

AKTIV PATIENTSTØTTE

PATIENTOPLEVELSER



Fra 2017-2019 inviteres 15.000 patienter til at være med i forskningsprojektet Aktiv Patientstøtte, hvor patienter tilbydes et coachingforløb hos en specialuddannet sygeplejerske.

AKTIV PATIENTSTØTTE
NATIONALT PROGRAMSEKRETARIAT
www.aktivpatientstoette.dk





Tommy Nielsen 57 år,
har leddegigt, diabetes og dårlig lunge.

”

Jeg fik en masse energi – og viljen til at gøre noget.

”

AKTIV PATIENTSTØTTE GAV TOMMY ENERGIEN TILBAGE

Leddegigt, diabetes og en dårlig lunge resulterede i konstante indlæggelser for Tommy Nielsen. Men så begyndte en sygeplejerske Aktiv Patientstøtte at ringe, og det forandrede alt.

Tidligere kunne 57-årige Tommy Nielsen have dage, hvor han hverken tog telefonen eller åbnede døren, når nogen bankede på.

Hans leddegigt medførte konstante smerter, og diabetes og en lunge, der konstant klappede sammen, gjorde det bestemt ikke bedre. I den situation havde han ikke lyst til at tale med nogen.

Men for noget tid siden skete der så noget, der radikalt ændrede Tommys liv: Tommy fik et tilbud om Aktiv Patientstøtte. Dertil kom en operation, der fik hans lunge til at samarbejde igen, og en ny biologisk medicin gjorde smerterne fra leddegigten mindre udtalte.

Tommy takkede ja til Aktiv Patientstøtte, og det har han bestemt ikke fortrudt.

-Det er lidt svært at forklare, smiler han, men der skete et eller andet med mig, da jeg pludselig sad der og snakkede med en professionel, der var hundrede procent dedikeret til at hjælpe mig. Det gav mig en masse energi, og ikke mindst viljen til at gøre noget.

Én af de ting Tommy gjorde, var at finde elcyklen frem, som ellers var gemt godt af vejen i skuret. Den tilbagelægger han nu dagligt 20 - 25 km på. Dertil kommer, at han er begyndt at svømme, og har været på et seks ugers kursus om smertehåndtering.

Og det har alt sammen noget med de jævnlige opringninger fra sygeplejersken at gøre, fortæller han.

-Ja, for hun er fantastisk til at motivere, og samtidig rigtig god til at holde mig op på de aftaler, vi laver. Dermed er det også hende, der har en stor del af æren for, at jeg nu har meget lettere ved at passe mit arbejde, siger Tommy Nielsen.



Tage Noe Pedersen 70 år,
har KOL og kraftigt nedsat hjerte- og lungekapacitet.

”

Der var sket nogle misforståelser omkring min genoptræning, men det hjalp støttesygeplejersken mig med at få rådet bod på.

”

Nu har Tage både gennemført et 12-ugers genoptræningsprogram og anskaffet sig en særdeles motionskrævende retriever, Mira.

AKTIV PATIENTSTØTTE GJORDE TAGE TIL HUNDEEJER

Aktiv Patientstøtte fik i den grad sat gang i KOL-patienten, Tage Noe Pedersen og hans genoptræning. I dag har han anskaffet en firbenet træningspartner

Efter adskillige indlæggelser og en kraftigt nedsat hjerte- og lungekapacitet, var lægernes besked til Tage Noe Pedersen, at genoptræning og motion var vejen frem for at undgå fremtidige indlæggelser.

Men af forskellige grunde, kom 70-årige Tage Noe Pedersen ikke i gang med træningen, før han sidste sommer fik tilbudt Aktiv Patientstøtte.

Sygeplejersken coacher og vejleder, og i Tage Noe Pedersens tilfælde var det lige præcis det, der skulle til. I dag har han ikke bare gennemført et 12 ugers genoptræningsprogram – han har også anskaffet sig den særdeles motionskrævende retriever, Mira.

Personlig træner – og indpisker

-Hun er min personlige træner, smiler Tage Noe Pedersen og henviser til de daglige runder i hundeskoven, som man ikke slipper udenom, som hundeejer. Men selvom det er Mira,

der er den daglige indpisker, startede det hele altså med den Aktiv Patientstøtte.

En støtte, som Tage kun har godt at sige om.

-Der var sket nogle misforståelser omkring min genoptræning, men det hjalp støttesygeplejersken mig med at få rådet bod på. Og da jeg først kom i gang, havde det så god en effekt, at jeg besluttede mig at anskaffe Mira. På den måde er jeg jo sikker på at komme ud af huset flere gange dagligt, siger han.

Tage Noe Pedersen fortæller, at støttesygeplejersken også er anledning til, at han nu kommer i den lokale pensionistforening, og at Aktiv Patientstøtte desuden har gjort ham langt mere tryk ved sin situation.

-Sygeplejersken minder mig jo om, hvad jeg skal huske at spørge lægerne om, og hun holder mig fast på mine træningsmål. F.eks. kunne jeg for nyligt fortælle hende, om min og Miras seneste rekord: En hel runde på to km. i hundeskoven – uden pauser! Det er noget, jeg er ret stolt over. Men en stor del af æren tilfalder altså Aktiv Patientstøtte, smiler Tage Noe Pedersen.

A black and white portrait of an elderly woman with short, light-colored hair and glasses. She is smiling slightly and looking towards the camera. The background is blurred, showing what appears to be an indoor setting with a lamp and some furniture.

