

Karin Jonsson  
Hälsa- och sjukvårdspolitiska avdelningen  
Tfn: 063-15 31 87  
E-post: karin.jonsson@regionjh.se

2017-08-16

## **Naturunderstödd rehabilitering (NUR), aktuellt läge augusti 2017**

I en motion till regionfullmäktige 2015 föreslog Berit Johansson (C) och Mats Gärd (C) att Grön rehabilitering ska finnas med och erbjudas som rehabiliteringsform och behandlingsmetod inom Region Jämtland Härjedalen, på liknande sätt som den konventionella rehabiliteringen.

Naturunderstödd rehabilitering bygger på forskningsbaserad kunskap om naturens och trädgårdens läkande inverkan. Upplevelser i naturen och aktiviteter i trädgården kan ge gynnsamma effekter på olika hälsotillstånd. Vistelse i naturen, parker och trädgårdar förbättrar koncentrationsförmågan och minskar stress, värk och trötthet. Behandlingen riktar sig främst till personer med psykisk ohälsa, orsakat av stressrelaterade problem.

Regionfullmäktige beslutade i april 2016 att ge regionstyrelsen i uppdrag att utreda evidensen och förutsättningarna för att införa naturunderstödd rehabilitering som rehabiliteringsform och behandlingsmetod och återkomma med ett förslag till november 2016. Den 23 november 2016 fick regionstyrelsen i uppdrag av regionfullmäktige att kontakta Samjamt (Samordningsförbundet i Jämtlands län) för att inleda dialogen om ett projekt kring Grön rehabilitering i Jämtlands län.

Samjamt har tackat ja till att samordna arbetet kring att utveckla formerna för Naturunderstödd rehabilitering i Jämtlands län och en arbetsgrupp har bildats för att driva på arbetet med att verkställa regionfullmäktiges beslut.

Inledande möten har hållits med representanter från Primärvården, Psykiatri, Mittuniversitetet, Samordningsförbundet och Processledningen för sjukskrivningsprocessen. Vid mötet diskuterades uppdragets innehåll och syfte, målgrupp samt behovet av en inledande kunskapsuppbyggnad.

#### **Forskningsansökan AFA**

Inga särskilda medel har avsatts inom Region Jämtland Härjedalen för arbetet med naturunderstödd rehabilitering. För att få finansiering till projektet söks forskningsmedel tillsammans med Mittuniversitetet. Om forskningsanslag erhålls kommer projektet att kunna genomföras för en större grupp patienter med forskning på process och resultat, med jämförande kontrollgrupper. Om inga forskningsmedel erhålls får projektet genomföras i liten skala med Regionens egna resurser och utan stöd av Mittuniversitetet.

En första forskningsansökan till Forte avslogs under våren och arbete pågår nu för att lämna en ny forskningsansökan till AFA avseende naturunderstödd rehabilitering. Patrick Millet, Mittuniversitetet, är forskningsansvarig i projektet.

Forskningsansökan ska inlämnas senast den 20 augusti. Mittuniversitetet står bakom ansökan och Region Jämtland Härjedalen lämnar ett "Letter of intent" där det framgår att primärvården kommer att medverka i rekryteringsarbetet genom att rekommendera personer naturunderstödd rehabilitering.

Beslut ges tidigast i december, men troligast i slutet av januari 2018. Vid positivt besked kan verksamhet och forskning starta i april månad 2018 med varaktighet under två år.

Upplägget i projektansökan är ett antal grupper i trädgårdsmiljö med verksamhet 3-5 timmar per dag, fem dagar i veckan under 12-14 veckor. Grupperna består av 5-8 deltagare, vilket ger ca 50 deltagare totalt under en tvåårsperiod. Det kommer att finnas två kontrollgrupper varav en grupp tar del av ordinarie vårdutbud och den andra inte nyttjar någon behandling alls.

Det är viktigt att trädgården är designad så att det finns en lugnande miljö med plats för vila och avskildhet. Dialog har förts med Torsta om lämplig

lokal och bemanning men de kan inte husera projektet utifrån att de har eget LEADER-projekt som också omfattas av odling. Samtal har inletts med annan trädgård i Östersundsområdet och bedömningen är att fungerande trädgårdsmiljö ska kunna finnas tillgänglig vid projektstart. Två resurspersoner ska finnas för deltagarna, en trädgårdskunnig och en person som ska samordna deltagarnas introduktion, planering, uppföljning av plan samt avslut inklusive övergång till arbetsprövning.

### **Seminarie serie**

Det finns ett behov av inledande kunskapsuppbyggnad och samsyn hos berörda aktörer inför försöket med naturunderstödd rehabilitering, inte minst hos behandlingsansvariga inom hälso- och sjukvården. Fokus för insatsen ska vara återgång i arbete eller annan sysselsättning, inte enbart ökat välbefinnande. Att tydliggöra detta är viktigt för inblandade parter.

En seminarie serie planeras med stöd av Mittuniversitetet och verksamma inom psykiatrin och primärvården. Syftet med seminarie serien är att beskriva nuläge för sjuktalen i länet, att berätta hur samarbetet i STR-modellen (samordnad tidig rehabilitering) är tänkt att fungera samt att öka den teoretiska kunskapen om arbetshälsa och rehabilitering.

Naturunderstödd rehabilitering presenteras med tyngdpunkt på resultat och praktisk erfarenhet ifrån Göteborg och Alnarp, och då företrädesvis med representation från både hälso- och sjukvården och arbetsgivarsidan.

Seminarie serien planeras till januari-mars 2018, med tre olika sammankomster.

Seminarie serien blir en naturlig del i forskningsarbetet och lever även upp till AFAs krav på att ett lärande ska ske under forskningsarbetets gång.

Oavsett om det blir ett positivt beslut ifrån AFA eller inte så behövs en kunskapsuppbyggande seminarie serie för berörda parter inför projektet med naturunderstödd rehabilitering. Det känns särskilt viktigt att skapa en god dialog med primärvårdens psykosociala enheter, kommunernas socialtjänst och länets större arbetsgivare.

**Att beakta i det fortsatta arbetet**

Från hälso- och sjukvården har framkommit synpunkter på begreppet grön- eller naturunderstödd rehabilitering, att man saknar en klar definition. En annan synpunkt som lyfts är att Regionen istället för trädgård borde kunna nyttja den vilda naturen som läkande rum, exempelvis ordinera skogs promenader. Att bli tydligare i vad som avses med naturunderstödd rehabilitering och de goda resultat som forskningen kan visa på blir ett åtagande för de som arbetar med projektet.

Detsamma gäller diskussionen om de olika alternativ som finns för naturunderstödd rehabilitering. Forskning visar att en kontrollerad, planerad grön miljö krävs för vissa tillstånd - så att man kan känna trygghet. Detta talar för trädgårdsalternativet. För andra grupper och sjukdomstillstånd kan den fria naturen vara en bra miljö att vistas i. Att kunna behålla båda dessa perspektiv i det kommande arbetet känns angeläget.

Karin Jonsson

Processledare Sjukskrivningsprocessen