

Gruppbehandling efter obesitaskirurgi

projekt 2012-2014 på Hälsomottagningen Södertälje

Gerda Adelgren distriktssköterska

13:e Nationella Kvalitetsdagen för Primärvården 161124



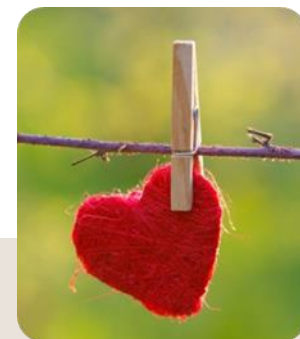
Varför behövs en uppföljning?

- Närings/vitaminbrist?
- Vad betyder den snabba förändringen av kroppen för individen?
- Viktuppgång
 - Efter 1-2 år minskar den fysiska restriktionen, kroppen "vänjer sig", sötsuget kan öka igen, man kan äta större portioner.
 - Kvarstående ätstörning?
- Fysisk aktivitet
- Byte av beroende



Idén.....

Skulle man kunna
erbjuda opererade
en uppföljning i
grupp?



Syfte

- Att ge fortsatt stöd till livsstilsförändringar och vidmakthållande av dessa hos personer som genomgått obesitaskirurgi
- Att utveckla en beteendeinriktad behandlingsmanual för gruppbehandling av personer som genomgått obesitaskirurgi



Gruppbehandlingen

- Påbörjas tidigast ½ år efter operationen
- 10 gruppträffar
- Beteendeinriktad behandling.
- Övningar i mindfulness/kroppskänedom
- 3 individuella besök: bedömningssamtal, dietistbesök, besök till fysioterapeut



Några exempel på teman för gruppträffar

Laga
mellanmål

Fysisk
aktivitet

motivation



vanor

Fakta kring
överviktsoperationer

Psykosociala
förändringar
efter
operationen

Så här gjorde vi

- Efter en pilotgrupp startades 5 grupper med sammanlagt 44 deltagare
- Uppföljning och utvärdering skedde genom frågeformulär före och efter behandling
- Efter varje grupptillfälle tillfrågades deltagarna om man trodde sig kunna ha nytta av dagens ämne i sin livsstilsförändring



Urval

- Opererade mellan 2004-2014, majoriteten var kvinnor
- Remiss från vårdgivare eller egenanmälan
- Huvuddelen av deltagarna rekryterades via annons i lokalpressen. Några från vårdcentral, 2 remisser från kirurgmottagning



Hur gick det då?

- 22 personer, dvs hälften av deltagarna fullföljde behandlingen.
- Ingen skillnad förelåg före och efter behandling beträffande till exempel måltidsordning, matvanor, sötsug, självskattad hälsa.
- Fysisk aktivitet-varldagsmotion ökade
- Drygt hälften minskade i vikt.



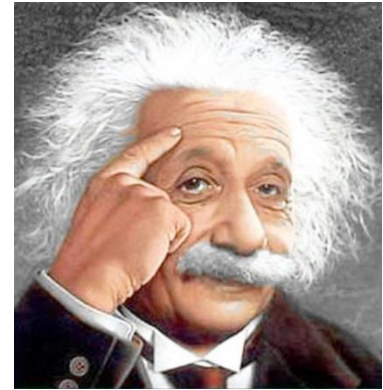
Hur gick det då?

- Majoriteten upplevde att gruppbehandlingen motsvarade förväntningarna.
- Två tredjedelar av patienterna bedömde att gruppbehandlingen var till nytta för livsstilsförändringen och att stödet från gruppmedlemmar var positivt.
- Nästan alla skattade omedelbart efter varje gruppträff att dagens ämne varit till nytta i livsstilsförändringen.
- Drygt 2/3 upplevde att övning med kroppskännedom var givande samtidigt som en grupp inte alla ville ha kroppskännedom.



Våra lärdomar och funderingar

- Det tar tid att bygga samarbete
- När är den optimala tidpunkten för gruppbehandling?
- Patientrekrytering? Bortfall?
- Ställde vi rätt frågor i vår utvärdering?
- Längre uppföljning



Vår vision

- Att alla som genomgått obesitaskirurgi erbjuds uppföljning av levnadsvanor postoperativt
- Att få möjlighet att göra en vetenskaplig utvärdering av metoden.

