

# Projekt Din Gode Udskrivning

## - sådan blev Udskrivningsguiden til



**Her kan du** læse om den unikke samskabelsesproces mellem bruger- og pårørendeorganisationer og medarbejdere i psykiatrien, der førte til, at Region Hovedstadens Psykiatri i 2011 tog Udskrivningsguiden i brug på psykiatriske døgnafsnit.

Alle, der har deltaget i processen med at udvikle Udskrivningsguiden, har gjort det frivilligt og ulønnet - med mindre andet er oplyst. Fra 2009 til 2010 var over 100 brugere, pårørende, psykiatere, socialrådgivere, psykologer, sygeplejersker og mange andre involveret i processen med at definere og færdigskrive indholdet af Udskrivningsguiden og [www.udskrevet.dk](http://www.udskrevet.dk).

**Initiativet til Udskrivningsguiden**, gennemførelsen af pilotprojektet "Udskrivningsguiden" og etableringen af projekt Din Gode Udskrivning, er taget af tidligere patienter og pårørende fra Psykiatriforeningernes Fællesråd i Region Hovedstaden og Foreningen Outsideren - i et tæt samarbejde med og Region Hovedstadens Psykiatri. Sammen med AskovFonden driver initiativtagerne projekt Din Gode Udskrivning, der skal styrke indlagte psykiatriske patienter i at arbejde aktivt for at komme sig og genskabe en meningsfuld hverdag.

---

### 2007 - Idé

Problemstillingerne, der ledsager udskrivning, er velkendte af regionale og kommunale myndigheder samt bruger- og pårørende-organisationer indenfor psykiatrien. Men den person, der står og skal udskrives, kender oftest ikke udfordringerne på forhånd. Samtidig er der en vis grad af dokumentation for, at hvis psykiatriske patienter inddrages i deres egen udskrivning, får de et bedre forløb og kommer sig i større omfang, end hvis de ikke inddrages.

Håbet var at udvikle en Udskrivningsguide, som hjælp og støtte i det, der statistisk set er en af de vanskeligste perioder i et menneskes liv. Guiden er ud fra et princip om, at i den gode udskrivning, er den udskrevne selv en vigtig ressource.

### 2007- 2009 De første skridt

- I efteråret 2007 fremlagde redaktør Klavs Serup Rasmussen sin **idé om en guide** for Kirsten Elise Hove, formand for Psykiatriforeningernes Fællesråd i Region Hovedstaden og medlem af Sind. I marts 2008 begyndte de det forberedende arbejde med udskrivningsguiden.
- I 2008 blev idéen **drøftet** med DSR (Dansk Sygeplejeråd), Dansk Psykiatrisk Selskab, Dansk Socialrådgiverforening, Sind, LAP, Bedre Psykiatri, Psykiatrifonden og en række andre relevante foreninger/organisationer.
- I februar 2009 afholdtes en **workshop** med deltagelse af nuværende og tidligere brugere af psykiatrien, pårørende, socialrådgivere, psykiatere m.m. Workshoppen handlede om hvilke problemstillinger og barrierer der er relevante i en udskrivningssituation. Et af resultaterne fra workshoppen var iværksættelse af udviklingen af hjemmesiden [www.udskrevet.dk](http://www.udskrevet.dk) som

Projekt Din Gode Udskrivning arbejder for gode udskrivninger i psykiatrien gennem et tæt samarbejde mellem medarbejdere, brugere og pårørende. Projektet støttes af Trygfonden og drives af bruger- og pårørendeforeninger i Region Hovedstaden. Udskrivningsguiden og projektets andre aktiviteter bygger på en samarbejdsaftale med Region Hovedstadens Psykiatri.

Du kan læse mere på [www.udskrevet.dk](http://www.udskrevet.dk)

supplement til den trykte Udskrivningsguide. Formålet med hjemmesiden er især at have videoklip, der understøtter Udskrivningsguidens indhold.

