



KVALITETSPROJEKT KOL-SKOLÅ

Erikslunds fysioterapi/ Praktikertjänst Läkargruppen
Leg. Fysioterapeuter Marit Ljunggren, Anna Wettergren

Bakgrund

Syfte

- Kroniskt obstruktiv lungsjukdom (KOL) innebär att en person har ett förhindrat flöde i sina luftvägar oavsett optimal luftrörsvidgande behandling.
- Den huvudsakliga orsaken till KOL är rökning, men sjukdomen kan också uppstå hos icke rökare.
- I Sverige utvecklar cirka 50 procent av rökarna KOL.

- Syftet med KOL – skolan är att öka patienternas kunskap om KOL och om hur fysisk träning kan ha positiva effekter både fysiologisk och psykologiskt samt att hjälpa patienter med KOL att komma igång med fysisk aktivitet.

Metod

- Inklusionskriterier: patient med KOL-diagnos som är motiverade/intresserade att gå KOL-skolan.
- Exklusionskriterier: Tolksbehov.
- Rekrytering: slumpmässigt via MedRave
- Upplägg: första besök, 1 teoritillfälle, 6 veckors handledd gymträning, 3 månaders uppföljning.
- Utvärderings instrument: CAT, 6 minuters gångtest, modifierad CSQ-8.

Resultat

- 9 deltagare rekryterades, 6 kom till första besöket, 5 fullföljde hela KOL-skolan.
- 1 deltagare gymtränade vid 3 tillfällen under handledning på kliniken.
- I de testade momenten (CAT och 6-minuters gångtest) förbättrades resultaten på gruppnivå.
- Majoriteten av deltagarna upplevde att de fått hjälp att handskas med sina problem och att de skulle rekommendera en vän med liknande behov att delta i KOL-skolan
- Gällande aktivitetsnivå förefaller mer än hälften av deltagarna skatta sin träningstid på lägre delen av skalan, fysisk aktivitet skattas något högre.

Diskussion

- Tidskrävande rekrytering, lågt intresse bland tillfrågade patienter.
- Avsaknad av multidisciplinärt team.

Konklusion

- Vårt kvalitetsprojekt inom primärvården ger en indikation på att ökad kunskap om KOL och kunskap om hur man kan hantera symtom kan ha en positiv effekt på välmående.

TACK!