Brenda Rasmussen 73 år,
har diabetes og åreforkalkning.

”
Jeg lærte noget om min sygdom, og hvad jeg selv kunne gøre. Det har givet mig en større tryghed.
”

AKTIV PATIENTSTØTTE GAV BRENDA TRYGHEDEN OG MOTIVATIONEN TILBAGE

Diabetes og åreforkalkning gav anledning til både smerter og usikkerhed for 73-årige Brenda Rasmussen. Men nu coaches hun over telefonen af en støttesygeplejerske fra Aktiv Patientstøtte – og det har hjulpet.

Da 73-årige Brenda Rasmussen fik konstateret diabetes og åreforkalkning, sagde lægerne, at det ville styrke hendes kredsløb og minimere risikoen for genindlæggelser, hvis hun dagligt gik en tur på 45 minutter.

Men det var lettere sagt end gjort. For med forkalkning i benene kunne smerterne pludselig dukke op, og tvinge hende til at standse op – ligegyldigt hvor hun befandt sig.

-Det kunne f.eks. være lige udenfor et vindue – det er derfor de kalder det ”vindueskikker-ben”, smiler Brenda Rasmussen, som nu heldigvis er ved at få has på problemet.

Brenda bliver nemlig jævnligt ringet op af en støtte-sygeplejerske. Sygeplejersken coacher og hjælper hende med at

sortere og nedbryde de udfordringer, hun oplever i forbindelse med sin sygdom. Og sygeplejersken kunne også inspirere i forhold til ”vindueskikker-problematikken”, som Brenda Rasmussen udtrykker det.

-Problemet var, at jeg altid havde godt med fart på, når jeg var ude og gå. Det var det, der udløste smerterne. I dag tager jeg det mere roligt, og kan så gå meget længere – og uden at blive mistænkt for at være vindueskikker, griner hun.

Det, at man kan fortælle om sin usikkerhed og sparre med sygeplejersken om ens sygdom, er nogle af de væsentlige årsager til, at Brenda Rasmussen er glad for den aktive patientstøtte.

-Det gør jo, at man ved mere om sin sygdom, og om hvordan, man skal håndtere den. Dermed bliver man også meget mere tryk ved situationen, end man ellers havde været, siger hun.

A black and white portrait of Lisbeth Larsen, a woman with short, dark, curly hair and glasses, smiling slightly. She is wearing a light-colored, textured sweater. The background is dark and out of focus.

Lisbeth Larsen 61 år,
har slidgigt, leddegigt og diabetes.

”

Sygeplejersken har givet mig livslysten tilbage - og har kort sagt gjort det meget lettere for mig at håndtere mit liv med flere forskellige sygdomme.

”

AKTIV PATIENTSTØTTE GAV LISBETH LIVSLYSTEN TILBAGE

En række alvorlige sygdomme tog livsglæden fra Lisbeth Larsen, og fik hende til at overveje at gøre en ende på det hele. Men så ringede sygeplejersken fra Aktiv Patientstøtte, og det ændrede alt.

Omkring jul sidste år så alting håbløst ud for 61-årige Lisbeth Larsen.

En række forskellige sygdomme, herunder slidgigt, leddegigt og diabetes gav hende konstante smerter og betød, at hun altid var træt. Men det værste var, at hun mere og mere følte sig som en klods om benet på verdens bedste mand – ham, hun er gift med.

-Alt var bare sort og håbløst, og da vi ikke har børn, tænkte jeg, at det måske var bedst for min mand, hvis jeg slet ikke var her, fortæller Lisbeth Larsen.

Det eneste positive i perioden var Lisbeths regelmæssige psykologbesøg, den antidepressive medicin hun fik, og så det faktum, at hun nogle måneder tidligere havde takket ja til at deltage i Aktiv Patientstøtte.

Afgørende opringning

Støttesygeplejerskerne hjælper patienterne med at sortere og nedbryde de udfordringer, de oplever i forbindelse

med deres sygdom. Sygeplejerskerne anlægger desuden en helhedsbetragtning, der gør det muligt at støtte i forhold til andre overskyggende udfordringer, som kan gøre det svært at håndtere et liv med kronisk sygdom.

Og nu ringede sygeplejersken lige i rette tid, og blev dermed et afgørende supplement til Lisbeths øvrige behandling.

-Vi havde jo talt sammen før, men nu fortalte jeg hende om mine tanker, og om min dårlige samvittighed overfor min mand. Hun lyttede, og spurgte ind, og det blev en meget lang samtale, som jeg er dybt taknemmelig for i dag, siger Lisbeth og fortsætter.

-Hun var med til at åbne mine øjne for andre løsninger, og fik mig til at indse, hvor mange mennesker, der ville blive kede af det, hvis jeg ikke var her mere. Selvom det ikke var en egentlig psykologsamtale, er jeg ikke i tvivl om, at den var med til at redde mit liv, siger Lisbeth Larsen, der nu har fået bugt med de mørke tanker, og dermed også kan bruge samtalerne i andre henseender.

-Britt, som sygeplejersken hedder, sætter nogle tanker i gang hos mig, og kommer f.eks. med forslag til, hvad jeg kan spørge lægerne om. Hun har kort sagt gjort det meget lettere for mig at håndtere mit liv med flere forskellige sygdomme, lyder det fra Lisbeth Larsen.