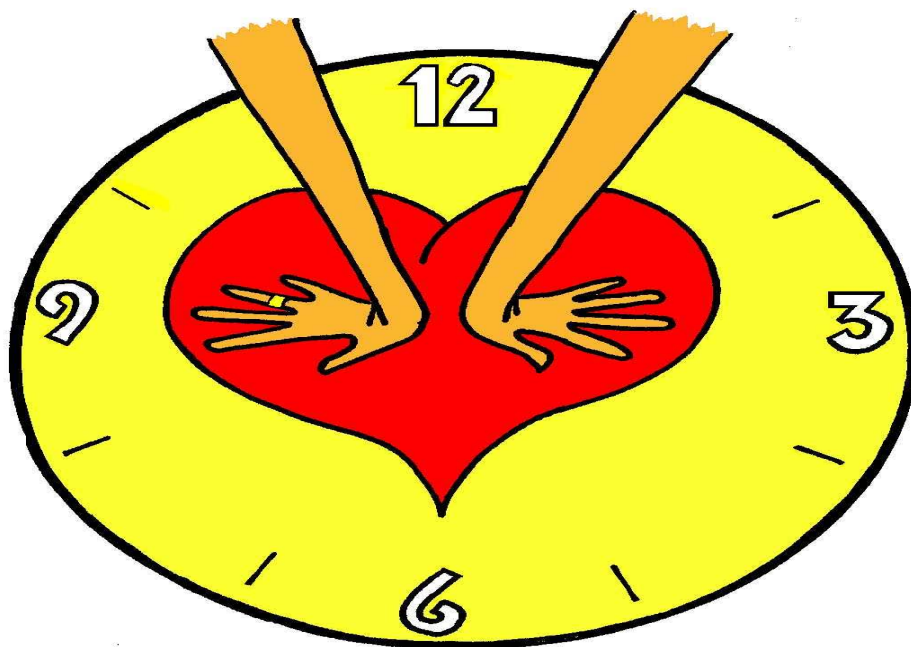


"HJERTELIG HÅNDRYKK"

Prosjektnummer: 2007/1 /0020.

Et opplæringstilbud til pårørende for å spre kunnskap om hjerte-
lungeredning i befolkningen. Virksomhetsområde: Forebygging

Søkerorganisasjon:LHL



Prosjektet er finansiert med



EXTRA-midler

fra



**HELSE OG
REHABILITERING**

Stiftelsen for norske helse- og rehabiliteringsorganisasjoner

Forord: Hovedhensikten med det forebyggende prosjektet "Hjertelig Håndtrykk" var å øke kunnskapen om hjertelungeredning i samfunnet gjennom å gi pårørende til hjertepasienter på Feiringklinikken økt kunnskap om basal hjertelungeredning og å gi dem en mulighet for å spre den kunnskapen videre til slekt og venner gjennom å bruke "Mini-Anne dukken". Prosjektets oppstart var i jan.-08 og avsluttet i des. -09. Det var et samarbeidsprosjekt mellom Feiringklinikken(FK), Norsk Luftambulans(NLA), Landsforeningen for hjerte-og lungesyke(LHL), Helse og Rehabilitering(HR).

Totalt antall pårørende som fikk undervisning var 191. Oppdragsgiver for prosjektet var Feiringklinikken og den ansvarlige instansen var Landsforeningen for Hjertelungesyke. Prosjektet rapporterte til LHLs styringsgruppe. Prosjektleder var Bengt Lidfors som er spesialsykepleier(Anestesi/Intensiv/Kardiologi) og leder for AHLR-gruppa på Feiringklinikken.

Referansegruppen bestod av Bengt Lidfors, Heidi Elstad (Fagutv.sykepl. på Feiringkl), Liv Kvaal (Fagutv.sykepl.på Kir.sepo), Ragnhild Solberg (kursansvarlig i LHL), Gunveig Eide (Prosjektkoordinator i HR), Hildegund Dybdal (prosjektkoordinator i HR). Aud Palm (Fagsjef, Norsk Luftambulans). Tonje Lorem (Fagutv.sykepl./forskningsykepl., NLA/Ullevål)Arbeidsgruppen bestod av medlemmer fra HLR-gruppen på Feiringklinikken: Bengt Lidfors, Astrid Wurgler, Vegar Hanssveen.

