

Bilaga - Samverkan med Norrbottens Idrottsförbund kring Fysisk aktivitet på recept, FaR

Dnr: 2240-2017

Bakgrund

Förskrivning av Fysisk aktivitet på recept (FaR) startade i Norrbotten hösten 2006 i samverkan med Norrbottens Idrottsförbund (NIF). FaR är en evidensbaserad behandlingsmetod vid otillräcklig fysisk aktivitet som rekommenderas i de Nationella riktlinjerna för sjukdomsförebyggande metoder, både för att förebygga och för att behandla sjukdomar.

FaR innebär att legitimerad sjukvårdspersonal i samråd med patienten förskriver individuellt anpassad fysisk aktivitet utifrån individens hälsotillstånd och behov, samt följer upp ordinationen.

FaR ordinerar till patienter som bedöms klara av att utföra aktiviteterna utanför sjukvårdens regi. Individerna utför den ordinerade aktiviteten på egen hand eller hos någon aktivitetsarrangör, t ex idrotts- eller patientförening eller hos annan friskvårdsaktör. Detta förutsätter att samverkan mellan sjukvården och idrotts- och friskvården fungerar genom ett uppbyggt strukturerat nätverk.

Under den senaste 5-årsperioden (2012-2016) har ca 30 000 FaR förskrivits i Norrbotten. Många recept avsåg egna aktiviteter men kombinerades ofta med föreningsaktiviteter. År 2016 var ca 60 % av ordinerade aktiviteter föreningsaktiviteter. Uppföljningen av FaR-receptet, d.v.s. effekten på tillståndet som föranledde förskrivningen åligger förskrivaren precis som vid annan behandling och dokumenteras i patientjournalen. Av integritetskäl kan inte NIF följa upp antalet deltagare med FaR-recept i alla sina aktiviteter, det är frivilligt för deltagaren att uppge, förutom i vissa specifika grupper.

Arbetet med FaR bygger på ett strukturerat samarbete mellan hälso- och sjukvården och friskvårdsaktörer med lokal anknytning. Nationellt samverkar flertalet landsting/regioner med Idrottsförbunden i FaR-arbetet via finansiellt stöd i form regionala/lokala avtal eller organisationsbidrag. Norrbottens läns landsting/Region Norrbotten har sedan start 2006 via tillfälliga medel finansierat en deltidstjänst för en Idrottskoordinator på NIF. Region Norrbottens finansiering av FaR 2017 uppgick till 250 tkr, vilket motsvarar ca en 50 procents tjänst.

Region-/ Landstingsdirektören fick i december 2016 i uppdrag av landstingsstyrelsen att utvärdera satsningen på FaR och därefter föreslå en långsiktig finansiering av FaR. Regiondirektören menar att samarbetet med Norrbottens Idrottsförbund, NIF, är en av hörnstenarna i arbetet med FaR och en förutsättning för att arbetet ska fungera tillfredsställande.

Norrbottens Idrottsförbunds roll i FaR-verksamheten

Norrbottens Idrottsförbunds ansvar tar vid där hälso-och sjukvårdens ansvar tar slut när person med ett recept på fysisk aktivitet vill delta i någon av organiserad aktivitet arrangerad av NIF. Hälso-och sjukvården och NIF möts via FaR-funktionen i regiondirektörens stab och via FaR-funktionerna på vårdenheterna. NIFs uppdrag i arbetet med FaR innebär ett länsperspektiv.

Idrottskoordinators uppdrag att för landstingets räkning:

- Rekrytera föreningar/friskvårdsaktörer i alla kommuner som vill vara samarbetspartners i FaR-verksamheten.
- Stötta föreningar/friskvårdsaktörer att starta anpassad verksamhet riktade till grupper med speciella behov.
- Fungera som kontaktperson mellan hälso-och sjukvårdens FaR-ansvariga (centralt och lokalt) och föreningar/friskvårdsaktörer i kommunerna..
- Ansvara för utbildning av idrottsledare till FaR-ledare hos egna föreningar samt andra friskvårdsaktörer som medverkar i FaR-verksamhet.
- Ansvara att föreningarna håller god kvalitet gällande verksamhet avseende personer med recept på fysisk aktivitet, dvs. kvalitetssäkring av aktiviteten. Kvalitetskriterier tas fram i samarbete med hälso-och sjukvårdens FaR-funktioner.
- Delta i hälso-och sjukvårdens egna FaR-utbildningar för att beskriva friskvårdens del i FaR-verksamheten och hur NIF kan möta upp behovet av aktiviteter.
- Delta i nätverksträffar där FaR-ledare och FaR-förskrivare möts.
- Sammanställa och till den centrala FaR-funktionen tillhandahålla Aktivitetskataloger för alla kommuner. Aktivitetskatalogerna läggs ut på landstingets hemsidor externt och internt för FaR och fysisk aktivitet. Aktivitetskatalogerna innehåller förteckning och beskrivning över lämpliga aktiviteter i friskvården för sjukvårdspersonal att hänvisa till, uppgifter om kontaktpersoner, priser mm. Katalogerna uppdateras varje termin och löpande.
- Presentera aktivitetsutbudet på NIFs egna hemsida.
- Delta i marknadsföring av FaR-verksamhet

Utvärdering och konsekvensanalys

Region Norrbotten saknar motsvarande resurser och NIFs nätverk inom idrott-och friskvård. Rekryterings av samarbetsaktörer och utbildning av FaR-ledare, samt arbetet med aktivitetskataloger är inte görligt utan NIFs medverkan. Aktivitetskatalogerna underlättar för förskrivarna, sparar tid och bidrar till en effektivare och kvalitetssäkrare sluss ut i friskvården. Om samverkan med NIF avslutas riskerar befintliga strukturer som byggts upp att raseras och färre norrbottningar som har behov att öka sin fysiska aktivitet på grund av ohälsa får sämre möjlighet att delta i anpassade aktiviteter. Belastningen på sjukvården riskeras därmed att öka. Utan NIF som kompletterande aktör bedöms att systemet med FaR inte skulle kunna fungera. Recept skulle kunna skrivas ut, men få eller inga FaR-mottagande verksamheter skulle finnas att ta emot. Kataloger för att återfinna FaR-mottagande verksamheter skulle inte heller kunna upprättas i tillfredsställande omfattning.

FaR är en är personcentrerad metod som stöttar och tar tillvara patientens egna resurser, samt är en kostnadseffektiv metod som kräver begränsade sjukvårdsinsatser. Genom samverkan med andra aktörer avlastas hälso-och sjukvården. Personen som fått receptet står själv för kostnaden hos friskvårdsaktören. Vissa aktörer subventionerar priset för de som har fått ett FaR. Genom att systematiskt använda FaR i vård och behandling inom hälso- och sjukvården kan därigenom kostnaderna för sjukvården på sikt minskas genom minskade kostnader för sjukvårdande behandlingar och minskade läkemedelskostnader.

FaR är också en rekommenderad metod i de Nationella riktlinjerna för sjukdomsförebyggande metoder. Arbetet som Idrottskoordinatör gör är inte möjligt att göra inom Region Norrbotten. Nya samverkanspartners behöver rekryteras kontinuerligt, ledarutbildningar anordnads regelbundet, aktivitetskataloger sammanställas och uppdateras löpande. En långsiktig finansieringslösning är önskvärd för att stärka idrottens roll och upprätthålla långsiktig samverkan i syfte att utveckla det sjukdomsförebyggande och hälsofrämjande arbetet i regionen. På sikt kan kostnaderna för sjukvården minskas genom minskade läkemedelskostnader och kostnader för sjukvårdande behandlingar.