

# Rehabiliteringssenteret AIR AS

## Beskrivelse av delytelse D

*Delytelse D1.8: CFS/ME (diagnostisert), unge voksne 18-30 år, voksne over 30 år - døgntilbud*

<b>Målgruppe/ pasientgruppe</b>	<p><i>a) Diagnosegruppe/tilstand</i> CFS /ME</p> <p><i>b) Livsfase/aldersgruppe</i> Unge voksne 18-30 år, og voksne over 30 år.</p> <p><i>c) Når i sykdoms-/rehabiliteringsforløpet</i> Deltakere som har gjennomgått bred diagnostisk vurdering i primær og /eller spesialisthelsetjenesten.</p> <p><i>d) Hjelpebehov/funksjonsnivå</i> CFS/ME med mild eller moderat grad.</p>
<b>Ytelsen leveres som</b>	<p><i>a) Døgn,- dag,- kartlegging,- og vurderingsopphold</i> Døgnoophold 29 dager</p> <p><i>b) Individuelt/gruppebasert</i> Gruppebasert tilbud med betydelige individuelle tilpasninger</p>
<b>Kortfattet beskrivelse av ytelsen/tilbudet til målgruppen</b>	<p><b>Mål:</b> Målet med programmet er å bedre deltakernes livskvalitet. Dette skal gjøres gjennom å heve funksjons- og mestringsevnen slik at hverdagen blir lettere. Rehabiliteringstilbudet ved AiR har «arbeid som mål», der tilbudet skal styrke deltakernes mulighet til å komme i arbeid eller i utdanning på sikt.</p> <p><b>Tilbud:</b></p> <p><i>a) Delytelsens metode og struktur</i> Ved AiR er vi opptatt av å tilby våre deltakere rehabilitering som er evidensbasert. Et viktig prinsipp i vårt tilbud til personer med CFS/ME er stabilisering av aktivitetsnivået, samt å finne en gunstig balanse mellom aktivitet og hvile av god kvalitet. Kognitiv atferdsterapi (CBT) og brukerstyrt gradert treningsterapi (GET) er en del av vårt tilbud. Timeplanen under oppholdet er lagt opp for personer med mild til moderat CFS/ME, og det er i tillegg rom for å tilpasse aktivitetsnivået ytterligere etter funksjonsnivå. AiR bidrar til at det oppnevnes en koordinator på hjemstedet for å sikre videre oppfølging for deltakere ved behov.</p> <p><i>b) Ernæring og kosthold</i> AiR sitt tilbud omfatter teoretisk og praktisk opplæring i gruppe innen ernæring og kosthold, og tilbyr også individuell oppfølging ved behov med</p>

	<p>kostholdsveileder. AiR følger retningslinjer gitt av Helsedirektoratets veileder i ernæringsarbeid.</p> <p><i>c) Resultat og brukererfaringer</i>  AiR har hatt rehabiliteringstilbud til deltakergruppen siden 2011. Høsten 2014 startet et nytt innhold i rehabiliteringsprogrammet for deltakergruppen og foreløpige deltakererfaringer/tilfredshetsundersøkelse viser at over 90 % av deltakerne var fornøyd med tilbudet de fikk på AiR.</p> <p><i>d) Bemanning (for døgnopphold)</i>  Kl. 08.00-15.30: Bemannet med tverrfaglig team; Lege, sykepleier/psykolog, idrettspedagog, fysioterapeut, arbeidskonsulent  Kl.15.30 – 24.00: Bemannet med resepsjonsvakt.  Kl 24.00- 06.00: Hvilende vakt i resepsjon  Kl. 06.00-08.00: Bemannet med resepsjonsvakt.</p> <p><i>e) Samarbeid/samhandling med andre aktører for ut for inntak, under og etter forløpet samt ambulant virksomhet</i>  AiR har gode rutiner for samarbeid og samhandling med andre aktører forut for inntak, underveis og etter forløpet. Samarbeidet gjelder aktører som er involvert i rehabiliteringsprosessen slik som henvisende instans, Nav, arbeidsgiver, fastlege og andre. Samhandling skjer gjennom telefonmøter, videokonferanser og ambulant der dette er aktuelt.</p>
<b>Faglig fundament</b>	<p><i>Institusjonens samlede kompetanse i forhold til målgruppen</i>  Tverrfaglig team bestående av lege, sykepleier/psykolog, idrettspedagog, fysioterapeut og arbeidskonsulent gjør tverrfaglige kontinuerlige vurderinger. I tillegg samarbeides det med lokale aktører, ernæringsveileder, rideinstruktør og evt ansatte i fritidsavdelingen for å få et helhetlig situasjonsbilde.  AiR har psykolog med både erfaring og spesialkompetanse innen CFS/ME. I tillegg har klinikken et samarbeid med Nasjonalt kompetansetjeneste for CFS/ME, og deltar i et nasjonalt nettverkssamarbeid om CFS/ME.</p> <p>AiR sitt fagpersonale har god kompetanse og forutsetninger for å ivareta deltakere med lettere psykiske lidelser og rus-/medikamentavhengighet, og dette er også nedfelt i klinikkens arbeidsrutiner. Kompetansen omfatter kognitive tilnærminger og andre relevante tilnærminger til rehabilitering. AiR har tre psykologer, og fagpersonalet for øvrig har høy kompetanse i forhold til arbeid med psykisk helse-utfordringer. Alle ansatte ved AiR deltar i relevante videreutdanningsprogram.</p>
<b>Lokasjon</b>	Rehabiliteringssenteret AiR ligger vakkert til i fjellbygda Rauland i Vinje kommune. Det er god offentlig kommunikasjon til Rauland.
<b>Varighet</b>	<i>Anslagsvis forventet oppholdslengde for målgruppen</i> 29 døgn

**Eventuelle  
tilleggsmerknader**

For mer informasjon: [www.rehabilitering.no](http://www.rehabilitering.no)

Januar 2015