Jeg vil rette en stor takk til alle disse for et positivt og konstruktivt samarbeid. Det har vært en glede å arbeide sammen med dere pga. av all kunnskapsspredning og entusiasme. Jeg vil og takke Helse og Rehabilitering og Feiringklinikken for deres økonomiske støtte, dette har ikke vært gjennomførbart uten dere. Til sist vil jeg takke kona mi, Torill som har hjalp meg med det norske skriftspråket.

Sammendrag: Bakgrunn for prosjektet var at årlig fikk 5000 nordmenn akutt hjertestans. Det kan inntreffe og ramme hvor, når og hvem som helst! Ca.500 personer overlever pr. år. Å overleve en hjertestans minsker med 10 % for hvert min. I 2006 ble nye HLR-retningslinjer innført i Norge, med fokus på hjertekompresjon og med påfølgende gode resultater.

På Feiringklinikken (FK) hadde vi en unik mulighet til å gi pårørende opplæring i HLR (Hjerte-lungeredning). Prosjektet gikk ut på å gi pårørende til våre hjertepas. et kvalitetssikret, basalt HLR-kurs,(BHLR) utformet i en spesiell 3-fase modell.

Målsettingen var at liv skal reddes ved at pårørende lærer HLR og sprer kunnskap om HLR ut i samfunnet. Prosjektet skulle ha samfunnsnytte ved at flere liv kan reddes. Pårørende var en "ubrukt" ressurs som via prosjektet har blitt lært opp til livreddende tiltak i hjemmet og i lokalmiljøet. 70 % av alle hjertestanser i Norge skjer i hjemmet. Prosjektets faser:

Fase 1:Opplæring på FK.av tre medlemmer fra HLR-gruppen.

Fase 2: Repetisjon: De pårørende fikk med seg en gratis "Mini-Anne pakke", en liten treningsdukke pluss en info.-dvd, for videre trening.(Pårørende fra Helse Sør/Øst).

Fase 3:Oppfølging, der ca. 70 nøkkelpersoner fra LHL's lokallag ble opplært til kursledere i BHLR. Målet var å spre kunnskapen videre ut til lokallagene. Det er tidligere ikke vært gjennomført lignende opplæring for medlemmer i LHL's lokallag.

Målet var opprinnelig å lære opp 1100 pårørende i løpet av to år. Dessverre fikk FK i denne perioden stor reduksjon i antall hjerteoperasjoner. Dermed var det langt færre pårørende som fikk tilbud om kurs. Totalt ble 191 stk. pårørende undervist i BHLR. De har gjort en fantastisk innsats, vist meget stor entusiasme og hatt en enorm progresjon.3-fase prosjektet har vært en unik mulighet til å spre livreddende kunnskap ut til vårt nærmiljø på en enkel og sikker måte og være med på å redde liv! Evaluering av prosjektet har blitt utført av HLR- gruppen ved FK. Det har blitt sendt ut 136 stk. spørreskjema til pårørende etter 6 mnd. som analyseres fortløpende. Analysen er ikke ferdigstilt, resultat foreligger våren 2010. Prosjektet har vært i 2 år med avslutning i des.-09. Feiringklinikken og LHL kommer ikke til å fortsette prosjektet.

