



Felles henvisningsrutine lærings- og mestringstilbud. Anbefaling fra arbeidsgruppe

Innledning

I handlingsplanen for helsefelleskapet 2022 – 2024, har vi som arbeidsgruppe fått ansvar for å “Utarbeide en felles rutine for henvisning til ulike virksomheters tilbud innen friskliv og mestringstilbud” (pkt. 1.1.1). Arbeidsgruppen har bestått av

- Ingrid Kristiansen, kommuneoverlege, Frøya kommune
- Siv Hege Forbord, spesialfysioterapeut og LMS-kordinator, Rehabiliteringsklinikken, St. Olavs hospital
- Anne Lise Lenes, vernepleier, Habiliteringstjenesten for voksne, St. Olavs hospital
- Sigrid Moum, seniorrådgiver, Statsforvalteren i Trøndelag
- Kjersti Gustad, avdelingsleder/seksjonsleder, Avdeling for fysio- og ergoterapi, Helse Nord-Trøndelag
- Siv Anita Røssing Fillingsnes, avdelingsleder, Forvaltningskontoret helse og omsorg/ Koordinerende enhet, Frøya kommune
- Guro Volan Agle, fysioterapeut, Friskliv og rehabilitering, Malvik kommune

Arbeidsgruppen har hatt møte ca. en gang i måneden, totalt 11 møter siden oppstart 18.04.23.

Arbeidsgruppa konkretiserte mandatet ved å endre ordlyden fra “henvisning” til “henvendelse” og mandatet ble “Utarbeide en felles rutine for henvendelse til ulike virksomheters tilbud innen friskliv og mestringstilbud”.

Målet for samarbeidsavtalen mellom St. Olavs hospital og kommunene i Sør-Trøndelag og samarbeidende kommuner^[1], er å bidra til at pasienter og brukere mottar et helhetlig, forutsigbart og faglig godt tilbud i helse- og omsorgstjenestene gjennom å konkretisere oppgave- og ansvarsfordelingen mellom kommunen og helseforetaket og å etablere gode samhandlingsarenaer som sikrer at partene videreutvikler og implementerer omforente samarbeidsrutiner på sentrale samhandlingsområder. En likelydende avtale er inngått mellom HNT og samarbeidende kommuner.

¹ Samarbeidsavtale og underliggende retningslinjer inngått mellom St. Olavs Hospital og kommunene i Sør-Trøndelag samt samarbeidende kommuner

¹Samarbeidsavtale HNT

Frisklivs-, lærings- og mestringstilbud har ulik utforming og fokus i helseforetak og kommuner. Helseforetak har som oftest diagnosespesifikke, kortvarige kurstilbud. Kommunene har i større grad ikke-diagnosespesifikke tilbud, og tilbudet kan strekke seg over lengre tid. Det kan være behov for begge tilbudene i et pasientforløp ut fra et livsløpsperspektiv. En forenklet henvendelsesrutine kan være et bidrag til at pasientene får den oppfølgingen de har behov for, ved at samarbeidet går sømløst på tvers av tjenestenivå.

Som grunnlag for anbefalingen har arbeidsgruppa gjennomført en kartlegging av dagens situasjon. Kartleggingsskjema ble sendt til kliniksjefer og lærings- og mestringssenter (LMS) ved St. Olavs hospital og Helse Nord-Trøndelag, kommuneoverleger i fylket slik at de kunne videresende til fastleger i sine kommuner og kontaktpersoner for friskliv, læring og mestring i kommunene i Trøndelag.

Kartleggingen avdekker ulike henvendelsesrutiner og manglende kjennskap til hvordan og hvor man henvender seg/sender henvisning til ulike frisklivs-, lærings- og mestringstilbud.

