

© Per Halvor Lunde

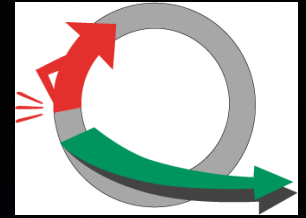
● *Forflytningskundskab og kultur*

● *Forflytningskundskab, pædagogik og organisation - trin 2*

● Diakonhøjskolen Aarhus 2021-2022

● Ved **Per Halvor Lunde**, M.Ph. – fysioterapeut og pædagog

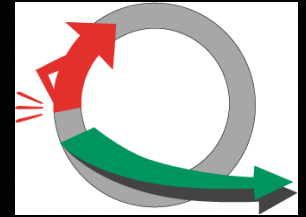
Forflytningskundskab



© Per Halvor Lunde

- *”Keep it simple – act smart!”*
- *Forflytningskundskab er etik, omsorg, fysik og organisation i skøn forening*
- ...hvis man selv ønsker det!

Forflytningskundeskab



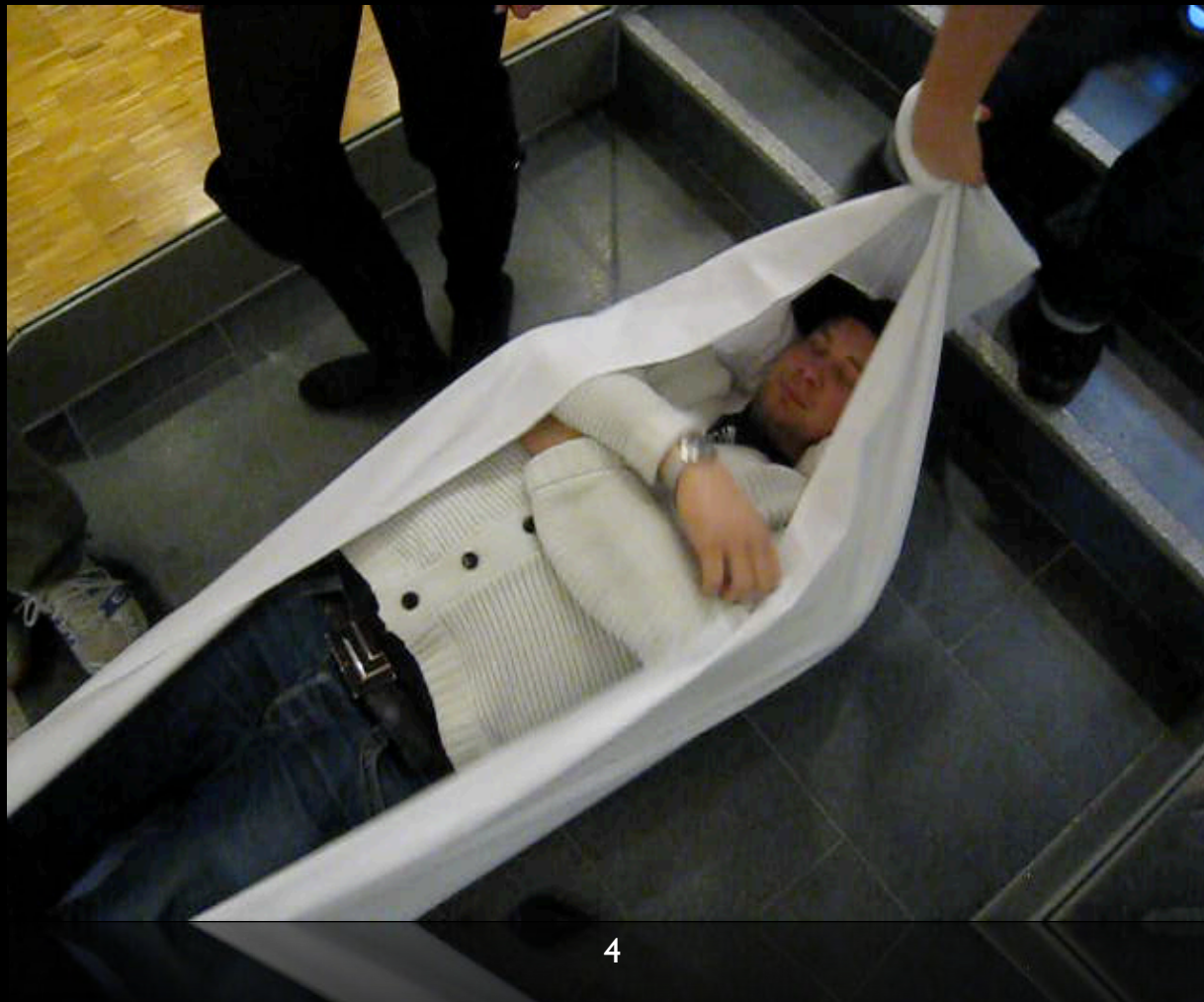
© Per Halvor Lunde

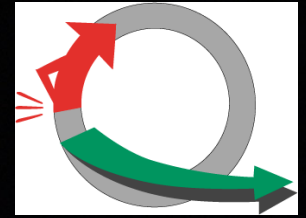
Undervisningsmateriale finder I:

- www.perlunde.no
- www.forflytning.no
- www.youtube.com/perhalvorlunde
- www.forflyt.dk

Hvad skal til for at lykkes?

