning
3. Skape engasjement og spre lyst på livet regionalt og nasjonalt



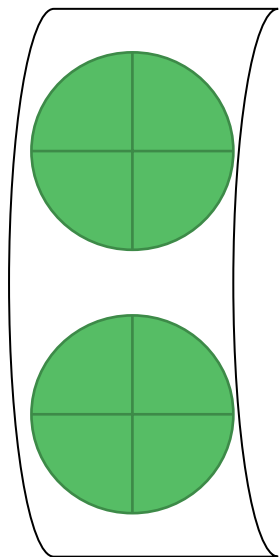
Ut av rundkjøringen – en liten bruksanvisning for hjernen



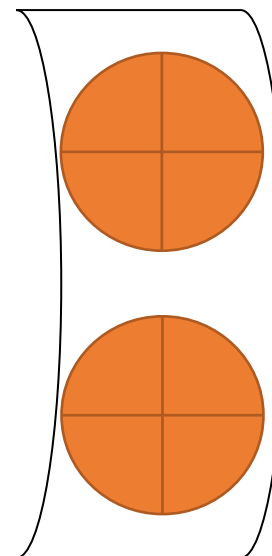
Sosialt
nettverk



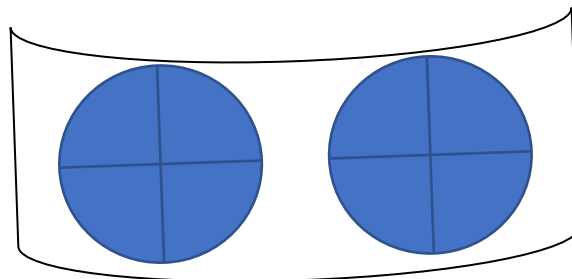
Mat og
drikke



Jeg er aktiv og
opplever at jeg
kan påvirke