Kartlegging av dagens praksis

Kartlegging av rutiner kommune

Et kartleggingsskjema ble sendt til kontaktpersoner for friskliv, læring og mestring i kommunene. Slik var innledningen på spørreskjemaet: *“Vi ønsker å kartlegge hvordan henvendelser mellom kommune og sykehus, som gjelder friskliv, læring og mestringstilbud, håndteres i din kommune i dag. Vi må tilstrebe “en dør” inn både hos kommune og sykehus. Vi vet det gjøres ulikt i dag. Henvendelsen går oftest direkte til forvaltningskontoret i kommunen, men henvendelse direkte til friskliv, læring og mestringstilbud er også vanlig. Det er også noen som mottar henvendelse gjennom kommunens postmottak.”*

Arbeidsgruppa mottok svar fra 31 kommuner i Trøndelag.

Hvor skal henvendelser fra sykehus som gjelder friskliv-, læring- og mestringstilbud sendes i din kommune slik det er i dag?

Henvendelsesmåten er ulik mellom kommunene, og flere kommuner har også flere måter å motta henvendelser fra sykehus på. Flere kommuner mottar henvendelser fra sykehus via saksbehandling i kommunen mens andre mottar direkte til den aktuelle tjenesten. Noen henvendelser går også via fastlege.

Henvendelser direkte til tjenesten fra sykehus mottas også ulikt:

¹ <https://www.hnt.no/4af6b0/siteassets/documents/samhandling/samarbeidsavtalen-tjenesteavtaler-og-felles-rutiner/revidert-samarbeidsavtale-2021/retningslinje-1-pasientsamarbeid.pdf>

1. Elektronisk via journalsystem (e-melding, PLO-melding)
2. Via telefon, e-post eller post
3. Via postmottak

Videre svarer flere at brukeren selv tar direkte kontakt via søknadsskjema på kommunens hjemmeside eller via HelsaMi, via telefon eller e-post.

Ut fra eksemplene i innledningen, hvilken ordning vil du/dere foretrekke?

På spørsmålet svarte kommunene i fritekst, og noen foretrakk flere ordninger.

17 kommuner svarer at de foretrekker henvendelsen via saksbehandling i kommunen når henvendelsen kommer fra sykehus. 12 kommuner svarer de foretrekker direkte til tjenesten i kommunen. To kommuner foretrekker henvendelser til postmottak.

Flere kommuner vektlegger at innbyggeren selv kan henvende seg til tilbudet på eget initiativ eller etter oppfordring fra andre helsepersonell.

Kartlegging av rutiner sykehus

Et kartleggingskjema ble sendt til alle klinikksjefer og lærings- og mestringssenter (LMS) ved St. Olavs hospital og Helse Nord-Trøndelag. Gruppen mottok 21 svar, fire svar fra LMS og resten fra ulike sykehusavdelinger.

På spørsmål om hvor sykehuset mottar henvisninger til lærings- og mestringstilbud, så kommer henvisningene enten direkte til gjeldende avdeling (5), til felles henvisningsmottak ved sykehuset (3) eller direkte til det aktuelle lærings- og mestringssenteret (2). Mange oppgir at de verken mottar slike henvendelser eller vet hvor de sendes.

På spørsmål om hvordan henvisningene fra kommunene kommer, er det i hovedsak elektronisk henvisning som benyttes. Noen oppgir i tillegg at de mottar interne henvisninger fra egne behandlere.

På spørsmål om hvor sykehuset sender henvendelser til kommunen, sender halvparten til kommunenes saksbehandlingskontor og den andre halvparten direkte til friskliv, læring og mestring i kommunen.

På spørsmål om hvordan de sender henvendelsene til kommunene svarer de fleste at de benytter e-melding eller elektronisk henvisning. Fire oppgir også at de benytter telefon.

Sykehusansatte fikk også spørsmål om de hadde gode rutiner for henvendelse mellom kommuner og sykehus angående frisklivs-, lærings- og mestringstilbud. Noen beskriver at fastlegene er nøkkelpersoner, de trenger mer kjennskap til de ulike tilbudene som eksisterer. Videre ønskes gode oversikter over eksisterende tilbud, oppdatert og riktig informasjon med kontaktpersoner. Det ønskes "en dør inn", dvs. ett mottak i sykehusene som heter det samme uavhengig av hvilket sykehus, og et mottak i kommunene med samme navn uavhengig av hvilken kommune man skal henvende seg til. Det bør også tilstrebes én måte å sende henvisning/henvendelse på.