1. Sikkerhedskultur (*Safety Culture*)
2. Ergonomisk tilpasning - og brug af hjælpemidler (*Ergonomic Approach*)
3. Undervisning og oplæring (*Education*)





© Per Halvor Lunde

● Forflytning - definition:

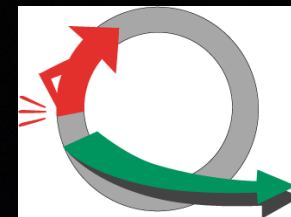
- ”en bevægelse fra et sted til et andet med en borger eller genstand som i al hovedsag foregår i en horisontal bevægelsesretning”
- *(Per Halvor Lunde, Video 1982,1984, bog 1991/1997/2001/2003/2006/2011/2015/video 2021)*

Løft eller forflytning?

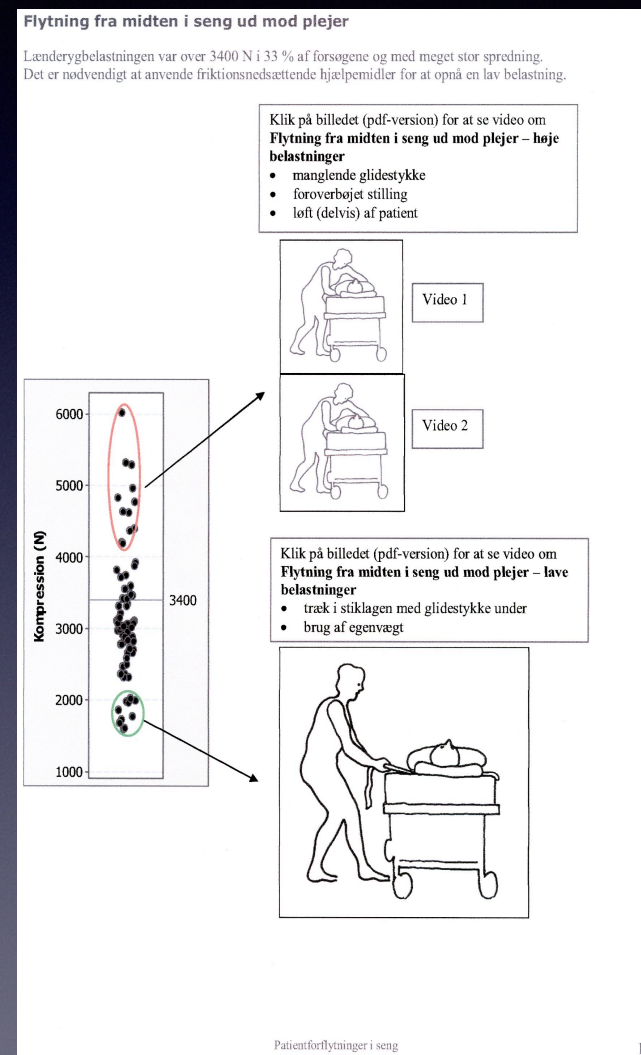


Per Halvor Lunde, mail@perlunde.no www.perlunde.no www.forflytning.no

”Rød” eller ”grøn” løsning?



- Et vigtig og praktisk nyttig forskningsresultat (*J. Skotte 2008*):
- Forflytningsløsninger sådan som de er beskrevet i min bog ”Forflytningskundskab” (*Lunde, 2011*) er grønne løsninger.
- Traditionelle løfteløsninger og dårlig gennemtænkte forflytningsløsninger er røde løsninger med høj risiko for helseskade på den ansatte og for borger.



Løft eller forflytning

?

Jørgen Skotte, Det nationale
forskningscenter for
Arbejdsmiljø, 2008

Flytning fra midten i seng ud mod plejer

Lænderygbelastningen var over 3400 N i 33 % af forsøgene og med meget stor spredning.
Det er nødvendigt at anvende friktionsnedsættende hjælpemidler for at opnå en lav belastning.

Klik på billedet (pdf-version) for at se video om
Flytning fra midten i seng ud mod plejer – høje belastninger

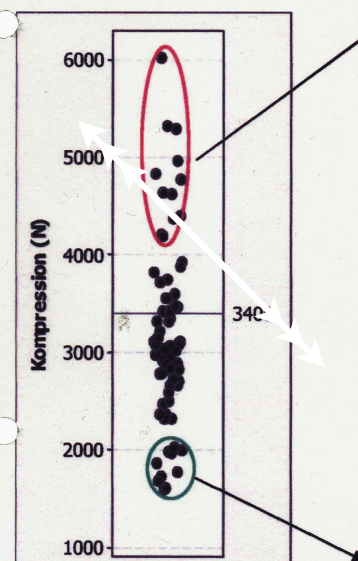
- manglende glidestykke
- foroverbøjet stilling
- løft (delvis) af patient



