

Förbättrad FAR-rutin och motionsrådgivning på Landsbro Vårdcentral

Anneli Gustafsson, Yvonne Ek, Anna-Lena Krohn

Med ökad information, medvetenhet och samarbete med föreningsliv kan FAR recept förskrivningen öka.

Antalet utskrivna FAR recept på Landsbro vårdcentral ha genom åren varit få. Vi ville lyft FAR recept som metod som hela personalstyrkan kan använda för att erbjuda våra patienter som behandling för sjukdomar som är relaterade till fysisk inaktivitet.

Syfte och mål

Förskriva 20 FAR recept under ett år. Etablera samverkan med lokala idrottsföreningar där man kan påbörja starta gruppaktivitet för FAR.

Delmål: Samtlig personal ska tillsammans förskriva FAR recept under de närmaste två månaderna.

Metod

Information på APT om FAR som metod för att behandla sjukdom som är relaterat till fysisk inaktivitet.

Dela ut information till patienter i receptionen om FAR så att efterfrågan ökar.

Lägga ut informationsbroschyrer på samtliga expeditioner och väntrum

Information till ny personal om att Far används som metod

Samverkan med lokala föreningar sker genom aktiv kontakt med Friskis och svettis.

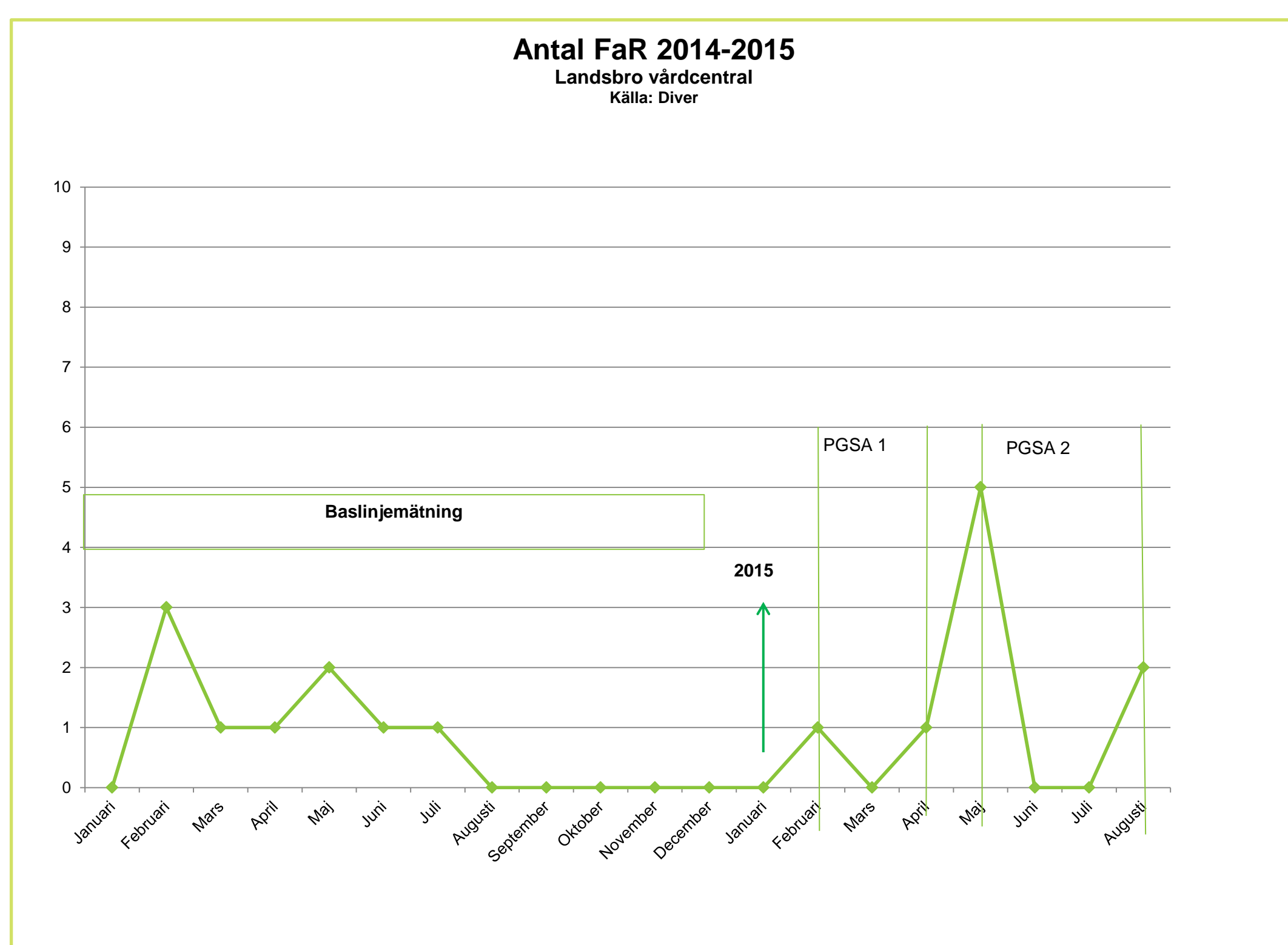
Mäta antalet Far recept utskrivna under en 3 månaders period feb-april 2015 samt under en 4 månaders period maj-augusti 2014. Mäta hur många som löser in sitt recept hos Friskis och svettis.



Resultat

Vid första mättillfället uppnådde vi ej vårt delmål om 7 st. förskrivna FAR recept. Vi gick därför vidare och genomförde ytterligare ett PGSA-hjul kring förskrivningen av FAR. En ny mätning genomfördes efter sommaren som visade att vi nått delmålet med 7 förskrivna recept under perioden.

Under hösten startade ett samarbetsprojekt med Friskis och svettis vilket vi tror kan öka antalet recept ytterligare. Det kan också bli möjligt att mäta antalet inlösta FAR recept. Samarbetet med Friskis och svettis innebär att personer som fått ett FAR recept får 35% rabatt på ett träningskort.



Region Jönköpings län

Erbjudande för alla med Motion på Recept

Vetlanda Friskis & Svettis erbjuder, i samarbete med Vetlanda Vårdcentral och Landsbro Vårdcentral, 35% rabatt till de patienter som får motion på recept utskrivet. Erbjudandet gäller det första helårs- eller halvårskort man löser.

Om man bara vill prova på, utan träningskort, kan man lösa medlemskort i föreningen för 100 kr och då få 4 gratis tränings tillfällen på detta. Medlemskortet gäller per kalenderår och om man senare bestämmer sig för att fortsätta träna har man då redan löst medlemsavgiften.

Förutom detta finns möjlighet att lösa 15-kort på all träning under obegränsad tid.

Friskis & Svettis erbjuder även extra hjälp med praktiskt omhändertagande två timmar i veckan på dagtid, tisdag och torsdag mellan 10 och 11. Det innebär att en person är extra behjälplig med att visa tillrätta i lokalerna och ge enkel guidning i de olika träningsformerna och i utrustningen.

Önskar man i förväg höra sig för om Friskis verksamhet är man välkommen att ringa Anika Hed eller Elone Johansson i receptionen på dagtid tel nr 70 55 70.

För ytterligare information om verksamheten, utbud och öppettider kan man läsa på hemsidan www.vetlanda.friskissvettis.se eller på Facebook, sök på Vetlanda Friskis & Svettis.

Se hela friskisschemat på baksidan...