Kartlegging av rutiner fastleger

Et kartleggingsskjema ble sendt til alle kommuneoverleger i fylket slik at de kunne videresende til fastleger i sine kommuner. Gruppen mottok totalt 22 svar hvor 10 kommuner var representert.

På spørsmål om hvor de sendte henvisninger til sykehuset varierte svaret i forhold til om de forholder seg til St. Olavs hospital eller sykehusene i norddelen av fylket. For St. Olavs hospital svarte de at de sendte henvendelse elektronisk til aktuelt lærings- og mestringssenter, mens for norddelen varierte det mellom direkte elektronisk henvisning til lærings- og mestringssenter eller til felles henvisningsmottak.

På spørsmål om hvordan de sendte henvendelser til sykehus skjedde dette i hovedsak via elektronisk melding.

På spørsmål om hvor de sendte henvisninger til kommune svarte de fleste at de oppfordret pasienten selv til å ta kontakt. I de tilfeller fastlegene henvendte seg/henviste selv gikk dette elektronisk direkte til friskliv, læring og mestring i kommunene eller til saksbehandling.

På spørsmål om hvordan de sendte henvendelser til kommune skjedde dette i hovedsak via elektronisk melding. En kommune hadde eget skjema i EPJ til saksbehandlingskontor mens en annen kommune hadde eget elektronisk skjema utenom EPJ.

Fastlegene fikk også spørsmål om hva de ville foretrukket som ordning for henvendelser til friskliv, læring og mestring. Her var det et tydelig ønske om muligheten for elektronisk melding og at dette kunne sendes til en saksbehandlingsenhet i både sykehus og kommune. Enkelte ønsket også at det kunne sendes direkte til avdelingen.

Anbefaling

Kartleggingen av hvordan dette gjøres i dag avdekker behovet for en felles henvendelsesrutine, da man finner ulike henvendelsesrutiner og manglende kjennskap til hvordan henvende seg både innad og mellom tjenestenivåene. Kommuner og sykehus har store forskjeller i tilbud hva gjelder friskliv, læring og mestring.

HelseNorge er en plattform som allerede er i bruk for å finne en oversikt over tilbud og hvor man kan henvende seg, knyttet til mestring.no. I tillegg har Helsedirektoratet en oversikt som også lenkes fra HelseNorge. Disse to lenkene er imidlertid ikke samstemte. For at denne skal fungere hensiktsmessig er det viktig at oversiktene som er tilknyttet HelseNorge samt hjemmesidene til helseforetak og kommuner er oppdaterte og samstemte.

[Helsedirektoratet \(via HelseNorge\)](#)

[Mestring.no \(via HelseNorge\)](https://mestring.no)

Henvendelse til kommuner

For å sikre gode pasientforløp bør kommunen ha "ei dør inn", og denne mottakeren må ha fullstendig oversikt over hvilke tilbud som til enhver tid finnes i kommunen. Det er ønskelig at helsepersonell henvender seg til saksbehandling i den aktuelle kommunen.

Kommunale frisklivs-, lærings- og mestringstilbud er lavterskeltilbud. Dersom innbyggeren er i kontakt helsepersonell og det vurderes at kommunale frisklivs-, lærings- og mestringstilbud er aktuelt, kan

innbyggeren oppfordres til å ta direkte kontakt med tilbudet. Dette kan styrke egenansvar og mestring til den enkelte. Det må utøves faglig skjønn for å vurdere hva som er nødvendig/best for bruker i hvert enkelt tilfelle.

Henvendelse til spesialisthelsetjenesten

Henvendelse/henvisning til lærings- og mestringstilbud i spesialisthelsetjenesten bør sendes til den enkelte klinikk som er ansvarlig for det aktuelle tilbudet.

