

# Rudersdal tester træningsværktøj i stor skala

Projektforløb skal afklare om og hvordan det iPad-baserede værktøj DigiRehab kan understøtte kommunens genoptrænings- og rehabiliteringsindsats

Af Kim Reich

**PROJEKT** 100 borgere i Rudersdal Kommune, der er visiteret til personlig hjælp, medvirker netop nu i et større projektforløb over seks måneder, som kommunen gennemfører i samarbejde med firmaet bag det iPad-baserede træningsværktøj DigiRehab. Formålet er at undersøge, om og hvordan værktøjet kan understøtte kommunens genoptrænings- og rehabiliteringsindsats efter Servicelovens § 83a samt efter § 86, stk. 1 og 2.



Fysioterapeut og chefudvikler Michael Harbo, DigiRehab.

Sidste år viste et pilotprojekt i Aalborg kommune, at det var muligt på kun 12 uger at løfte funktionsniveauet hos 76 procent af de 38 borgere, der medvirkede i et forsøg med den første udgave af træningsværktøjet.

Nu skal projektet i Rudersdal kommune vise, om det var en enlig svale eller om det – som forventet – er muligt, at rigtig mange ældre borgere, som i dag er bundet til sengen eller en stol på grund af dårlig fysik, hurtigt og med få midler kan få det bedre og dermed opnå bedre funktion i hverdagen.

”Vi er meget spændte på at se, hvad vi kan bruge resul-

taterne til,” siger Birgitte Grønnegård Jepsen, der er leder af Bevillingenheden og Aktiv hver dag i Rudersdal kommune.

Umiddelbart ser hun DigiRehab med de indbyggede træningsøvelser og tilpassede brugerflade som et godt supplement til de forskellige tiltag, som kommunen allerede har, når det gælder hverdagsrehabilitering.

”Vi tilbyder genoptræningsophold på en af vores institutioner til ambulant træning og udgående træning ved vores terapeuter, men mange borgere er svært begrænset i deres evne til at komme ud og f.eks. komme ned i et af vores trænings-

centre. Der ser jeg værktøjet som en mulighed, fordi det involverer social- og sundhedspersonalet, som kender borgerne og som borgerne har tillid til. Det betyder, at vi kan understøtte, vedligeholde og forbedre deres funktionsevne i den dagligdag, hvor hjælperne og assistenterne alligevel er der. Så for den målgruppe tror jeg godt, at det kan have en vigtig effekt. Jo mere vi kan tilbyde ude i hjemmet, jo bedre kan vi gøre det også for dem, der har behov for det,” siger Birgitte Grønnegård Jepsen.

## Perfekt udgangspunkt

Den indledende screening af de medvirkende borgere i Rudersdal kommune, som blev gennemført i starten af forløbet, viser at der er en rigtig fin spredning over både fysisk formåen og behov for hjælp. Kommunen har med andre ord fået sammensat en rigtig fin ’bruttotrup’, som fysioterapeut og chefudvikler Michael Harbo udtrykker det.

”Jeg håber og tror, at det vil vise sig i de forbedringer i en stor gruppe borgeres funktionsevne, som vi alle forventer. Vi så allerede i Aalborg, hvor meget bedre de dårligste klarede sig, når de ældre, der var havnet i



”Nogle borgere, som Frida, er meget motiverede for træningen. Andre kan være skeptiske. Men så må vi møde borgeren, der hvor de er,” siger Anita Bitsch, SOSU-assistent i Rudersdal.

sengen, kom op at sidde for første gang. Det er små, enkle øvelser som gør at man pludselig kan nogle simple ting, som man ikke kunne før. Det er også et incitament for social- og sundhedspersonalet, at de medvirker. De er der i forvejen og det er en ekstra tryghed for borgerne,” siger Michael Harbo.

Det er intentionen, at Rudersdal Kommune, såfremt der kan påvises en positiv

business case, fremadrettet anvender DigiRehab til den løbende optimering af ældreplejen efter projektperiodens afslutning.

## Det perfekte match?

”Det er meget motiverende for medarbejderne, at de er med til at bedre funktionsniveauet hos borgere,” siger Helle Drabæk Nielsen, Rudersdal Kommune

**PROJEKT** I Rudersdals kommunes virksomhedsplan for hjemmepleje står der, at de ældres muligheder for at bevare og øge det opnåede funktionsniveau i genoptræningen skal styrkes, så 20 procent færre har behov for fornyet træning. Dette kan sammenholdes med, at pilotprojektet i Aalborg over en prøveperiode på tre måneder viste sig at resultere i et fald på 19 procent i behovet for hjælp for borgere, der modtog hjemmehjælp flere gange ugentligt.

I et kommunalt perspektiv spiller brugen af ressourcer naturligvis en rolle, men for Rudersdal kommune er det mere afgørende, hvordan borgerne oplever at være med – om det giver en større livskvalitet i hverdagen ud over den kvalitet, det er at være med i det konkrete projekt. Her har man på rådhuset allerede oplevet borgere, der ef-

terspørger programmet f.eks. via download fra nettet, så de selv kan arbejde med det.

### Forebyggelse og genoptræning

”Der har altid været tale om en individuel vurdering, hvor skønnet vurderes højere end regelsæt og kvalitetsstandard. Servicelovens § 83 a er meget helhedsorienteret. Vi tænker ikke kun den fysiske funktionsevne, som det her understøtter, men skal have mange andre ting med ind over. Vi håber, at det har en genoptræningseffekt, men at der måske også kan være en vigtig forebyggende effekt ved, at man stadigvæk skal trænes og vedligeholde sin træningstilstand, så man ikke bliver mere passiv.

”Selvfølgelig kan det også være med til at frigive ressourcer til, at vi kan hjælpe an-

dre. De plus 80-årige stiger markant, og vi får formentlig ikke flere midler at arbejde med,” siger Helle Drabæk Nielsen.

### Konkrete guidelines

”Terapeuter har til alle tider udleveret hjemmetræningsprogrammer, men det her er en anden slags hjælperedskab fordi det er mere præcist med konkrete guidelines. Og så handler det om, at vi gerne vil gøre borgerne mere selvhjulpne, så de får en bedre livskvalitet i hverdagen, ikke at de selv skal til at gøre rent igen. For os handler det om borgeren og hvad vi kan gøre sammen,” siger Tina Solveig Koch.

”Vi kender det jo selv nede fra fitnesscentret, hvor vores personlige træner/instruktør kan få os til at udføre nogle øvelser, som vi aldrig selv var kommet i gang

med. For den her gruppe borgere er det på sin plads, at der står en hjælper sammen med dem og træner, men vi skal bare kigge indad for at forstå ideen,” siger Birgitte Grønnegård Jepsen.

Helle Drabæk Nielsen tilføjer, at implementeringen i medarbejdergruppen har været over al forventning.

”De social- og sundhedshjælpere og -assistenter, der medvirker i projektet, har været meget engagerede og motiverede. De er interesserede i det og glade for at være en del af dem, der træner med deres borgere, så det har også en effekt på arbejdsmiljøet, at vi involverer alle faggrupper i den daglige rehabiliteringsindsats. Det er meget motiverende for medarbejderne, at de er med til at bedre funktionsniveauet hos borgere,” siger hun.