Innholdsfortegnelse:

Kap.1 Bakgrunn for prosjektet/Målsetting.....	1
Kap.2 Prosjektgjennomføring/Metode.....	2
Kap.3 Resultater og resultatvurdering.....	3
Kap.4 Oppsummering/Konklusjon/Videre planer.....	4
Referanser/Litteratur.....	5
Vedlegg	6-18

Kap 1. Bakgrunn for prosjektet/Målsetting:

Bakgrunn

Hvert år rammes ca. 5000 nordmenn av akutt hjertestans – det kan inntreffe og ramme hvor som helst, når som helst og hvem som helst! Det er ca. 250-500 personer som overlever pr år. Sjansen for å overleve en akutt hjertestans minsker 7-10 % for hvert minutt.(Herlitz, 2005) I februar 2006 ble nye HLR-retningslinjer innført i Norge, med økt fokus på hjertekompresjon og med påfølgende meget gode resultater. Feiringklinikken (FK) har en unik mulighet til å gi pårørende opplæring i HLR. Gjennom prosjektet vil vi tilby pårørende til våre hjertepasienter ett kvalitetssikret, basalt HLR-kurs, som er utformet i en spesiell 3-fase modell.

Målsetting:

Liv skal reddes ved at pårørende lærer HLR og sprer kunnskap om HLR ut i samfunnet, som ”ringer på vannet”.

Målgruppe: HLR-gruppen ved FK arr. frivillig opplæring i basal HLR til pårørende til hjertepas. på FK

Betydning: Prosjektet har samfunnsnytte ved at flere liv kan reddes. Pårørende er en ”ubrukt” ressurs som læres opp til livreddende tiltak i hjemmet og i lokalmiljøet. Ved å lære opp de pårørende kan man nå ut til mange mennesker. Det er tidligere ikke vært gjennomført opplæring for medlemmer i LHL's lokallag. Prosjektet vil gi økt kunnskap om resuscitering(gjenoppliving). 70 % av alle hjertestanser i Norge skjer i hjemmet. (Holmberg et al., 2000)

Budsjett

Av de 614 000 kr. som var de bevilgede midlene så gjenstår det 300 355 kr. som sendes tilbake til Helse og Rehabilitering.

Kap.2 Prosjektgjennomføring/Metode

Prosjektet inndeles i 3 faser:

Fase 1: Tre personer fra den interne hjerte- og lungeredningsgruppa på Feiringklinikken underviser de pårørende både i teori og praktisk trening ved hjelp av «Mini-Anne pakken». Alle instruktørene har høy kompetanse innen HLR, med 10-års erfaring fra undervisning. Pakken består av en liten treningsdokke pluss en informasjons-dvd. Undervisningen tilbys nye grupper pårørende en gang i uken og undervisningen vil gå over 2 timer. I løpet av det første året var det estimert ca. 500 pårørende. I løpet av det andre året var det estimert ca. 600 pårørende kunne nås med undervisning.(Antatt pos. ringvirkning).

Oppsummering: De tre personene som var planlagt å stå for undervisningen gjennomførte denne med stor entusiasme og kvalitet(enl. pårørende). Problemet var at det ble mindre og mindre oppslutning av de frivillige pårørende(se kap. 3)

Fase 2:De pårørende får etter endt undervisning, tilbud om gratis å få med ” Mini-Anne pakken” med hjem for videre repetisjon/ ferdighetstrening.

Oppsummering: De pårørende som tilhørte Helse Sør/ Øst fikk gratis med seg hjem en ”Mini-Anne” pakke (136 stk.). De som tilhørte resten av landet fikk tilbud om å kontakte NLA for innkjøp. Dette opplevdes rettferdig når de fikk forklaringen om prosjektets geografiske begrensninger.

Fase 3:Det gjennomføres 5 regionale instruktørkurs med lærere fra Feiringsklinikken interne HLR-gruppe for medlemmer i lokallagene i LHL. Deretter kan lokallagene selv arrangere hjerte og lungeredningskurs lokalt og dermed sikre grunnleggende opplæring og videre repetisjon. Dette vil bidra til å kvalitetssikre prosjektet, i.h.t LHL's likemansarbeid. Vi håper å nå ut til ca. 60 av LHLs 300 lokallag og med ca. 20 deltakere på hvert kurs blir det ytterligere 1200 personer som får denne kompetansen det første prosjektåret. Totalt vil dette kunne føre til at om lag 4500 mennesker lærer hjerte- og lungeredning på to år. Etter 6 måneder sendes det ut et spørreskjema som analyseres av arbeidsgruppen på FK.

