

**2020-2024**

**Fagplan for  
fysio- og  
ergoterapi-  
tjenesten**

**AKTIVITET – MESTRING –  
LIVSKVALIET**



**Nord-Aurdal kommune**

---



---

# INNHALDSFORTEGNELSE

---

<b>1</b>	<b>Innledning</b> .....	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Rammer og føringer</b> .....	<b>2</b>
2.1	Lovverk .....	2
2.2	Nasjonale føringer .....	2
2.3	Regionale og lokale føringer .....	3
<b>3</b>	<b>Hva er fysioterapi og ergoterapi</b> .....	<b>4</b>
3.1	Fysioterapi og ergoterapitjenester .....	4
3.2	Fysioterapi .....	5
3.2.1	Stillingsressurs .....	5
3.2.2	Kompetanse .....	6
3.2.3	Oppgavefordeling for å ivareta kommunens samlede behov for fysioterapi .....	6
3.3	Ergoterapi .....	7
3.3.1	Stillingsressurs .....	7
3.3.2	Kompetanse .....	8
<b>4</b>	<b>Utfordringer</b> .....	<b>9</b>
4.1	Økning i henvendelser .....	9
4.2	Befolkningsutvikling .....	9
4.3	Helsefremmende og forebyggende oppgaver .....	9
4.4	Hjelpemiddelformidling og velferdsteknologi .....	9
<b>5</b>	<b>Satsingsområder</b> .....	<b>10</b>
5.1	Opprettholde kompetanse .....	10
5.2	Aktiv samarbeidspart .....	10
5.3	Gruppebaserte tilbud .....	10
5.4	Øke kompetanse .....	10
5.5	Forutsigbar drift .....	10
<b>6</b>	<b>Handlingsplan</b> .....	<b>11</b>
<b>7</b>	<b>Eksempel</b> .....	<b>12</b>

---

# 1 INNLEDNING

---

Fysio- og ergoterapitjenesten inngår som del av kommunens samlede helse og omsorgstjeneste, og er en virksomhetsovergrepene tjeneste. Tjenesten har mange samarbeidspartnere, og det er et økende krav til tverrfaglig samarbeid.

I Nord-Aurdal kommune er fysio- og ergoterapitjenesten organisert under institusjon og hjemmetjenester. Både kommunalt ansatte, regional fysioterapeut og næringsdrivende fysioterapeuter med driftsavtale er organisert i denne virksomheten. Fra 01.01.2020 ble fysio- og ergoterapiavdelingen organisert som egen avdeling, med egen avdelingsleder. Første utgave av planen ble laget i 2016.

---

## 2 RAMMER OG FØRINGER

---

### 2.1 Lovverk

Et utvalg av lover og forskrifter som er relevante for fysio – og ergoterapitjenesten generelt.

- Helse- og omsorgstjenesteloven
- Helsepersonelloven
- Bruker og pasientrettighetsloven
- Folkehelseloven
- Folketrygdløven
- Forskrift om pasientjournal
- Forskrift om habilitering, rehabilitering, individuell plan og koordinator

### 2.2 Nasjonale føringer

Sentrale føringer som har stor betydning og ligger til grunn for satsingsområdene og prioriteringer innen fysio- og ergoterapitjenesten i Nord-Aurdal kommune:

- ASA 4313 Avtale mellom KS og Norsk fysioterapeut forbund (NFF)
- Forskrift om Funksjons- og kvalitetskrav for fysioterapeuter med kommunal driftavtale
- Stortingsmelding 9 (2023 - 2024) Nasjonal helse og samhandlingsplan 2023 -2027
- Stortingsmelding 19 (2018-2019) Folkehelsemeldingen- Gode liv i eit trygt samfunn
- Stortingsmelding 15 (2022-2023) Folkehelsemeldingen - Nasjonal strategi for utjamning av sosiale helseforskjellar
- Stortingsmelding 15 (2017–2018) Leve hele livet
- Stortingsmelding 24 (2022-2023) Fellesskap og meistring – Bu trygt heime
- Stortingsmelding 6 (2019-2020) Tett på - tidlig innsats og inkluderende fellesskap i barnehage, skole og SFO
- Stortingsmelding 38 (2020- 2021) Nytte, ressurs og alvorlighet – prioritering i helse og omsorgstjenesten
- Opptrappingsplan for habilitering og rehabilitering (2017-2019) HOD
- Veileder for habilitering, rehabilitering, individuell plan og koordinator
- Veileder for kommunale frisklivssentra

---

## 2.3 Regionale og lokale føringer

- Samarbeidsavtaler mellom Sykehuset Innlandet og kommunen, revidert 01.03.24.
- Samarbeidsavtale mellom Hjelpemiddelsentralen i Innlandet og Nord-Aurdal kommune. Regulerer ansvar og plikter innen hjelpemiddelformidling.
- Retningslinjer for prioritering til ergoterapi og fysioterapi i NAK.