For at dette skal fungere er det viktig at det utarbeides et felles system for oversikt over lærings- og mestringstilbud i helsefelleskapet. Dette jobber en egen gruppe med i henhold til handlingsplanen.

Kilder

<https://www.stolav.no/siteassets/documents/samarbeidsavtale-kommuner.pdf>

<https://www.hnt.no/4af6b0/siteassets/documents/samhandling/samarbeidsavtalen-tjenesteavtaler-og-felles-rutiner/revidert-samarbeidsavtale-2021/retningslinje-1-pasientsamarbeid.pdf>

Ressurser

Helsedirektoratet. (2023). *Rehabilitering, habilitering, individuell plan og koordinator. Kap 6. Læring og mestring i helse- og omsorgstjenesten*. Helsedirektoratet.

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/rehabilitering-habilitering-individuell-plan-og-koordinator/laering-og-mestring-i-helse-og-omsorgstjenesten#om-laering-og-mestring-i-helse-og-omsorgstjenesten>

Helsedirektoratet. (2022). *Veileder for kommunale frisklivssentraler*. Helsedirektoratet.

https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/kommunale-frisklivssentraler-etablering-organisering-og-tilbud/Kommunale%20frisklivssentraler%20E2%80%93%20Etablering,%20organisering%20og%20tilbud%20E2%80%93%20Veileder.pdf/_attachment/inline/7cbef5d9-65ee-468d-b8a0-786746db7d2f:94a0131dab82438294c9705ce1155dcea34e7ec7/Kommunale%20frisklivssentraler%20E2%80%93%20Etablering,%20organisering%20og%20tilbud%20E2%80%93%20Veileder.pdf

Vedlegg

Kartlegging fastleger og sykehus

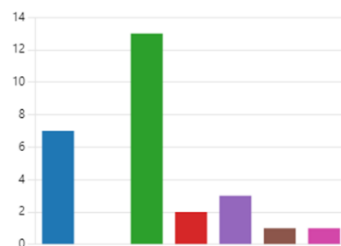
Fastleger

Oppsummering

- 22 svar totalt
- 10 kommuner: Frøya, Levanger, Orkland, Midtre Gauldal, Heim, Verdal, Indre Fosen, Ørland, Tydal, Trondheim
- Sjørdelen(13 svar):
 - Sykehus: elektronisk henvisning til aktuelle læringssenter
 - Kommune: pas selv, elektronisk direkte eller til koordinerende/forvaltning/saksbehandling
- Norddelen(9 svar):
 - Sykehus: elektronisk direkte, 1 fastlege til felles henvisningsmottak, aldri henvist noen
 - Kommune: pas selv, elektronisk direkte eller til koordinerende/forvaltning/saksbehandling

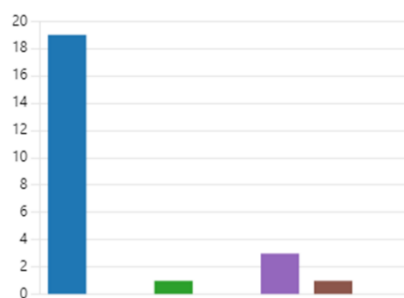
Hvor sender du henvendelsen når din pasient er i behov for et lærings- og mestringstilbud i sykehus?

● Til det aktuelle lærings- og mest...	7
● Til koordinerende enhet ved syk...	0
● Som henvisning direkte til gjeld...	13
● Felles henvisningsmottak ved sy...	2
● Har aldri henvist noen til et slikt ...	3
● Vet ikke	1
● Annet	1



Hvordan sender du henvendelser når din pasient er i behov for et lærings- og mestringstilbud i sykehus?

● Elektronisk henvisning	19
● Telefon	0
● Sikker e-dialog	1
● Per post	0
● Har aldri henvist noen til et slikt ...	3
● Vet ikke	1
● Annet	0



Hvor sender du henvendelser når din pasient er i behov for et frisklivs-, lærings- og mestringstilbud i kommunen?

