

# Genoptræning virker også

Som behandler er det vigtigt fra tid til anden at se om det, man går og gør til hverdag, har en betydning på længere sigt. Denne artikel fortæller om nogle af de svar, der kom ud af et satspulje og ph.d.-projekt, der fulgte op på, hvordan det gik 37 tidligere deltagere i Center for Hjerneskades genoptræningsprogram i perioden 1987-1992. Resultaterne viste, at 12-17 år efter endt behandling er effekten stadig positiv.

AF HENRIETTE SVENDSEN,  
CAND. PSYCH, PH.D.

Der hersker stadig skepsis blandt nogle professionelle behandlere om, hvorvidt genoptræning har en effekt på længere sigt. Det skyldes til dels, at praktiske og etiske hensyn gør det svært at undersøge effekten af genoptræning med metoder, som lever op til de højeste medicinske standarder inden for forskning. Tidligere undersøgelser af post-akut, neuropsykologisk genoptræning har generelt vist positive resultater, men relativt få undersøgelser har inkluderet en kontrolgruppe, og ingen af disse undersøgelser har undersøgt genoptræningsdeltagernes psykosociale vilkår længere end 11 år efter genoptræningens afslutning.

## En kontrolleret opfølgingsundersøgelse startede i 1999

Center for Hjerneskade (CfH) tilbyder post-akut, neuropsykologisk genoptræning af voksne med pludseligt opstået hjerneskade. Optræningen er intensiv og foregår fire dage om ugen, fem til seks timer om dagen og var indtil for nyligt af 16 ugers varighed. Denne undersøgelse startede tilbage i 1999, da CfHs daværende direktør Mugge Pinner og forskningskonsulent Dr. Phil Tom Teasdale fik bevilget penge fra Socialministeriet til at planlægge og gennemføre en kontrolleret opfølgingsundersøgelse. Det primære formål for undersøgelsen var at se, om en positiv effekt af genoptræningen kunne spores 12-17 år efter genoptræningen indenfor områderne arbejde, fritid, socialt netværk, så vel som mental veltilpashed. Disse forhold er så undersøgt og sammenlignet med samme forhold hos mennesker, der også har en erhvervet hjerneskade, men som ikke har fået samme intensive post-akutte optræningstilbud. Endvidere blev der fokuseret på, hvad deltagerne syntes om CfH.

Et retrospektivt undersøgelsesdesign blev anvendt. Designet inkluderede deltagere med enten traumatisk hjerneskade eller apopleksi, samt en kontrolgruppe. Kontrolgruppen bestod af deltagere med sammenlignelige hjerneskader, som ikke havde modtaget samme post-akutte intervention. I 2004 blev selve undersøgelsen gennemført.

## Deltagerne

Af de 50 deltagere var 37 tidligere elever ved CfH. De sidste 13 udgjorde kontrolgruppen. Deltagerne i genoptræningsgruppen og kontrolgruppen var skadet på gennemsnitligt samme tid (i årene 1980-1992). Deltagerne i genoptræningsgruppen var i gennemsnit 26 år og 31 år i kontrolgruppen, da skaden opstod. De to grupper blev matchet på skadens sværhedsgrad. I gennemsnit havde deltagerne i begge grupper ligget i koma i to uger efter skaden, og de umiddelbare følger var af et omfang, så deltagerne ikke kunne vende tilbage til arbejde lige efter udskrivelsen fra hospitalet.

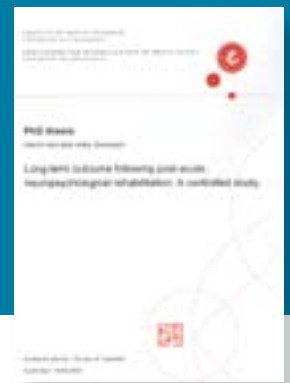
## Undersøgelsens indhold

Alle deltagerne fik tilsendt brev med information om undersøgelsen og blev på den baggrund spurgt, om de havde lyst til at deltage. De potentielle deltagere blev ringet op, og der blev aftalt tid for interview enten i deres hjem eller på Institut for Psykologi. Inden selve interviewet fik de tilsendt et spørgeskema, som de selv og deres pårørende skulle udfylde. Spørgeskemaerne tog mellem 20 minutter og halvanden time at udfylde for de fleste deltagere, og interviewet tog omkring tre timer. Så alle deltagerne ydede en stor indsats, hvilket jeg er dem meget taknemmelig for.

Spørgeskemaerne indeholdt velkendte mål for følger efter hjerneskade, samt generelle mål for emotionelle symptomer i form af angst og depression samt livskvalitet. Interviewet handlede om den nuværende livssituation, og berørte emner som vedvarende problemer efter skaden, arbejdssituation, fritidsbeskæftigelse, sociale relationer og tilfredshed med genoptræningen.