situasjonen min

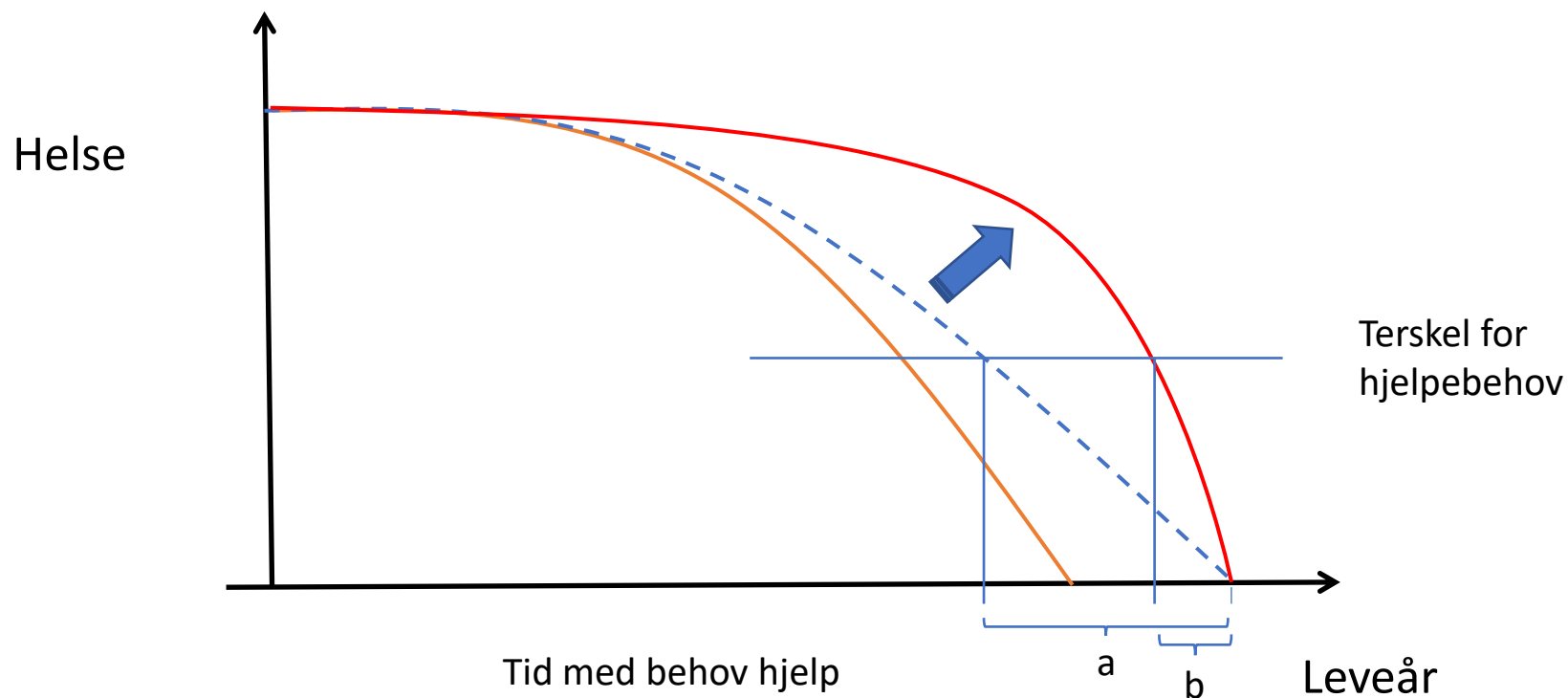


Sikkerhet og
trygghet



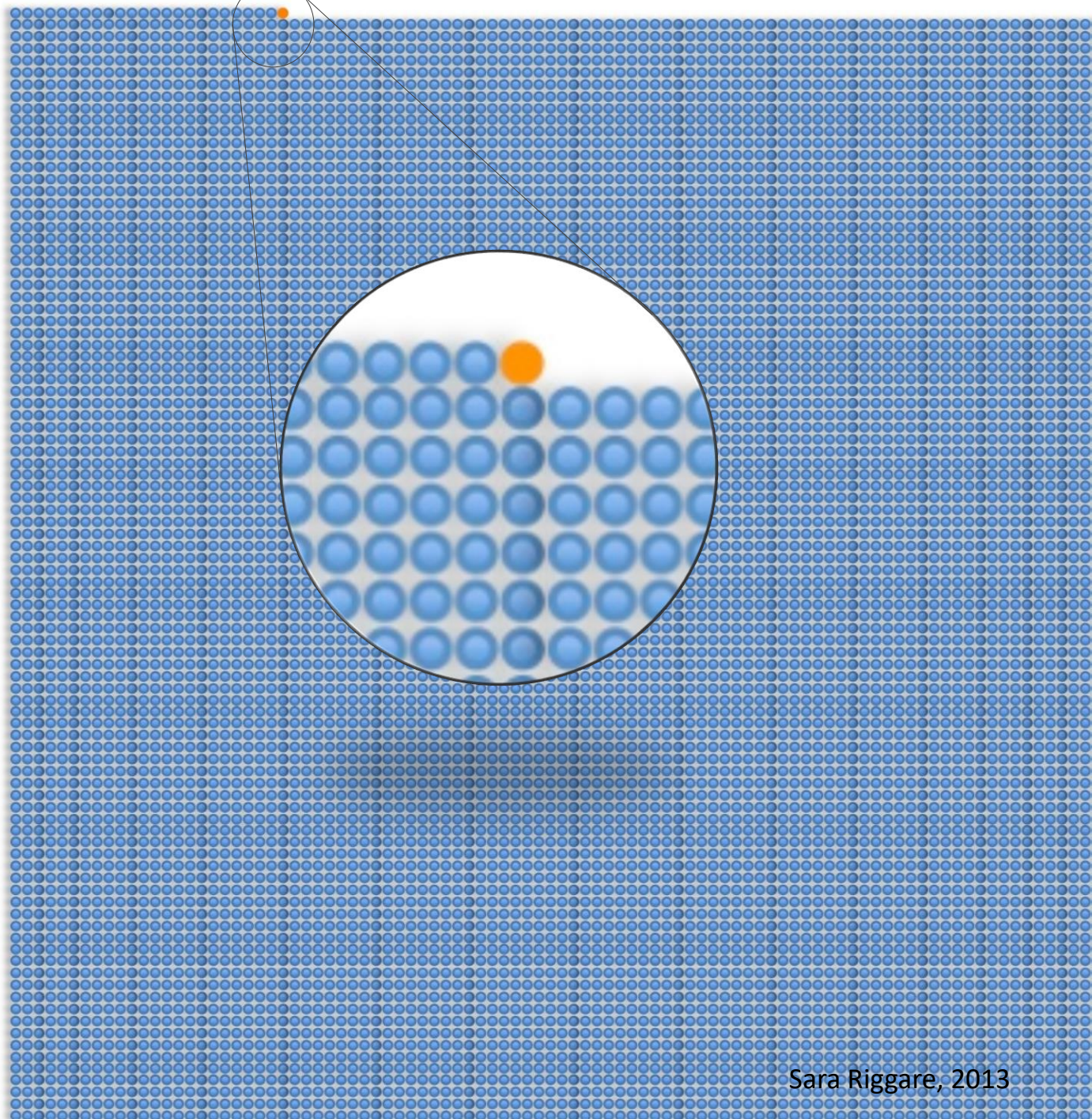
Fysisk
aktivitet

År til livet - eller liv til årene?



Mye tyder på at vi allerede lever lenger uten hjelpebehov (tredje alder). Eldrebølgen kommer, men ikke en tilsvarende bølge med økt behov for helsetjenester.

Spijker J, MacInnes J. Population ageing: the timebomb that isn't? [BMJ 2013 2013-11-12 23:30:47;347](https://doi.org/10.1136/bmj.2013.11.12.23.30.47.347)



Sara Riggare, 2013

Gode
pasient
—forløp

Dokumenterte forebyggende tiltak seint i livet

- Fysisk trening
- Fallforebygging
- Sosialt nettverk
- Sunt kosthold
- God hygiene
- Avmedisinering

