

## **Enhet: Capio Hovås, Göteborg**

**Projekt:** Vardagstruktur

**Projektledare:** Capio Rehab och Vårdcentral Hovås, arbetsterapeut, läkare, psykolog, vårdcentralschef. Anna Berglund Melin [anna.berglund-melin@capio.se](mailto:anna.berglund-melin@capio.se)

**Syfte:** Att få en varaktig förändring i sin vardag för patienter med stressrelaterad ohälsa. Tidigt omhändertagande. Samarbete vårdcentral och nystartad rehabmottagning.

**Mål:** Att korta ned samt förebygga sjukskrivning

**Metod/ mätetal:** Gruppbehandling i ReDo, ett evidensbaserat behandlingsprogram med vardagsrevidering. arläggning av vardagen, sömn, träning, arbete, familjesituation, fritid, fördelning av sysslor i hemmet. Stressorer samt symtom. Mätbart: Ökat samarbete, tidigt omhändertagande, svårt att mäta sjukskrivningslängd men forum för dialog.

**Resultat:** Var svårt att till gruppbehandling. Har träffat 30 patienter individuellt vid 1-4 tillfällen. Varav 5 män.

I vården:

- Tidigt omhändertagande
- Samarbete
- Kunskap om varandras kompetenser
- Kunskap om konsekvenser av stressrelaterad ohälsa

För patienten:

- Stanna upp och fundera på hur vardagen ser ut
- Små förändringar kan göra stor skillnad
- Kunskap om stressrelaterad ohälsa

**Tankar framåt:**

Fortsätta plan för grupp men även individuellt.