

# Utvärdering av projektet Gröna Rehab

## ISM-häfte nr 3

Eva Sahlin  
Gunnar Ahlborg jr

Institutet för stressmedicin



## FÖRORD

Styrgruppen för Gröna Rehab representerande Västra Götalandsregionens miljönämnd, folkhälsokommitté och personalutskott gav Institutet för stressmedicin (ISM) i uppdrag att hålla i utvärderingen av projektet. Projektmedel överfördes till institutet och finansierade anställning av Eva Sahlin som handläggare av utvärderingen. Eva hade då just avslutat utvärderingen av ett tidigare utvecklingsprojekt vid ISM och Västra Götalandsregionens företagshälsovård Hälsan och arbetslivet med inriktning mot anställda med svår stressrelaterad ohälsa. Då förutsättningarna nu endast möjliggjorde en observationsstudie utan jämförelsegrupp samt en beskrivning av utvecklingsprocessen initierades även ett doktorandprojekt med inriktning mot grön rehabilitering i samarbete med professor Patrik Grahn vid Sveriges Lantbruksuniversitet i Alnarp. Det senare som avser att närmare studera betydelsen av det ”gröna” inslaget i rehabiliteringen kommer att pågå till 2012 och ligger således utanför den utvärdering som redovisas här.

Även om den grundläggande modellen för Gröna Rehab hämtades från Alnarp så innebär förberedelser, igångsättande och etablering av en rehabiliteringsmodell av detta speciella slag ett omfattande utvecklingsarbete som först efter 1-2 år finner sin form utifrån de lokala och personella förutsättningarna. I fallet Gröna Rehab har dessutom projektteamet i dialog med uppdragsgivarna utvecklat två i det här sammanhanget helt nya verksamheter av mer förebyggande karaktär. Det innebär att utvecklingsarbetet blivit mer omfattande än ursprungligen planerat men också att betydligt fler anställda har kommit att få nytta av projektet. Dessutom har intresset för Gröna Rehab från samordningsförbund, enskilda kommuner och andra aktörer i Västra Götaland, men också i andra delar av landet, blivit ännu större.

Från uppdragsgivarna fanns ett önskemål att rehabiliteringsverksamheten även skulle utvärderas ekonomiskt. I avsaknad av en tillräckligt bra

jämförelsegrupp beslutade vi att pröva en modell för beräkning av kostnader före och efter rehabilitering för några typfall som utgick från faktiska förhållanden för personer som deltagit i rehabiliteringen vid Gröna Rehab. Beläggningen på rehabiliteringsplatserna har då baserats på det sista projektåret då verksamheten stabiliserats. För att utfallet skall bli så gynnsamt som beräkningarna antyder förutsätts att rehabiliteringen verkligen bidragit till återgången i aktivitet/arbete, det vill säga att personerna annars skulle ha blivit kvar i samma inaktivitet som innan, åtminstone under en betydligt längre tid. Med den selektion av svårt sjuka personer som skett till projektet bedömer vi, baserat på egna och andras erfarenheter, detta som ett realistiskt antagande.

Gunnar Ahlborg jr  
Avdelningschef  
Institutet för stressmedicin

## SAMMANFATTNING OCH SLUTSATSER

Utvärderingens primära syfte var att beskriva utvecklingsprocessen avseende Gröna Rehabs modell för grön rehabilitering, från projektets start fram till dess avslutning och att beskriva effekter på hälsa och livskvalitet samt återgång i sysselsättning för de långtidssjukskrivna deltagarna med diagnos utmattningssyndrom/stressrelaterad psykisk ohälsa. Sekundära syften var att sammanställa och presentera resultaten av utvärderingsformulären från deltagarna i projektets förebyggande stresshanterings- respektive chefskurs och att beskriva samarbetet mellan Gröna Rehab och rehab-samordnarna vid Sahlgrenska Universitetssjukhuset (SU), det utredande teamet på Hälsan och Arbetslivet (Hälsan & arbetslivet) respektive Försäkringskassan (FK). Dessutom var avsikten att beskriva informations- och kunskapsspridningen (d.v.s. studiebesök och föreläsningar) och det upplevda värdet av studiebesök.

