Forløbsprogrammet for Type 2 Diabetes – den kommunale del i Viborg

Patientuddannelsen, som er den kommunale del af aftalen, foregår i Sundhedscentret og indeholder langt de fleste af de anbefalinger, der angives i den regionale sundhedsaftale. Den regionale sundhedsaftale er baseret på en national klinisk retningslinje for rehabiliterende sundhedsindsatser til patienter med Type 2 Diabetes.

Henvisningerne kommer fra egen læge.
Alle borgere, der henvises, inviteres til en indledende individuel samtale, hvor fagpersonalet i samarbejde med borgeren afklarer forventninger og motivation.
I denne samtale anvendes samtalehjulet, hvor der tages udgangspunkt i borgerens individuelle situation og motivation.

Patientuddannelsen her i den kommunale del består af:

1. **Fysisk træning**

Der tilbydes fysisk træning to gange om ugen i 8 uger – heraf foregår den ene af træningsgangene ude i naturen.
Der lægges undervejs i træningen stor vægt på at vise borgerne forskellige træningsmuligheder med henblik på, at borgeren bliver i stand til selv at fastholde og fortsætte egen træning udover de 8 uger.
Fagpersonalet er meget opmærksomme på at vejlede borgeren i, hvilke motionstilbud de har i deres nærområde.

I den nationale kliniske retningslinje anbefales træning – dog uden stærk evidens – i 12 uger og to til tre gange ugentlig.
Den anbefaling kan ikke opfyldes i Viborg med nuværende ressourcer og rammer.

2. **Diætist – kost**

Holdundervisning af klinisk diætist – efter de principper der anbefales i retningslinjen
I enkelte tilfælde gives individuel vejledning – men kun i særlige tilfælde med baggrund i de personaleressourcer der er i teamet.
Derudover er der tilbud om at deltage i madværksteder med sund kost i Sundhedscentret.

Derudover tilbydes undervisning i følgende moduler

- Sygdomsforståelse
- Vaner og forandringsprocesser
- Mestring – er hverdagen påvirket af din sygdom
- Søvn og afspænding

Øvrige tilbud
Rygestop, cafe med mulighed for netværksdannelse to gange årligt

Monitorering
Der monitoreres på alle de indikatorer, der anbefales i forløbsprogrammet
Der anvendes SF 12 skemaer ved start og slutsamtale – et spørgeskema, hvor borgeren svarer på selvoplevet helbredsrelateret livskvalitet.

Eneste afvigelse i monitoreringen er på den fysiske test, der er beskrevet skal foretages ved start og slut i forløbet.
Rehabiliteringsteamet i Sundhedscentret har indtil nu også foretaget en fysisk test ved start og slut.
Denne test er imidlertid tids- og personaleressourcekrævende og fagpersonalets erfaringer er, at borgerne ikke får væsentligt ud af testen samt, at testen ikke siger noget om, hvordan borgeren vil klare sig fysisk efter de 8 uger.

Da der er mange henvisninger til alle de kroniske forløb – ikke mindst hjerterehabiliteringsforløbet fase 2 – er det derfor nødvendigt at se på, om der er elementer i forløbene der kan udvikles og foregå på anden vis, således at der frigives personaleressourcer og ventelister undgås.
Aktuelt er rehabiliteringsteamet ved at undersøge, hvilke ressourcer der kan frigives hvis de fysiske tests på de kroniske sygdomme – dog med undtagelse af hjerterehabilitering fase 2 - undlades i nuværende form og borgerens fysiske form i stedet monitoreres på anden vis.