Oppsummering: Det gjennomførtes undervisning av ca. 70 nøkkelpersoner i LHL's lokallag, dette var betydelig mindre en antatt pga av LHL's nedprioriteringer i økonomiske vanskelige tider. De har nu startet opplæring av BHLR i lokallagene. Spørreskjemaene ble utarbeidet av arbeidsgruppen på Feiring og Aud Palm på NLA. De ble sent ut til alle som tilhørte Helse Sør/ Øst (136 stk.) Det var opphold i undervisningen under påske / jul / sommer pga av Feiringklinikken stengning og lavaktivitetsnivå under sommerperioden. ”Hjertelig Håndtrykk” var et samarbeidsprosjekt mellom Feiringklinikken Norsk Luftambulans- Landsforeningen for hjerte- lungesyke og Helse og Rehabilitering.

Kap.3. Resultater og resultatvurdering

I løpet av 2 år har det blitt undervist 191 pårørende på Feiringklinikken. (estimert antall 1100). Undervisningen som har bestått av 2 timers kurs, har pågått som planlagt 1g/uke i 36 uker hvert år.

Denne negative differens skyldes til største del at det innkommende antall med pasienter på Feiringklinikken og dermed pårørende har de siste årene ”stupt nedover”, mye pga. helsepolitiske bevilgninger. Under 2007, som var planleggingsåret for prosjektet var det ikke mulig å se inn i fremtiden og spå denne negative trend.

Jeg føler at vi har gjort alt som er mulig for å reklamere for undervisningen, informasjonsbrosjyrer (vedlegg 1) ble sent ut i forkant innen pasient og pårørende kom til Feiring. I tillegg ble disse satt opp på strategiske plasser på Feiringklinikken. Det ble og gitt påminnelser av sykepleiere på kir.+kard. sengepost Men undervisningen er frivillig, og det er et stort tankekors at pårørende i den fasen de befinner seg i etter pasientens hjerteoperasjon, muligvis ikke er mottaglig for mer ”stimuli”. Mer optimalt vil det være at undervisningen ble gitt i en senere fase, men det vil naturligvis være en utfordring og nå dem i deres hjem.

Jeg tror at pårørende som gruppe betraktet er helt optimal, pga. motivasjon. De fleste pårørende til pasienter på Feiringklinikken er eldre (60+) og er i en alder da mange har gjort seg noen tanker om liv og død. Det som taler i negativ retning for de pårørende er at mange såpass langt oppi årene ofte selv har redusert helse eller har en eller annen form for kroppslig handikap. Det kan gjøre det vanskelig å få riktig kvalitet på hjertelungeredningen. Men entusiasme finnes det i massevis.

Kostnadene til materiell har blitt mye mindre enn budsjettet, mens personalkostnadene og andre prosjektutgifter er litt over budsjettet. **Personalkostnadene er like stor om man underviser 2 eller 10 personer.**

I forhold til Fase 3 i prosjektet der vi på Feiringklinikken skulle undervise nøkkelpersoner/trimledere i LHL-organisasjonen, så har det ikke gått som planlagt. LHL har hatt vanskelig økonomi og kursbudsjettet i organisasjonen ble nedprioritert, og dermed var det ikke lengre mulig å nå nøkkelpersoner som skulle gjennomføre repetisjonen av hjertelungeredningen i LHLs lokallag. Vi gjennomførte undervisning av ca. 70 personer som bruker kunnskapen lokal og som har fått gratis ”Mini-Anne” dukker som en ”gulrot” for å starte opp undervisningen.

Kap. 4. Oppsummering/Konklusjon/Videre planer

Alt i alt så føles prosjektet som et meget vellykket forsøk med å få flere mennesker å beherske hjertelungeredning.

Vi hadde under en kortere periode mulighet å utvide prosjektet med ytterligere en dimensjon som var forskningsbasert. Det gikk ut på å videofilme pårørende **før** de hadde fått undervisning på Feiringklinikken..

