



# Rehabiliteringsopphold med tilpasset fysisk aktivitet - hva skjer med pasientenes livskvalitet?

---

ARTIKKEL

BLAASVÆR S

STANGHELLE JK

---

## Sammendrag

Under rehabiliteringsopphold ved Beitostølen Helseportsenter gjennomfører pasienter variert tilpasset fysisk aktivitet og fysioterapi inntil 4-5 timer daglig, i et miljø med allsidige fritidstilbud og sosiale aktiviteter. Senteret tilbyr også oppfølging av psykiske/sosiale problemer.

189 pasienter ble invitert til å delta i en undersøkelse om livskvalitet. 132 samtykket i å delta, og 107 fullførte undersøkelsen. Nottingham Health Profile (NHP), Life Satisfaction scale (LiSat) og tre spørsmål om fysisk/psykisk helse og funksjonshemming ble brukt i kartleggingen.

For NHP totalskåre, globalt spørsmål om livstilfredshet (LiSat) og for spørsmål om fysisk/psykisk helse og opplevd funksjonshemming var det statistisk signifikant bedring fra én måned før til tre måneder etter oppholdet. Bedringen var også signifikant for delskårene følelsesmessig reaksjon, energimangel, smerte, søvn, seksuelliv, familieliv, interesser/hobbyer, fritidssituasjon og sosial isolering.

Selv om undersøkelsen manglet kontrollgruppe, tyder resultatene på at rehabiliteringsopphold med tilpasset fysisk aktivitet bedrer livskvaliteten med varighet minst tre måneder etter oppholdet. Effektene fremkommer mest sannsynlig ved bedring av pasientenes forventninger om mestring.

---

Publisert: 17. oktober 2018. Tidsskr Nor Legeforen. DOI:

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2020. Lastet ned fra tidsskriftet.no