**Match** -Projektforslag til Bachelorprojekt.

Udfyldes af praksis/forsknings- og udviklingsmiljø

Kryds gerne flere af, hvis projektet kan udarbejdes af flere professioner:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Jordemoder |  | Folkeskolelærer |  |
| Ergoterapeut | X | Offentlig Administration |  |
| Sygeplejerske | X | Ernæring og Sundhed |  |
| Socialrådgiver |  | Fysioterapeut | X |
| Psykomotorik | X | Radiograf |  |
| Katastrofe og risikomanager |  | Laborant og procesteknolog |  |
| Global Nutrition and Health |  |  |  |

|  |
| --- |
|  |

Sæt kryds hvis projektet ønskes udarbejdet som et tværprofessionelt bachelorprojekt:

|  |
| --- |
| **Titel:**  Er genoptræningspuder et godt hjælpemiddel for patienter og terapeuter når patienter skal genoptræne deres muskelmasse og funktionsniveau? En kombineret trænings- og spørgeskemaundersøgelse. |
| **Præsentation:**  Dr. Stevens Pillow er udviklet i samarbejde med en fysioterapeut som et arbejdsredskab for fysio- og ergoterapeuter ved genoptræning eller vedligeholdelsestræning. Sættet består af fire puder af forskellig hårdhed, fra patienten der har mistet massive mængder muskelmasse gennem lang tids sygdom, til patienten der er udskrivningsklar. Terapeuten vælger den rette pude, instruerer patienten i relevante øvelser, hvorefter patienten, evt. med en træningsdagbog, udfører øvelserne efter den aftalte plan. |
| **Beskrivelse:**  Genoptræning af patienter efter kortere eller længere tids sygdom kan være tidskrævende og langvarig. Såvel terapeuters som øvrige plejepersonales tid med den enkelte patient er meget begrænset og undersøgelser har desuden vist, at medinddragelse af patienten i egen genoptræning er godt for såvel tiden der bruges på genoptræning, effekten som for patientens eget selvværd.  Træning i hjemmet efter udskrivelse er også vist at nedsætte antal genindlæggelser og vedligeholde eller endog styrke borgerens funktionsniveau og grad af selvstændighed.  Det er derfor ønskeligt at alle patienter får mulighed for at træne under indlæggelse på en enkel måde der gerne skal kunne udføres på et begrænset område i eller omkring patientens seng, og som evt. kan fortsættes i patientens eget hjem.  Træningselastikker bliver brugt til nogle patienter, men ligger ofte ubenyttede i skuffen og mange patienter vil være tilbageholdne over at udføre knæbøjninger mv.  Dr. Stevens Pillow er en simpel måde at træne i og ved sengen. Antallet af mulige øvelser er stort og varieret og størrelsen gør den enkel at placere ved siden af sengen. Farverne og størrelsen minder patienten, personalet og pårørende om at der skal trænes og de glade farver (Farverne følger skiløjpernes 4 farver for sværhedsgrader, hvor grøn er den letteste, så blå, rød og til slut de sorte pister!), stimulerer lysten til at træne, specielt hvis de øvrige patienter på stuen også gør det ☺ |
| **Metode:**  Terapeuterne instrueres i pudernes anvendelse. De finder selv egnede patienter og instruerer dem i f.eks. 3 øvelser der skal udføres 3 gange dagligt i et aftalt antal minutter under indlæggelsen. Evt. udleveres en træningsdagbog hvori patienten skal notere hvornår og hvorlænge han/hun har trænet. Efter f.eks. 1 uge udleveres patient og terapeut hver et spørgeskema:  Patientspørgeskema: Besvares med Ja/Nej).  Der må gerne skrives kommentarer til slut.   1. Synes du at puderne har hjulpet dig? (Ja/Nej) 2. Synes du at puderne er lette at træne med? (Ja/Nej) 3. Kan du lide at træne med puderne? (Ja/Nej) 4. Er de øvelser du har fået lette at udføre? (Ja/Nej) 5. Giver puderne dig mere lyst til at træne? (Ja/Nej) 6. Giver puderne dig lyst til at træne mere? (Ja/Nej) 7. Kan du mærke at du bruger musklerne når du træner med puderne? 8. Føler du at du får det bedre af at træne med puderne? (Ja/Nej) 9. Gør træning med puderne dig i bedre humør? (Ja/Nej) 10. Vil du anbefale at andre patienter træner med puderne? (Ja/Nej)   Fysioterapeutspørgeskema: (Besvares med Ja/Nej).  Der må gerne skrives kommentarer til slut.   1. Synes du at puderne er lette at arbejde med? (Ja/Nej) 2. Synes du at puderne gavner patienterne? (Ja/Nej) 3. Synes du at træning i sengen er en god ide for svage patienter? (Ja/Nej) 4. Synes du at puderne er et godt supplement til anden træning? (Ja/Nej) 5. Synes du at patienterne er glade for at træne med puderne? (Ja/Nej) 6. Synes du at puderne opmuntrer patienterne til at træne mere? (Ja/Nej) 7. Synes du at træning med puderne bedrer patienternes humør? (Ja/Nej) 8. Synes du at træning med puderne bedrer patientens almentilstand? (Ja/Nej) 9. Vil du anbefale dine kolleger at bruge puderne til patienttræning? (Ja/Nej) 10. Er det en god ide med den nøje beregnede stigende modstand i de 4 puder? (Ja/Nej) |
| **Tidshorisont:**  Ingen |
| **Henvendelse om projektforslaget**  Puderne udlånes af Dr. Stevens Pillow (Max. 3 sæt), dvs. projektet kan evt. strække sig over 3 uger eller mere. (Annette Vogelsang Rieva i Praksis- og Innovationshuset har et sæt). |
| **Kontaktperson(er):**  Steven Widecrantz, Overlæge, Urologisk afdeling SUH Roskilde.  [SJW@regsj.dk](mailto:SJW@regsj.dk)  Tlf. 31136740 |
| **Andre bemærkninger:**  <https://drstevenspillow.dk> |