

ATT MINSKA SJUKFRÅNVARON

Vidarkliniken erbjuder arbetslivsinriktad rehabilitering
vid stressrelaterad psykisk ohälsa



Ett beprövat behandlingskoncept som
leder till minskad sjukfrånvaro samt
minskad risk för återfall

Stressrelaterad psykisk ohälsa – vår tids sjukdom

Arbetsrelaterad stress som leder till psykisk ohälsa har blivit ett allt större samhällsproblem och är nu en av de vanligaste orsakerna till längre tids sjukskrivning. Den vanligaste orsaken är upplevd överbelastning både i arbets- och privatlivet. Detta föregås alltid av en längre tids stress utan möjlighet till återhämtning. Sjukdomsförloppet är många gånger långdraget och sjukskrivningstider på över ett år är inte helt ovanliga.

Vi menar, sjukskrivningstiden kan förkortas

Erfarenheten visar att ju tidigare behandling påbörjas desto snabbare är patienten åter i arbete. Vidarkliniken erbjuder därför slutenvård i ett tidigt och oftast akut skede. På så vis kan allvarliga tillstånd i regel brytas på relativt kort tid, sjukskrivning förkortas och återfall reduceras. Vanligtvis omhändertas patienter med stressrelaterad psykisk ohälsa i hälso- och sjukvården först efter en längre tids sjukdom i öppenvården vilket kan innebära en lång sjukfrånvaro och ökad risk för återfall.

Välkommen till Vidarkliniken

Sedan många år tillbaka har Vidarkliniken förtroendet av ett flertal landsting och utövar sitt behandlingskoncept på uppdrag och genom finansiering av dessa. Nu får även övriga aktörer möjlighet att utnyttja denna välbeprövade rehabiliteringsmodell.

Sedvanligt omhändertagande i traditionell vård vid stressrelaterad psykisk ohälsa

Sjukdomsförloppet är ofta långdraget och sjukskrivningstider på över ett år är inte helt ovanliga



**Vidarkliniken erbjuder behandling redan under akutfasen,
vilket kan förkorta sjukfrånvaron.**

Vårt behandlingskoncept

Vidarkliniken har under mer än tjugo års tid utvecklat metoder och kompetens kring hur man tar hand om patienter med stressrelaterad psykisk ohälsa.

Allt från den första rehabiliteringsfasen till polikliniska behandlingar, vilka som kan pågå samtidigt med arbetsrehabiliteringen.

Behandlingen har en antroposofisk¹ inriktning där konventionella metoder integreras med en unik omvårdnad och fysikaliska och konstnärliga terapier. Rehabiliteringen bygger på vårdprogram som anpassas individuellt – ett resultat av ett mångårigt multiprofessionellt teamarbete. I teamet ingår legitimerade läkare med specialistkompetens, sjuksköterskor, undersköterskor och terapeuter.

En väsentlig del av vårdprocessen är det omfattande inskrivningssamtal som behandlingsansvarig läkare har med patienten vilket ligger till grund för den individuella utformningen av vårdprogrammet. Utifrån detta ordinerar läkaren behandlingar och terapier.

Behandlingen bygger på omhändertagandet av hela människan dvs såväl fysiskt, psykiskt, socialt som existentiellt.

Gå gärna in på www.vidarkliniken.se/vardprogram för att ta del av Vidarklinikens vårdprogram.

¹ Läs mer under "Antroposofisk medicin"

