

Kjarkur endurhæfing – Aftur út í lífið

Þverfagleg endurhæfing fyrir hreyfihamlaða einstaklinga sem glíma við tauga- og heilaskaða

*Hulda Gunnarsdóttir, félagsráðgjafi
Þórunn Hanna Halldórsdóttir, teymisstjóri og
talmeinafræðingur hjá Kjarki endurhæfingu*



Hulda
Gunnarsdóttir



Þórunn Hanna
Halldórsdóttir

Kjarkur endurhæfing er með aðsetur í Hátúni 12 í húsi sem Sjálfsbjörg landssamband hreyfihamlaðra reisti. Húsnæðið var tekið í notkun árið 1973. Kjarkur endurhæfing byggir á gömlum grunni og hélt upp á 50 ára starfsafmæli nú í sumar. Við það tilefni var nafninu breytt, en áður hét Kjarkur endurhæfing Sjálfsbjargarheimilið. Nýja nafnið varð fyrir valinu þar sem það þótti betur endurspeglar starfsemina í dag og vegna sterkrar vísunar til þess kjarks sem þjónustuþegar okkar þurfa að sýna þegar þeir hefja endurhæfingu og takast á við breyttar aðstæður sem oft fylgja í kjölfar alvarlegra veikinda og áfalla. Auk nafnbreytingar hafa átt sér stað verulegar breytingar á starfseminni síðustu ár til þess að mæta betur endurhæfingarþörf einstaklinga sem glíma við áskoranir eftir slys og veikindi. Horft er til þess að endurhæfingin eigi sér stað í afmarkaðan tíma og er lögð áhersla á að yfirfæra þá færni í nærumhverfi viðkomandi.

Markmið/hlutverk

Hlutverk Kjarks endurhæfingar er að veita þverfaglega einstaklingsmiðaða endurhæfingu fyrir hreyfihamlaða einstaklinga á aldrinum 18–67 ára sem glíma við tauga- og heilaskaða. Markmiðið er að viðkomandi geti aftur haldið út í lífið og tekið þátt í því miðað við sína hæfni. Endurhæfingin fer annars vegar fram í dagþjónustu

og hins vegar í sólarhringsþjónustu. Hún getur staðið yfir í allt að 24 mánuði og er frá upphafi horft til þess hvað taki við að henni lokinni. Sett eru markmið með hverjum og einum sem beinast að því að auka færni til að sinna athöfnum daglegs lífs, efla þátttöku í samfélaginu og þannig auka sjálfstæði og lífsgæði þjónustuþega. Lögð er áhersla á náið samstarf við aðstandendur og stuðningsaðila úr nærumhverfi þjónustuþega. Haldnir eru markmiðs- og samráðsfundir eftir þörfum með þjónustuþeganum og aðstandendum hans, sem og stuðningsaðilum hans og fagaðilum innan heilbrigðis- og félagslega kerfisins.

Um þjónustuna

Hjá Kjarki endurhæfingu starfar þverfaglegur hópur fagfólks með mikla reynslu af endurhæfingu eftir ákominn heilaskaða og taugasjúkdóma. Áhersla er lögð á einstaklingsmiðaða þverfaglega teymisvinnu þar sem fagfólk vinnur saman með þjónustuþega og fjölskyldu hans að því að auka færni hans og þátttöku í samfélaginu. Hjá Kjarki endurhæfingu starfa m.a. félagsráðgjafi, hjúkrunarfræðingar, iðjuþjálfar, íþrótafræðingur, sjúkraþjálfari, læknir, talmeinafræðingur, sjúkraliðar og starfsfólk í aðhlyningu og þjálfunarrými. Verið er að skoða aðkomu fleiri fagstétta, svo sem neringarfræðings og sálfræðings.

Eins og áður sagði er boðið upp á tvær leiðir í endurhæfingu, annars vegar með sólarhringsþjónustu og hins vegar í dagþjónustu. Þeir sem koma í endurhæfingu með sólarhringsþjónustu leigja íbúð af Sjálfsbjörg landssambandi og gera þjónustusamning við Kjark um endurhæfingu og hjúkrunarþjónustu. Þeir sem eru í dagþjónustu búa heima en sækja endurhæfingu í Kjarki milli kl. 9 og 15 á daginn.

