

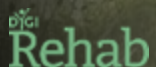
Träning till fler i er kommun



DigiRehab

Startade i 2014

Över 18.000
har tränat med
DigiRehab

Digi
Rehab



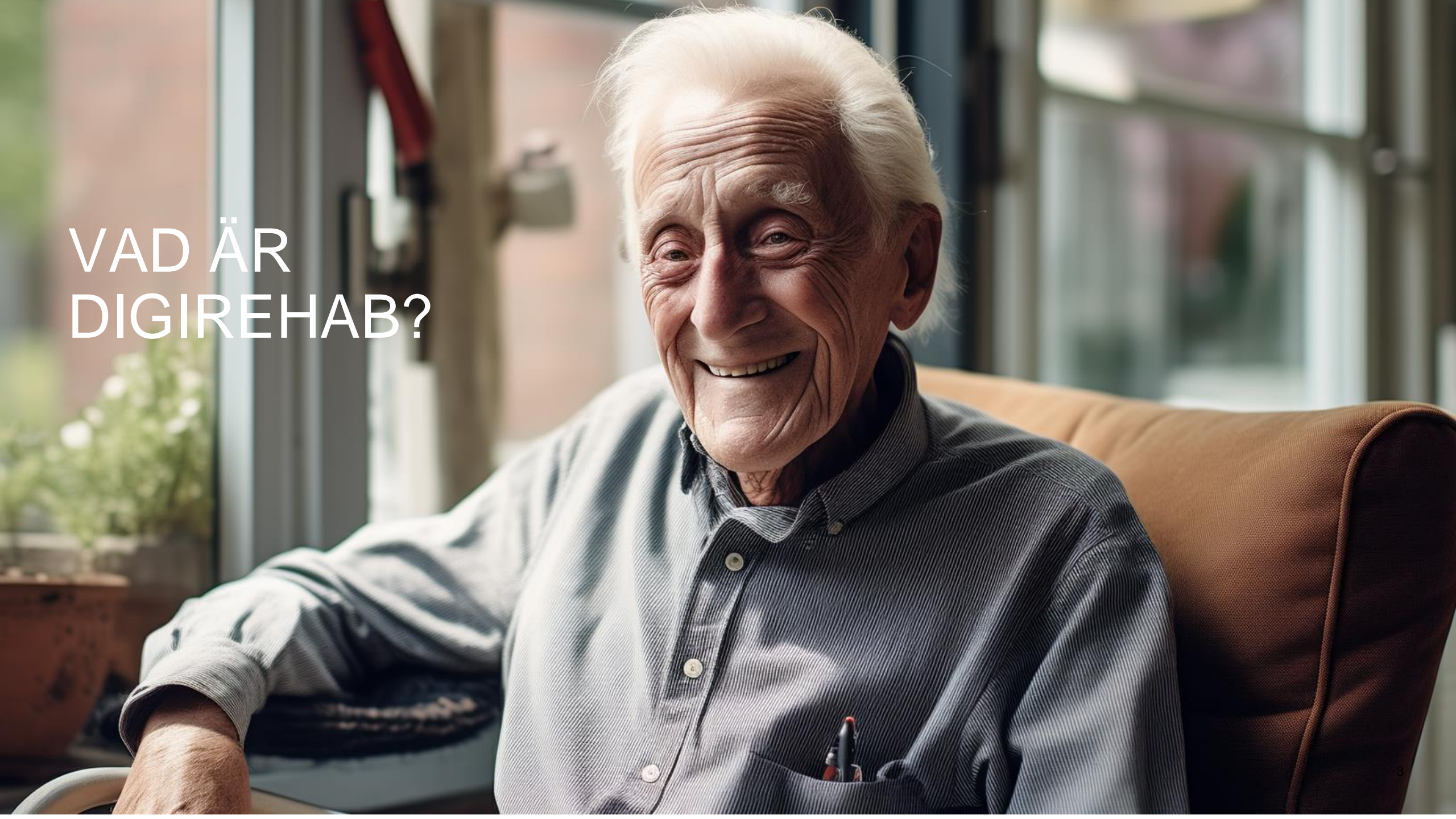
> 40 danska kommuner
använder DigiRehab


| | |
|----------------|----------------|
| Ballerup | København |
| Bornholm | Køge |
| Brønderslev | Lemvig |
| Favrskov | Lolland |
| Fredensborg | Lyngby-Taarbæk |
| Frederikshavn | Nordfyns |
| Fåborg-Midtfyn | Nyborg |
| Gribskov | Odder |
| Halsnæs | Odense |
| Herlev | Ringsted |
| Holstebro | Roskilde |
| Horsens | Varde |
| Hjørring | Vejen |
| Ikast-Brande | Vejle |
| Jammerbugt | Vesthimmerland |
| Kalundborg | Viborg |
| Kerteminde | Aalborg |
| Kolding | |

Internationellt:
Sverige (Höganäs),
Norge,
Finland,
Island,
Tyskland,
Belgien
och Holland



VAD ÄR
DIGIREHAB?