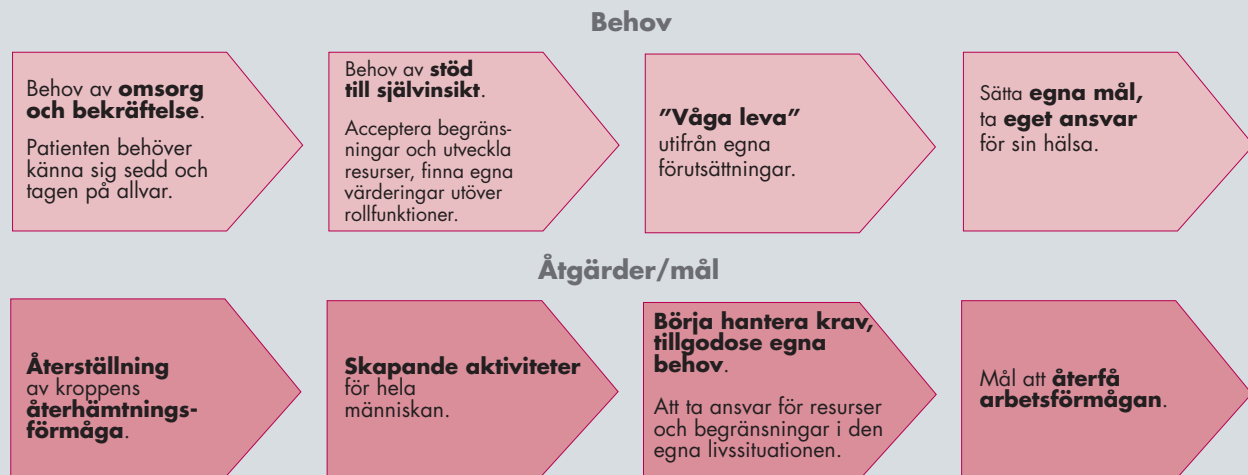


TERAPIER

På Vidarkliniken finns både fysikaliska och konstnärliga terapier som alla ordineras av behandlande läkare. Vanligtvis ordineras man två olika terapier. Inom de konstnärliga terapierna medverkar patienten aktivt i behandlingen. Processen och upplevelsen är det viktiga, inte vad som presteras. De konstnärliga terapierna på Vidarkliniken omfattar *läkeurytmi* (en mjuk rörelseterapi), *målning*, *modellering* och *sång*.

De fysikaliska terapierna är *massage*, *sjukgymnastik* samt *medicinsk badterapi*. Massage finns av två olika slag, rytmisk massage enligt Wegman/Hauschka och massage enligt dr Pressel. Båda är massageformer utvecklade av antroposofiska läkare. Medicinska bad bereds i kar där man tillsätter olika oljor eller örter. *Stödsamtal* (biografi, kognitiv psykoterapi och psykosyntes) ingår också i Vidarklinikens terapiutbud och ordineras av läkare.

Vidarkliniken arbetar med en rehabiliteringsmodell i fyra steg:



I regel omfattar rehabiliteringspaketet en slutenvårdsvistelse på 21 dagar, därefter dagrehabilitering som följs av polikliniska terapier. Arbetsrehabiliteringen kan mycket väl inledas relativt tidigt och parallellt med polikliniska behandlingar men vi rekommenderar att den inte påbörjas innan patienten har fullbordat steg tre i rehabiliteringen. Kanske behövs ytterligare en inläggningsperiod för att stabilisera de insikter och livsstilsförändringar som patienten har påbörjat. Detta är framför allt beroende på hur långvarigt patientens tillstånd varit. Detta sker i så fall i samråd mellan beställaren, patienten och Vidarkliniken.



Det är även möjligt att vissa delar av behandlingspaketet sker i samarbetspartners regi i närheten av patientens hemort.

¹ Arbetsrehabilitering erbjuds inte på Vidarkliniken utan sker lokalt i samråd med exempelvis försäkringskassan, företagshälsovård, arbetsgivaren och/eller arbetsförmedlingen.

Vidarklinikens inriktning

Vidarkliniken erbjuder kvalificerad somatisk vård och rehabilitering. **Vår inriktning är**, förutom stressrelaterad psykisk ohälsa, **även långvariga omfattande smärttillstånd** där vi arbetar på ett liknande sätt. Dessutom tar vi emot patienter med svåra somatiska och kroniska invärtesmedicinska sjukdomar samt cancer i alla stadier inklusive palliativ vård.