I tillegg til dette så var planen å filme deltakerne i deres hjem og å filme pårørendes pårørende, for å se spredningseffekten av "Mini-Anne" i det andre leddet (de som sjelden kommer frivillig på undervisning).

I gruppen før undervisning så viste seg da at i stort sett ingen av de pårørende kunne utføre hjertelungeredning med kvalitet (antallet var ca. 40 stk.). Konklusjonen er da at behovet for å gi undervisning til pårørende som i stort sett var ufaglærte var **meget** høy. Vi vet at av alle hjertestanser i Norge så er det ca. 70 % av dem som skjer i hjemmet, det er derfor ikke vanskelig i skjønne at her finns det en **kjempejobb** å gjøre videre for å nå ut med denne kunnskapen.

Dessverre kunne denne forskningen ikke slutføres fordi Tonje Lorem som satt med forskningskompetensen sluttet i stillingen på Ullevål/NLA. I tillegg så fikk vi en datakrasj, og programvaren gikk ikke å redde (dette hadde ingen økonomiske betydninger for prosjektet, fordi forskningen var gratis for oss på Feiringklinikken).

Prosjektet ble avsluttet 31/12-09. Nåværende direktør på Feiringklinikken, Arne Lie, har undersøkt interesse i LHL-organisasjonen for å videreføre restbeløpet av prosjektpenger til å øke kompetansen av hjertelungeredning i hele organisasjonen, men per dags dato finnes det ikke mulighet for det.

Det gjenstår analyse av de spørreskjema(vedlegg 2.) som har blitt sent ut (136 stk.). Det foreløpige resultat er en svarsprosent som er meget høy, og svarene tyder på at undervisningskvaliteten på Feiringklinikken er meget god. Analysearbeidet slutføres under våren 2010.

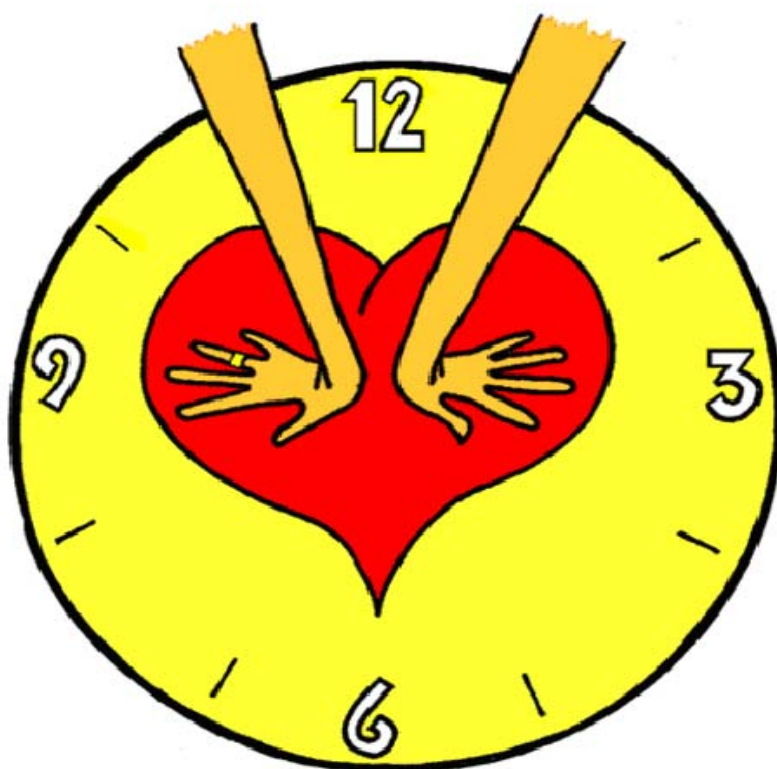
Referanser/Litteratur:

Herlitz J. (2005). HLR rådet. Svenska rådet för hjärt-lungräddning. Nationellt register för hjärtstopp utanför sjukhus. Årsrapport 2005.side 21.