Kommunedelplan for helse og omsorg (2018 – 2029) legger disse innsatsområdene til grunn for å løse de utfordringene som kommunen står overfor:

- 1. Hverdagsmestring - fra passiv mottaker til aktiv deltaker.**
- 2. Velferdsteknologi - teknologisk assistanse.**
- 3. Helse i alt vi gjør - samarbeid på tvers.**
- 4. Kunnskapsbasert praksis.**

Alle disse områdene vil være relevant for fysio- og ergoterapitjenestene i ulik grad.

---

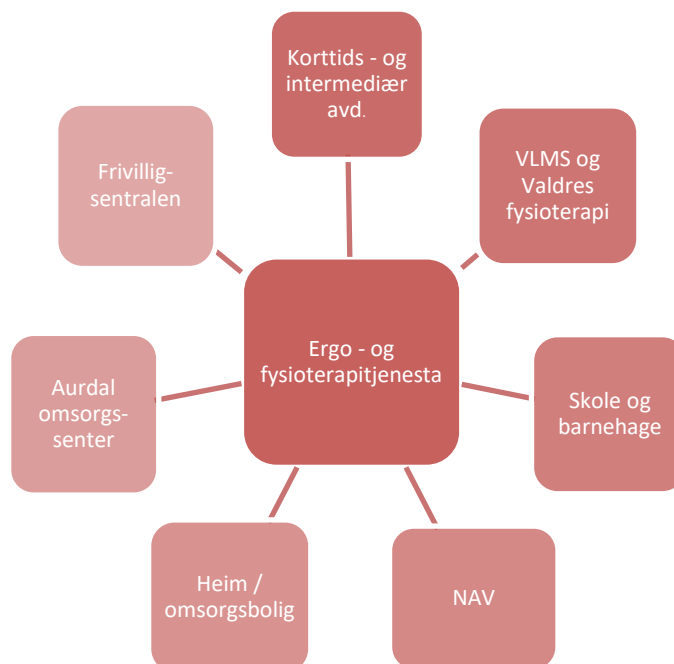
## 3 HVA ER FYSIOTERAPI OG ERGOTERAPI

---

### 3.1 Fysioterapi og ergoterapitjenester

Fagområder som er sentrale i fysio- og ergoterapi er forebyggende arbeid, aktivitet og deltagelse, habilitering og rehabilitering. Med forebyggende arbeid mener en enten tiltak som er rettet mot å styrke helse, og hindre at sykdom eller skade oppstår (*primærforebyggende*), eller tiltak som tar sikte på å redusere følgene av en sykdom og redusere plagene av en sykdom eller funksjonsnedsettelse (*sekundær- og tertiærforebyggende*). Arbeid innen *habilitering* og *rehabilitering* skal bidra til at bruker kan trene opp og vedlikeholde ferdigheter og evne til mestring. Her er brukers individuelle mål og behov i fokus (*brukermedvirkning*), og arbeidet kan stille krav til samarbeid mellom flere instanser og aktører for å samordne tiltak.

Fysio- og ergoterapi er virksomhetsovergrepene tjenester som illustrert under i figur 3. Dette innebærer også at fysio- og ergoterapeuter har mange samarbeidspartnere, både annet helsepersonell, tildelingskontor, NAV og ansatte i barnehage, skole og PPT. En følge av dette er tverrfaglig arbeid en stor og viktig del i tjenestene. I Nord-Aurdal deltar fysio- og ergoterapeuter i tverrfaglige møtestrukturer som samarbeidsmøter, ansvarsgruppemøter, individuell plan- møter og dialogmøter med NAV, samt tverrfaglige møter på korttidsavdelingen og hjemmetjenesten.



Figur 3: Illustrasjon over hvor fysio- og ergoterapitjenester utføres.