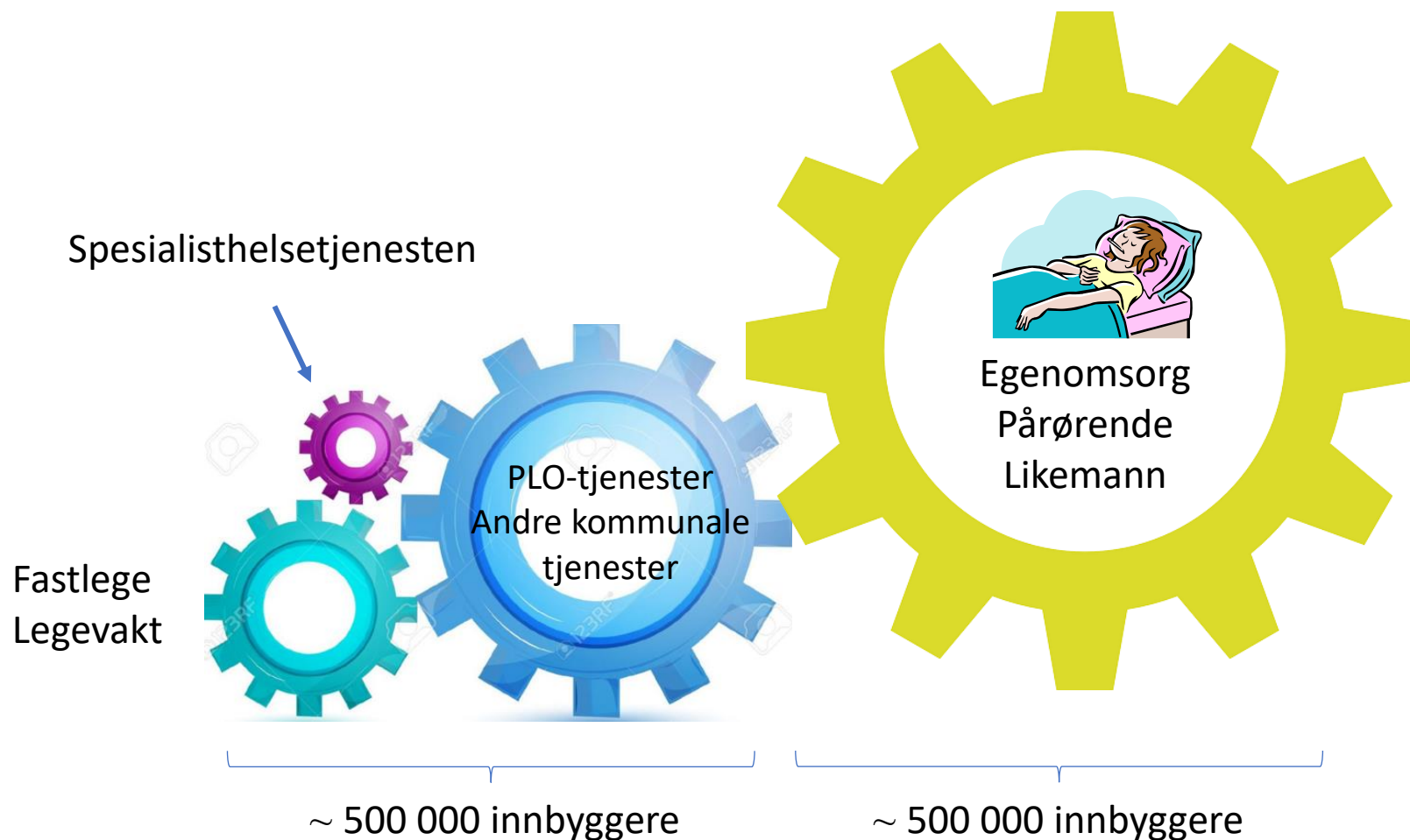


Kettle VE, et al. Effectiveness of physical activity interventions delivered or prompted by health professionals in primary care settings: systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *BMJ*. 2022;376:e068465.

Apóstolo J, et al. Effectiveness of interventions to prevent pre-frailty and frailty progression in older adults: a systematic review. *JBIC Database System Rev Implement Rep*. 2018;16(1):140-232.

Travers J, et al. Delaying and reversing frailty: a systematic review of primary care interventions. *British Journal of General Practice*. 2019;69(678):e61-e9.

Deltagere og omfang i behandling og oppfølging av eldre og innbyggere med kronisk sykdom



Endret fokus

Dagens pasientforløp

Morgendagens forløp

Struktur(org.)

Prosesser

Struktur(org.)

Prosesser

Holdninger
Verdier

"Hva er i veien med deg?"

"Hva er viktig for deg?"

Gode
pasient-
forløp

Every system is perfectly designed to
give exactly the results it gives.

Paul Batalden

Hva tenker dere om disse samfunnsutfordringene?