Utvärderingen startade redan i planeringsfasen första halvåret 2006 och har sedan följt processen och grupperna kontinuerligt t.o.m. avslutning 2009-08-31. Information har inhämtats från deltagarna via självskattningsformulär och intervjuer samt från dokumentation vid Gröna Rehab och Hälsan & arbetslivet. En person har inhämtat data från Hälsan & arbetslivet, Gröna Rehab och genomfört intervjuer. Dessutom gjordes intervjuer med Gröna Rehabs projektledare och rehabteam (upprepade gånger), rehabsamordnare vid Sahlgrenska Universitetssjukhuset och företrädare för Hälsan & arbetslivet, Institutet för stressmedicin (ISM) och Försäkringskassan. Information erhöles från externa intressenter genom enkät. En socioekonomisk analys utfördes också enligt en etablerad modell (Bilaga 3).

Utvärderingen av den rehabiliterande verksamheten (förmiddagsgrupperna) vid Gröna Rehab baseras på ett begränsat material, till viss del beroende på att rutinerna för datainsamling inte fungerade optimalt under projektets första tid. Det gäller särskilt uppgifter som baseras på

självskattningsformulär. Det var heller inte möjligt att följa upp alla deltagare så fullständigt som planerat. Därför baseras nedanstående slutsatser mer på den bild och de tendenser som framkommit i den kvalitativa analysen än på statistiska beräkningar.

## Rehabiliterande verksamhet

- Målsättningen att rehabiliteringen skulle leda till aktivering av deltagarna, d.v.s. att de skulle komma igång med arbetsträning, arbete eller studier efter Gröna Rehab uppfylldes i de flesta fall.
- Deltagarnas egna berättelser visar tydligt att de allra flesta upplevt rehabiliteringen som en stor hjälp för att återhämta sig och återgå i sysselsättning.
- Ungefär två tredjedelar av deltagarna som har fullföljt rehabiliteringen inom projektiden överskred den tilltänkta maximala rehabiliteringstiden på 28 veckor (två perioder). En viktig orsak var deltagarnas stora sjukdomsburda.
- Detta medförde att antalet rehabiliterade individer inte nådde upp till den planerade nivån. En annan orsak till detta uppgavs vara att i flera fall var det svårt att finna en lämplig plats för arbetsträning och att man ville undvika att deltagare lämnades i inaktivitet i avvaktan på sådan.
- Gröna Rehab har utvecklat sina strategier utifrån de erfarenheter som gjorts under processen och därmed utvecklat rehabiliteringsmodellen kontinuerligt. Vid projektidens slut fanns väl upparbetade kanaler för rekrytering och fungerande samarbete med olika aktörer och samarbetspartners.
- Intervjuade företrädare för arbetsgivare, Försäkringskassan, Hälsan och Arbetslivet och ISM:s patientmottagning är i huvudsak mycket nöjda med hur samarbetet har utvecklats och ger uttryck för att den rehabiliteringsmodell som etablerats fungerar väl. Samtliga beskriver även ett positivt och kreativt samarbete med Gröna Rehab för att hitta lösningar för den individuella deltagaren.

- Försäkringskassans företrädare framhöll som en viss komplikation i upplägget att deras möjligheter att bevilja sjukpenning för så lång tid som 16 veckor varit begränsad och krävt extra beslutsunderlag enligt de regler som gällt.
- Den multidisciplinära modell för rehabilitering i trädgård och natur som utvecklats är väl förankrad i tillgänglig forskning och praktisk erfarenhet.
- Den socioekonomiska beräkningen visar att kostnaden för rehabiliteringen i genomsnitt återbetalas till samhället på 15 månader under förutsättning att deltagarna utan rehabilitering skulle ha kvarstannat i samma grad av inaktivitet/sysselsättning under denna tid som innan de rekryterades till Gröna Rehab.

