

HØRINGSUTTALELSE FRA PRIVATPRAKTISERENDE FYSIOTERAPEUTER I INDRE FOSEN TIL HELSE- OG OMSORGSPLAN 2020-2030.

Vårt utgangspunkt for innspill til den nye Helse- og omsorgsplanen 2020-2030 er at fysioterapeuter som faggruppe sitter på kunnskap som vi vurderer som særdeles viktig for å bidra til å dempe kommunens utgifter i helse- og omsorgssektoren i tiden framover. Fysioterapeuter jobber hver dag med tiltak som bl.a. bidrar til lavere sykefravær, til å gjenopprette funksjonsnivå hos unge og eldre etter operasjoner og skader, til livsmestring og forebygging av funksjonsfall hos personer med sammensatte kroniske lidelser.

Innledningen i Helse- og omsorgsplanen forteller at tjenestebehovet i pleie- og omsorg vil øke med nesten det dobbelte fram til 2040 dersom det løses på samme måte som i dag. Dette vil vi gjerne bidra til å gjøre noe med! Forebygging av funksjonsfall og rehabilitering når sykdom/skade er oppstått er helt essensielt i denne sammenhengen, og dette er kjernen i vårt fag! Vårt spesialfelt er muskel-skjelettlidelser, men vi jobber også bl.a. med hjerte- og lungerehabilitering, inkontinensproblematikk, smertebehandling, rehabilitering etter gjennomgått kreftbehandling, samt oppfølging av personer med psykosomatiske lidelser.

Vi mener at det ligger et stort uutnyttet potensial i å sette vår kunnskap bedre i system, og vi bidrar gjerne til å forbedre dette i årene framover. Vi ønsker et tettere samarbeid mellom oss og kommunale instanser, bl.a. legetjenesten, kommunal ergo- og fysioterapitjenesten, psykisk helse og NAV. Vi ønsker i større grad å bidra til tidlig innsats, og en bedre flyt mellom tjenestene kan bidra til dette. Vi mener bl.a. at økt kunnskap om hverandres fagområder er en viktig faktor her.

Noen konkrete innspill til planen følger her:

2.2 Folkehelseprofil

- I folkehelsebarometeret finnes ikke et punkt som omtaler muskel-skjelettlidelser. Dette burde kommet med, da muskel-skjelettlidelser er den vanligste årsaken til sykefravær, og er den diagnosegruppen som «plager flest og koster mest» (fhi. 2018).

4.1. Digitalisering og velferdsteknologi

- Videokonsultasjoner kan være et supplement i oppfølgingen av personer som bor langt unna sentrum. Fysioterapeuter kan også ta i bruk dette for oppfølging av brukergrupper av ulike årsaker har vansker med å forflytte seg selv til behandling. Dette vil være besparende ift behandling i hjemmet. F.eks. kan dette være høyaktuelt hos personer med alvorlig KOLS, da forflytning til/fra behandling hos disse er spesielt krevende.
- Bruk av ulike apper for oppfølging av tilpassede treningsprogram kan også være et supplement for fysioterapeuter i årene framover. Det er imidlertid viktig at det ikke ses på som at det kan erstatte fysioterapi, da trening som tiltak i fysioterapisammenheng blir igangsatt på bakgrunn av en grundig kroppsundersøkelse, samtale og kartlegging av smerte og funksjon.

- En nylig utviklet app «Pust deg bedre» kan bidra til bedre oppfølging av lungesyke, og ved opplæring hos fysioterapeut kan denne bidra til økt egenmestring av lungesykdom. Lungesyke er en betydelig kostnadskrevende «diagnosegruppe» for kommunen, og bedre oppfølging av disse vil kunne avhjelpe behovet for mer sammensatte tjenester. Det er nærliggende å tro at flere apper utviklet av fagpersoner vil bli tilgjengelig i framtida, og det er viktig at kunnskap om disse settes ut i praksis etter hvert som de kvalitetssikres.

4.2 Sammenheng i tjenestene

- Som forslag til løsning står det: «Egenmestring og hverdagsrehabiliterings-tankegangen skal være grunnpilaren ved vurdering av søknad om helse- og omsorgstjenester. Gjennom å kartlegge brukerens rehabiliteringspotensiale og motivasjon, samt viktigheten av økt egenmestring, skal tjenestene søke å legge inn tilbud lavt i omsorgstrappen og fokusere på å øke den enkelte brukers selvstendighet». I Indre Fosen Kommunes omsorgstrapp står ikke fysioterapi nevnt. Vi mener at fysioterapeuter må nevnes spesifikt under dette punktet. Fysioterapeuter har spesialkompetanse for å kartlegge rehabiliteringspotensiale og motivasjon, og til å bidra til økt selvstendighet i hverdagen.
- Kompetansekartlegging vil være viktig for å sikre «riktige tjenester til riktig tid, og riktig omfang». Hvem i Indre Fosen har kunnskap om hva, og hvordan kan dette utnyttes best mulig i oppfølgingen av den enkelte?

