



MURITUNET

– senter for meistring og rehabilitering



Arbeidsretta rehabilitering for overvektige ARRO

Muritunet v/ Anita Dyb Linge



DISPOSISJON



MURITUNET

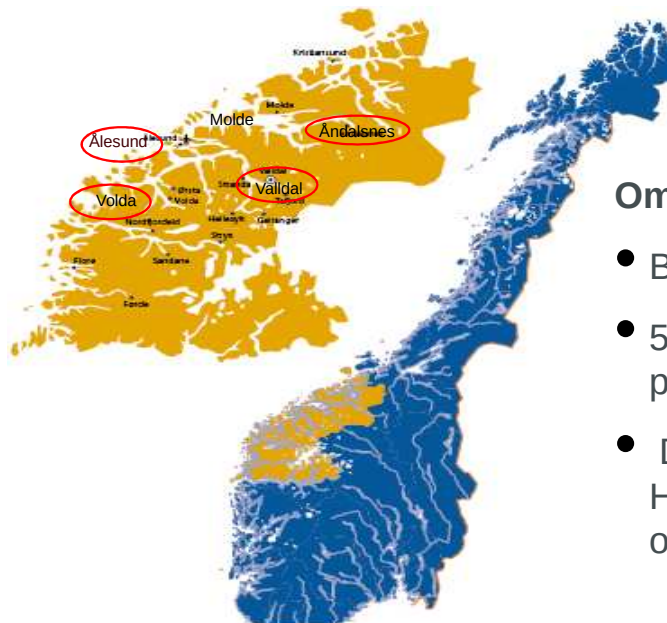
– senter for meistring og rehabilitering

- Litt om Muritunet
- Om prosjektet ARRO
- Kven er våre deltakarar?
- Kva har vi gjort?
- Kva har vi oppnådd?



MURITUNET

- senter for meistring og rehabilitering



Om MuriTunet

- Beliggenheit
- 50 årsverk fordelt på ca 80 tilsette.
- Driftsavtale med Helse Midt Norge og NAV



MURITUNET

- senter for meistring og rehabilitering

Fagpersonalet på MuriTunet

Lege med spesialitet
Innenfor :
allmennmedisin,
fysiskalsk medisin,
indremedisin og
lunge
tilknyttet revmatolog
Allmennlege

Fysioterapeut
Sykepleier
Ergoterapeut
Psykiatrisk sykepleier
Ernæringsfysiolog
Idrettspedagog
Arbeidskonsulent
Psykolog
Sosionom

Hensikt

1. Å utvikle metoder og modeller for arbeidsretta rehabilitering spesielt i fht overvektsproblematikk.
2. Utvikling av prosedyrer for tverrfaglig samarbeid lokalt. (Nav, lege, arb.giver, kommuner ev andre parter)



Formålet

Å styrke den enkeltes arbeidsevne og medvirke til meistring av helserelaterte og sosiale problem som hindrer deltakelse i arbeidslivet. Deltaker skal lære å mestre arbeidssituasjonen under en tilbakeføring til jobb, evt inn i en ny fase for å søke jobb.

Målgruppe

De som direkte eller indirekte pga overvekt står i fare for eller har falt ut av arbeidslivet.

Bidiagnoser

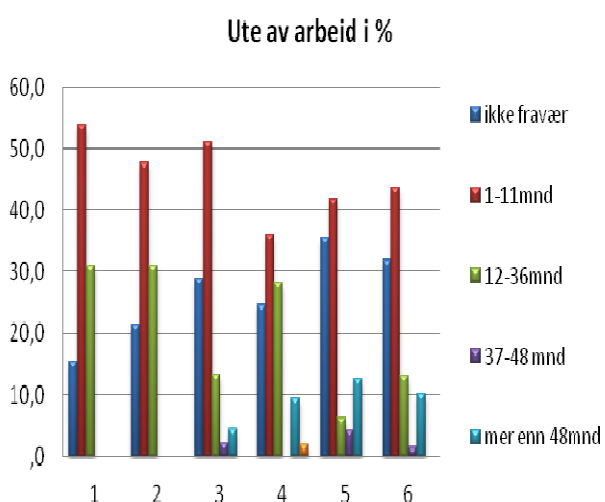


– senter for meistring og rehabilitering

	Pilotgruppe	Gruppe A	Gruppe B	Gruppe C
Muskel/Skjelett	68,3 %	53,3 %	42,6 %	106,6 %
Psykiske lidelser	31,9 %	29,5 %	36,4 %	25,2 %
Nervesystemet	3,6 %	13,3 %	5,9 %	6,7 %
Endokrin/ Metabolsk/ Ernæringsmessig	3,6 %	-	6,3 %	2,4 %
Hjerte/kar	60 %	82,4 %	96,7 %	34,3 %
Luftveier	13 %	10,7 %	-	2,4 %
Annet	18,6 %	10,6 %	12,3 %	22,9 %