Vidarklinikens mål

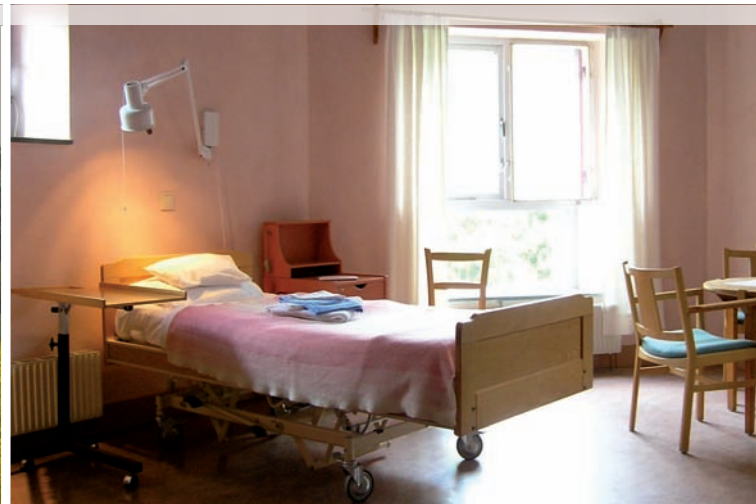
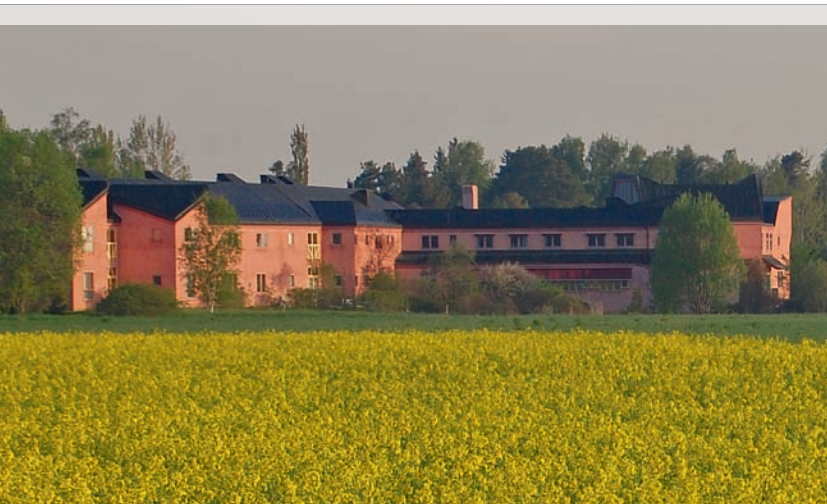
Vårt mål är att förbättra arbetsförmågan hos våra patienter och därmed minska sjukfrånvaron. Detta görs bäst genom att erbjuda behandling redan i ett tidigt skede av sjukdomen.

Vårt mål är att även bygga upp ett samarbete med övriga aktörer för att tillsammans sörja för en framgångsrik behandling av patienten där betydelsen av tidig diagnostisering, behandling och återfallsprevention betonas.

Behandlingsresultat

Vidarklinikens behandling som inkluderar antroposofisk medicin, terapi och omvårdnad ger i regel bestående och långsiktiga resultat. Behandlingen medför för många patienter bl a förbättrad sömn, cirkulation, matsmältning och smärtlindring.

Behandlingen på Vidarkliniken ger också patienten kunskaper kring sina möjligheter och begränsningar. Detta stärker den egna identiteten vilket förbättrar möjligheten att klara utmaningar. Dessutom förses patienten med nya verktyg för att hantera och möta stress och påfrestningar mer hälsosamt. Redo att möta omvärlden på ett nytt sätt.



Uppföljning

Vidarklinikens utvecklingsavdelning har under flera år, med hjälp av EQ-5D och egna enkäter, genomfört uppföljning av patienter som vistats på Vidarkliniken. Det har även gjorts uppföljning i samarbete med två av våra avtalslandsting. Denna uppföljning pekar tydligt på att patienterna upplever att de får med sig redskap för livsstilsförändringar. Patienterna rapporterar, trots sina ofta svåra sjukdomar och multidiagnoser, om förbättringar när det gäller psykiska såväl som fysiska aspekter. Patienterna skattar en ökning av hälsorelaterad livskvalitet och livstillfredsställelse efter vårdvistelsen. Denna förändring tycks kvarstå efter sex månader på en högre nivå än vid utgångsläget. Man kan se tecken på att patienterna genom vården på Vidarkliniken kommit in i en aktiv och positiv hälsospiral.

ANTROPOSOFISK MEDICIN

Antroposofisk medicin är en omfattande integrativ metod* som har praktiserats av läkare, sjuksköterskor och terapeuter under ca 90 år i stora delar av världen. Den bedrivs såväl på sjukhus som i öppenvård.