Refleksjon i fem minutter med sidemann

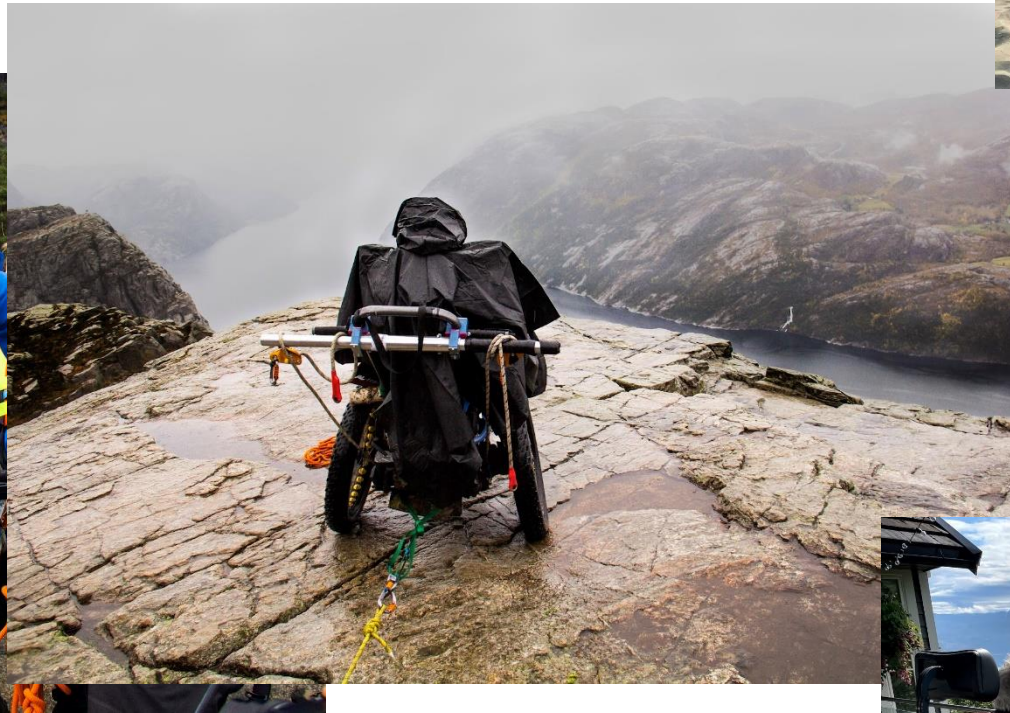
Hva er viktig for deg?

Ønske-ambulansen i Vestfold



Gode
pasient
—forløp

Ønsketransporten



Gode
pasient
—forløp

Hva er viktig for deg?

Pasient ID:

Hvor vanskelig synes du det er å utføre aktiviteten nå?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Veldig Ingen
vanskelig vansker