– senter for meistring og rehabilitering



Av 405 deltakere:
74 % hadde sykefravær
frå 1 måned til over 4 år.
26 % var i jobb ved
ankomst i prosjektet.

I snitt hadde:
✓ 46 % fravær frå 1-11 mnd
✓ 21% fravær mellom 12-36
mnd
✓ 3 % mellom 37-48 mnd
✓ 9 % over 4 år
✓ 2 % hadde ikke kommet
ut i arbeidslivet.



- Deltakerne i prosjektet får oppfølging i 1 år, gjennom:
 - ✓ Fase 1, døgnopphold på Muritunet inntil 4 uker.
 - ✓ Fase 2, dagtilbud med oppfølging av en veileder hos arbeidsmarkedsbedriftene Brisk, Furene eller Troll-Tinn med inntil 48 uker.
- Fokus på områda: arbeid, fysisk aktivitet, kosthold og ernæring og motivasjon til livsstilsendring. Praktisk og teoretisk tilnærming. Gruppebasert tilbud, med individuell oppfølging.
- Deltaker utarbeider en individuell plan med personlige mål som følger deltaker under heile prosjektperioden. Blir justert og oppdatert under vegg.

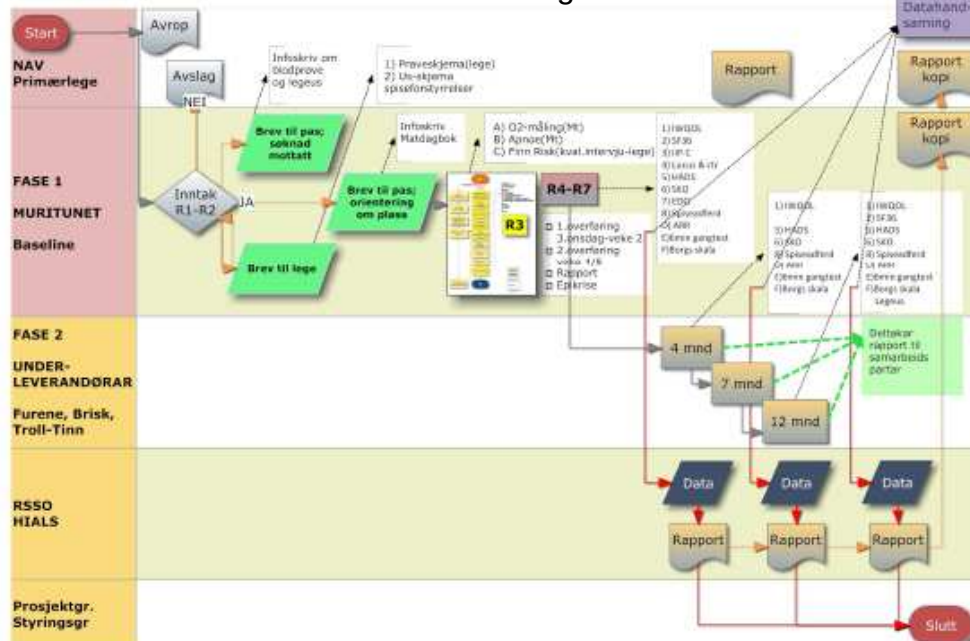


- NAV
- Arbeidsgiver
- Frisklivssentral og folkehelsekoordinator
- Bedrifthelsetjeneste
- Fastlege/ lege
- Ev andre kommunale og spesialiserte tjenester etter behov

- Metodebryting

1. Pilotgruppe – Tilpassing , deltaker 1-104
2. Intervensjon A- Grunnmodell, deltaker 105-159
3. Intervensjon B- Endringspsykologi, deltaker 160- 216
4. Intervensjon C- Gruppetilnærming fase 2, deltaker 217- 277
5. Intervensjon D- Økt fokus på arbeid, deltaker 278- 331
6. Intervensjon E- Fokus på arbeid og motivasjon, deltaker 332- 400