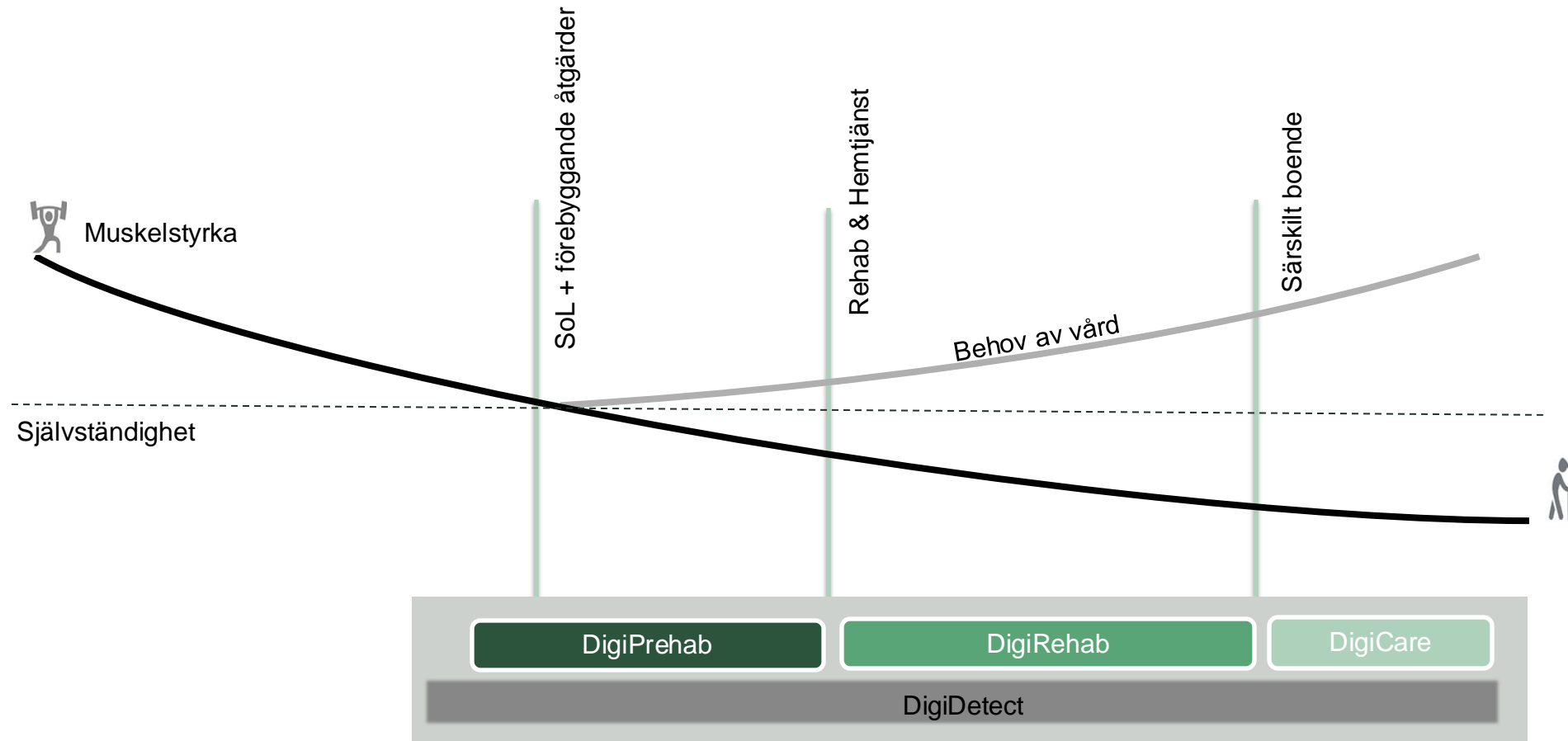




DigiRehab erbjuder
individuellt anpassad funktionell styrketräning för äldre.

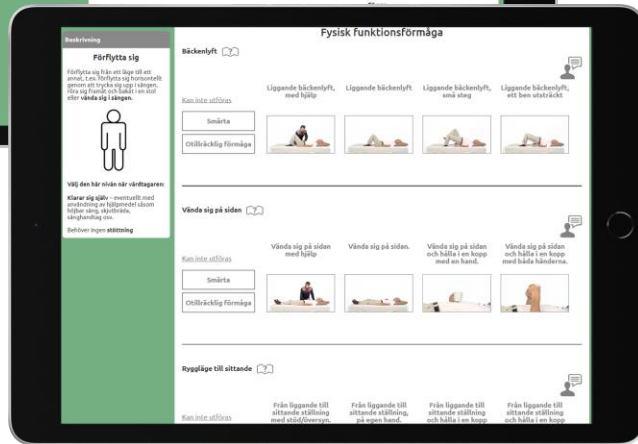
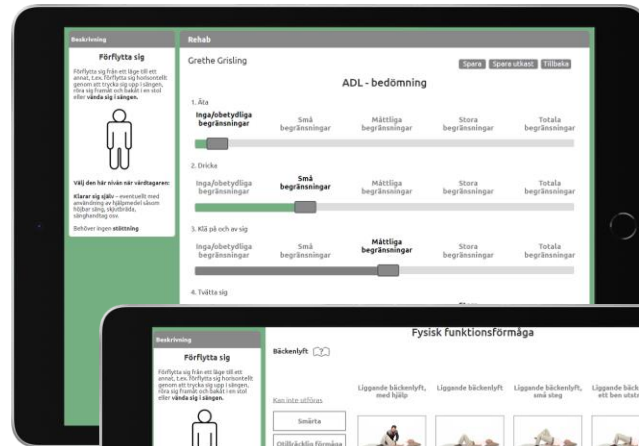
Syftet är både att minimera försämrad funktion och att göra brukare och vårdtagare mer självständiga och därmed minska vårdbehovet.