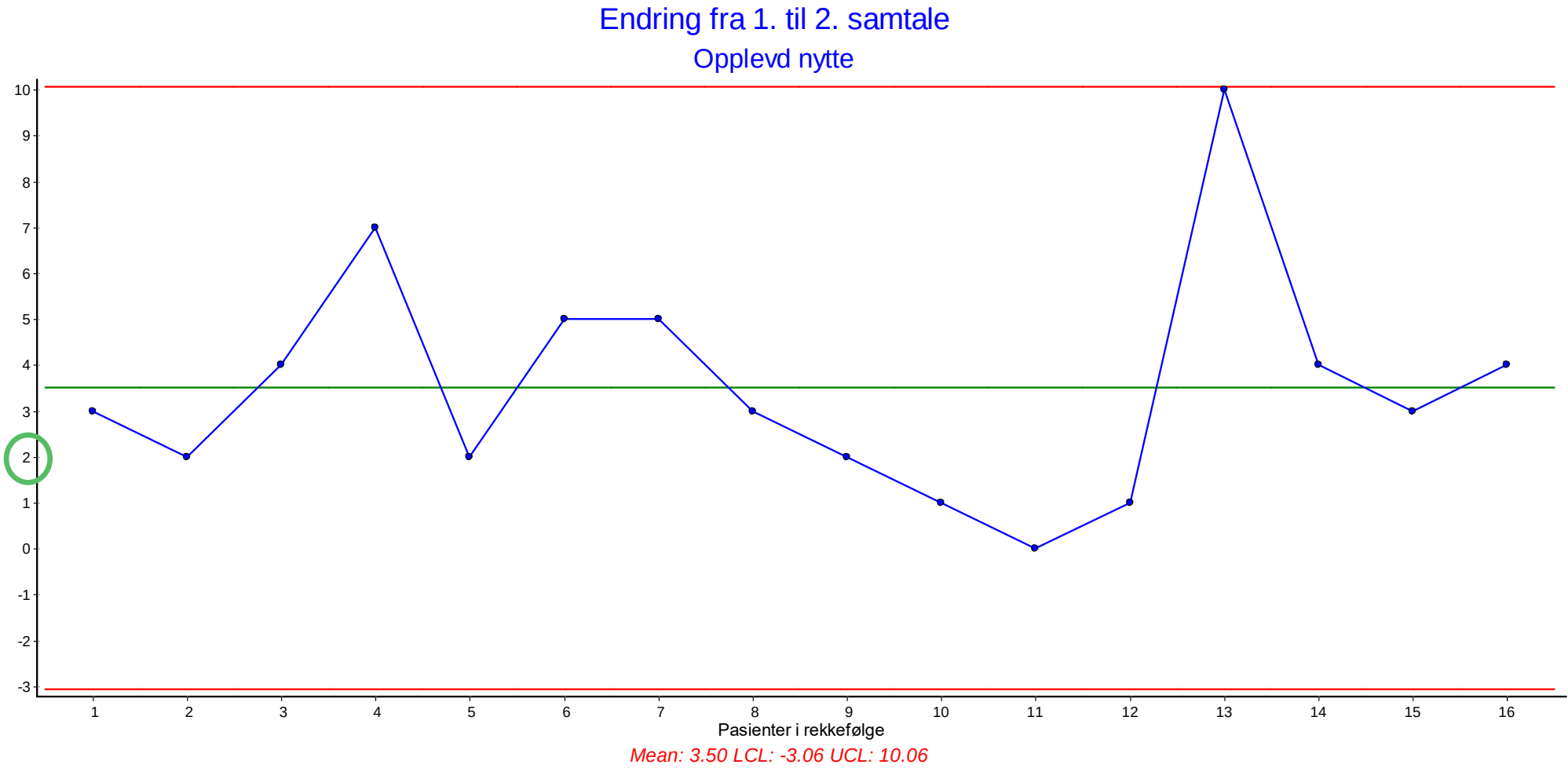


	1. samtale	2. samtale
Komme meg hjem	5	10
Bli sterkere i høyre fot	3	5
Bli kvitt oksygenet	5	10
Gjennomsnitt	4,3	8,3
Opplevd nytte	8,3	4,3

= 4

Gode
pasient
forløp

Målet for pasientforløpet



EpiData Analysis Graph

Virkeligheten

Gode
pasient-
forløp



Hva er viktig for deg?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Dårlig Veldig bra

	Hvor er jeg? 1. samtale	Hvor er jeg? 2. samtale
Få bedre karakterer	2	4
Ikke være så mye sint	1	6
Få en jobb	0	0
Sove bedre	3	9
Flytte hjemmefra	0	0
Gjennomsnitt	1,2	3,8
Opplevd nytte	3,8	1,2