ARRO måling



RESULTAT



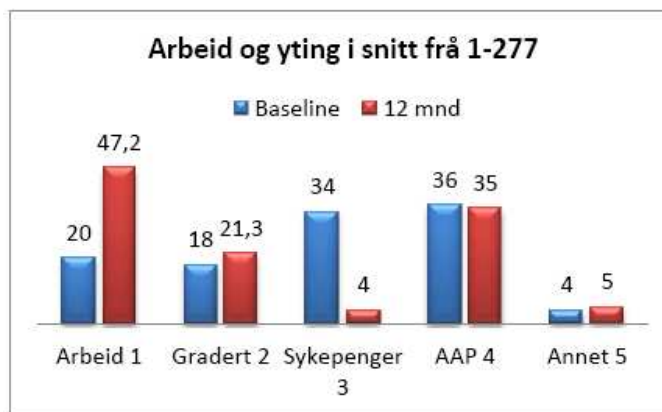
– senter for meistring og rehabilitering

- Data hentet ut i fra deltakere 1-277
 - ✓ Frafall/ slutta: 14 %
 - ✓ Snittalder: 1969
 - ✓ 41 % menn, 59 % kvinner
- Utdanning
 - ✓ Grunnskole: 21,4 %
 - ✓ V.g.s: 62 %
 - ✓ Høgskole el. Universitet: 16 %
 - ✓ Høyere utdanning > 4: 1 %
- Lese og skrivevansker: 5,3 %

ARBEID OG YTINGAR



– senter for meistring og rehabilitering



n=176

68,5 % av deltakerne var heilt eller i gradert arbeid eller skole etter 12 mnd i prosjektet sammenlignet med 38 % ved baseline. 30,5 prosentpoeng økning.

VEKTREDUKSJON



– senter for meistring og rehabilitering

	Pilot	Interv A	Interv B	Interv C
Baseline	116	117	118	118
12 mnd	109	111	110	110
Total	7 kg	6,7 kg	8 kg	7,5 kg

N=155

Snitt vektreduksjon: 7,25 kg

Snitt reduksjon BMI: 2,6

✓Pilot: 3,6

✓Interv A: 2,4

✓Interv B: 2,6

✓Interv C: 2,5



LIVVIDDE



– senter for meistring og rehabilitering

Livvidde	Pilot	Interv A	Interv B	Interv C
Baseline	121	125	128	128
12 mnd	114	119	116	117
Total	7 cm	6 cm	11,4	11 cm

N=121

Snitt reduksjon livvidde: 8,8 cm



Gjennomsnitt 1- 277	SF-36 score, fysisk helse		
	Antall	Gjennomsnitt	
		B.line	1 år
Fysisk smerte	172	46	58,7
Generell helse		62	65
Fysisk funksjon		71,4	81,5
Fysisk rollefunksjon		37,4	65

Kartlegging av helserelatert livskvalitet.

Ser på hvordan personen har det, og hvordan vedkommende er i stand til å gjennomføre daglige gjøremål.

Gjennomsnitt 1-277	SF-36 score, mental helse		
	Antall	Gjennomsnitt	
		B.line	1 år
Mental helse	172	70,4	73,5
Vitalitet		61,4	61,7
Sosial funksjon		52,5	72,5
Emosjonelle rollefunksjon		67,8	80,6

Høy score gir en indikasjon på bedring av helse og livskvalitet.

HADS angst %	Baseline	12 mnd
Over 11	19	10
8-10	23	15
Under 8	58	75

HADS depresjon %	Baseline	12 mnd
Over 11	7	2
8-10	20	10
Under 8	73	88

n=159

Skjema for psykisk helse.

Score på 11 eller mer vil trenge nærmere uttredelse og ev behandling.

8-10 er et mulig tilfelle.

Under 8 uttrykker viss symptombelastning

HVA OPPNÅR VI?



– senter for meistring og rehabilitering

- Bedre fysisk helse
- Bedre mental helse
- Bedre arbeidsevne/helse
- Bedre livskvalitet



– senter for meistring og rehabilitering

Takk for meg!

anita.dyb@muritunet.no

www.muritunet.no