DigiRehabs lösningar



DigiRehabsystemet

Bedömning
Var 4:e vecka



TRÄNING
2 x 20-30 MIN / VECKA



ANALYS



Del 1 Bedömning



Gjort av rehab eller annan hemtjänstpersonal, eftersom de professionellt och erfarenhetsmässigt vet mest om vad vardagsrehabilitering och hemvård handlar om



Unik överblick över vårdtagarens rehabiliteringspotential

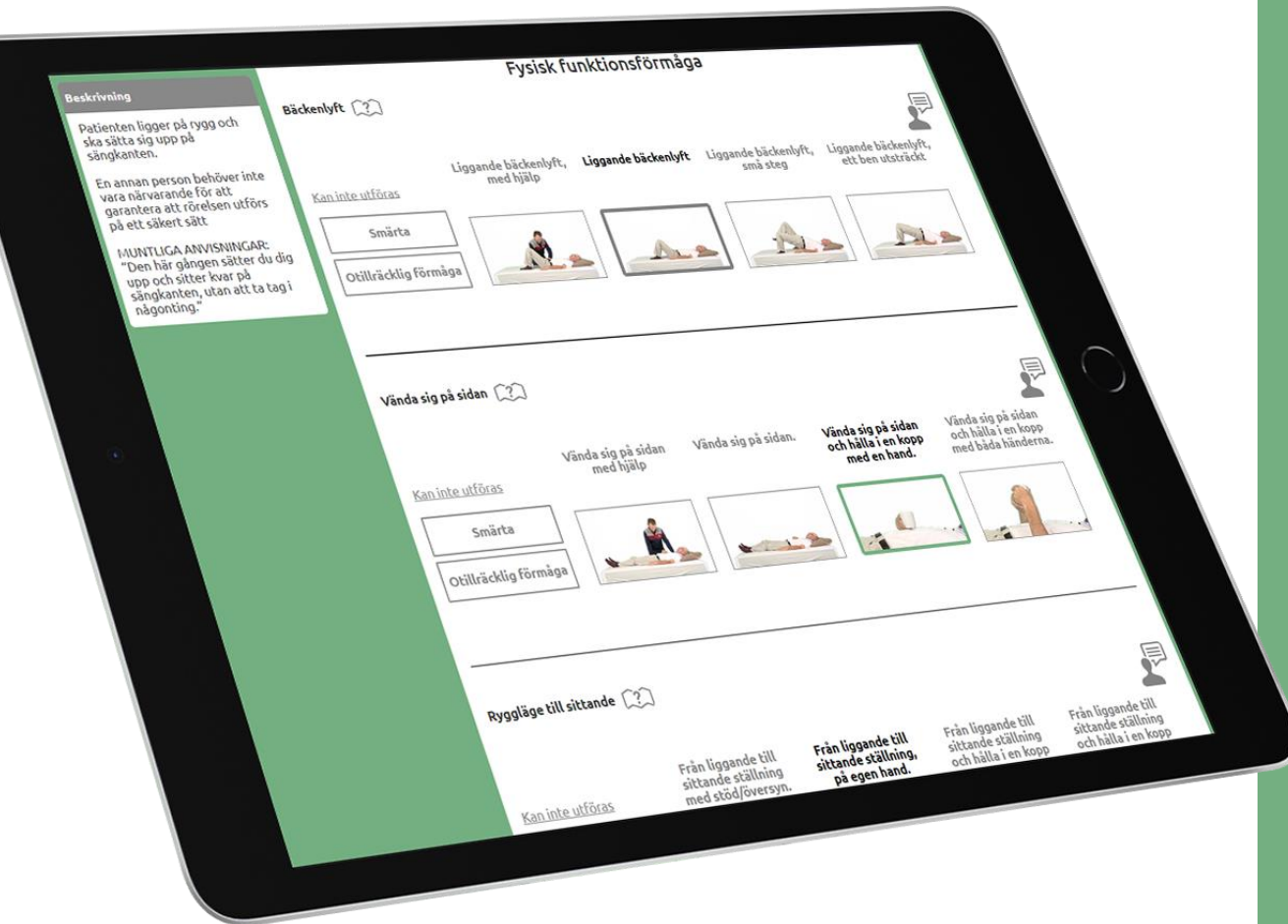


Målsättning för förväntad effekt



Bedömning av ADL

Bedömningen utifrån de viktigaste aktiviteterna i vardagen.