I begge grupper svarede de fleste, at 12-17 år efter har man lært at leve med effekterne af den skade, man fik på hjernen. De fleste kan dog stadig føle sig lidt mere sårbare end før skaden. Flere i gruppen, der havde modtaget genoptræning, var dog i stand til at se positive aspekter i skadens konsekvenser og livet efter skaden. F.eks. nævnte nogle, at skaden havde medført en prioritering af, hvad der var vigtigt for

# på lang sigt



dem. Andre nævnte, at de oplevede at have større forståelse for deres medmennesker. Deltagerne i begge grupper gør lige meget brug af sundhedssystemet, især i form af fysioterapi.

## Positiv effekt af genoptræning

Resultaterne viste en positiv effekt af genoptræning på flere områder. Deltagerne i genoptræningsprogrammet havde en højere grad af arbejdsmæssig aktivitet, livskvalitet, kompetence, oplevet evne til at opnå et givent mål i tilværelsen (self-efficacy) og oplevelse af at have kontrol over sit eget liv og lavere grad af angst og depression. I genoptræningsgruppen havde 83 procent en eller anden form for tilknytning til arbejdsmarkedet, dette inkluderer fleksjob, skånejob og frivilligt arbejde. I kontrolgruppen havde 54 procent tilknytning til arbejdsmarkedet. Deltagerne i genoptræningsgruppen var desuden væsentligt mere tilfredse med deres nuværende tilknytning til arbejdsmarkedet.

Resultaterne viste også en positiv effekt for pårørende til de genoptrænede. De oplevede højere livskvalitet, mindre grad af angst og depression samt generelt mindre påvirkning af hjerneskadens følger i dag.

Andre områder viste ingen forskel. De to grupper lignede hinanden mht. fritidsaktiviteter, socialt netværk og indsigt i følgerne af hjerneskade. Der var ikke forskel på den økonomiske situation i de to grupper. Sidstnævnte kunne måske overraske, da flere i genoptræningsgruppen var i beskæftigelse; men som sagt dækker beskæftigelse over kategorier som frivilligt arbejde og skånejobs, hvor beskæftigelsen ikke nødvendigvis medfører den store økonomiske gevinst.

Når det gælder deltageres egen vurdering af genoptræningen, er resultaterne meget positive. Kun én tidligere elev mente ikke, at programmet havde været gavnligt. Deltagerne var især glade for mødet med de andre elever og for tilknytningen til deres primærterapeut, samt den fysiske og kognitive træning.

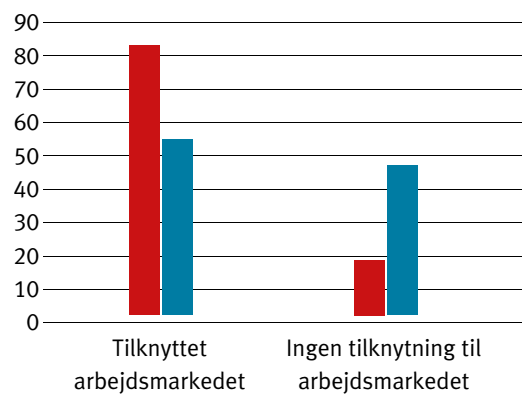
## Styrket livskvalitet

Overordnet mente deltagerne i rehabiliteringsgruppen, at genoptræningen bidrog til at bedre deres livskvalitet og selvtilid.

Resultaterne fra undersøgelsen er generelt i overensstemmelse med den allerede eksisterende viden fra tidligere undersøgelser. Undersøgelsen peger på,

at post-akut, holistisk, neuropsykologisk genoptræning har en positiv, vedvarende effekt, trods de metodiske begrænsninger, der ligger i det retrospektive design. Forhåbenlig kan denne undersøgelse være med til at pege på, hvor vigtigt det er, at vi i Danmark vedbliver med at tilbyde post-akut genoptræning i et omfang, så alle, der har behov herfor, får tilbudt det. ■

## Deltageres tilknytning til arbejdsmarkedet



■ Rehabilitering ■ Kontrol



## Fakta

Undersøgelsen har indsamlet flere data fra i alt 90 personer. Disse data er ved at blive bearbejdet og deltagerne er endnu ikke blevet skriftligt informeret om de endelige resultater.

Henriette Svendsens Ph.D.-afhandling: Long-term outcome following post-acute neuropsychological rehabilitation: A controlled study kan hentes på: [www.vfhj.dk/default.asp?PageID=1726](http://www.vfhj.dk/default.asp?PageID=1726)

I Kapitel 1 giver Henriette Svendsen en gennemgang af referencer på området.

Der er 35 tidligere undersøgelser af holistisk genoptræning, og heraf kan især to fremhæves:

Malec og Basford (1996): Post-acute brain injury rehabilitation. Arch. Phys. Med. Rehabil., 77, 198-207 samt Cicerone et al. (2005): Evidence-based cognitive rehabilitation: updated review of the literature from 1998 through 2002. Arch. Phys. Med. Rehabil., 86, 1681-1692

For en kritisk gennemgang af genoptræning generelt, se Chestnut et al, 1999.