

## Sats på fysioterapi!

### Få ned sykefravær og forebygg utenforskap

**Å satse på fysioterapi er en investering i både enkeltmenneskers helse og velferdsstatens framtid. Mer fysioterapi vil redusere sykefravær og forebygge helseproblemer og utenforskap. Norsk Fysioterapeutforbund ber derfor om en kraftig folkehelsesatsing i partiprogrammene for neste stortingsperiode.**

En ny generasjon nordmenn er i ferd med å vokse opp med overvekt, hjerte- og lungesykdommer, muskel- og skjelettlidelser og diabetes. Det skyldes i stor grad inaktivitet. En ny rapport fra WHO viser at norske barn og unge er mer inaktive enn briter og amerikanere. Økt satsing på folkehelse og fysioterapi for unge kan forebygge dette samfunnsproblemet.

Muskel- og skjelettlidelser rammer tre av fire voksne og er den vanligste årsaken til sykefravær. For kvinner er det også den vanligste årsaken til uføretrygd. Muskel- og skjelettlidelser koster samfunnet store summer hvert år i form av behandlingsutgifter, sykepenger, uføretrygd og andre trygdeytelser. Fysioterapi kan forebygge disse plagene, slik at flere kan leve gode liv og delta aktivt i samfunnet.

Muskel- og skjelettlidelser er en av «de fire store» folkehelseutfordringene, ved siden av kreft, hjerte- og karsykdommer og psykisk helse og rus, og er den viktigste årsaken til helsetap. Vanligst er plager fra korsryggen, nakken og skuldrene. Mange har også smerter i hofter, bekken og knær. Manglende opptrening etter sykdommer som slag, kreft og hjerte- og lungelidelser kan bidra til at mennesker faller utenfor.

Norsk Fysioterapeutforbund ønsker å bidra til at flest mulig kan delta i arbeids- og samfunnslivet. I følge respondentene fra Helsepolitisk barometer 2019 anses fysioterapeuten å være den viktigste i arbeidet med å redusere sykefravær. Fysioterapi kan forebygge både sykefravær og utenforskap. For å videreutvikle og opprettholde et bærekraftig velferdssamfunn, er økt fokus på forebygging av muskel- og skjelettlidelser avgjørende.

Aldringen av befolkningen kan føre til en økt press på helse- og omsorgstjenestene gjennom økte pleiebehov. Det er derfor nødvendig å sette inn tiltak som forebygger funksjonsfall og opptrening ved behov. Dette er fysioterapeuter eksperter på. Jo flere som kan gå på toalettet selv, lage mat selv og gå trappa selv - jo færre ansatte trenger vi i pleie- og omsorgstjenesten. Videre er fysioterapeuter også opptatt av betydningen fysisk aktivitet har for personer med demens. Studier viser at fysisk aktivitet spiller en viktig rolle for å opprettholde eller bedre fysisk funksjon, evne til å utføre aktiviteter i dagliglivet, mental helse, sosialt liv og livskvalitet hos personer med demens. Samtidig forteller personer med demens at fysisk aktivitet oppleves som en kilde til glede, tilhørighet og gir en bekreftelse på hvem de er.

Siden samfunnet trenger et krafttak for forebyggende helsearbeid for alle aldersgrupper, tillater vi oss å foreslå følgende tiltak i kommende stortingsperiode:

- Øke antallet fysioterapeuter ved å opprette 500 nye fysioterapeutårsverk i helsestasjons- og skolehelsetjenesten i løpet av stortingsperioden.
- Jobbe forebyggende ved å lovfeste at fysioterapi blir en skal-tjeneste, ikke bare en bør-tjeneste i helsestasjons- og skolehelsetjenesten.
- Gi alle skolebarn i grunnskolen en time fysisk aktivitet hver dag.
- Frita ungdom under 19 år for egenandeler ved fysioterapibehandling.
- Tilrettelegge for aktiviteter for ungdom som ikke deltar i organisert aktivitet, ved å sikre at folkehelseperspektivet og tilbud om hverdagsaktivitet er sentralt i kommunale planprosesser.
- Innføre frisklivssentraler i alle kommuner.
- Styrke den kommunale opptreningen av blant annet slagpasienter, kreftpasienter og pasienter med hjerte- og lungelidelser.
- Innføre lovpålagt bedriftshelsetjeneste for alle med særlig risikoutsatte yrker.
- Opprette en ordning med offentlig spesialistgodkjenning av fysioterapeuter.