

## Bakgrund

Sedan 2009 har regeringen genom en överenskommelse med SKR utvecklat en så kallad rehabiliteringsgaranti. De stora diagnosgrupperna ospecifik smärta samt lätt och medelsvår psykisk ohälsa har omfattats. Överenskommelsen och de medel som utgetts till regionerna avslutades från och med år 2021.

För att säkerställa fortsatta insatser för målgruppen startade Region Jönköpings län under 2021 en kompetenssatsning för att stärka omhändertagandet av patienter med långvarig smärta och psykisk ohälsa. Inspiration hämtades från Region Kalmar.

### Reportage om satsningen i Kalmar:



### Vetenskaplig artikel om satsningen i Kalmar:

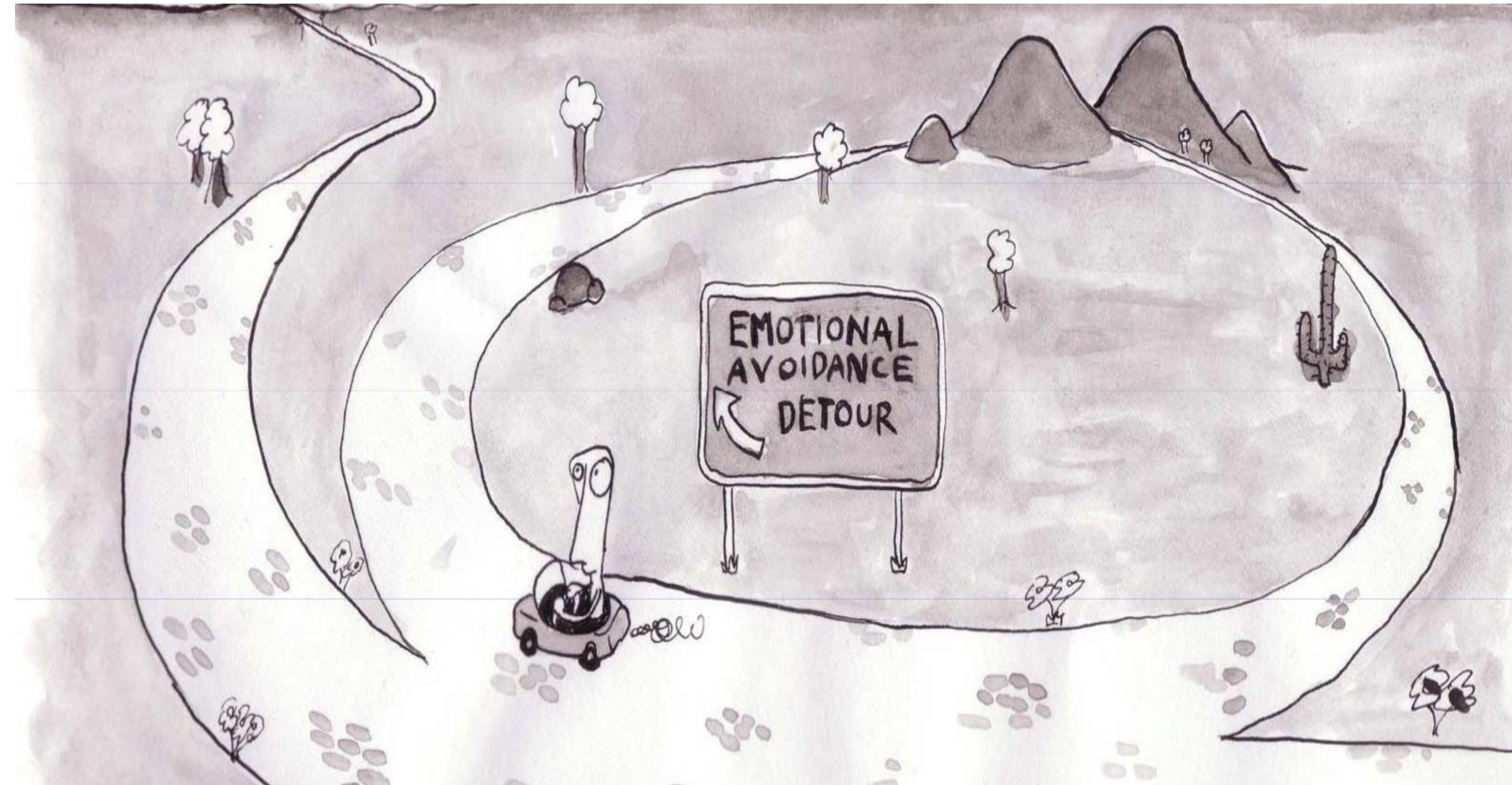


## Mål

Säkerställa kompetensen för ett bästa möjliga omhändertagande av patienter med långvarig smärta och psykisk ohälsa.

## Delaktighet

En tvärprofessionell referensgrupp från primärvård och specialistkliniker bildades som stöd för utvecklingsarbetet och en referensgrupp bestående av patienter har också gett synpunkter på insatsen.



# Kompetenssatsning inom primärvården med ACT som grund



Ann-Britt Ekvall, processledare  
Region Jönköpings län  
ann-britt.ekvall@rjl.se

Åsa Dufmats, leg psykolog  
Psykologpartners W&W AB  
asa.dufmats@psykolopartners.se



## Genomförda förändringar

Kompetensutveckling har skett med berörd personal i primärvården samt berörda kliniker inom specialistvården för att ge en gemensam kunskapsgrund och ett gemensamt förhållningssätt.

Utbildningar har genomförts i att bedöma psykiskt status, smärtfysiologi, smärtfarmakologi, förskrivning av beroendeframkallande läkemedel samt ACT (Acceptance and Commitment Therapy).

Vid vissa vårdcentraler etablerades team för multimodal smärtrehabilitering. Centralt framtoogs digitalt material med utgångspunkt från ACT för användning i patientarbete.

### Reportage om förändrat arbetssätt på en av regionens vårdcentraler:



### Psykologpartners hemsida:



## Resultat och lärdomar

Kompetenssatsningen har ökat kunskapen om

- vikten av att stå fast vid sin medicinska bedömning
- personalens eget undvikande vid svåra samtal
- behovet av ett enhetligt förhållningssätt bland dem som träffar patienterna
- vad som är vårdens respektive patientens ansvar
- faran med att förskriva beroendeframkallande läkemedel slentrianmässigt
- att inte bekräfta och medverka till ett undvikandebeteende
- teambaserad smärtrehabilitering utifrån ACT
- att använda ACT som förhållningssätt och behandlingsmetod generellt
- vikten av att framkalla patientens egen motivation till förändring i stället för att servera vårdens lösningar

## Sammanfattning

- stärkt kompetens inom området långvarig smärta och psykisk ohälsa främst inom primärvården.
- fokusskifte från symtomlindring till funktionsökning.
- stärkt det som hjälper patienten på lång sikt att leva sitt liv aktivt och meningsfullt istället för kortsiktiga lösningar som sjukskrivning, läkemedel och undvikandebeteende.