<http://hlr.nu/index.php?q=node/163>

Holmberg, M., Holmberg, S., Herlitz, J. (2000). Effect of bystander cardiopulmonary resuscitation in out-of-hospital cardiac arrest patients in Sweden. Resuscitation, 47(1), 59-70.

Hjertelig Håndtrykk



Feiringklinikken



*Velkommen
til
- gratis opplæring i Hjerte-lungeredning
for alle pårørende ved Feiringklinikken*

Hjertelig håndtrykk er et toårig prosjekt, som består av 3 faser.
Alle pårørende får nå en frivillig mulighet til å lære seg basal hjerte-lungeredning på 1 time og 30 min.

Undervisningen vil bli utført av Feiringklinikken's hjerte-lungeredningsgruppe

Opplæringen innebærer teoretisk undervisning og praktisk trening som følger undervisningspakke fra Norsk Luftambulans, dette inkluderer en info- DVD og en "Mini- Anne- dukke".



Prosjektet deles inn i 3 faser:

- **Fase 1** består av et 2 timers kurs på Feiringklinikken.
Dette får **alle** pårørende tilbud om

I **tillegg** får alle pårørende tilhørende **Helse Sør/ Øst** en unik sjanse til å delta videre i fase 2.

- **Fase 2** består av repetisjon. Pårørende tilhørende **Helse Sør/ Øst**, får med seg en **gratis** "Mini-Anne pakke" som inkluderer en liten treningsdukke pluss en info- DVD for videre trening.



- **Fase 3** består av oppfølging. LHL's lokallag arrangerer lokale repetisjonskurs i hjerte-lungeredning



”Hjertelig Håndtrykk” prosjektet innebærer en unik mulighet til å spre livreddende kunnskap ut i vårt nærmiljø på en enkel og sikker måte og være med på å redde liv.



Evaluering skjer gjennom at hjerte-/ lungeredningsgruppen sender ut et evalueringsskjema pr. post etter 6 måneder som returneres i ferdig frankert konvolutt til Feiringklinikken.

**Oppmøte klokken 15.20 i hotellresepsjonen hver torsdag
Varighet 15.30 til 17.00.**

(Ikke uke 26-33 pga. sommerferieavvikling).

KONTAKTPERSON OG PROSJEKTANSVARLIG

**Bengt Lidfors
Kirurgisk Sengepost
Feiringklinikken
Tel: 63 92 42 75**

**Prosjektnavn: Hjertelig Håndtrykk
Virksomhetsområde: Forebygging
Prosjektnr: 2007/1/0020
Søkerorg: LHL**



Vedlegg 2.



Feiringklinikken



SPØRRESKJEMA

Du har nå gjennomført opplæring og utprøving av denne opplæringspakken, Mini-Anne. Derfor ber vi deg svare på følgende spørsmål.

1. Hva synes du om denne formen for opplæring? (Sett kun ett kryss.)

- ☐ Meget bra
- ☐ Ganske bra
- ☐ Verken bra eller dårlig
- ☐ Dårlig
- ☐ Meget dårlig

2. Hva synes du var dårlig?

3. Hva synes du var bra?

4. Hvordan likte du å få instruksjon via DVD platen? (Sett kun ett kryss.)

- ☐ Meget bra
- ☐ Ganske bra
- ☐ Verken bra eller dårlig
- ☐ Dårlig
- ☐ Meget dårlig
- ☐ Har ikke spilt av instruksjonen av DVD

5. Hva synes du var dårlig med instruksjonen på DVDen?

6. Hva synes du var bra med instruksjonen på DVDen?

7. Hvordan synes du det var å følge DVDens forklaringer? (Sett kun ett kryss.)

- ☐ Meget lett
- ☐ Lett

- ☐ Verken lett eller vanskelig
- ☐ Vanskelig
- ☐ Meget vanskelig

8. Hvordan synes du det var å sette sammen øvingsdukken? (Sett kun ett kryss.)

- ☐ Meget lett
- ☐ Lett
- ☐ Verken lett eller vanskelig
- ☐ Vanskelig
- ☐ Meget vanskelig