---

## 3.2 Fysioterapi

Fysioterapeuter er en faggruppe som undersøker og behandler/ rehabiliterer kroppslige plager og nedsatt funksjon i alle aldre. Fysioterapeuter har bred kunnskap om bevegelsessystemets oppbygning og funksjon hos frisk og syk og om hvordan fysiske, psykiske og sosiale faktorer bidrar til helse og sykdom. Fysioterapeuter kan legge til rette for – og yte tjenester som bidrar til at individer og befolkningsgrupper utvikler, opprettholder og gjenvinner optimal bevegelses- og funksjonsevne gjennom livsløpet. Hensikten med fysioterapi er å optimalisere livskvalitet og bevegelsespotensial.

Valg av fysioterapeutiske tiltak er basert på en grundig fysioterapeutisk funksjonsvurdering, en kritisk gjennomgang av forskningskunnskap og systematisert erfaringskunnskap om tiltakets virkninger, samt brukerens egne preferanser (kunnskapsbasert praksis). Fysioterapeuter anvender kroppslige innfallsvinkler og en rekke metoder og tilnærminger for å stimulere til lærings- og endringsprosesser som kan bidra til best mulig funksjon. Fysioterapeuter bruker ulike kartleggingsverktøy for både å kartlegge funksjon og for å vurdere effekter av tiltak, og formålet med de ulike verktøyene er å komme frem til hva som skal til for å fremme brukerens deltagelse og aktivitetsnivå. Viser for øvrig til <https://fysio.no/Hva-er-fysioterapi>.

### 3.2.1 Stillingsressurs

**Antall stillinger:** 8,67 årsverk.

Disse er fordelt på 3,6 kommunale stillinger, 0,4 friskliv, 0,5 regional stilling på VLMS og 4,67 selvstendig næringsdrivende på Valdres Fysioterapi fordelt på 5 fysioterapeuter.

Arbeidsoppgaver er:

- Undersøkelse og behandling av pasienter med problemer i bevegelsesapparatet av fysiske og/ eller psykosomatiske årsaker.
- Forebyggende tiltak for barn, i samarbeid med helsestasjon og skolehelsetjeneste, og eldre, for eksempel fallforebyggende treningsgrupper.
- Undersøkelse og rehabilitering av både hjemmeboende og pasienter på institusjon
- Oppfølging av kroniske lidelser
- Fokus på behandling av sykemeldte som har førsteprioritet med formål om å redusere sykefraværet
- Arbeidsplassvurdering



- 
- Tverrfaglig samarbeid med avdelinger, lege, fysioterapeuter/ ergoterapeuter i andre Valdreskommuner, NAV mm.
  - Hjelpemiddelformidling
  - Hverdagsrehabilitering
  - Koordinatoroppgaver og arbeid med individuelle planer
  - Gi kunnskapsbasert hjelp til fysisk aktivitet, kostholdsveiledning og snus/røykeslutt.
  - Gir støtte til å endre levevaner og mestre helseutfordringer.

### 3.2.2 Kompetanse

Målsetting: Kunnskapsbasert praksis

- Spesialist i manuell terapi/ primærkontakt
- MNFF Spesialist i allmennfysioterapi
- Tverrfaglig folkehelsearbeid
- Fysisk aktivitet og helse
- Psykomotorisk fysioterapi
- Veiledningspedagogikk
- AKTIVinstruktør
- Mensendieckfysioterapi
- Ultralyddiagnostikk
- Kompetanse i lymfødembehandling
- Kompetanse innen fysioterapi for barn og unge
- Videreutdanning i tverrfaglig rehabilitering
- MediYoga instruktør
- Aktiv med artose instruktør

### 3.2.3 Oppgavefordeling for å ivareta kommunens samlede behov for fysioterapi

Det er et overordna mål at Nord-Aurdal kommune skal tilby gode og nødvendige fysioterapitjenester til innbyggerne. For å tilby dette blir behandlingsoppgaver fordelt mellom kommunalt ansatte fysioterapeuter og næringsdrivende fysioterapeuter med driftstilskudd. ASA 4313 danner grunnlaget for fordelingen. I tillegg til ASA 4313, jobber fysioterapeutene i Nord-Aurdal kommune ut fra en felles retningslinje for prioritering til fysioterapi.