[Flere detaljer](#)

● Direkte til friskliv, lærings- og m...	10
● Kommunens forvaltningskontor...	4
● Har aldri henvist noen til et slikt ...	2
● Vet ikke	1
● Annet	5

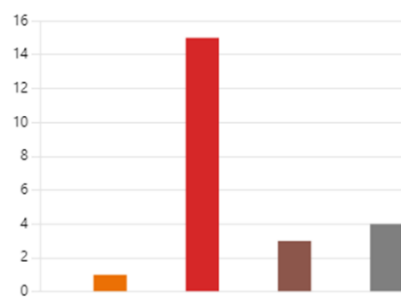


Annet

- Ber pas ta kontakt selv
- Ber de ringe selv
- Som oftest kontakter de selv
- Pasienten tar selv direkte kontakt
- Kommunen vår har dessverre ikke dette

Hvordan sender du henvendelser til kommunen?

● Eget skjema i EPJ til friskliv	0
● Eget skjema i EPJ til forvaltnings...	1
● Telefon	0
● E-melding	15
● Per post	0
● Har aldri henvist noen til et slikt ...	3
● Vet ikke	0
● Annet	4



Annet

- E melding eller ber pas ta kontakt selv.
- Elektronisk henvisning til fysioterapeut som leder Friskliv
- Kan fylle ut eget elektronisk skjema utenom EPJ
- pasienten tar kontakt selv

Ut fra eksemplene i innledningen, hvilken ordning til kommune/sykehus vil du foretrekke?

- Elektronisk/e-melding
- Helst til en koordinerende enhet både sykehus og kommune
- Rett til avdelingen

Kartlegging av rutiner
sykehus

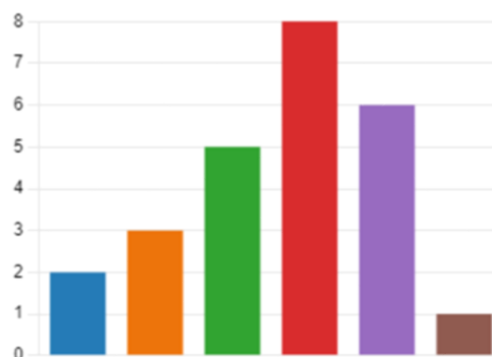
Hvem svarer du på vegne av?

- 21 svar totalt
- 14 svar fra Namsos og Levanger
- 7 svar fra St. Olavs hospital
- 5 svar fra lærings- og mestringssenter i HNT og St. Olavs hospital, resten er fra sengeposter, poliklinikker og kjøkkenet

Hvor mottar dere henvendelser/henvisninger fra kommuner som gjelder lærings- og mestringstilbud på sykehuset?

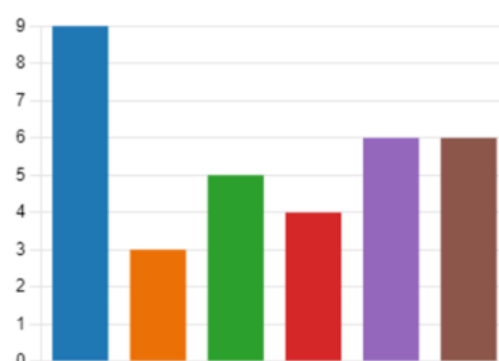
[Flere detaljer](#)

● På det aktuelle lærings- og mest...	2
● I felles henvisningsmottak ved s...	3
● Som henvisning direkte til gjeld...	5
● Mottar ikke henvisninger	8
● Vet ikke	6
● Annet	1



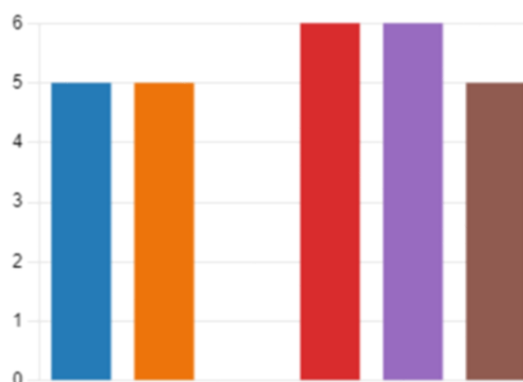
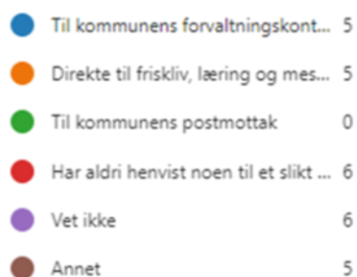
. Hvordan mottar dere henvendelser/henvisninger til lærings- og mestringstilbudene fra kommunene?