9. Hvordan synes du det var å bruke "klikker" for å lære riktig dybde på brystkompresjoner? (Sett kun ett kryss.)

- ☐ Meget lett
- ☐ Lett
- ☐ Verken lett eller vanskelig
- ☐ Vanskelig
- ☐ Meget vanskelig

10. Hvordan synes du bruk av musikk fungerte for å øve inn riktig rytme ved brystkompresjoner? (Sett kun ett kryss.)

- ☐ Meget lett
- ☐ Lett
- ☐ Verken lett eller vanskelig
- ☐ Vanskelig
- ☐ Meget vanskelig

11. Føler du at du fikk til teknikken med innblåsninger og hjertekompresjoner?

- ☐ Ja, det gikk fint
- ☐ Litt usikker
- ☐ Nei, det gikk ikke så bra

12. Hvis nei, hva var vanskelig med teknikken?

13. Hjerne-lungeredning brukes bl.a. på personer som har fått hjertestans. Tror du etter første gangs opplæring vil tørre å hjelpe andre dersom de fikk hjertestans? (Sett kun ett kryss.)

- ☐ Ja, helt sikkert
- ☐ Ja, kanskje
- ☐ Usikker
- ☐ Nei, må øve mer

☐ Nei, helt sikkert ikke

14. Tror du at du vil vise og demonstrere denne pakken ovenfor familie og venner? (Sett kun ett kryss.)

☐ Ja, den er allerede vist og demonstrert

☐ Ja, jeg kommer til å vise den

☐ Nei

☐ Vet ikke

15. Har du andre kommentarer til denne opplæringspakken?

16. Hvor mange ganger er DVDen spilt av og Mini-Anne prøvet inkl. den første gangen på Feiringklinikken?

Skriv antall ganger: _____

17. Har du gjennomført kurs i førstehjelp tidligere? (Sett kun ett kryss.)

- ☐ I løpet av de siste 12 måneder
- ☐ 1-3 år siden
- ☐ 3-10 år siden
- ☐ Mer enn 10 år siden
- ☐ Har aldri gjennomført kurs i førstehjelp

18. Hvilken av disse utsagnene synes du best beskriver din interesse for å lære hjerte-lungeredning, uansett opplæringsmåte? (Sett kun ett kryss.)

- ☐ Meget interessert
- ☐ Interessert
- ☐ Verken eller
- ☐ Ikke interessert
- ☐ Vet ikke

Hvis ikke interessert, hva er grunnen til det?

19. Hvis du selv fikk velge opplæringsmåte, hva ville du selv ha valgt? (Sett kun ett kryss.)

- ☐ Med Mini-Anne hjemme
- ☐ Med Mini-Anne på jobb
- ☐ På kurs (på fritiden)

- ☐ Kurs via jobben
- ☐ Via internett
- ☐ Annet, beskriv: _____

20. Hva er hovedinntrykket du sitter igjen med av opplæringstilbudet fra Feiringklinikken? (Sett kun ett kryss.)

- ☐ Meget bra opplegg
- ☐ Bra
- ☐ Verken eller
- ☐ Dårlig
- ☐ Vet ikke

21. Er det noe du ønsker å formidle som bra / positivt med dette opplæringstilbudet fra Feiringklinikken?

22. Er det noe du ønsker å formidle som dårlig / negativt med dette opplæringstilbudet fra Feiringklinikken?

Takk for svarene og at du deltar i vårt prosjekt.

Du beholder selvfølgelig Mini-Anne pakken. Om kort tid vil du bli invitert til å delta i repetisjon av hjerte-lungeredning i regi av LHL sitt lokallag.

Med vennlig hilsen

Feiringklinikken/ Norsk Luftambulansse/ Helse og rehabilitering

Prosjektnavn: Hjertelig Håndtrykk

Virksomhetsområde: Forebygging

Prosjektnr: 2007/1/0020

Søkerorg: LHL