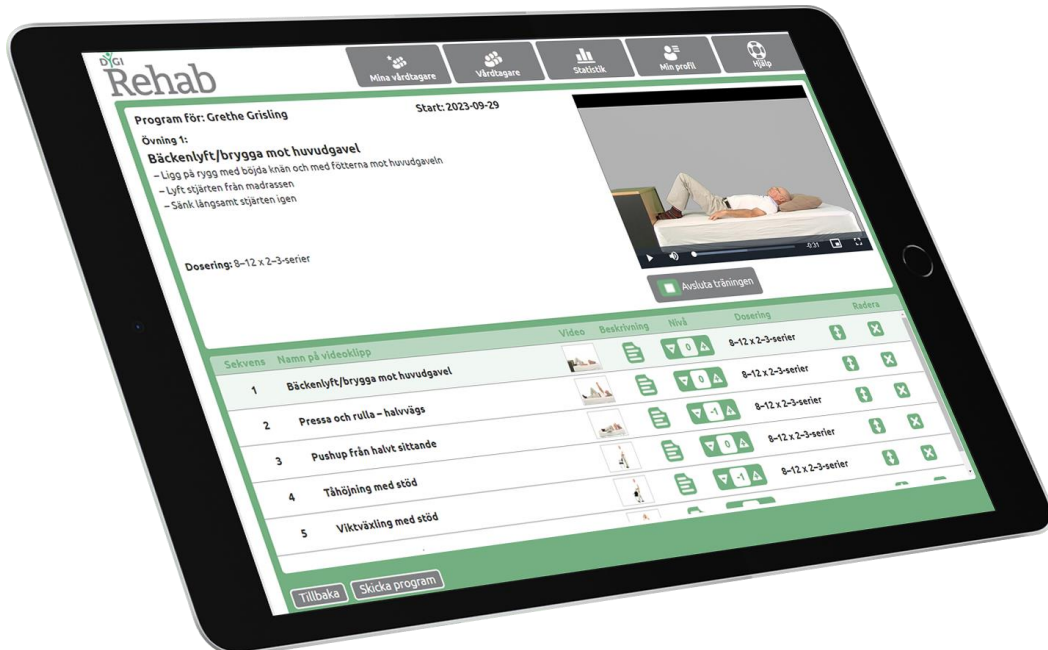
Bedömning av funktionsförmåga

Den fysiska funktionsförmågan testas med 10 olika test

Bland annat: TUG, 30 sek STS, gånghastighet och delar av Bergs balansskala.

Del 2

Individanpassad träning



Personliga och automatiskt skapade träningsprogram på 12 veckor, 2 gånger per vecka, 20-30 min. per gång



Hemträning övervakas av personal med hjälp av videoinstruktion



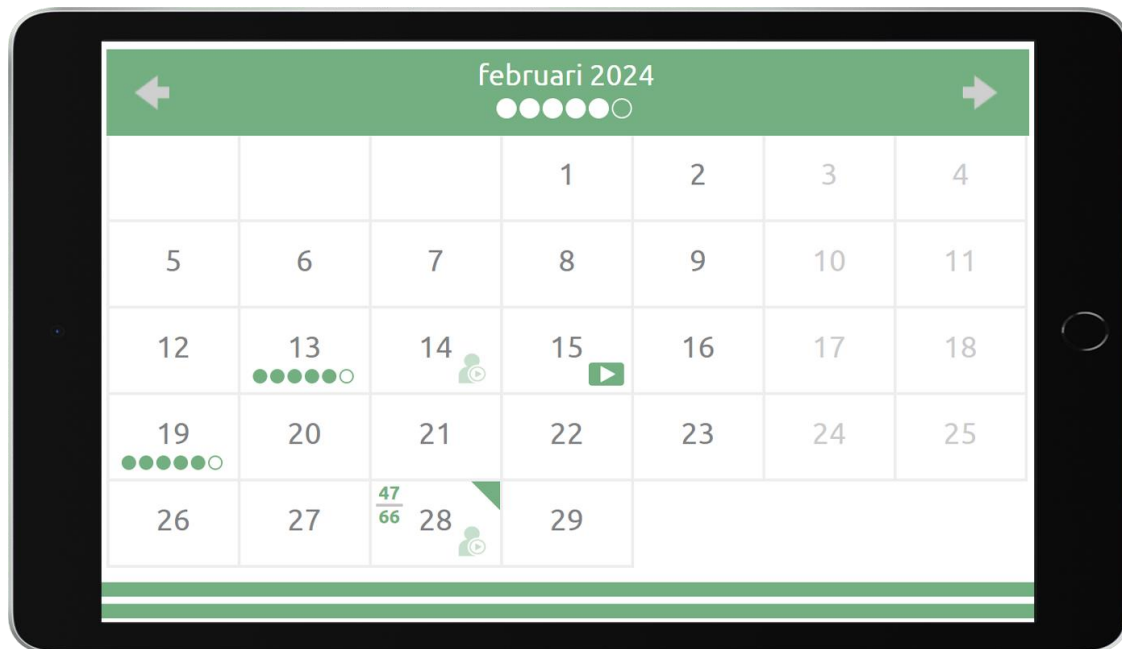
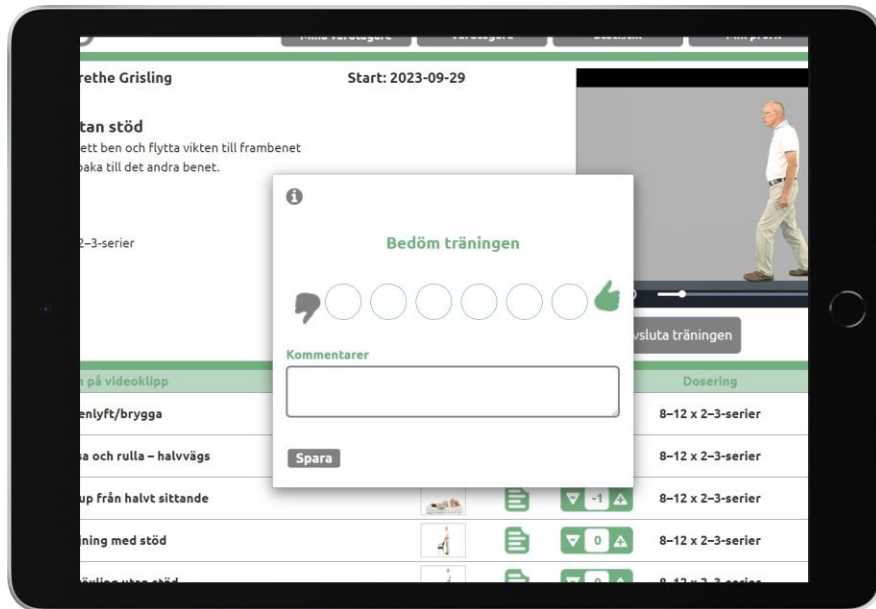
Dokumentation av den äldres motivation och insats

DigiRehab Styrketräning



Träningsformen är "tung styrketräning" med inspiration från funktionell träning (men noggrant anpassad).

