

KVALITETSSTANDARD

Haderslev Kommune  
**Genoptræning efter  
sygehusophold**



# Overordnede rammer

Denne kvalitetsstandard indeholder en beskrivelse af Haderslev Kommunes tilbud om almen genoptræning efter sundhedsloven. Genoptræningen varetages i Haderslev Kommune af Træning.

I Haderslev Kommune ønsker vi at møde dig med respekt, nysgerrighed og empati. Den støtte du får, skal tage udgangspunkt i det, der er mest værdifuldt for dig. Vi ved, at langt de fleste mennesker ønsker at bestemme over deres eget liv, og leve uafhængigt af kommunal støtte.

Vi er dog opmærksomme på, at det ikke altid kan lade sig gøre. Vi vil derfor støtte og vejlede dig til fortsat at kunne klare hverdagens opgaver.

Med denne kvalitetsstandard ønsker Træning at give et indblik i den støtte, du kan få i forbindelse med genoptræning efter sygehusophold. I kvalitetsstandarden kan du læse om;

- Hvilken vejledning og støtte du kan forvente at modtage.
- Hvilke krav og forventninger du kan stille til Haderslev Kommune.
- Hvilke krav og forventninger Haderslev Kommune kan stille til dig, når du modtager genoptræning.
- Serviceniveauet på det specifikke område

## Hvad er formålet med genoptræningen

Formålet med tilbuddet er at tilbyde genoptræning af fysisk funktionsnedsættelse forårsaget af sygdom eller ulykke, der har krævet sygehusophold.

Målet med træningen er, at du i størst muligt omfang bliver i stand til at klare dig selv i hverdagen.

Træningstilbuddet skal gøre en positiv forskel og vores mål er, at dit samarbejde med os støtter dig til fortsat at leve et selvstændigt, meningsfuldt og værdifuldt liv, der tager udgangspunkt i dine ønsker og behov med henblik på at:

- Du opnår samme funktionsniveau som inden opholdet. Alternativt bedst mulige funktionsniveau med udgangspunkt i det vi sammen vurderer du kan opnå
- Du får hjælp til selvhjælp
- Du bliver mindre afhængig af andres hjælp, hvor det er muligt

Genoptræningen er derudover en målrettet og tidsafgrænset samarbejdsproces mellem dig, eventuelt pårørende og personale.

## Tilgang

I skabelsen af en værdifuld hverdag for dig, arbejder Haderslev Kommune med det dobbelte KRAM i samarbejdet mellem dig og fagperson. Den dobbelte KRAM beskriver forudsætninger for at kunne tackle modstand og belastninger i livet ved at kunne (gen)skabe mening og sammenhæng i hverdagen, fx efter alvorlig sygdom eller ulykke. Det handler om:

- at have **K**ompetencer til at håndtere sygdom og udfordringer,
- at have gode **R**elationer til venner og familie,
- at kunne **A**ceptere tingenes tilstand omkring det, man umuligt kan gøre noget ved eller ændre
- at have udviklet hensigtsmæssige og virksomme **M**estringsstrategier.

## Serviceniveau og kvalitetskrav

Genoptræningsindsatsen vil i videst muligt omfang være baseret på kliniske retningslinjer og, når det ikke findes, være baseret på erfaring for hvad der virker bedst.

Det fastsatte serviceniveau er politisk bestemt og tager udgangspunkt i, hvad du kan forvente af genoptræningen. Serviceniveauet kan fraviges i særlige tilfælde ud fra en faglig vurdering i de tilfælde, hvor dine behov nødvendiggør det.

# Kvalitetsstandard for genoptræning efter sygehusophold

## Mål

- At yde en helhedsorienteret indsats målrettet dine behov og mål.
- At skabe et sammenhængende og koordineret træningsforløb for dig.
- At genoptræningen forebygger, at der opstår behov for øget hjælp eller sygehusindlæggelse (på ny).
- At genoptræningen bidrager til et mere aktivt liv
- At du får viden om kommunens og nærområdets forskellige tilbud og muligheder samt understøttes i brugen af tilbuddene.

## Hvem kan modtage genoptræningen?

Du kan modtage genoptræning hvis du i forbindelse med kontakt til sygehus har et lægefagligt begrundet behov for genoptræning og derfor udskrives med en genoptræningsplan. Typisk hvis du har været indlagt, har været tilknyttet et ambulatorie eller skadestuen kortvarigt.

## Vores forventninger til samarbejdet

Når du er blevet henvist til genoptræning, skal du være i stand til og kunne motiveres til aktivt at gøre en indsats for at genvinde og bevare dine færdigheder.

For at opnå de bedste resultater sammen med dig, forventes det ligeledes, at du deltager aktivt i samarbejdet omkring genoptræningen med bl.a. fastsættelse af relevante mål for genoptræningen og evaluering af disse, samt at du udfører den træning, som din terapeut har instrueret dig i.

Haderslev Kommune ønsker at sikre personalet en røgfri arbejdsplads. Du og dine pårørende må derfor ikke ryge i hjemmet, mens terapeuten træner med dig i hjemmet. Der skal ligeledes luftes ud, inden arbejdet påbegyndes. Hvis du har et aktivt misbrug, som gør at du ikke er i stand til at udføre træningen eller aktiviteten, kan du som udgangspunkt i ikke modtage et forløb i den periode.