Video 1

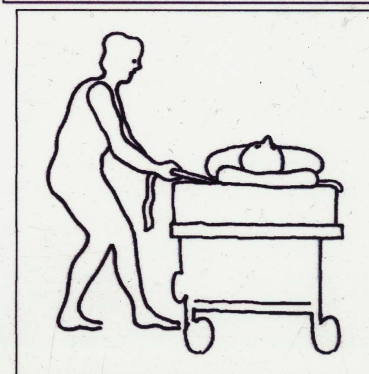


Video 2

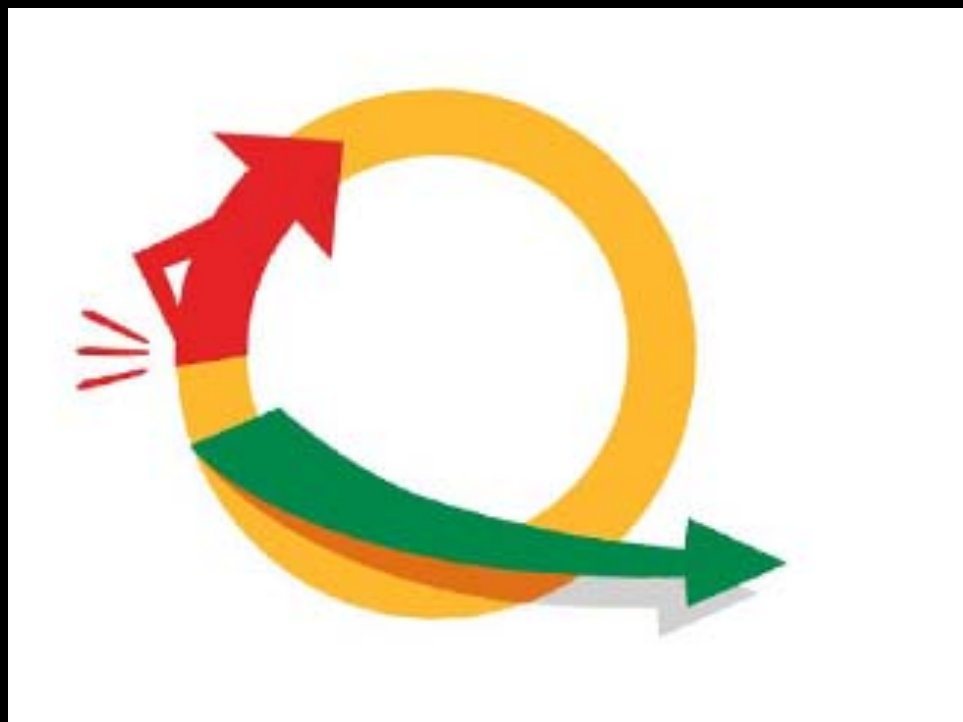


Klik på billedet (pdf-version) for at se video om
Flytning fra midten i seng ud mod plejer – lave belastninger

- træk i stiklagen med glidestykke under
- brug af egenvægt



Løft eller forflytning?

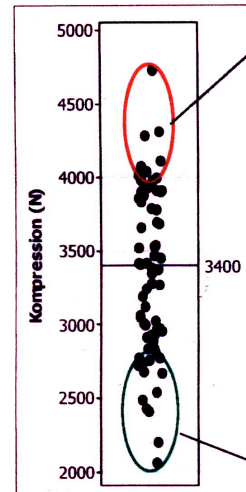


Per Halvor Lunde, mail@perlunde.no www.perlunde.no www.forflytning.no

- Løft ?!
- ...eller brug af patientens muligheder
- tekniske hjælpemidler og
- forflytningskundskab

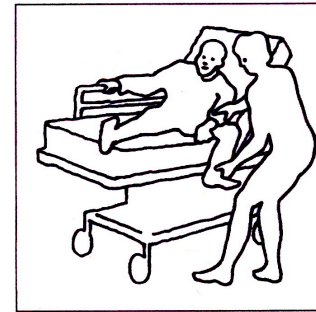
Klik på billedet (pdf-version) for at se
Fra siddende på sengekant til liggende i seng – høje belastninger

- patienten løftes på plads i én bevægelse
- patienten hjælper ikke til
- ingen etapeopdeling, hovedgærde ikke slået op først



Klik på billedet (pdf-version) for at se
Fra halvt liggende på sengekant til liggende i seng – lave belastninger

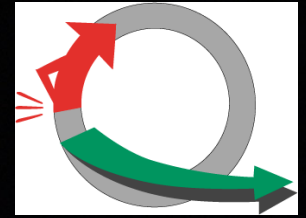
- forflytningen opdelt i etaper
- patienten hjælper til
- ét ben ad gangen løftes op



Jørgen Skotte, Det nationale
forskningscenter for
Arbejdsmiljø, 2008

14

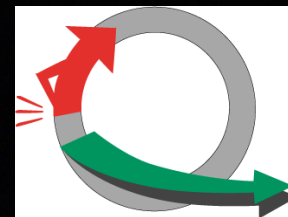
Patientforflytninger i seng



© Per Halvor Lunde

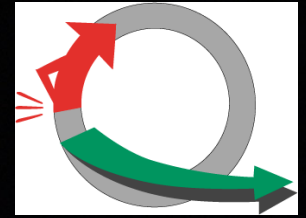
- Forflytningskundskab –
og de mange variable som gør
vores arbejde udfordrende - og
også besværlig at forske på.