## De förebyggande aktiviteterna

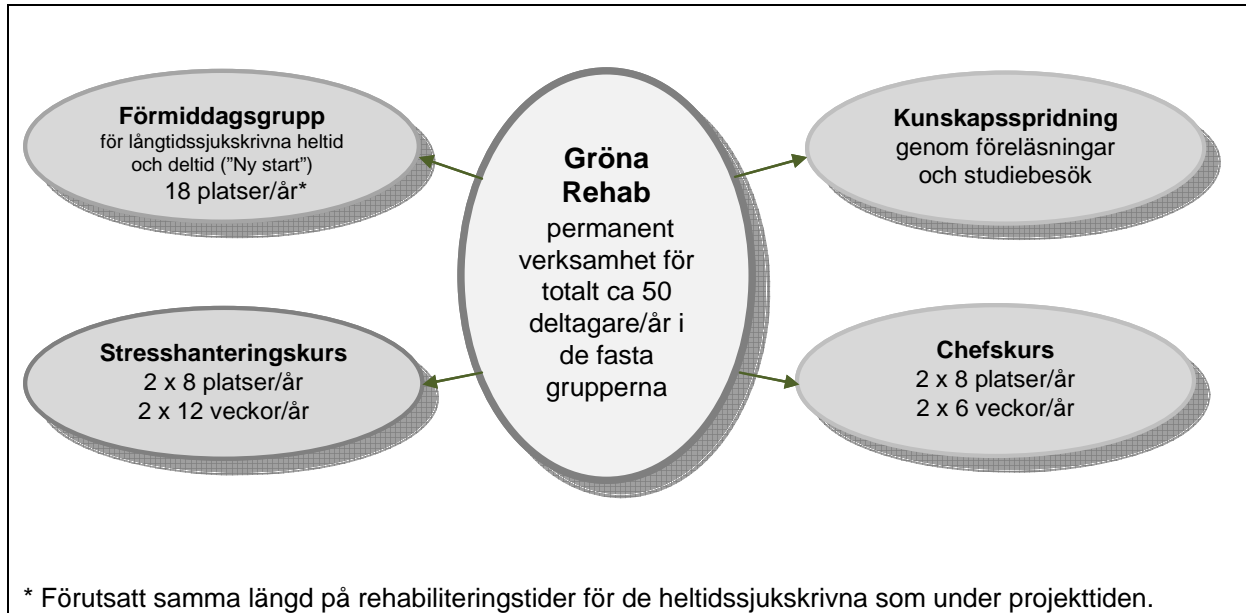
- Deltagarna i chefskursen menar att den har ökat deras medvetenhet om stressens mekanismer och följder. De använder denna kunskap i det dagliga arbetet bland sina medarbetare. Chefer som gått kursen anmäler i högre grad medarbetare till Gröna Rehabs aktiviteter än chefer som inte har gått kursen.
- Effekter av stresshanteringskursen upplevdes som gynnsamma av deltagarna bland annat genom att de fått bättre verktyg att hantera sin stress.

## Gröna Rehabs roll för kunskapsspridning


- Gröna Rehab har etablerats som en seriös rehabiliteringsverksamhet och fungerar idag som ett välrenommerat kompetenscentrum och nav i Västra Götaland inom sitt verksamhetsområde. Kunskapsspridning och rådgivning till intressenter även utanför regionen har varit relativt omfattande och förfrågningar om studiebesök har överskridit de praktiska möjligheterna att ta emot sådana.

En uppföljning som även inkluderar deltagare under den förlängda projekttiden till och med 2010 skulle ge bättre möjlighet att kvantifiera effekterna på deltagarnas hälsa och funktionsförmåga.

## Modellen Gröna Rehab vid projekttidens slut



[www.stressmedicin.com](http://www.stressmedicin.com)

Institutet för stressmedicin  
 VÄSTRA  
GÖTALANDSREGIONEN