4.4 Helse og familietjenestene

- **Legetjenesten**
Legetjenesten beskriver at arbeidsbelastningen og arbeidspresset er stort. Tall fra SSB (2015) viser at drøye 18% av alle konsultasjoner hos fastlegene på landsbasis gjaldt muskel- og skjelettlidelser. Fysioterapeuter har spesialkompetanse på muskel-skjelettlidelser, og pasienter kan nå henvende seg direkte til fysioterapeut uten henvisning til lege. Økt kunnskap om at pasienter kan (skal?) henvende seg direkte til fysioterapeut ved muskel-skjelettlidelser kan bidra til å avdempe trykket med legetjenesten.
Fysioterapeuter med videreutdanning i manuellterapi har også begrenset sykemeldingsrett, kan henvise til radiologiske undersøkelser og kan henvise videre til spesialisthelsetjenesten. Indre Fosen kommune bør vurdere å legge til rette for videreutdanning av fysioterapeuter for å anskaffe denne kompetansen i et ledd for å avdempe trykket på legetjenesten. Det er også nærliggende å tro at fysioterapeuter kan få utvidete rettigheter i framtiden som kan avlaste fastlegene. Rissa Fysioterapi har også pr i dag kompetanse vedr diagnostisk ultralyd, noe som kunne vært bedre utnyttet ved vurdering av både akutte og langvarige skader/smerteproblematikk i muskel-skjelettapparatet.
Bedre samarbeid mellom tjenestene, og økt innsikt i hverandres kompetanse kan også bidra til et mer spennende fagmiljø, noe som kan bidra i positiv retning til å beholde/rekruttere fastleger.
Bruk av videosamtaler kan bidra til at samarbeidet mellom tjenestene blir mer tidsbesparende.

- **Psykisk helse og rus**

Mange personer med psykiske lidelser og rusproblemtaikk har også somatiske lidelser. Fysioterapeuter har kompetanse som kan være relevante for denne gruppen, bl.a. når det kommer til smertebehandling, avspenning, fysisk aktivitet og trening. Psykomotoriske fysioterapeuter er fysioterapeuter med videreutdanning som er særdeles relevant i denne sammenhengen. Denne kompetansen finnes pr nå ikke i Fosen-regionen, og Indre Fosen kommune bør vurdere å legge til rette for videreutdanning av fysioterapeuter for å anskaffe denne kompetansen.

- **Barn og unge**

Tall fra ungdomdata sier at 15% eller fler av ungdomsskoleelever har daglige fysiske smerter. Muskel-skjelettlidelser hos barn og unge nevnes ikke i planen, noe vi mener absolutt bør tas med. Smerter i muskel-skjelettsystemet som barn gir økt risiko for slike plager som voksne, og bør ses i sammenheng med arbeidet mot sykefravær og uførhet. Økt tilstedeværelse av fysioterapeuter i skolehelsetjenesten kan være et viktig virkemiddel for oppfølging av dette.

- **NAV**

Muskel- og skjelettlidelser er hovedårsaken bak 38% av alt legemeldt sykefravær. Privatpraktiserende fysioterapeuter har spesialkompetanse på dette, og jobber daglig med kartlegging og behandling av dette. Et tettere samarbeid bl.a. mellom NAV og privatpraktiserende fysioterapeuter kan bidra til en reduksjon i sykefravær. Bl.a. kan det nevnes at et studie av «Raskere tilbake» med tverrfaglig oppfølging av personer med korsryggsmerter førte til at andelen sykemeldte ble redusert kraftig fra 65% til 33% ila 12 mnd oppfølging.

Det er en klar overhyppighet av muskel-skjelettlidelser innenfor bl.a. helsesektoren, og dette kan være en særdeles viktig gruppe å ha spesielt fokus på, mtp bemanningsutfordringer i denne sektoren framover.

4.5. Omsorgstjenestene

- **Demens**

Trening og fysisk aktivitet kan virke forebyggende mot funksjonstap hos demente. Fysioterapeuters kompetanse bør utnyttes mtp å sikre at personer med demens får et tilrettelagt tilbud om dette. F.eks. kan tilrettelagt trening på sikt føre til at en person med demens ivaretar sin ståfunksjon lengre, slik at det igjen demper behovet for økt personell i daglig oppfølging på sikt.