Valet av övningar och träningsnivån är evidensbaserad och följer den senaste forskningen.



Bedömning av träning

Varje träningspass registreras och träningsinsatsen bedöms av "tränaren".

Del 3

Monitorering och rapporter

- Effekterna av insatsen dokumenteras.
- Underlag för anpassning av insatser.



Vårdpersonalen bedömer effekten av träningen efter varje pass



Löpande uppföljning med veckorapporter och effektrapporter



Utifrån enskilda vårdtagare, områden och hela kommunen



- Under observation
- Betydande framsteg
- Smärta under bedömningen
- Valt att inte delta
- Positiv utveckling
- Bristande motivation
- Avslutad

VAD MER ÄR
DIGIREHAB?



Träning i god tid!

Till alla...
som kan dra nytta av det

Träningen ska
vara i hemmet

Billigare och mer
flexibelt

Övervakad insats
och datadriven
planering

Både livskvalitet,
kompetensförsörjning
och ekonomi i fokus

Övrig vårdpersonal tränar med vårdtagarna



DigiRehab är en del av hemtjänsten



Allt sker i vårdtagarens eget hem, effektivt, säkert och med medicinsk kompetens



Medicinska kompetensen är inbyggd i systemet (av fysioterapeuter)

Vårdpersonalen

- Får kompetensutveckling och positiva samt spännande arbetsuppgifter
- Gör träningen konkret och relevant till vardagen (en del av vardagsrehabiliteringen?)
- Ökad funktionsförmåga omsätts till mindre vårdbehov och därmed färre vårdtimmar



7 av 10

Därför tränar 7 av 10 regelbundet, även om medelåldern är över 80 år



VARFÖR
DIGIREHAB?



Demografisk utveckling

En svensk kommun 2023 (exempel):

(ca 110 000 invånare)

Brukare 65-79 med hemtjänst i ordinärt boende: 428

Brukare 80+ med hemtjänst i ordinärt boende: 913

Totalt (antal brukare med vård och omsorg i hemmet): **1 341**

Invånare 65+ idag: $13\,497 + 5\,295 = 18\,792$

80+ år

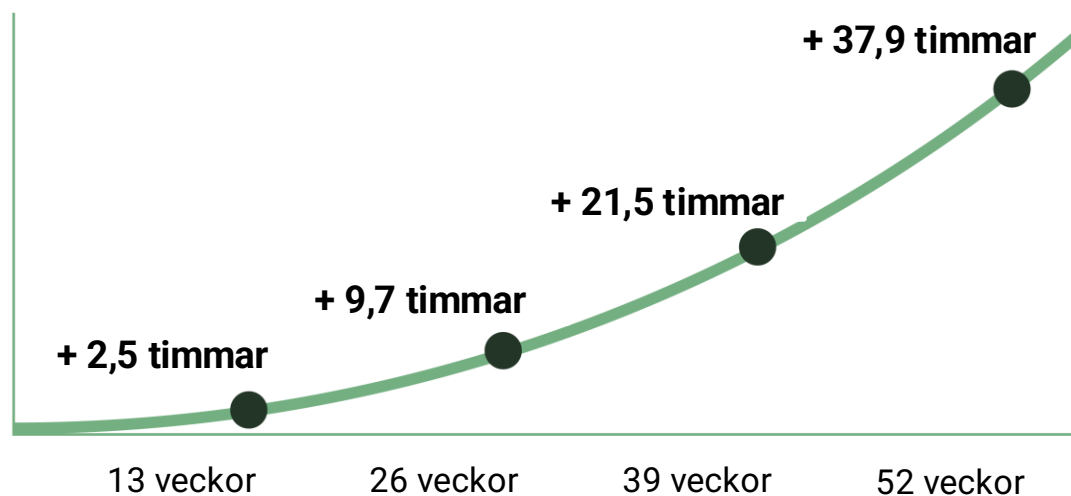
+47,3%

2030

Behovet av vård växer utan träning

- Utan träning tappar äldre människor muskelmassa.
- Äldre människor blir svagare med tiden. Då växer behovet av vård.

Ökat behov stiger med 38 timmar på 1 år (7500 vt).
Reduktion tack vare träningen är 24 timmar
= **62 timmar**.



Styrketräning är lösningen

Muskler som stimuleras och pressas blir starkare. Då kan man göra mer. Det är ren biologi.