Myndighederne - lover og bestemmelser:



© Per Halvor Lunde

- Det starter altid med en vurdering af funktion - hvad kan borgeren?
- Kan borgeren stå på egne ben?
- Kan borgeren sidde uden støtte?
- Kan arbejdet udføres uden risiko for egen eller borgerens helse?

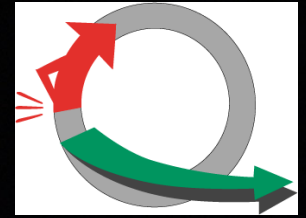


© Per Halvor Lunde

- Forflytningskunsdkab –
og de mange usikre variable:

- Døgnet har 24 timer

- Hvad kan - og vil borgeren/pårørende kl 08.00?
- Hvad kan - og vil borgeren/pårørende kl 09.00?
- Hvad kan - og vil borgeren/pårørende kl 18.00?

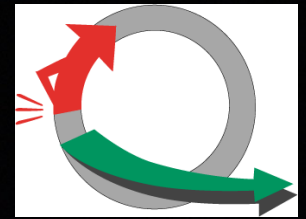


© Per Halvor Lunde

- Forflytningskunsdkab –
og de mange usikre variable:

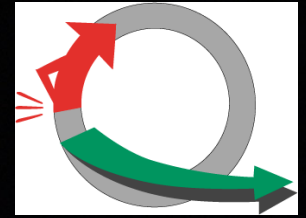
- Vi skifter teams og medarbejdere flere gange i døgnet - og der kommer nye medarbejdere

Kunsten at forflytte – og virkeligheden



© Per Halvor Lunde

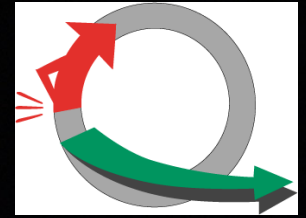
- *En forflytningsvejleders frustration der «turnover» er høj:*
- *”Det at klare at samle alle til undervisning – det er næsten umulig hos os. Årsagen er fordi det skiftes ut folk stadig væk – ekstravagte og afløsere skiftes ud – de faste skiftes ud...” (P.H.Lunde 1999)*



© Per Halvor Lunde

- Forflytningskunsdkab –
og de mange variable:

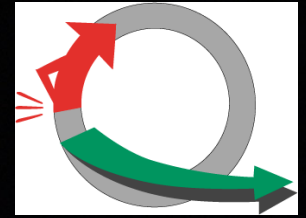
- Den enkelte medarbejders
motivation og interesse for sit eget
arbejd



© Per Halvor Lunde

- Forflytningskunsdkab –
og de mange variable:

- Våre evige dilemmaer :
- på den ene side, - *borger*
- på den anden side, - *mig*

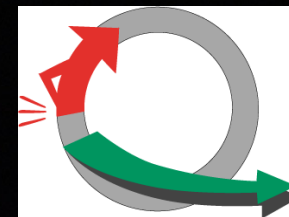


© Per Halvor Lunde

- Forflytningskunsdkab –
og de mange variable:

- Man skal tit tage beslutninger i
øjeblikket - og den erfarne har et
bedre beslutningsgrundlag end en
novice

Krav fra Arbejdstilsyn og lovgivere



© Per Halvor Lunde

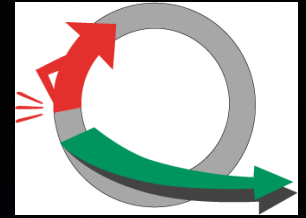
APV og arbejdsbeskrivelse

AT og lovgivere vil se dokumentation for, at organisationen har overholdt sin instruktionspligt - pligt til at sikre, at medarbejderne er instrueret i at udføre arbejdet sikkerheds- og sundhedsmæssigt forsvarligt.

Er der én måde at håndtere borgeren på – og én måde at udføre en løsning på?

Forflytningskundskab

- mer end teknisk kunnen



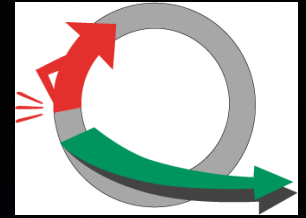
© Per Halvor Lunde

Det er et håndværk og praktiske færdigheder

- Empati - etisk perspektiv - psykologi og motivation
- De sygeplejefaglige perspektiv - sygdomslære, hygiene,
- Fysisk perspektiv
- Arbeidsmiljø-perspektiv

Forflytningskundskab

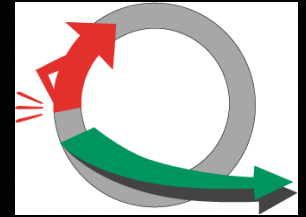
- mer end teknisk kunnen



© Per Halvor Lunde

- **Hvad med det organisatoriske og det pædagogiske perspektiv?**
- Pædagogisk perspektiv – hvordan lære i en levende organisation?
- Arbejder jeg i en **lærende** organisation?
- Hvorledes er organisationen - er den lavet for **faglig udvikling** eller **stilstand**?

Forflytningskundskab - mer end teknisk kunnen



© Per Halvor Lunde

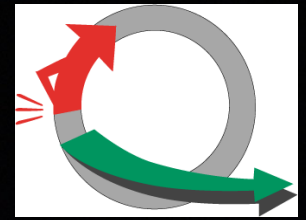
Arbejdsteknik er en individuel færdighed

Nogle lærer praktiske færdigheder hurtig – andre sent – eller ikke i det hele taget...

