



Idekatalog

Til indsatser der fremmer fysisk aktivitet under hospitalsindlæggelse

Titel på afprøvet indsats:	Selv-aktivering til selvstændigt gående patienter.
Målgruppe:	Patienter indlagt på neurologisk afdeling <u>uden behov for fysioterapeutisk indsats</u> under indlæggelse, da fysisk funktionsniveau er sv.t. habituel – samt med <u>selvstændig gangfunktion</u> og som selv (eller med pårørende) kan orientere sig på afdelingen og selv igangsætte aktiviteten.
Hvad bestod indsatsen af:	Patienterne tilbydes instruktion i en selvvalgt fysisk aktivitet som selvtræning/-aktivitet under indlæggelse. Den fysiske aktivitet kan være: Gåture på afsnittet, kondicykel eller NuStep, med udlevering af informationspjece. Måling: Tidsforbruget i minutter på den (de) udførte aktivitet(er) angives (af patienten) på udleveret skema.
Resultat af indsatsen:	Afprøvet på 3 ptt. med 2 indsamlede skemaer - For 2 patienter synes indsatsen at være oplagt, ift. deres habituelle fysiske aktivitetsniveau. - For den sidste pt. (habituel ikke aktiv) blev skemaet udfyldt med 40 min. (gåture) (= maks.tid på skemaet) pr. dag over fem dage.
Kontaktoplysninger:	Navn: Dorthe Bjerre Krogh Titel: Udviklingsterapeut/fysioterapeut Arbejdsplads: Neurologisk afdeling, Nordsjællands Hospital Mail: dorthe.bjerre.krogh@regionh.dk Tlf.nr.: 48297121