- Efter workshoppen, blev der i 2009 nedsat en **styregruppe**, til at følge arbejdet med at udarbejde Udskrivningsguiden. Styregruppen bestod af:

**Kristen Kistrup** (Centerchef, Psykiatrisk Center Frb.),

**Bente Terkelsen** (tidl. Bestyrelsesmedlem DS Psykiatrifaggruppe, nu faggruppen Retspsykiatri),

**Karin Rue** (psykolog, leder af Støtte- og Kontaktcentret Linnésgade 24),

**Karin Johannesen** (formand for DSR's faglige selskab for psykiatriske sygeplejersker),

**Steen Moestrup** (Landsledelsen, LAP),

**Lisbet Garnov** (Bedre Psykiatri),

**Bo Christoffersen** (forstander, bo-tilbuddet Skovvænget),

**Claus Bech-Nielsen** (projektleder, Projekt Vendepunkter).

Derudover blev styregruppen ad hoc suppleret med repræsentanter fra Københavns Kommune, SUS (Socialt Udviklings Center) og andre relevante parter.

- Med en donation fra **SIND** i 2009 var det muligt at påbegynde tekstproduktionen med hjælp fra freelance journalist Lisbet Larsen (bla. P1/DR), der bl.a. interviewede en række tidligere psykiatriske patienter om udskrivinger og skrev seks kapitler af guiden samt bidrog til at udvikle konceptet.

### 2009 Trygfonden støtter projektet

- Med en donation fra **Trygfonden** i august 2009 blev det muligt at gennemføre projektet som ønsket. Herunder at udvikle hjemmesiden [udskrevet.dk](http://udskrevet.dk), optage tilhørende videoklip, anvende illustrationer, foto, professionelt layout og en af landets bedste journalistiske konsulenter. Disse ydelser er købt af projektet.
- Indhold og vægtning af indhold blev løbende drøftet med tidligere og nuværende patienter i psykiatrien samt medarbejdere i psykiatrien ved en række møder med **dialogforum** på **Psykiatrisk Center Amager**.
- Der blev i 2009 og 2010 holdt møder et dusin arbejdsmøder med **styregruppen**, med gennemgang af kapitler, revisioner samt overordnede målsætninger for guiden. En central beslutning, var at arbejde med udskrivinger som de er, og ikke som de eventuelt kunne være.

### 2010 Udskrivningsguiden præsenteres for Region Hovedstadens Psykiatri

- I efterår 2010 blev Udskrivningsguiden (14. version) præsenteret for **Region Hovedstadens Psykiatri** med henblik på at etablere et samarbejde om at tage Udskrivningsguiden i brug på de psykiatriske centre i Region Hovedstaden.

- Udskrivningsguiden mødte **stor opbakning** hos Region Hovedstadens Psykiatri, der kun havde enkelte redigeringsforslag.
- Væsentligste ændring var, at annullere side to og lade indholdet overgå til Region Hovedstadens Psykiatri, der indførte "Udskrivningskortet" til brug for personalet ved udskrivning.



På udskrivningskortet skal fremgå de første aftaler med behandler og kommune efter udskrivning, samt hvilken akutmodtagelse, man er tilknyttet.

- I januar 2011 blev der indgået en **samarbejdsaftale** mellem Psykiatriforeningernes Fællesråd og Region Hovedstadens Psykiatri om udarbejdelse af en udskrivningsguide til indlagte patienter. Samarbejdsaftalen præciserer hvorledes materialet kan anvendes, procedurer ved revision og opdatering af [udskrevet.dk](http://udskrevet.dk) samt hvorledes udgifter fordeles i forbindelse med indhold, tryk og web.

#### Juni 2011 Guiden tages i brug i psykiatrien

- Juni 2011. **Udskrivningsguiden tages i brug** på sengeafsnit i Region Hovedstadens Psykiatri. Regionen beslutter at guiden *skal* udleveres til alle patienter, der er indlagt i mere end 7 dage.
- August 2011. **Udskrevet.dk går online.**

#### 2011- Efter guiden blev taget i brug

- Der har løbende været god feedback fra mange psykiatriske centre, brugere og pårørende samt interesse for guiden fra andre regioner, kommuner, uddannelsesinstitutioner og borgere i hele landet
- I efteråret 2012 gennemførtes en evaluering af pilotprojektet. Den viste at:
  - Ledelsen på de psykiatriske centre giver generelt udtryk for stor opbakning og ros til Udskrivningsguiden. Guidens indhold og opbygning vurderes som værende særdeles relevant, informativt, brugbart til patienterne om væsentlige spørgsmål i en recovery-orienteret retning.
  - Patienter giver udtryk for, at guiden både bidrager til at skabe ro i sindet, bekræfter og understøtter borgerens behov for at få bekræftet normaliteten og at det er OK og helt almindeligt at have det, sådan som den enkelte har det. Samtidig giver det svar på eller anledning til at drøfte mange svære og relevante problemstillinger. Men patienterne undrestreger, at Udskrivningsguiden skal bruges i dialog med medarbejderne. Patienterne fandt, at Udskrivningsguiden også kunne give deres pårørende god og relevant viden.