Hvor lang tid tager det at lære at køre en bil? –
At danse tango? At løfte?

At forflytte? 1 t – 3 t – 30 t – et helt liv?

Forflytningskundskab - mere end teknisk kunnen



© Per Halvor Lunde



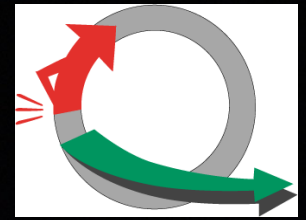
Wozniacki at the 2011 Australian Open

Hvor meget øvede Caroline Wozniacki?

Kun øvelse gør mester!

Forflytningskundskab

- mer end teknisk kunnen



© Per Halvor Lunde

Arbejdstechnik er en individuel færdighed

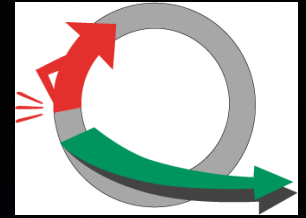
Hvor tit øver I forflytning på arbejdet?

1. Med kollega? - med borger?

3. Hvor tit eksperimenterer I når et nyt problem opstår?

Essensen er at man *prøver og fejler - og prøver igen!*

Forflytningskundskab - mer end teknisk kunnen



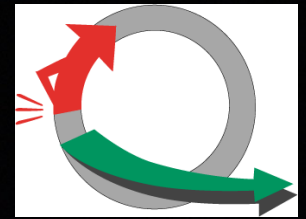
© Per Halvor Lunde

Arbejdsteknik er en individuel færdighed

Spørgsmålet er: Hvor dygtig vil du blive?

Forflytningskundskab

- mer end teknisk kunnen

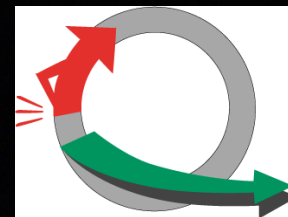


© Per Halvor Lunde

Hvad gavn har en arbejdsplads af at have forflytningsvejledere til at hjælpe med at få kollegerne til at bruge god forflytningsteknik?

Hvad om man ikke havde nogen til at undervise og vejlede?

Hvad fortæller forskere os?



© Per Halvor Lunde

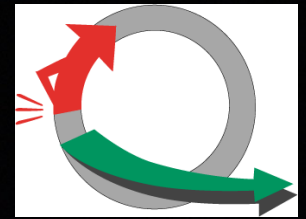
”Forflytningsteknikker hjælper ikke” (Prof. Stein Knardahl et al., STAMI – Norge 2008)

”Forflytningskurser gør ingen forskel” 3t / 3 dager baseret på Bobath - konceptet (Jan Hartvigsen, 2005)

Forflytningsteknik hjælper ikke på lænderygbesvær og sygefravær. (Susan Warming, 2007)”

”Løfteteknik hjælper ikke” (Sue Hignett ,1996 og 2003)

Hvad fortæller forskere os?

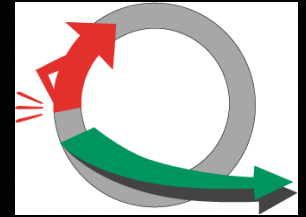


© Per Halvor Lunde

*«Efter **vores metode** og indenfor **vores tidsperspektiv** virker ikke forflytning!*

Vi kan ej heller læse det i nogle af vores videnskabelige blade. Derfor virker det ikke.»

Hvilke variable kæmper vi imod?



© Per Halvor Lunde

Forflytningskurser alene hjælper ikke! (1985)

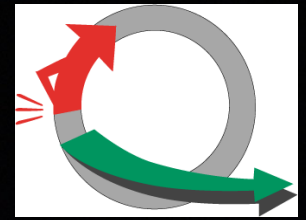
*”Fra manuelle løft til forflytning på sygehus -
organisationsudvikling og forandring -*

En kultur- og holdningsforandring

*Af Arne Ebeltoft og Per Halvor Lunde,
Arbeidsforskningsinstituttet i Oslo, 1985*

Forflytningskundskab

- mer end teknisk kunnen

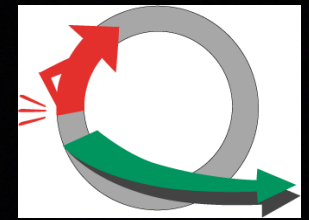


© Per Halvor Lunde

Hvad med en bilmekaniker, en læge,
en rengøringsassistent, et barn i
gymnastik, en som skal lære at spille
piano?

Hjælper det ikke med en vejleder?

Hvad fortæller virkeligheden os?

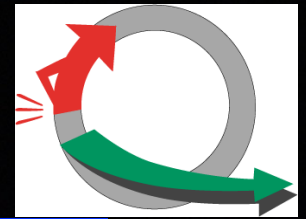


© Per Halvor Lunde



Sygefravær fra 30,2 % til 4,2%
- pga forflytningskundskab -
en mental og fysisk - og organisatorisk forflytning

Hvad fortæller økonomien os om resultatet af projektet på Stabæktunet



© Per Halvor Lunde

Fra 30,2% sygefravær til 4,2% i løbet af 3 år -
fokus på forflytningskundskab, forebyggelse, gode
hjælpemidler og systematisk undervisning.

