

Osteoporosemateriale til fysioterapeuter

– Test og evaluering

September 2022

Videnscenter for Knoglesundhed har udviklet et materialesæt til fysioterapeuter. Materialesættet blev testet under forårets 3-dags osteoporosekursus i Danske Fysioterapeuter, og er nu evalueret.

Materialesættet indeholder konkrete værktøjer som fysioterapeuter kan bruge i arbejdet med osteoporosepatienter. Som tillæg til materialesættet er der udviklet en e-læringsplatform hvor brugerne kan finde introduktionsvideoer til de forskellige værktøjer.

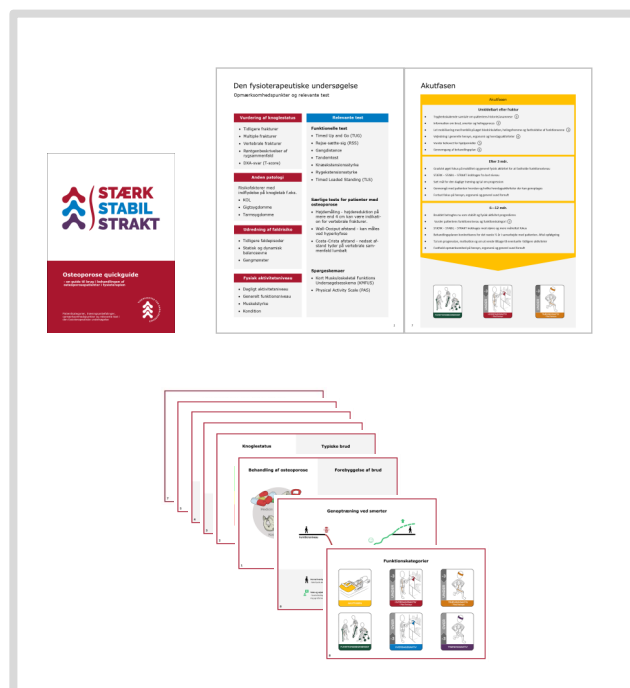
Baggrund

Osteoporosekurset blev første gang udbudt i 2019. Som fysioterapeuter, og sundhedsprofessionelle generelt, kan der opstå faglig utryghed når mennesker med osteoporose skal vejledes i fysisk aktivitet og træning. Ingen ønsker at pådrage patienten et brud som konsekvens af forkert træning. En tidligere restriktiv tilgang kaldte på et behov for en mere nuanceret og individualiseret tilgang til osteoporosepatienter.

Målet for fysioterapeuten er at støtte patienten med osteoporose i at frakturforebygge og fastholde fysisk aktivitet og livskvalitet. På denne baggrund igangsatte Videnscenter for Knoglesundhed udviklingen af et koncept med fokus på fysisk aktivitet for den brede gruppe af osteoporosepatienter.

Konceptet er en rammesætning og systematisering af nuværende viden og evidens på området. Udviklingen af konceptet er sket i samarbejde med Danske Fysioterapeuter, og er afprøvet og evalueret over de seneste to 3-dags kurser i 2021 og 2022.

Grundlaget for konceptet er 6 funktionskategorier som opdeler patientgruppen efter funktionsniveau og knoglestatus. Opdelingen gør det muligt at lave individualiseret



Materialesættet består af en **Quickguide**, **8 dialogkort** og adgang til platformen **Osteoporosekurser.dk**

Quickguiden er en oversigt over relevante test og træningsinterventioner, mens dialogkort kan støtte samtalen med patienten.

rehabilitering og vejledning til mennesker med osteoporose. Anbefalinger om træning og fysisk aktivitet for mennesker med osteoporose har afsæt i tre grundlæggende temaer; Stærk, Stabil og Strakt. Temaerne dækker over træningstyper og træningsmål for mennesker med osteoporose, hvor der, udover vægtbærende aktiviteter, også er fokus på muskelstyrke, balanceevne og ergologi.

Materialesættet er tæt forbundet til konceptet, og de konkrete værktøjer har to formål; 1) at støtte fysioterapeuten i planlægning af rehabilitering og vejledning for mennesker med osteoporose, og 2) at støtte fysioterapeutens samtale med patienten med mål om at øge trygheden hos patienten.

Test

Testen af materialesættet startede i efteråret 2021 hvor første udgave blev afprøvet i forbindelse med et osteoporosekursus for fysioterapeuter. Kursisterne testede materialet i 1,5 måneder i egen praksis hvorefter der, via spørgeskema og en mundtlig evaluering, blev indsamlet data om materialets brugbarhed i konsultationen. Resultaterne fra dataindsamlingen blev afsættet for en videre udvikling af materialesættet.