Lagt er upp með að endurhæfingin í Kjarki sé einstaklingsmiðuð og heildræn, með fjölskyldumiðaðri

KJARKUR

endurhæfing

AFTUR ÚT Í LÍFIÐ

nálgun. Þeir sem eru í sólarhringsþjónustu fá dýrmætt tækifæri til að hjálfa sig í þáttum sem styðja sjálfstæða búsetu, svo sem í persónulegum athöfnum daglegs lífs, (p-ADL), skipulagi í daglegu lífi og öðrum þáttum sem fylgja því að halda heimili. Síðan sækja þeir hjálfun fagaðila í húsnæði dagþjónustunnar.

Í dagþjónustunni eru bæði hóptímar og einstaklingsmiðuð hjálfun tengd hreyfingu, iðju, félagsfærni og tjáskiptum. Þjálfunin getur farið fram í hjálfunarhúsnæði Kjarks endurhæfingar, á heimili einstaklingsins og/ eða úti í samfélaginu. Í upphafi endurhæfingar eru sett fram markmið sem síðan eru uppfærð reglulega. Við setningu markmiða er lítið til þess að hjálfun snúi að því að bæta færni sem eykur sjálfstæði og ábyrgð á eigin lífi og heilsu, getu til að sinna fyrri hlutverkum og taka virkan þátt í samfélaginu. Einnig er lagt upp með að styðja þjónustuþega og fjölskyldu hans við að takast á við þessar breyttu aðstæður og minnka álag vegna veikindanna. Þá leggur fagteymið áherslu á það frá upphafi endurhæfingar að styðja þjónustuþega við að byggja upp færni og stuðningsnet sem geti fylgt honum eftir útskrift.

Umsóknir

Til að sækja um þjónustu hjá Kjarki endurhæfingu þarf að fylla út umsóknareyðublað sem má finna á heimasíðu okkar, www.kjarkurendurhaefing.is. Umsækjandinn fyllir út umsóknina, yfirleitt með aðstoð fagaðila, og sendir inn ásamt læknaþréfi og mögulega nánari upplýsingum frá fagaðilum. Umsókn þarf að fylgja læknavottorð þar sem fram koma ástæður færniskerðingar og endurhæfingarhorfur. Helstu tilvísunaraðilar eru Landspítali, Reykjalundur og heilsugæslan. Mikilvægt er að hafa í huga að um er að ræða tímabundna endurhæfingardvöl en ekki félagslegt úrræði til að leysa húsnæðisvanda. Þá er ekki metið raunhæft að einstaklingar



sem uppfylla skilyrði færni- og heilsumats geti nýtt sér endurhæfinguna, enda er slíkt mat einungis samþykkt ef endurhæfing er metin fullreynd.

Meðalaldur þjónustuþega í endurhæfingu hjá Kjarki í september 2023 var tæp 48 ár en aldurinn spannar allt frá 21 og upp í 63 ár. Flestum var vísað til okkar beint úr endurhæfingu á Grensásdeild Landspítalans.

Lokaorð

Við hjá Kjarki endurhæfingu leggjum áherslu á farsælt og gott samstarf við fagaðila innan heilbrigðiskerfisins og félagsþjónustunnar. Lengi hefur verið kallað eftir betri þjónustu fyrir fólk með ákominn heila- og tauga-skaða sem þarf að takast á við breyttan raunveruleika með skerta færni og finna taktinn upp á nýtt. Endurhæfingarúrræði Kjarks endurhæfingar byggist á heildrænni þjónustu í allt að 24 mánuði og er því mikilvægur þáttur í þjónustu við þennan hóp. Markmið okkar er að styðja fólk til að takast á við lífið á ný, mögulega við breyttar aðstæður og með breytt áform, en ætíð á þess eigin forsendum.