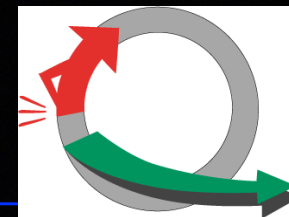
Investering DKK 500.000,-

Besparelser mer end DKK 10.000.000,- i løbet af 3 år
fra 2009 - 2012.

Tidligere havde afdelingen på plejehjemmet et underskud
på mer end DKK 2.000.000,- pr år.

Nu er de i overskud hvert år...

Hvad fortæller virkeligheden os?



© Per Halvor Lunde

**Sygefravær fra 30% til 10% i løbet af 18 måneder -
nu nov 2011: 4,2% efter 3 år!**

Årsager: Ledelse

Forflytningskundskab

Hjælpemidler

Forflytningsvejledere

Systematisk undervisning

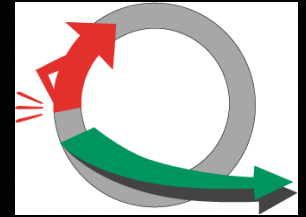
Sykefraværet ned fra 30 til 10 prosent

På Stabæktunet bo- og behandlingssenter i Bærum har de lært seg å flytte pasienter uten å løfte. Her benytter de en 1000 år gammel forflytningskunst der helsepersonellet samarbeider med pasienten og bruker pasientens krefter når de flytter. For dette er det laget en intern opplæringsplan for smågrupper, der også nattevakten blir husket. Fotografier av forflytningsmetoder er hengt opp på tavla.

Evalueringer viser gode effekter på trivsel, effektivitet og bedre helse blant ansatte. Bærum kommune deltar i kvalitetskommuneprogrammet.

For mer informasjon, ta kontakt med sykehjemmet.

Hvad fortæller ansatte os?



© Per Halvor Lunde

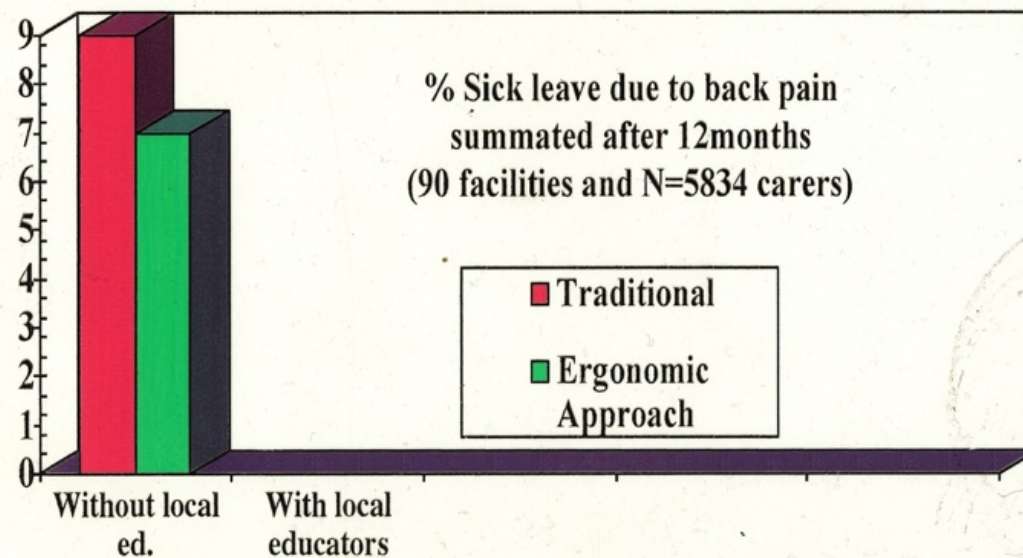
”Uden forflytningskundskaber ville jeg ha været udenfor arbejdet” (Sygehjælper Stabæktunet 62 år - var på vej ud af yrket - nu tilbage i 100% stilling - 2012)

”Nu ved jeg hvor grænserne går – for mig og for borgerne”

”Mine kropslige plager er borte og jeg har fået mit overskud tilbage”

Med og uten systematisk forebyggende arbejde:

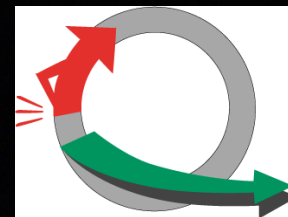
Tradisjonell politikk
versus
en ergonomisk tenkemåte og lokale
forflytningsveiledere
(Erasmus University 2004)



