

Efni: Stuðningur við verkefnið; Fjölbætt heilsuefling fyrir einstaklinga sem lifa með offitu.

Ágæti viðtakandi

Heilbrigðisráðherra ákvað árið 2019 að lagður yrði grunnur að heilsueflandi móttökum í heilsugæslu um allt land. Farið var af stað með undirbúning að þeirri vinnu í lok árs 2020. Á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja HSS hófst þjónusta við aldraða einstaklinga og þá sem lifa með sjúkdóminn offitu í janúar 2021. Fyrir er á stofnuninni starfandi sykursýkismóttaka sem starfrækt hefur verið síðan árið 2001.

Í þeirri vinnu sem búið er að leggja í skipulagningu meðferðar einstaklinga sem lifa með offitu þótti sýnt að nauðsynlegt væri að geta boðið uppá fjölbreytt úrræði m.a. aðstoð við reglubundna hreyfingu, heilsueflingu, byggða á faglegum grunni.

Búið er að undirrita samstarfssamning milli heilsueflandi móttöku HSS og Janusar heilsueflingar (JH) en JH kemur til með að sjá um þætti sem snúa að hreyfingu (þol- og styrktarþjálfun), sérhæfðar mælingar auk fræðsluerinda í samvinnu við HSS. Markmiðið er að skapa heildstæða meðferð fyrir einstaklinga sem lifa með sjúkdóminn offitu. Offita er langvinnur stigvaxandi efnaskipta sjúkdómur með endurföllum og því mikilvægt að meðferðin sé hugsuð til lengri tíma.

Lagt er af stað með þetta verkefni til tveggja ára.

Kostnaður fyrir skjólstæðinga er lítil á þeim hluta sem teymi heilsueflingar HSS veitir þar sem það fellur undir þjónustu heilsugæslu. Þjónustan er veitt af teymi sem samanstendur af hjúkrunarfræðingum, næringarfræðingi, sálfræðingi og lækni og felur í sér fræðslu um sjúkdóminn, meðferðir og bjargráð, faglegan stuðning og eftirfylgd. Markmiðið er að hjálpa einstaklingnum að takast á við sjúkdóminn með því að:

- Tryggja heilbrigð efnaskipti ef mögulegt er
- Fyrirbyggja áhættuþætti og fylgisjúkdóma
- Meðhöndla áhættuþætti og fylgisjúkdóma
- Stöðva þyngdaraukningu
- Léttast um 5-10% og halda því

Unnið er samkvæmt klínískum leiðbeiningum um meðhöndlun einstaklinga sem lifa með offitu sem gefnar voru út í janúar 2020. Þær má finna á heimasíðu landlæknis.

Janus heilsuefling veitir heildstæða þjónustu í líkams- og heilsurækt. Innan raða fyrirtækisins er faglært fólk á sviði íþróttá- og heilsufræða sem m.a. hefur sérhæft sig í meðferð einstaklinga sem lifa með offitu.

Ósk okkar sem að þessu verkefni stöndum er sú hvort mögulegt er að bæjar/sveitarfélagið geti komið að niðurgreiðslu á þjónustu JH og/eða þátttöku einstaklinga þeirra sem lifa með offitu með því að:

1. Leggja mánaðarlega ákveðna upphæð til hvers þátttakenda sem skuldbindur sig til að byrja með í 6-12 mánuði þó ákjósanlegast væri binding í 24 mánuði?
2. Leggja mánaðarlega ákveðna upphæð til þátttakenda sem eru á örorku, atvinnulausir eða hafa ekki stéttarfélag að baki sér til að sækja um styrk frá.

F.h. samstarfsaðila

Hafdís Lilja Guðlaugsdóttir

Hjúkrunarfræðingur, MSc í heilbrigðisvísindum

Sérfræðingur í hjúkrun einstaklinga með sykursýki

Teymisstjóri heilsuefandi móttöku Heilbrigðisstofnunar Suðurnesja.