Inom den antroposofiska medicinen integreras det naturvetenskapliga biologiska synsättet med kunskaper om hur sjukdom också har samband med det själsliga, emotionella och det sociala livet samt även existentiella livsfrågor hos individen. Vi har en helhetssyn på människan, sjukdomen och dess behandling och menar att individen, som drabbas av sjukdom upplever ett behov av att möta en kompetent sjukvård på alla plan, inte bara det somatiska, utan också på de själsliga och personliga aspekterna av sjukdomen.

* Integrativ medicin syftar till att främja hälsa och motverka sjukdom genom utveckling och integration av evidensbaserad kunskap från olika discipliner och traditioner för att komplettera den etablerade medicinen.



Antroposofiska läkare, sjuksköterskor och terapeuter

Antroposofisk medicin utövas av legitimerade läkare och sjuksköterskor. För att utöva den kompletterande antroposofiska vården behövs en vidareutbildning enligt antroposofiskt internationellt godkända riktlinjer. Även terapeuterna har en internationellt godkänd utbildning med diplom. Alla utbildningar är kvalitetssäkrade. Samarbetet mellan läkare och terapeuter sker i ett ordinationsförfarande där läkaren har behandlingsansvaret. Alla behandlingar och terapier dokumenteras och teamet har regelbundna möten. På så sätt kan patienten känna sig trygg och uppleva att behandlingen är samordnad.

Vidarkliniken erbjuder utbildning för läkare och medicinstuderande i antroposofisk medicin samt för sjuksköterskor i antroposofisk omvårdnad. Vidarklinikens vårdpersonal deltar i dessa utbildningar.

Forskning

Vidarklinken är ett exempel på en integrativ medicinsk vårdgivare, där konventionell skolmedicin integreras med den antroposofiska medicinen. Den antroposofiska, integrativa medicinen (AIM) är relativt stor i Europa med ca 30 000 förskrivare av antroposofiska läkemedel, ca 2 000 antroposofiska läkare och ca 2 200 vårdplatser.

På uppdrag av regeringen i Schweiz har man nyligen genomfört en medicinsk utvärdering av AIM vilken nyligen publicerats i en "Health Technology Assessment" rapport (motsvarande en SBU-rapport). I denna sammanfattar, granskar och värderar man sammantaget 195 kliniska prövningar av AIM och gör en helhetsbedömning av evidensläget. Rapporten indikerar att antroposofiska behandlingar är verksamma, säkra och kostnadseffektiva och att mer högkvalitativ forskning behövs.

Vidarklinken är engagerad i forskning och utveckling både i egen regi och i samarbete med olika universitet och högskolor, nationellt och internationellt. Vi prioriterar i första hand forskning kring effekterna av integrativ antroposofisk vård jämfört med sedvanligt omhändertagande i hälso- och sjukvården i relation till flera olika systemnivåer - från verkningmekanismer till hälsoekonomi. Vidarklinkens verksamhet har undersökts relativt framgångsrikt i flera olika utvecklings- och forskningsprojekt och rutinmässigt genomför Vidarkliniken EQ-5D och patienttillfredsställelsemätningar med goda resultat, också i jämförelse med övrig landstingsdriven hälso- och sjukvård.

Samarbete

Vidarkliniken erbjuder arbetslivsinriktad rehabilitering inkluderande slutenvård och öppenvård (bestående av dagrehabilitering och polikliniska terapier). Vi erbjuder även de olika delarna var för sig respektive ett individuellt utarbetat upplägg som beställaren och Vidarkliniken tillsammans kommer överens om. Vidarkliniken ser sin rehabilitering som ett led i en övergripande rehabiliteringsplan i de fall patienterna är långtidssjukskrivna. Vi eftersträvar ett aktivt samarbete där fler aktörer är verksamma i samma kedja. Kontakta oss gärna för mer information och/eller ett samarbete.



Vidarkliniken

153 91 Järna

Kontaktperson: Lena Norrby

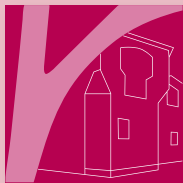
Avtalshandläggare

Tel: 08-551 509 27

Växel: 08-551 509 00

E-post: avtal@vidarkliniken.se

Hemsida: www.vidarkliniken.se



VIDARKLINIKEN

EN UNIK KOMBINATION AV SKOLMEDICIN
OCH ANTROPOSOFISK LÄKEKONST