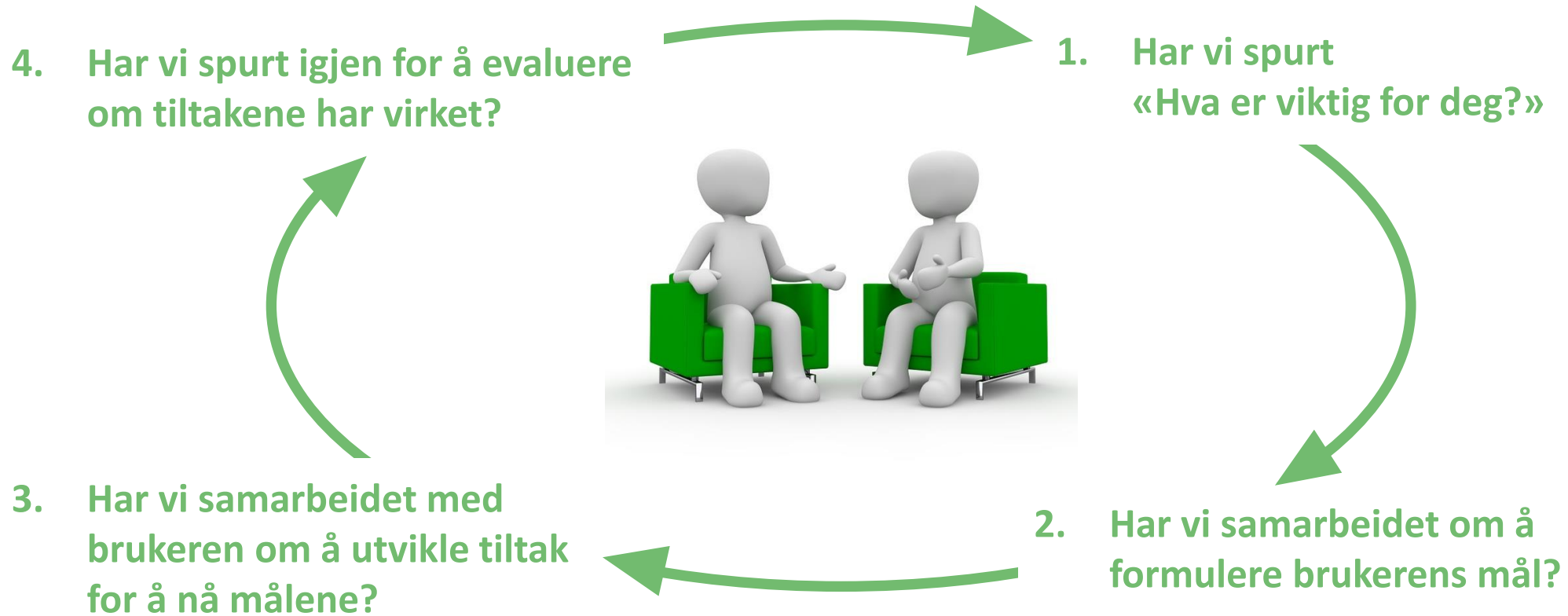
Gode
pasient
forløp

4. Juni 2014



Gode
pasient
—forløp

Systematisk arbeid over tid



Patient-Centred Care Team (PaCT)

NHS Lothian

Focusing the conversation on *what really matters* and creating personalised anticipatory care plans for people who frequently attend the Emergency Department and for people with complex long term conditions at high risk of admission to hospital.