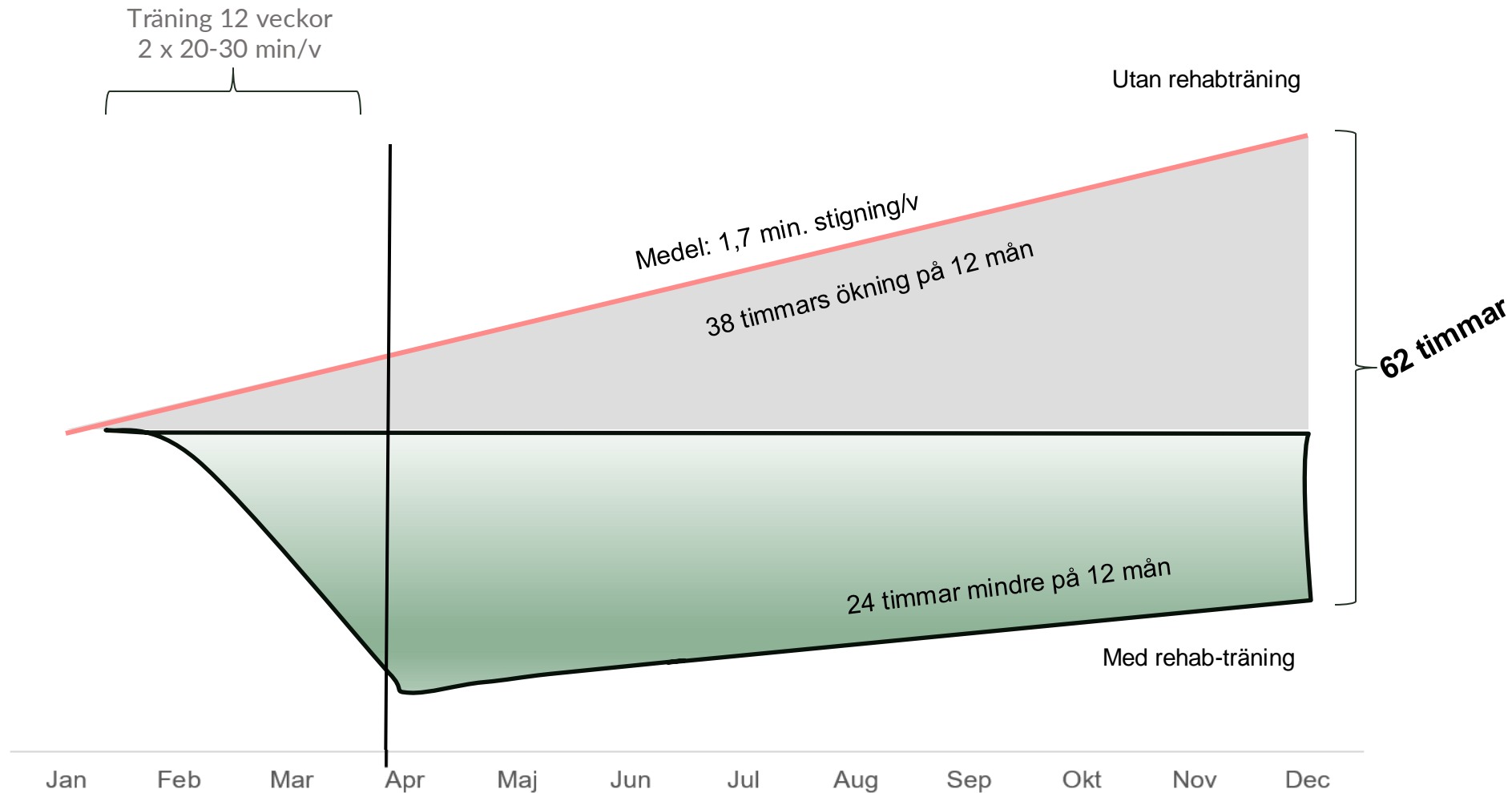
Hemträning med 1 vårdtagare minskar vårdbehovet årligen med 62 timmar.