Per Halvor Lunde

www.perlunde.no 2006

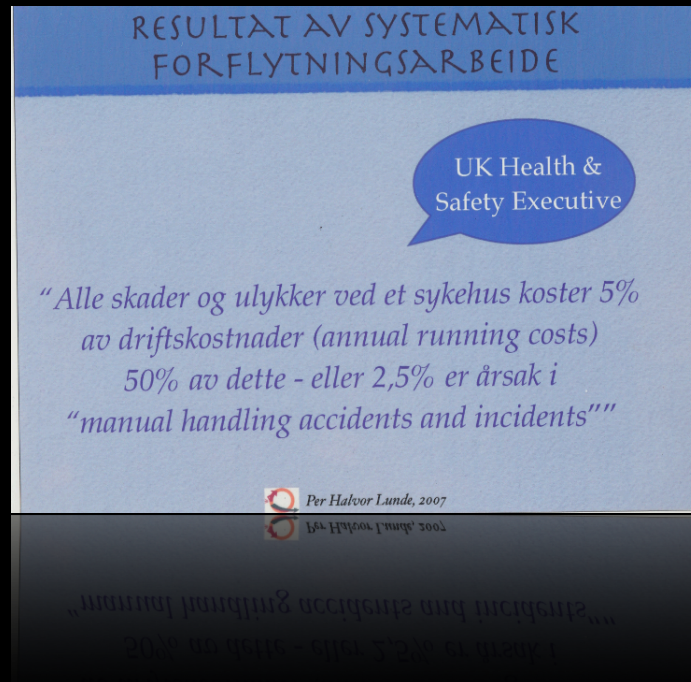
At lære de nødvendige kompetencer



© Per Halvor Lunde

Forflytteren/hjælperen skal måtte opbygge kompetencer i at læse situationen og reagere adækvat i forhold til den - og der er mange **forskellige** situationer - og dermed ikke kun én teknik!

De økonomiske argumenter



Psykososiale og organisatoriske årsager:

«Dårlige ledere skaber syge arbeidstagere»

Ved Per Halvor Lunde, M.Ph. - fysioterapeut
2021

Hvad skal til for at lykkes?

- En ledelse som bestemmer kulturen
- Medarbejdere som forstår det at være en del af en fælles sikkerhedskultur
- Kontinuerlig øvelse som gør mestere i faget af medarbejderne
- Forflytningsvejledere og ressourcepersoner som holder trykket om faglig høj kvalitet oppe hele tiden - *ildsjæle*
- Udstyr og hjælpemidler som er på plads - i nærheden og er tilstrækkelig i antal - og at alle kan bruge dem mesterlig
- Overvågning af risici - opfølgning og analyser af skader som opstår



Hvad skal til for at lykkes?

- **Pædagogisk strategi i verdens mest**
- **kompliserede organisation**
- Individuel vejledning (mester-svend)
- Instruktion individuel / gruppe
- Procedyrer
- Kampagne - *kick-off*
- Ugens / Månedens tema - bedste forflytning/løsning
- Ildsjælens personlige kvaliteter - humor/fantasi/kreativitet
-

Ved Per Halvor Lunde, *M.Ph. - fysioterapeut*
Februar 2012

Hva skal til for at lykkes?

AAK - Okt 2007

 **Sykehuset Buskerud**



Sertifisering i forflytningsmetodikk

Personellnr. _____

Navn _____

Stasjon _____

er opplært i forflytningsmetodikk og forplikter seg til å bruke den i praksis.

- ☐ Bruk av stikkklaken, spinnakerduk og sklibrett som hjelpemidler i forflytning til/fra bære og i liggende, sittende og stående posisjoner m.v.
- ☐ Forflytning fra seng til bære, fra bære til seng, fra bære inn mot vegg i lav seng, fra lenestol til bære – på tvers og på langs av baren, fra lenestol og seng i trappestol.
- ☐ Sikringsgrep og bruk av stikkklaken – fra sittende i stol/på seng til stående stilling og over på bære.
- ☐ Arbeidsteknikk ved bruk av forflytningsteknikker. Løfteteknikk ved bruk av bære.

Sted _____ Dato _____

Sign. _____ / _____
Personell Forflytningsveileder

Kvalifiseringsbeviset fornyes én gang i året.

Original sendes inn til kompetansestab KAMP.
Kopi beholdes av ambulansepersonell og instruktør/kompetansekoordinator på stasjon.

Hjælpemidler som gør en forskkel...eller som vi kunde være foruden...

1. Sikkerhedskultur
2. Ergonomisk tilpasning og hjælpemidler
3. Undervisning og oplæring



Forskning versus praksis:

Systemic versus individual change?

1. Hvor lang tid skal man øve og praktisere for at blive en dygtig forflytter som plejer og terapeut ?
2. Betydningen av at give systematisk og kontinuerlig opplæring på arbeidsstedet – *on site*.



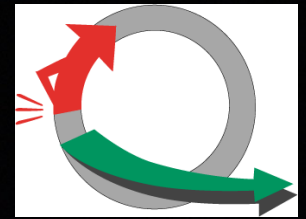
Hvad skal til for at lykkes?

Systemic and individual change



Hvad påvirker os?

Hvilke variable kæmper vi imod?



© Per Halvor Lunde

Organisasjonsutvikling - kulturforandring

Etikk Arbeidskultur

Teknisk kunnskap

Medisinsk kunnskap

Ledelse

Organisasjon

PAR

Fysisk arbeidsmiljø

Hjelpemidler

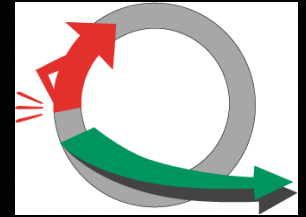
Materialkunnskap

Multifaktorielt

Psykososialt arbeidsmiljø

Aha - opplevelser !

Hvilke er de vigtigste variable?