---

Oppgaver som ivaretas næringsdrivende fysioterapeuter med driftstilskudd:

- Pasienter som selv kan oppsøke/ ta drosje til institutt for behandling
- Pasienter som har behov for et oppsøkende tilbud en kort periode, og som deretter er i stand til å reise til institutt for behandling.
- Pasienter som trenger behandling/ oppfølging av spesialister som manuell terapeut og psykomotorisk fysioterapeut

Oppgaver som ivaretas av kommunalt ansatte fysioterapeuter:

- Forebyggende virksomhet ut til skole og barnehage
- Pasienter på institusjon
- Hjelpemiddelformidling
- Hjemmeboende eldre som ikke kan oppsøke institutt for behandling

### 3.3 Ergoterapi

Ergoterapeuter finner løsninger når det blir et gap mellom helsa og hverdagens krav. Målet med ergoterapi er deltakelse og inkludering. Ergoterapeuter er eksperter på meningsfull aktivitet og deltakelse. Ergoterapeuter fremmer aktivitetsutførelse, tilrettelegger aktiviteter og utvikler inkluderende omgivelser for at flest mulig skal oppleve deltakelse og tilhørighet. Med kompetanse om person, aktivitet og omgivelser, samt om samspillet mellom disse områdene bidrar ergoterapeuter til deltakelse og inkludering.

Ergoterapeuter kartlegger personens ønsker og muligheter for aktivitet og deltakelse. Ergoterapeuter støtter deretter personens mestring med motivasjon og trening av konkrete aktiviteter. Ergoterapeuter foreslår forenkling og tilpassing av aktiviteter og vi bidrar til inkluderende omgivelser. Sammen med deg finner ergoterapeuten løsninger som gjør at du kan leve et aktivt liv og delta i samfunnet. Ergoterapeuter gjør hverdagslivet mulig, for enda flere!

Viser for øvrig til Ergoterapeutenes kjernekompetanse- alle skal kunne delta.  
<https://ergoterapeutene.org/ergoterapi/>

#### 3.3.1 Stillingsressurs

Antall stillinger: 1,5 årsverk, disse er fordelt på to kommunale stillinger.

Arbeidsoppgaver er:

- Veiledning, rådgivning og tilrettelegging som kan fremme deltagelse og aktivitet i hverdagsliv.

- 
- Kartlegge og vurdere aktivitetsmuligheter og anvende tiltak knyttet til sammensatte aktivitetsutfordringer i hverdagslivet.
  - Planlegge, og gjennomføre og evaluere tiltak i den hensikt å fremme enkeltindividers, grupper og befolkningens aktivitet, helse og deltakelse.
  - Samarbeide med brukere, helsepersonell og andre relevante samfunnsaktører, kartlegge og analysere aktivitet, formulere mål og anvende disse i aktuelle tiltak.

### **3.3.2 Kompetanse**

- Videreutdanning i hverdagsrehabilitering
- Aktiv omsorg

---

## 4 UTFORDRINGER

---

### 4.1 Økning i henvendelser

Økende bruk av fysioterapi og ergoterapi, noe som fører til flere henvisninger. Tiden i sykehus reduseres, og pasientene skrives ut til kommunen raskere. Flere pasienter med sammensatte helseutfordringer, som krever samarbeid og bidrag fra våre faggrupper. Kommunene har jf. Opptrappingsplan for rehabilitering og habilitering fått et økt ansvar for rehabilitering. I Nord-Aurdal med regionsenter for Valdres rekrutteres flere pasienter som har rett til behandling, («bor eller oppholder seg»). Dette gjelder blant annet arbeidstakere fra andre kommuner og elever i videregående skole. I tillegg viser det en økning av pasienter på intermediaærvdelingen (IMA) om sommeren, der enkelte Valdres kommuner ikke har tilgjengelig fysioterapeuter. For næringsdrivende fysioterapeuter er det flere faktorer som øker ventelistene, blant annet stor pågang på psykomotorisk fysioterapi der flere fastleger henviser.

### 4.2 Befolkningsutvikling

Tallet på unge utenfor arbeidslivet øker. Økende antall yngre eldre medfører behov for økt forebyggende innsats, f.eks. primærforebyggende tiltak for å hindre funksjonstap. Antallet hjemmeboende med demens øker, og det er økende kunnskap og bevissthet på hva fysio- og ergoterapeuter kan bidra med til denne pasientgruppen. Nord-Aurdal er en hyttekommune som medfører økning i henvendelser. Det er også tilflyttere av eldre aldersgrupper med behov som søker tjenester gitt av fysioterapeuter.