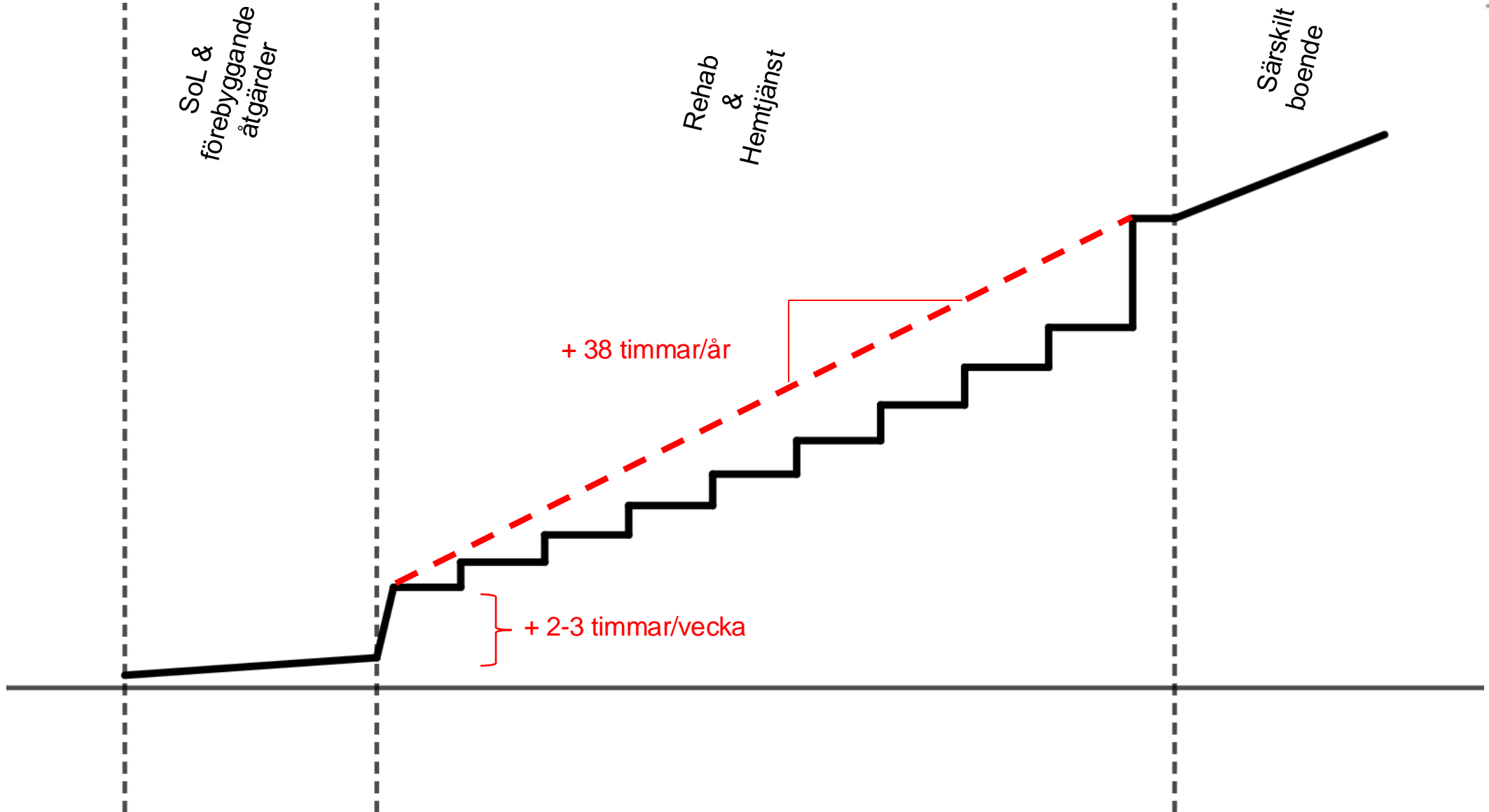


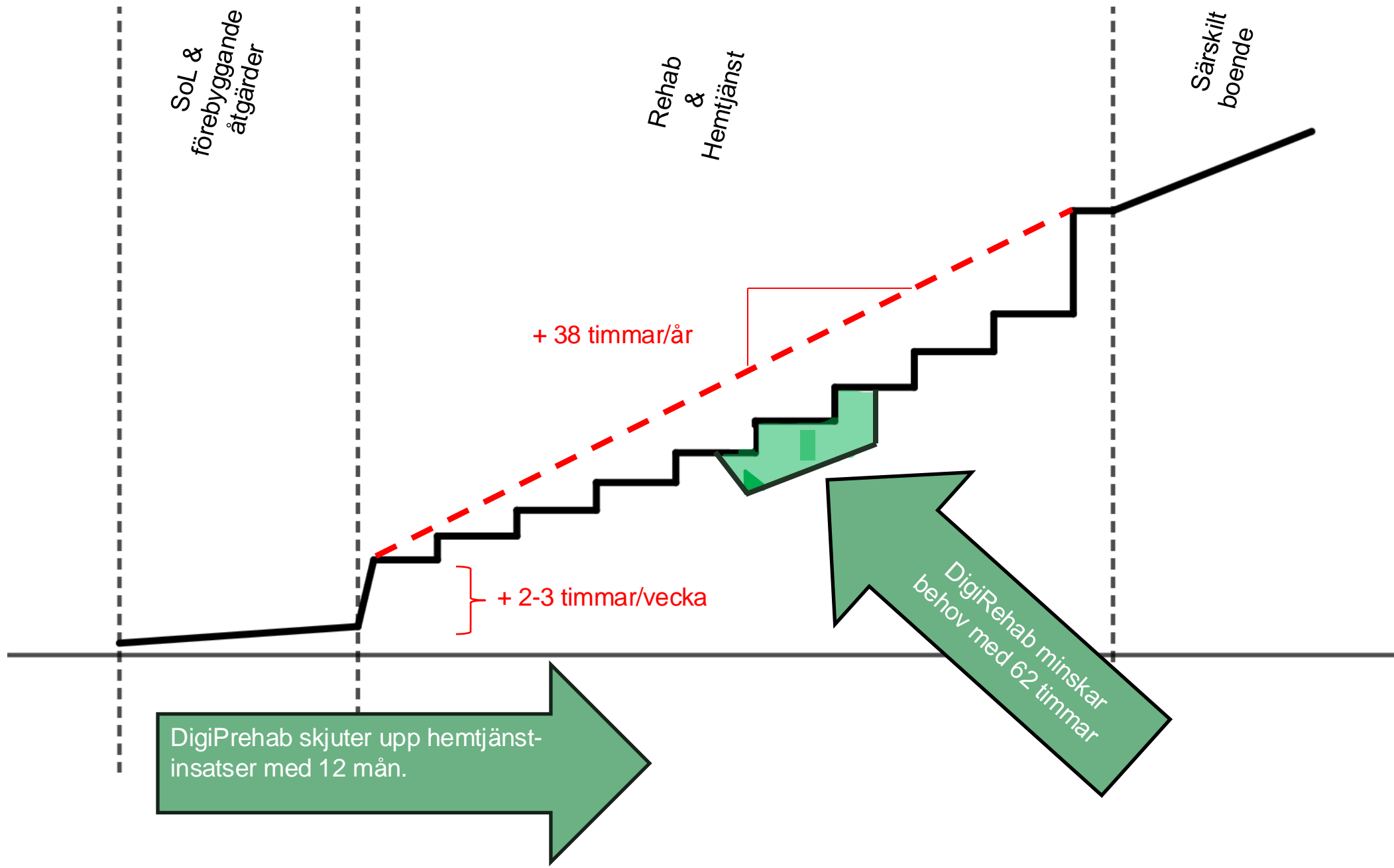
62 timmar

Minskat vårdbehov,
i timmar/vårdtagare/år.

