



## MOBILIZE

### - Individualiseret træning og uddannelse til patienter med multimorbiditet

#### **Baggrund**

Multimorbiditet påvirker millioner af mennesker på verdensplan og anskues som den vigtigste udfordring for sundhedssystemet i de kommende år pga. de store personlige og samfundsmæssige konsekvenser det medfører. Mere end halvdelen af alle personer med en kronisk sygdom har minimum én anden kronisk sygdom og opfylder dermed definitionen på multimorbiditet. Sammenligner man personer med multimorbiditet med personer, som kun har én kronisk sygdom, er de i højere risiko for at dø for tidligt, blive indlagt på sygehuset og være indlagt længere tid. Samtidig er multimorbiditet forbundet med dårlig funktion, nedsat livskvalitet og depression samt et højere forbrug af medicin og sundhedsydelse. I forskning og fra sundhedsvæsnets side fokuseres der ofte kun på én lidelse ad gangen og behandlingstilbud er derfor ofte udviklede til enkeltsygdomme i stedet for at tage udgangspunkt i det hele menneske. Kvalitative studier har vist, at dette er utilfredsstillende både for patienten og den sundhedsprofessionelle, der leverer behandlingen. Der mangler forskning omkring effektiv behandling af multimorbiditet.

#### **MOBILIZE-projektet**

Dette vil et nyt 5-årigt projekt ved Syddansk Universitet og Næstved, Slagelse og Ringsted Sygehus nu gøre noget ved. MOBILIZE-projektet vil gennem superviseret, individualiseret træning og uddannelse gøre patienter med multimorbiditet i stand til i højere grad at tage hånd om deres egen sygdom, således at de kan reducere symptomerne på de individuelle sygdomme, øge livskvalitet og fysisk funktion og forebygge at flere kroniske sygdomme udvikler sig. En central del af projektet er et stærkt tværvidenskabeligt samarbejde med brug af mange forskellige videnskabelige metoder og en høj grad af patientinvolvering i hele forskningsprocessen for at sikre, at projektet har relevans for patientgruppen og sundhedssystemet og efterfølgende kan implementeres. MOBILIZE-projektet er finansieret af the European Research Council (ERC) gennem EU's Horizon 2020 forskning- og innovationsprogram (grant agreement No 801790).

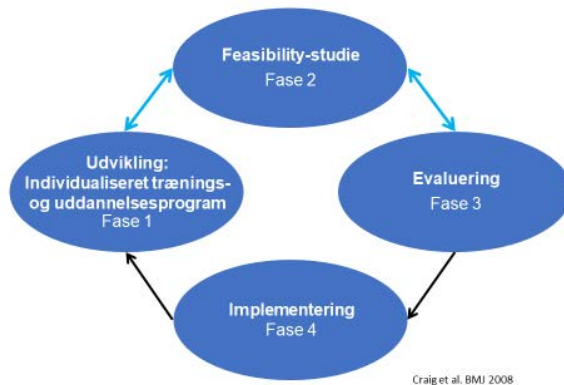
Projektet kommer til at foregå på tværs af Region Sjælland med udgangspunkt i forskningsenheden PROgrez ved Afdeling for Fysioterapi og Ergoterapi ved Næstved, Slagelse og Ringsted Sygehus samt Forskningsenheden for Muskuloskeletal Funktion og Fysioterapi ved Institut for Idræt og Biomekanik på Syddansk Universitet, men med inddragelse af privatpraktiserende fysioterapeuter og relevante kommuner. Der vil blive ansat to fuldtidsforskere (postdocs), nogle prægraduate forskere, studentermedhjælper, effektevaluators og en forskningskoordinator.

#### **Faserne i projektet**

Projektet er inddelt i flere faser, se Figur 1. I første del af projektet identificeres hvilken slags træning og uddannelse, der medfører den bedste behandlingseffekt hos patienter med mindst to kroniske sygdomme. Dette gøres dels gennem et kohortestudie af folk med knæartrose og mindst en anden kronisk sygdom, som har gennemgået et GLA:D®-forløb, dels gennem et systematisk review og metaanalyse, der samler og opsummerer den tilgængelige evidens på området.



Figur 1 Model for udvikling og evaluering af komplekse interventioner



Craig et al. BMJ 2008

Herefter udvikles et 12-ugers trænings- og uddannelsesprogram på baggrund af eksisterende træningsanbefalinger og strategier, der understøtter adfærdsændringer. For at sikre en høj grad af brugerinddragelse gennemføres i den forbindelse fokusgruppeinterviews med patienter, sundhedsprofessionelle og andre relevante interessenter for at få deres reaktion på forskellige aspekter omkring træningsprogrammet. Når denne fase er overstået testes programmet i et feasibility-studie med 30 patienter med multimorbiditet. Her anvendes samme procedurer og outcomes som ved det efterfølgende RCT-studie, og der indsamles data ved baseline og efter 12 uger. Erfaringerne fra feasibility-studiet bruges til at evaluere og implementere eventuelle tilretninger inden lancering af RCT-studiet.

Formålet med RCT-studiet er at undersøge, om det individualiserede trænings- og uddannelsesprogram giver bedre effekt i tillæg til standardbehandling målt på bl.a. fysisk funktion, livskvalitet, inflammation, kolesterol og sukkerstofsiftet målt i blodet, fysisk aktivitetsniveau, blodtryk og smerter hos patienter med minimum to kroniske sygdomme. Til studiet rekrutteres 228 patienter fra Slagelse Sygehus og kommuner og privatklinikker i Region Sjælland. De inkluderede patienter fordeles ved lodtrækning til enten at gennemgå standardbehandling eller det individualiserede trænings- og uddannelsesprogram i ca. 12 uger. Der indsamles data ved baseline og efter træningsafslutning ca. 12 uger senere. Hypotesen er, at det individualiserede trænings- og uddannelsesprogram vil forbedre bl.a. livskvalitet og fysisk funktion mere end standardbehandling hos patienter med flere kroniske sygdomme.

Såfremt studiets resultater understøtter det vil der i den sidste fase af MOBILIZE-projektet blive udviklet en model for implementering af det individualiserede trænings- og uddannelsesprogram i klinisk praksis.

MOBILIZE-studiet vil bidrage med ny viden om, hvilken behandlingsform, der er den bedste for patienter med multimorbiditet. Denne viden er vigtig, så vi i fremtiden kan tilbyde den bedste behandling til denne store og voksende patientgruppe.

#### **Kontakt:**

Næstved-Slagelse-Ringsted Sygehus og Syddansk Universitet  
Lektor og Forskningsleder Søren Thorgaard Skou

+45 23 70 86 40

[stskou@health.sdu.dk](mailto:stskou@health.sdu.dk)

[@STSkou](https://twitter.com/STSkou)