Hørselstap er regnet som den viktigste årsaken til at eldre utvikler demens. En systematisk oppfølging og tidlig innsats ovenfor personer med nedsatt hørsel vil være viktig for å forebygge utvikling av demens.

- **Selvstendighet og trygghet i egen bolig**

Fysisk funksjonsnivå er et svært viktig punkt under dette. Fysioterapeuter bør her nevnes spesifikt, da vi jobber med forebygging og funksjonsforbedring i form av f.eks. fallforebyggende tiltak, balansetrening, styrketrening og utholdenhetstrening. Hjemmerehabilitering med fysioterapeuter i samarbeid med hjemmetjenesten og

ergoterapitjenesten kan bidra til en betydelig reduksjon av tjenestebehov. Her kan nevnes et prøveprosjekt i Bodø hvor 20 eldre over en periode på ett år fikk tilbud om hjemmerehabilitering. Dette ga en reduksjon i behovet for hjemmehjelp med nesten 70 timer i uka. Dette kan gi en besparelse på 1,5 millioner i året. Det er her viktig med fagpersonell med kompetanse om oppgavespesifikk trening, noe fysioterapeuter har spesialkompetanse på.

- **Hjemmetjenesten**

Viktig at de i utstrakt bruk jobber tverrfaglig med fysio- og ergoterapitjenesten for å fange opp tidlige tegn til funksjonsfall, samt samarbeider tett om hjemmerehabilitering for å opprettholde funksjonsnivå.

- **Funksjonshemming**

Her bør også personer med fysisk funksjonsnedsettelse omtales. I denne sammenhengen er oppfølging fra fysioterapeut viktig for å bevare selvstendighet i dagliglivet og forebygge bl.a. belastningslidelser og fatigue. En treningskontakt kan også være et virkemiddel hvor frivillige kan bidra i denne sammenhengen.

- **Habilitering og rehabilitering**

«Vurdere kommunens totale kapasitet og organisering av fysioterapeuter og ergoterapeuter. Når kommunen skal utvikle pleie- og omsorgstilbudet for eldre i årene som kommer, er det viktig å også inkludere ergoterapitjenesten, fysioterapitjenesten og ressurser til hjelpemiddeltekniker, ettersom det er nødvendig å sikre innbyggerne et helhetlig tilbud». Her vil vi tilføye at det er viktig å sikre et helhetlig tilbud nettopp for å ivareta den utfordringen som omtales i innledningen: Tjenestebehovet i pleie- og omsorg vil øke med nesten det dobbelte fram til 2040 dersom det løses på samme måte som i dag. Fysioterapeuter jobber hver dag med tiltak som bl.a. bidrar til lavere sykefravær, til å gjenopprette funksjonsnivå hos unge og eldre etter operasjoner og skader, til livsmestring og forebygging av funksjonsfall hos personer med sammensatte kroniske lidelser. Vi mener at det ligger et betydelig uutnyttet potensial i vår yrkesgruppes kompetanse, og det oppfordres til en oppjustering til fulltidshjemler hos privatpraktiserende fysioterapeuter men også fulltidsstillinger hos de kommunale fysioterapeuter for at Indre Fosen skal stå best mulig rustet for framtida.

- **Heldøgns omsorg**

Beboere på sykehjem får i liten grad tilbud om fysioterapi. Fysioterapeuter har kunnskap om ikke-medikamentell smertebehandling, og burde i større grad vært utnyttet som ressurser i sykehjem. 60-80% av beboere på sykehjem har kroniske smerter. Hovedårsaker til dette er bl.a. artrose/artritter, rygg (frakturer, degenerasjon), nevropatiske smerter, kreftrelaterte smerter. Fysisk aktivitet kan i flere sammenhenger virke smertelindrende, og kan også bidra til bedre livskvalitet og bedre funksjonsnivå hos pasienter på sykehjem. Fysioterapeuter har også spesialkompetanse på dette.

- **Heltidskultur**

Vi mener at det ligger et betydelig uutnyttet potensial i vår yrkesgruppes kompetanse, og det oppfordres til en oppjustering til fulltidshjemler hos privatpraktiserende

fysioterapeuter men også fulltidsstillinger hos de kommunale fysioterapeuter for at Indre Fosen skal stå best mulig rustet for framtida.

På vegne av private fysioterapeuter i Indre Fosen kommune

Mette Rian Berg, Fysioterapi 1.

Mari Thung, Rissa Fysioterapi