Effekt av DigiRehab-träning







DigiPrehab skjuter upp hemtjänst-insatser med 12 mån.

DigiRehab minskar behov med 62 timmar

Effekt av DigiRehabträning

Normal utveckling utan individuell träning



70% har behov för mer hjälp
30% har behov för mindre hjälp



Utveckling med DigiRehab



30% har behov för mer hjälp
70% har behov för mindre hjälp



Hemträning frigör tid

Vårdbehovet minskar med 62 timmar varje gång en vårdtagare genomför en träningsperiod på 12 veckor.

Hemträning med 16 vårdtagare minskar behovet av vård med 1 anställd.



16
vårdtagare
som får träning



1
Vårdgivare mindre

Hemträning frigör tid

Andra fördelar:

Upptäck och minska andra problem
t.ex. ensamhet, övervikt, felmedicinering.

Förhindra fall

Förhindra sjukhusinläggningar

Minska behov av hjälpmedel

med 62 timmar
genomför en

are minskar
ställd.

ägare
som får träning



1
Vårdgivare mindre



Implementering och samarbete

Vårt samarbete

Organisering

Styrgrupp

Fast implementeringskonsult

Svensk support

Kunskapsdelning och optimering

Datainsamling, analys

Rapporter veckovis, månadsvis, per halvår

Benchmark

Best practice

Kommunalt nätverk

Struktur och implementering

Prehab, Rehab & Care

- "Fasta tränare"
 - Undersköterskor & vårdbiträden
 - Rehabpersonal
 - Medarbetare inom hälsofrämjande & förebyggande
- Bred struktur
- Tvärprofessionellt
 - Rehabpersonal & usk/assistent/vårdbiträde



"Fasta tränare":

2-6 medarbetare får utbildning och deras tjänster innehåller endast träning med vårdtagare/brukare/invånare

Bred struktur:

All vårdpersonal får utbildning och är med i utvecklingen

HSL – generell träning

"Åtgärder kan vara träning..."

Att identifiera ett rehabiliteringsbehov i samverkan med biståndshandläggare



En nyare arbetsmodell som används mer och mer, innebär att rehabiliteringskompetens är med tidigt i utredningen om behov av stöd i hemmet, till exempel hemtjänst. Hittills i Sveriges är framförallt en arbetsterapeut som arbetar nära biståndshandläggare, men det kan även vara någon annan rehabiliteringsprofession med lämplig kompetens.

I arbetssättet ingår att ta reda på om en person kan klara av dagliga aktiviteter själv med hjälp av träning, hjälpmedel eller andra strategier. Personen erbjuds en rehabiliteringsbedömning samt åtgärder vid behov, innan en biståndshandläggare fattar ett beslut om insatser. Åtgärder kan vara träning, hjälp att hitta strategier, anpassningar i hemmiljön, och hjälpmedel..

Denna typ av samverkan skapar möjligheter för en helhetsbild av personens situation i hemmet.

[https://kunskapsguiden.se/omraden-och-teman/god-och-nara-
vard/rehabilitering/rehabilitering-i-hemmet/](https://kunskapsguiden.se/omraden-och-teman/god-och-nara-vard/rehabilitering/rehabilitering-i-hemmet/)

SoL - insatser

- Social samvaro
- Egenvårdsintyg
- Likställt med promenader & andra aktiviteter
- Andra sätt?

Förebyggande insatser med Prehab...?

Nyttorealiseringskalkyl

Möjligheter i en svensk kommun

(ca 110 000 invånare)

Anställ 4 "tränare" och spara 13,5 medarbetare



13,5 tjänster "frigörs" till andra uppgifter



Spara

Cirka 7,7 miljoner / år

Nyttorealisering

Vårdtagare i hemtjänsten (i 2023):
1 341

30% får träning = 402
70% av dem tränas efter planen = **282**

Varje vårdtagare kommer att kunna spara
62 timmar per år.
Behovet av vård kommer att minska med:

$282 \times 62 = 17\,484$ timmar

X en timlön på 550 kr = ca **9 600 000** kr/år

$17\,484$ timmar / 1000 timmars vård/usk/år =
17,5 tjänster sparade
- 4 usk = **13,5 medarbetare**

Årslön usk: $480\,000 \times 4 = 1\,920\,000$
 $9\,600\,000 - 1\,920\,000 = 7\,680\,000$ kr/år

Vi rekommenderar att börja med
4 rehabundersköterskor

282 vårdtagare / 70 vt som tränas/år/usk = 4 tjänster
= **4 medarbetare**

**13,5 medarbetare kan "frigöras"
till andra uppgifter.**

**Tack
för ditt intresse!**