[Flere detaljer](#)



Hvor sender dere henvendelser når din pasient er i behov for et tilbud hos friskliv, læring og mestring i kommunen?

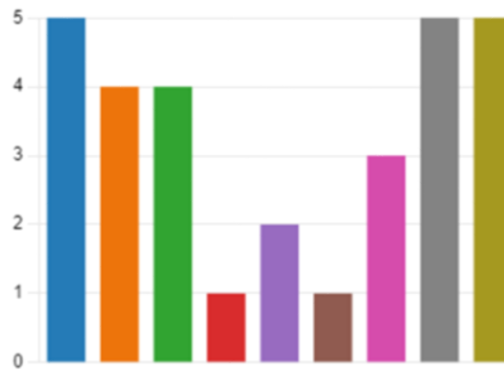
[Flere detaljer](#)



Hvordan sender dere henvendelser når pasienter er i behov for et tilbud hos innskriv, læring og mestring i kommunen?

[Flere detaljer](#)

Elektronisk henvisning	5
E-melding	4
Telefon	4
Per post	1
Eget skjema til friskliv	2
Eget skjema til forvaltningskont...	1
Har aldri henvist noen til et slikt ...	3
Vet ikke	5
Annet	5



Har du ideer til gode rutiner for henvendelser mellom kommuner og sykehus angående frisklivs-, lærings- og mestringstilbud?

- Ønsker gode oversikter over tilbud som eksisterer og kontaktpersoner
- Elektroniske henvisninger fungerer best
- Ønsker gode nettsider
- Det bør være «en dør inn», dvs. ett mottak i sykehusene som heter det samme uavhengig av hvilket sykehus, og ett mottak i kommunene uavhengig av kommune.
- Ønsker at fastlegene har bedre oversikt over slike tilbud
- Helhetlige pasientforløp der lærings- og mestringstilbud ved sykehus og i kommuner er inkludert

Hvor skal henvendelser fra sykehus som gjelder friskliv-, læring- og mestringstilbud sendes i din kommune slik det er i dag?	Ut fra eksemplene i innledningen, hvilken ordning vil du/dere foretrekke?
Sendes som emelding, mottas i Helseplattformen. Kan også bruke henvisningsskjema på hjemmesiden vår.	Direkte til friskliv som emelding
Her er d nok ingen fast rutine. Noen går direkte til tjenesten, andre til forvaltning og postmottak	Forvaltning/ koordinerende enhet; lettere å holde oversikt over antall henvendelser og riktig tjeneste, el mangel på...
Tildelings- og koordineringskontoret	Tildelings- og koordineringskontoret
Vi får ingen henvisninger fra sykehus	Henvisning kan komme pr post til koordinator for friskliv. I og med at friskliv og mestring er et lavterskeltilbud kan sykehuset også ringe til koordinator og melde på deltakere.
Forvaltningskontor	Forvaltningskontor
Vi har ikke dette tilbudet i kommunen	Hvis vi hadde hatt tilbudet i Leka kommune burde nok gått gjennom forvaltningskontoret, da det nok ville vært kun en person som jobbet med tilbudet. Er klar over at noen kan kvie seg for å ta imot tilbudet da det vil være flere personer som "kjenner" problemet
Frisklivssentralen i Værnesregionen Breidablikkvegen 3, 7500 Stjørdal, tlf. 918 71 292 eller e-post: frisklivssentralen@varnesregionen.no	henvendelse direkte til friskliv, læring og mestringstilbud (Frisklivssentralen) og ikke via tildelingskontor.
Elektronisk gjennom journalsystem og postmottak	Direkte til friskliv
Forvaltningskontoret/tildelingsenheten	Slik vi har organisert det pr i dag.
Forvaltningskontoret eller direkte til frisklivssentralen	Direkte til frisklivssentralen
Henvendelser kan sendes direkte til rehabiliteringstjenesten, eller til postmottak som videresender.	Henvendelser kan gjerne sendes til rehabiliteringstjenesten i kommunen.
Rehabiliteringstjenesten v / Kristin Østerås	Til Kristin Østerås kristin.osterås@hoylandet.kommune.no. Hu er også ansvarlig for Koordinerende enhet
Tildeling	Tildeling
E-link til fysioterapi i Rennebu evt. friskliv og mestring.	Direkte til fysioterapi eller friskliv og mestring.
Koordinerende enhet	Direkte til Friskliv, dersom det ikke er tjenester med vedtak det spørres om.
Forvaltningskontoret i Inderøy	Forvaltningskontoret i Inderøy
Det må henvises til frisklivssentral. samt fra fastlege. Noen pasienter tar kontakt selv.	Ønskelig at det går gjennom forvaltningskontoret.
Sykehuset ber pasienten ta kontakt selv, og melde seg på via HelsaMi, Helseplattformen	Dagens ordning fungerer greit for oss
Sendes medisinsk treningsklinikk og frisklivssentral	Sendes medisinsk treningsklinikk og frisklivssentral

