

Prosjekt LMS (Sveio)

Hjertetrim – trening for livet

Når ein blir sjuk endrast ofte livet og det er viktig å lære og meistre ein ny livssituasjon. For pasientar med hjertehendingar, som for eksempel hjerteinfarkt, er det svært viktig med hjertetrim.

Eit samhandlingsprosjekt

Ved Haugesund sjukehus har det i mange år eksistert eit treningstilbod til personar med hjertesjukdom for at dei skal komme i gang med fysisk aktivitet etter hjertehending. Med bakgrunn i samhandlingsreforma, har Sveio kommune, Helse Fonna og FoU-eininga i Helsetorgmodellen starta eit pilotprosjekt for personar med hjertesjukdom.

Prosjektet inneber at tilbodet om hjertetrim i ein prosjektperiode blir gitt i Sveio kommune i staden for på Haugesund sjukehus. Hjertetrimmen vil i prosjektperioden ha den same målgruppa som tilbodet ved Haugesund sjukehus, og vil derfor kunne brukast av personar frå heile Helse Fonna-regionen.

Fullverdig tilbod i kommunen

I prosjektet er det mål om å etablere eit fullverdig treningstilbod til hjertepasientar i kommunen, og i samarbeidet gjere erfaringar med tanke på samhandling rundt førebyggjande helsetilbod ute i kommunane. Det vil også vere eit mål å styrke samhandlinga innanfor tenester som læring og mestring.

Sveio kommune har i prosjektet valt å inngå ein avtale med Albatross spa- og fitnessenter for lokalisering av treningstilbodet. Erfarne treningsinstruktørar og fysioterapeut/frisklivskoordinator frå Sveio kommune skal ha ansvar for treningstimane i samarbeid med fysioterapeutar frå sjukehuset. Det har vore gjennomført hospitering ved det noverande treningstilbodet i forkant av prosjektet. Teoridelen av hjertetrimmen vil bli gjennomført i samarbeid mellom de ulike aktørane i prosjektet.

Kva er hjertetrimmen?

Hjertetrimmen i Helse Fonna drivast etter Ullevål-modellen og inneheld 45 minuttar trening med 3 pulstopper og 15 minuttar undervising. I pilotprosjektet vidareførast trimtilbodet frå Haugesund sjukehus til Sveio kommune, med nokre justeringar: Treningstilbodet utvidast til også i innehalde spinning, trening ute kan leggast inn og pårørande inviterast til å delta.



For å vere med må deltakarar, som tidlegare, tilvisast av lege etter gjennomført sykkeltest (AKG).

Prosjektperiode for hjertetrim i Sveio kommune er 6. november 2012 til juni 2013.

Kontaktperson i Helse Fonna

Christense Eileraas Ek, Funksjonsleder LMS somatikk Haugesund, telefon 52 73 28 80 / 52 73 25 60 / 984 34 534, e-post: christense.eileraas.ek@helse-fonna.no.