## Opstart

Når vi har modtaget din genoptræningsplan, vil din genoptræning blive igangsat indenfor en uge. Du får en tid via brev/digital post og/eller du bliver kontaktet på telefon.

Kan vi ikke tilbyde opstart inden for en uge, bliver du kontaktet af os, hvorefter du frit kan vælge om du vil træne i Haderslev Kommune, i en anden kommune eller på en privatklinik. Bemærk andre kommuner og klinikkerne af hensyn til egne borgere kan afslå at genoptræne dig af kapacitetsmæssige årsager.

## Varighed og omfang

Det enkelte forløb tilrettelægges sammen med dig med udgangspunkt i en terapeutfaglig vurdering og det fælles mål der bliver opstillet ved start. Dit genoptræningsforløb afslutter, når målet er nået og terapeuten sammen med dig vurderer, at du ikke længere har brug for vores støtte og vejledning.

Dit forløb kan midlertidig pauseres eller afsluttes, hvis der fagligt vurderes et behov for dette. Eksempelvis hvis det på et givent tidspunkt ikke vurderes muligt at opnå resultater i træningen, eller du er i stand til at fastholde dine resultater i en forening, motionscenter eller lignende.

## Indhold i genoptræningen

Genoptræningen vil være målrettet den diagnose, som genoptræningsplanen henviser til.

Træningen foregår individuelt eller på hold, på hverdage og som udgangspunkt i dagtimerne. De præcise tidspunkter aftales løbende med din terapeut. Holdtilbud kan være fastlagt på bestemte tidspunkter og ugedage.

Træning arbejder med velfærdsteknologi, herunder app løsninger og skærmtæning, og nogle af vores ydelser vi kan tilbyde kan/vil omfatte disse træningsformer.

Dit forløb indeholder en start og slut-undersøgelse/vurdering samt fysisk træning indeholdende f.eks. styrke, udholdenhed, kondition, bevægelighed, balance, stabilitet og funktioner, som du måske kender fra din dagligdag. Der opsættes desuden individuelle mål, der arbejdes målrettet efter i forløbet.

Indsætser og delmål tilpasses løbende og du kan forvente, at din terapeut løbende vil have en dialog med dig herom.

Ved afslutningen af forløbet laves i samarbejde med dig afsluttende vurdering og status på opnåelse af mål og funktionsevne samt en vurdering af behov for fremadrettet støtte og vejledning.

## Hvor leveres genoptræningen og af hvem?

Genoptræningen foregår enten på vores egne eller dertilhørende lejede træningsmatrikler og/eller i dit hjem. Træningen kan også foregå online via skærm.

Genoptræningen leveres af fysio- eller ergoterapeuter og eventuelt af træningsassistenter under vejledning af terapeuterne.

I forbindelse med dit genoptræningsforløb vil du få tilknyttet en personlig kontaktperson (typisk din terapeut), som du kan kontakte direkte, hvis du har brug for det undervejs i forløbet.

## Dokumentation

Terapeuterne i Træning har pligt til at føre journal og registrere oplysninger om dit genoptræningsforløb. Som udgangspunkt vil denne dokumentation altid foregå sammen med dig.

Oplysningerne bliver gemt elektronisk for at sikre dokumentation for planlagt og udført genoptræning. Ifølge persondataloven har du ret til at få indsigt i de registrerede oplysninger.

## Hvad koster genoptræningen?

Genoptræningen er gratis.

## Befordring

Som hovedregel skal du selv sørge for at komme til og fra træningsstedet. Der kan dog være særlige tilfælde, hvor du har ret til befordring eller befordringsgodtgørelse, når du bliver henvist efter sygehusophold. Hvis du har spørgsmål til dette inden du starter, er du velkommen til at kontakte os. Din terapeut kan ligeledes vejlede dig, når du er startet.

## Frivillige fællesskaber

I Haderslev Kommune findes hjemmesiden "Haderslevpaletten" ([Haderslevpaletten - Haderslev Kommune](#)). Her er det muligt for alle borgere selv at være undersøgende på mulighederne for at finde ind i nye fællesskaber. Udbuddet varierer, og foreningerne i kommunen sørger selv for løbende at opdatere med deres tilbud.

## Klageadgang

Hvis klagen vedrører os eller den udførte opgave, kan det være en god ide i første omgang at tage dialogen med os. Du er også meget velkommen til at sende din klage skriftligt til: [traening@haderslev.dk](mailto:traening@haderslev.dk), hvorefter vi vil genvurdere sagen. Hvis klagen vedrører den sundhedsfaglige indsats, eller tilsidesættelse af dine patientrettigheder, er der en formel klageadgang til Styrelsen for Patientklager på følgende hjemmeside: [www.stpk.dk](http://www.stpk.dk)

## Har du spørgsmål?

Har du spørgsmål i øvrigt kan du altid kontakte os på:

Træning  
Varbergvej 11, 1.sal  
6100 Haderslev  
Tlf. 74 34 29 32  
[traening@haderslev.dk](mailto:traening@haderslev.dk)

De koordinerende terapeuter har telefontid mandag til fredag fra kl. 08.00 -11.00.

Vi glæder os til at se dig og til et forhåbentligt godt forløb.