I maj 2022 blev den nye udgave af materialesættet udleveret til test hos en ny gruppe kursister på et osteoporosekursus for fysioterapeuter. Der blev indsamlet data via spørgeskema, mundtlig evaluering og brugeradfærd på e-læringsplatformen Osteoporosekurser.dk

Resultater

Fysioterapeuterne giver udtryk for at værktøjerne har gjort det lettere at vejlede patienterne, der nu føler sig trygge i fysisk aktivitet. Fysioterapeuterne fortæller at de nu har nemmere ved besvare patientspørgsmål såsom *"Hvad kan jeg selv gøre?"*

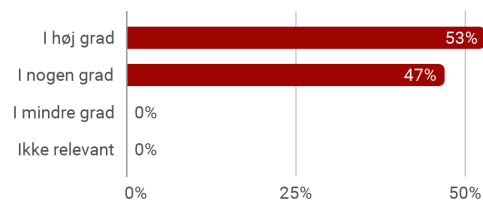
Resultaterne fra spørgeskemaet i foråret 2022 viste at fysioterapeuterne fandt både Quickguide og dialogkort nyttige i deres daglige arbejde med osteoporosepatienter. Fysioterapeuterne oplevede at dialogkortene var med til at skærpe deres dialog med osteoporosepatienten. Dialogkortene er designet til at være nemme at inddrage i patientsamtalerne, og her var 86,8 % af fysioterapeuterne enige i at dialogkortene er nemme at inddrage.

Ingen af fysioterapeuterne var uenige mens 13.2 % var hverken enig eller uenig.

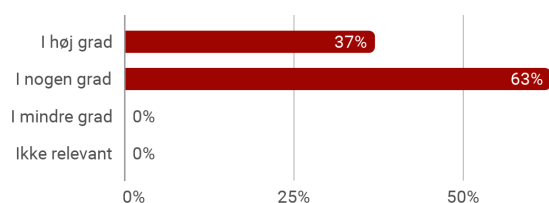
Udvalgte resultater fra spørgeskemaet er præsenteret i boks 2. I tillægskompendiet findes samtlige resultater fra spørgeskemaet samt en oversigt over indholdet i materialepakken.

Boks 2 - Resultater fra spørgeskemaundersøgelse (n=22)

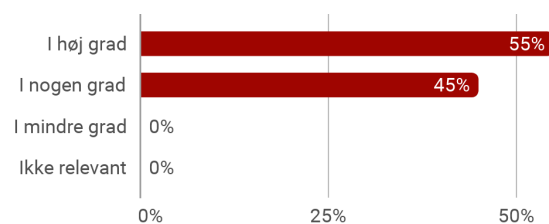
Spørgsmål: I hvor høj grad er dialogkortene et nyttigt redskab i dit arbejde med osteoporosepatienter?



Spørgsmål: I hvor høj grad er dialogkortene med til at skærpe din dialog med patientgruppen?



Spørgsmål: I hvor høj grad er quickguiden et nyttigt redskab i dit arbejde med osteoporosepatienter?



I den mundtlige evaluering fik fysioterapeuterne mulighed for at sætte ord på deres erfaringer med materialepakken.

Boks 3 og 4 indeholder citater fra den mundtlige evaluering.

Materialepakken i brug

Med resultaterne fra testen er materialesættet nu klar til at blive en fast del af osteoporosekurser for fysioterapeuter. Materialet vil blive udleveret på kurser om osteoporose, og kursisterne vil samtidig få adgang til osteoporosekurser.dk.

Mange fysioterapeuter har til opgave at videreformidle deres ny viden til kollegaerne i kommunen eller klinikken. Her giver platformen mulighed for nemt at introducere kollegaerne til materialet, og på den måde kan hele arbejdspladsen komme i gang med at bruge quickguiden og dialogkortene.

Boks 3 - Om dialogkortene

"Kortene har utrolig mange værdier, idet de rummer hele patienten, og giver anledning til at patienten bringer flere refleksioner i spil."

"Det er et virkeligt godt redskab, som vi kan bruge til patientuddannelse. De skaber forståelse, både når vi møder patienterne individuelt og på hold eller 'skole'.

"De kan bruges i mange sammenhænge også til patienter med andre diagnoser, og giver god mening til pt. med flere diagnoser."

"Det at ende med, sammen med pt., at vælge kategori, og det at have noget konkret at tale ud fra, er virkelig godt

"Tidslinjerne giver ro"

"Godt med billeder at tale ud fra"

"Værdifuldt med T-score og tegning"

"Det har været meget positivt at have et fælles afsæt for samtalen med patienten."

Boks 4 - Om Quickguiden

"Overskueligt"

"Giver et godt overblik"

"Rød tråd med god sammenhæng"

"Virkelig godt og direkte anvendeligt"