Sendes til Forvaltning, sånn som i dag og noen henvisninger kommer direkte. Begge fungerer bra og slik vil vi ha det :-)	Til forvaltning og muligheten direkte til friskliv. Sånn som det er i dag.
digitale meldinger	Digitale meldinger
Sendes til tjenesten direkte via e-link eller via fastlege	E-link fungerer veldig fint
Forordning i Helseplattformen	Forordning i Helseplattformen
Vi får svært få henvendelser fra sykehus. Pasientene tar som oftest kontakt med lavterskeltilbudene selv.	For å sikre best mulig oppfølging bør vel kommunen ha en dør inn, og denne døren må ha fullstendig oversikt over hvilke tilbud som til enhver tid finnes i kommunen.
Henvendelser fra sykehus skal sendes via e-link og havner da på helse- og velferdskontoret, som tar henvendelsen videre. Det er Gericca som er vertsprogram for forsendelsen pr. i dag.	Henvendelser fra sykehus skal sendes via e-link/e-melding og havner da på helse- og velferdskontoret. Helseplattformen innføres i mai og etter det sendes meldingene der.
tildelingskontor eller rus og psykisk helsetjeneste	tildelingskontor eller rus og psykisk helsetjeneste
De kommer direkte på e-link til friskliv, men de finner også veien via tildelingskontoret om noen havner der.	Foretrekker at det sendes e-link, slik at vi får kontaktinformasjon og kan nå hverandre for spørsmål og oppsummering etter tiltak.
Det sendes til kommunens postmottak	Foretrekker at det fortsatt sendes til kommunens postmottak
Både gjennom kommunens postmottak og direkte kontakt. Ofte opplever jeg på friskliv at pasienter selv tar kontakt på oppfordring av sykehuset	Jeg ville foretrekke at sykehuset tar kontakt enten via telefon, PLO melding eller postmottak. Da kan jeg lettere få et helhetlig inntrykk av situasjonen
Hovedsaklig går det rett til frisklivskoordinator.	Kunne nok vært like greit at det hadde gått til forvaltningskontoret når det gjelder fra sykehus. Samtidig viktig å opprettholde lav terskel for å ta kontakt med frisklivskoordinator om du tar kontakt på eget initiativ.
PLO-melding til koordinerende enhet	PLO -melding
Alt går via koordinerende enhet.	All kontakt skal gå via koordinerende enhet.
til friskliv og mestring ved Medisinsk rehabilitering	via helse og velferdskontoret, slik at det blir helhetlige pasientforløp,