### 4.3 Helsefremmende og forebyggende oppgaver

Det er et økt behov for fokus på forebyggende tjenester og tiltak. Forskning viser at fysioterapi kommer for sent inn, ofte lenge etter at første meldte behov for bistand i hjemmet, som f.eks hjelpemiddel, hjemmetjeneste, praktisk bistand m.m. Ergoterapi får ofte først melding om behov etter innleggelse og kontakt med spesialisthelsetjenesten. En oppnår størst effekt av tiltak ved tidlig innsats. Det er økt fokus på forebyggende tjenester, og et ønske om ytterligere utvikling av forebyggende tiltak som gruppetreninger og lignende.

### 4.4 Hjelpemiddelformidling og velferdsteknologi

En oppgave som fysio- og ergoterapitjenesten har er hjelpemiddelformidling. Flere typer hjelpemidler, blant annet innen syn, hørsel, kognisjon, varsling, hjelpemiddel med elektromedisinsk utstyr som elektriske rullestoler, sykesenger og heiser krever både grundig utredning og opplæring. Statistikk over hjelpemiddelformidling viser at det i Nord-Aurdal kommune de siste årene har vært en økning av nye brukere.

Utviklingen innen velferdsteknologi skjer raskt, og det blir stadig flere muligheter for understøttelse ved tapt kognitiv funksjon og kommunikasjon ved hjelp av teknologiske løsninger slik at mennesker kan mestre hverdagslivets aktiviteter. Det er derfor viktig at tjenesten holder seg oppdatert på løsninger og muligheter innen velferdsteknologi.

---

## 5 SATSINGSOMRÅDER

---

### 5.1 Opprettholde kompetanse

- Drive kunnskapsbasert og holde oss oppdatert på ny forskning og viten. Opprettholde tilbud om spesialistkompetanse, manuellterapi, psykomotorisk fysioterapi og lymfødem behandling.

### 5.2 Aktiv samarbeidspart

- Tverrfaglig samarbeid rundt pasienter som er sjukmeldte og under NAV oppfølging
- Tverrfaglig samarbeid rundt hjemmeboende
- Tverrfaglig samarbeid ved institusjon (IMA, KTA, Aurdal oms.senter)
- Tverrfaglig og tverretattlig samarbeid rundt barn og unge.

### 5.3 Gruppebaserte tilbud

- Fallforebyggende gruppetrening, (ser behov og effekt av dette tilbudet som skal videreføres)
- Intensiv gruppetrening, (ser behov og effekt av dette tilbudet som skal videreføres)
- Lærings- og mestringskurs, (Friskare i Valdres, kreftpasienter under eller etter behandling)
- Videreføre gruppetilbud på Valdres Fysioterapi, mensendieck, bevegelsesgruppe med PMF fysioterapeut og treningsterapigrupper.
- Bassenggruppe
- Frisklivstrening
- MediYoga

### 5.4 Øke kompetanse

- Grunnkurs for barn og unge 0-18år.
- Lungefysioterapi
- Fordypningskurs for barn i skolehelsetjenesten
- Tydeliggjøre ergoterapi og øke kunnskapen om ergoterapi i kommunen
- Utmattelse, CPS/ME (PMF).
- Svimmelhet, (MT).
- Øke volum på Psykomotorisk fysioterapeut (oppfylt).
- Synsrehabilitering

### 5.5 Forutsigbar drift

- Opprettholde antall stillinger og hjemler.
- Øke stillingsprosent barn og unge.
- Øke stillingsprosent eller et interkommunalt samarbeid for frisklivstilbud.

---

## 6 HANDLINGSPLAN

---

Ved gjennomført tiltak skrives dette i rødt under kommentar / beskrivelse.

Tiltak	Kommentar/ beskrivelse	Ansvar	Økonomi	Tidspunkt og varighet
Opprettholde eksisterende kompetanse innen fysioterapi	Økt etterspørsel og ansvar	Ergo/fysio avd.		2024-2028
Aktiv samarbeidspart	Nevnte punkt i kap. 5.2	Ergo/fysio avd. i samarbeid med andre avdelingsledere.		2024-2028
Gruppebaserte tilbud	Videreføres og utvikles	Ergo/fysio avd.		2024-2028
Øke kompetanse	Nevnte punkt i kap. 5.4	Virksomhetsleder		2024-2028
Forutsigbar drift	Økt etterspørsel og ansvar som nevnt i 5.5	Virksomhetsleder		2024-2028

---

## **7 EKSEMPEL**

---

Adresse: Nord-Aurdal kommune,  
Boks 143, 2901 Fagernes.  
Mail: [nak@nord-aurdal.kommune.no](mailto:nak@nord-aurdal.kommune.no)  
Tlf: 61 35 90 00



Foto: Erling Halvorsen