- Medarbejdere, der bruger Udskrivningsguiden i forbindelse med psykoeducation eller anden dialog, finder at guiden var meget relevant, velskrevet, dækkende og igangsættende.
- Responsen fra medarbejdere, brugere og pårørende peger på et behov for en yderligere implementeringsindsats for at optimere guidens udbredelse og effekt. Det vurderes at denne opgave **ikke kan løftes yderligere af frivillige**.

### 2013 Støtte til projekt "Din Gode Udskrivning" fra Trygfonden

- I februar 2013 vælger Trygfonden at støtte arbejdet med at implementere og forankre Udskrivningsguiden, med to millioner kroner, der anvendes i 2013-2015.
- 1. juni 2013 iværksættes projekt "Din Gode Udskrivning," i et tæt samarbejde mellem AskovFonden, Psykiatريفoreningernes Fællesråd, Foreningen Outsideren og Region Hovedstadens Psykiatri – herunder som en del af en ny strategi for brugerdeltagelse i Region Hovedstadens Psykiatri.
- Projektet benytter sig fortsat af co-produktion ved at udvikle aktiviteter der understøtter brugen af guiden i samarbejde med medarbejdere, patienter og pårørende. Aktiviteternes form og indhold fastlægges i dialog mellem projektet, medarbejderne i psykiatrien og brugerne af psykiatrien.
- Aktiviteterne foregår efter aftale med det enkelte center og henvender sig til både patienter og personale. Erfaringer fra projektets aktiviteter formidles til bruger- og pårørendeorganisationer i Region Hovedstaden. Bruger og pårørende er aktivt involveret i projektet ved gennemførelsen af projektets aktiviteter, herunder ved at det er tidligere patienter, der gennemfører undervisning ude på centrene.

### 2014 Projektet tilbyder to typer aktiviteter til de psykiatriske centre:

- Oplæg på et personalemøde – "Introduktion til Udskrivningsguiden"  
Introduktion til indholdet af Udskrivningsguiden, samt fælles drøftelse af forslag til brug af Udskrivningsguiden i hverdagen på afsnittet.
- Workshop "Din Gode Udskrivelse" - for både medarbejdere og patienter.  
Workshoppen henvender sig medarbejdere og patienter, der ønsker at kunne arbejde aktivt med udskrivelsen.



## August 2014

- Region Sjælland underskriver en samarbejdsaftale med projektet, med henblik på at lave en regional version af Udskrivningsguiden

## August 2014 Første evaluering af vores undervisning for patienter og personale

Deltagerne har været: 54% patienter | 46% medarbejdere

*Alle besvarelser er på en skala fra 1-5, hvor 1 er lavest og 5 højest*

Spørgsmål	1	2	3	4	5
Hvor relevant var workshoppen?	0	0	0	25 %	75%
Hvad betød det at tidligere patienter underviste?	0	0	3%	10%	85%
Vil du anvende Udskrivningsguiden i fremover?	0	0	2%	26%	69%

Kendte du Udskrivningsguiden i forvejen?

43% = Ja

51% = Nej

Fik du konkrete ideer til at bruge Udskrivningsguiden?

66% = Ja

20% = Nej

**Følg med i seneste nyt og download Udskrivningsguiden samt andre materialer på:**

**<http://udskrevet.dk/materialer/>**

## Kontakt:

Har du spørgsmål eller forslag, er du velkommen til at kontakte:

projektleder Klavs Serup Rasmussen:

Projekt Din Gode Udskrivning

E-mail [Klavs@udskrevet.dk](mailto:Klavs@udskrevet.dk)

Tlf 2396 4953