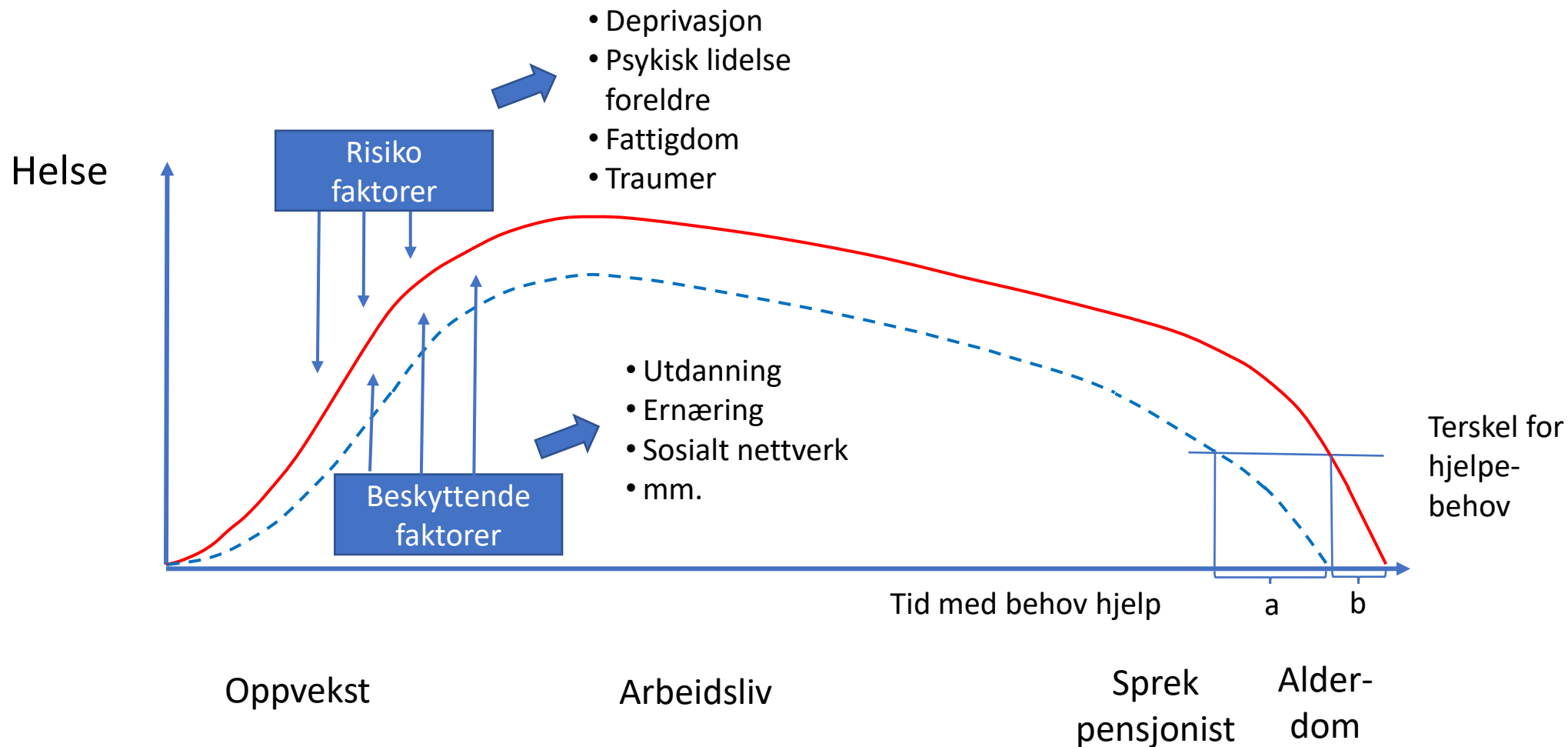
- **33% reduction** in bed days
- **35% reduction** in ED attendances
- **£2,400,000** productive gain



Hva gjør du allerede som
ivaretar Hva er viktig for deg?

Snakk sammen i par i tre minutter

Hvordan helsefremmende og risiko-faktorer påvirker helsen



[Science of health development, Neal Halfon, MD, MPH](#)

Hva er viktig for deg gjør en forskjell...



Hva er viktig for Ellen Vege?

- Mamma har 7 barn, mange barnebarn og oldebarn.
 - Å nevne navnene til Ulf, Åshild, Kristin, Gunnar, Erik, Anders og Ingunn vil gjøre godt. Å si at alle med sine er veldig glad i henne.
- Mamma har et kristent livssyn, kanskje vil hun like å høre deg lese fra bibelen. Det ligger et merke på Salme 23 som kan gi henne noe godt.
- Du kan også lese Fadervår for henne hvis du husker den fra skolen eller søndagsskole 😊 Ho har også en diktbok med egne dikt i nattbordet.
- En hånd å holde i vil kunne gjøre godt og styrke henne. Det samme vil det å stryke henne over pannen kunne gjøre.
- Fint om du forsøker å fukte leppene med lepomade og svamp i munnen
- Husk høreapparat og briller dersom ho har øynene åpne
-
- Mamma har alltid vært veldig glad i musikk og spilt masse piano. Litt pianomusikk kunne være fint om noen finner det fram på Spotify
- Eksempler
 - *Grieg*
 -
- Salmen Amazing grace har ho alltid kommet tilbake til som en av de ho er mest glad i.

• Lina Sandell

Anders 95231523