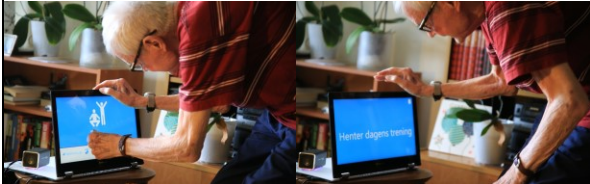


Virtuell Trening i bydel Nordstrand




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

REPORTASJE



## En virtuell utfordrer

Bydel Nordstrand i Oslo har byens høyeste andel av de eldste eldre. Nå har fysioterapienesten tatt i bruk innovativt velferdsteknologi, i håp om å holde flest mulig av dem på beina lengst mulig.

1992 Tone Ørre Eng Gørdem

1993 I 2017 er fysikalske utfordringer som de har som en del av livet med hoftebrudd. For å forhindre fall blant de med høyt risiko, startet fysioterapienesten i Nordstrand en sikker styrke- og balansetraining i 2017. Herav samvirkende hadde det meste av resultatene på utvalgte områder som er viktig.

Velferdsteknologi og virtuell trening skal bli en del av den fremtidige utrustningen på den Altskolen Nordstrøms, som er et samarbeid mellom fysioterapienesten i Nordstrand og fysioterapi i Bydel Nordstrand.




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Bakgrunn



- Oslo har hoftebrudd på verdensbasis (1,2)
- Å yte gode nok tjenester til skjeleldre kan være ressurskrevende
- Egenøvningsprogrammer fungerer sjeldnere godt
- Press på fysioterapienesten
- Finnes velferdsteknologi som kan hjelpe oss?

Pasienter med hoftebrudd i befolkningen over 65 år etter alder (B)

vs. Oslo utvalg vs. ...



Year	Menn (Antall pasienter)	Kvinner (Antall pasienter)
2007	~45	~55
2008	~55	~65
2009	~45	~55
2010	~55	~65
2011	~45	~55
2012	~35	~45

---

---

---

---

---

---

---

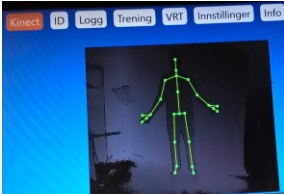

---

---

---

### Hva er Virtuell Trening?

- PC (buck-skjerm)
- Kinect2.0



---

---

---

---

---

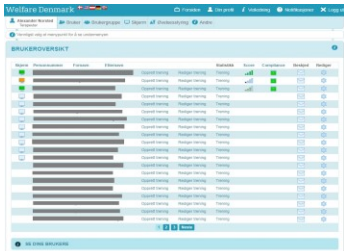
---

---

---

### Hvordan fungerer det

... For fysioterapeuten?



---

---

---

---

---

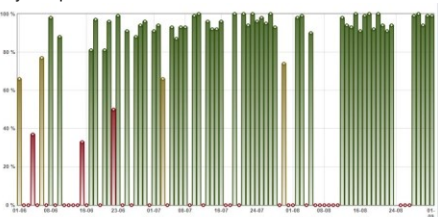
---

---

---

### Hvordan fungerer det

... For fysioterapeuten?



---

---

---

---

---

---

---

---

## Hvordan fungerer det

... For fysioterapeuten?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Hvordan fungerer det

... For fysioterapeuten?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Resultater

### Pilotprosjekt

- Systemet ser ut til å fungere godt for de fleste (unntak: langtkommen demens, særlig høy fallendene)
- Tidsbesparelser
- Fornøyde brukere
- 1925 brukere fullførte treningsfødepå 6 uker
- 3,95 treninger per uke
- Snittalder (pilot): 76,8 år

---

---

---

---

---

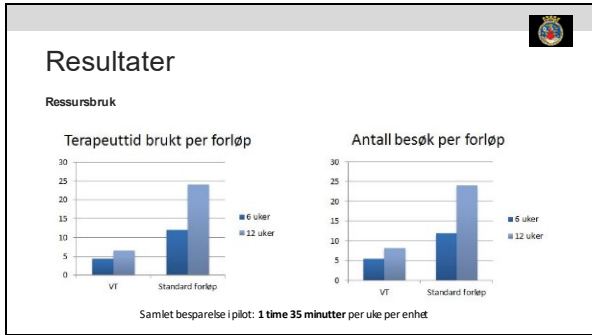
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

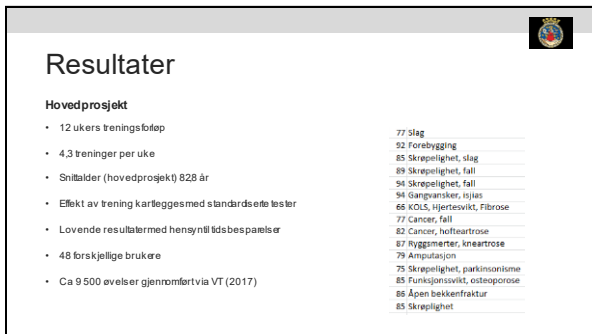
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

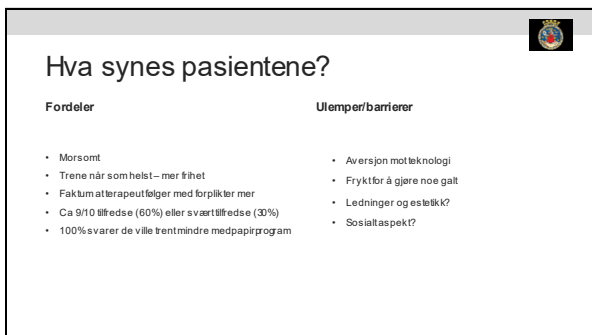
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---


---

---

---

---

## Hva synes terapeutene?



Fordeler	Ulemper/betenkeligheter
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Økt treningsfrekvens/dose</li> <li>• Ansvarliggjør pasienten i stor grad</li> <li>• Kan disponere tiden annerledes</li> <li>• God oversikt over progresjon (statistikk)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mindre tid med pasient?</li> <li>• Mikrobepretser</li> <li>• Tar lang tid å bli god på</li> </ul>

---

---

---

---

---

---

---

---

## Implikasjoner for spredning?



**Kan andre kommuner profitere på Virtuell Trening?**

- Vesentlig potensiale for kvalitetsforbedring av tjenesten (tjemmelysto)
- Bydelen sparer tid bruk på transport til tross for høy befolknings tetthet (50 000 innbyggere på 16 km<sup>2</sup>)
- Mindre befolknings tetthet stak kan spare vesentlig mer tid/løsløst knyttet til transport




---

---

---

---

---

---

---

---