© Per Halvor Lunde

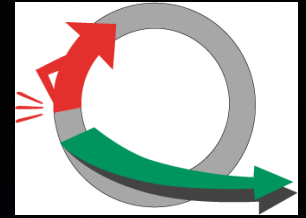
1. Hvor er **ledelsen**?

2. Hvor megen **tid** investeres det i at blive dygtig på det praktiske område?

3. Findes der et **forflytningslaboratorium**? (En seng og div. hjælpemidler)

4. Hvor er den nødvendige **opbackning** i det daglige arbejdet?
(Fra kolleger, terapeuter og ledelse)

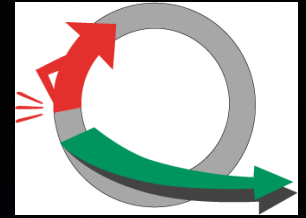
Kunsten at forflytte



© Per Halvor Lunde

- *”Den store forskel er, at vi gør det meget bedre – at vi bruger **mer tid**. Vi har fundet ud at de få sekunder vi bruger ekstra på forflytningerne, gør at vi ikke bruger de dårlige løsninger og de akavede arbejdsstillinger som tidligere.”*

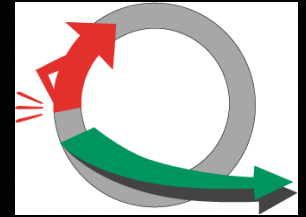
Kunsten at forflytte



© Per Halvor Lunde

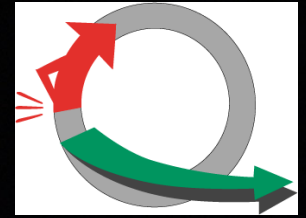
- *”De bliver meget mer aktive synes jeg – de blir hurtigere mobiliseret – kommer hurtigere i gang. De forstår mer hvad som sker – de er mer med på det hele - både fysisk og psykisk.”*
- *”Det gik stærkt da de blev løftede – de forstod ikke engang hvad der foregik – ikke førend efterpå!”*

Kunsten at forflytte



© Per Halvor Lunde

- *” Tidligere var det mange av patientene som sagde: ”Du skal passe din ryg!” Det hører jeg ikke mere – nå ser de at det ikke er så tungt for os”.*
- *”Jeg har hørt patienter give mig ros fordi jeg var så varsom (...) jeg har jo været med på at opleve det på egen krop - det at blive halet op efter armerne er ikke behagelig!”*

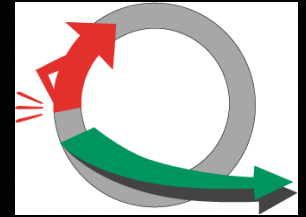


© Per Halvor Lunde

Kunsten at forflytte

- 90% af plejepersonalet fortæller at forflytningsteknik er mer behagelig for patienten, sammenlignet med løfteteknik
- *Svarprocent: 96 og N=182 (P.H.Lunde, 2000)*

Kunsten at forflytte



© Per Halvor Lunde

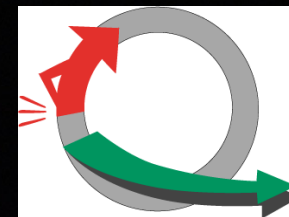
- *Når blomster ikke vandes, dør de...*



- *Hvem vander forflytningskundskaben ved din arbejdsplads?*

Ved Per Halvor Lunde, M.Ph. - fysioterapeut
Februar 2012

Kunsten at forflytte



© Per Halvor Lunde



HIV O HOI FORFLYTT I VEI

MEL. KAPTEIN SABELTANN

Me e ei grøpa gruppa som vil visa oss litt fram
Ja me har gått på kurs og kan forflytta tusner gram
Forflyttningsvett me kan
Det ska jo alle mann,
Ta del i ellers går det jo bare ikkje ann...

HIV O HOI me skyve flytte drar
Når en ska opp i seng og på do me rompa bar
HIV O HOI i rullestol på tur,
Tenk igjen om koss du gjør det, då syns me du e lur

Det utstyret som brukes har så mange flotte navn,
Som Easy Slide å One way Slide og Wendy Lett kom an.
Men ta nå alle mann naboen si hand
Og reis deg opp å vær med på å
Prøv på "gyngegang"

Seint:
HIV O HOI sånn som dette her
E teknikken me ska bruka
Fra hode ner te kneeee
HIV O HOI gyng lett å hold igjeee
Slik ska kroppen gynga
Når du jobbe ved ei seng

I morgenstell te middagshvil og hele natten lang
Er brukerne i fokus men STOPP nå alle mann
Tenk E R G O N O M I hvor lett all ting kan gli
Hvis me bruke fantasien og en Easy Slide på si

HIV O HOI me skyve flytt drar
Når en ska opp i seng og på do med rompa bar
HIV O HOI i rullestol på tur
Tenk igjen om koss du gjør det
Då syns me du e lur

forflyttningsgruppen i Randaberg kommune
Mette S. Bjørna

13/11/2003 12:38 14:12 51414219
13/11/2003 14:12 51414219
RANDABERG HELSE/SOS
SIDE 01

Eksempel på vedligehold
af geisten:

*Der laves mange gode
forflytningssange som
øger engagementet om
det vigtige tema.*

Ved Per Halvor Lunde, M.Ph. - fysioterapeut
2021