

Prehab

Forebyg og udskyd borgernes plejebehov



Behov for praktisk hjælp er et stærkt signal om, at borgeren indenfor kort tid også får behov for personlig pleje.

Prehab er et opsporings- og træningsværktøj, der hjælper kommuner og borgere med at udskyde behovet for personlig pleje.

Sæt ind med plejeforebyggende træning

Halvdelen af de borgere, som visiteres til praktisk hjælp i kommunens hjemmepleje, får med stor sandsynlighed brug for personlig pleje inden for halvandet år.

Med Prehab's digitale platform kan kommunerne udskyde behovet for personlig pleje gennem **tidlig opsporing og målrettet, individuelt tilpasset træning**.

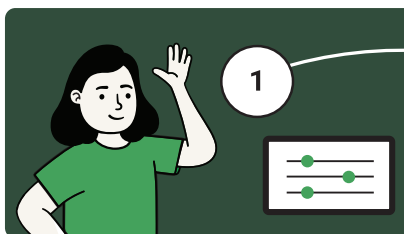
Opsporing og træning kan løse et snigende problem

Screeningen har særlig fokus på risikoen for fald, der ofte medfører behov for personlig pleje. Fald er et stort og utryghedsskabende problem, som Prehab er med til at forebygge og dermed hjælpe borgerne med at bevare et højere funktionsniveau.

1:10

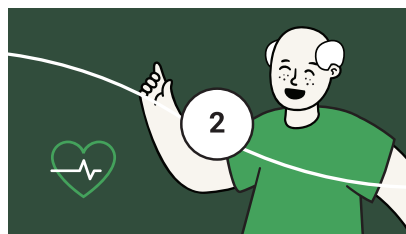
En borger, som modtager hjælp til personlig pleje, koster ca.10 gange så meget som en borger, der kun modtager praktisk hjælp

Den digitale platform gør indsatsen systematisk og målbar



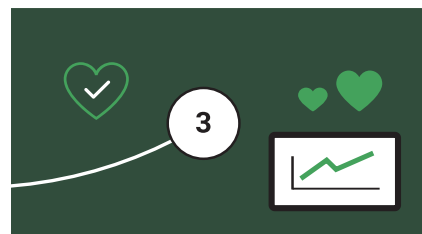
Tidlig og systematisk opsporing

Med Prehab kan kommunen tidligt og systematisk opspore konkrete begrænsninger og risikofaktorer, som har betydning for borgernes selvhjulpethed og fremtidige behov for hjælp.



Træning udskyder plejebehovet

Når en borger overgår fra praktisk hjælp til personlig pleje, forøges omkostningen med ca. 150 timer/år. Ved at udskyde overgangen til pleje i blot 1 måned, opvejes omkostningen til træning af de ressourcer, som frigøres i plejen.

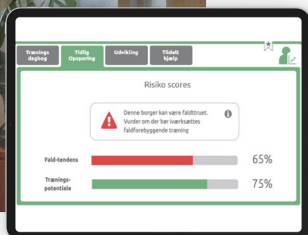
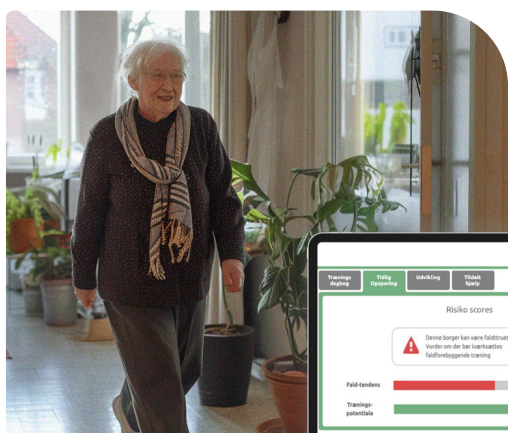
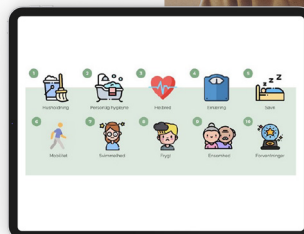
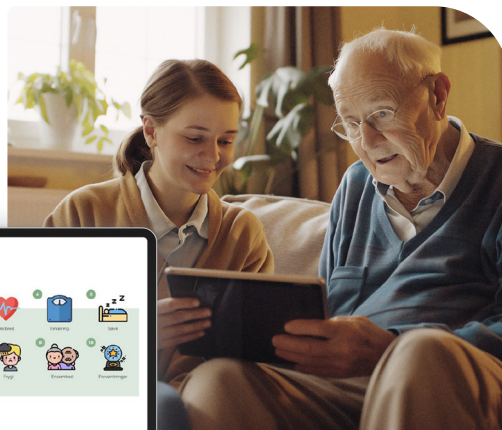


Monitorering af effekten

Prehab monitorerer forløb, fremgang og resultat med fokus på det fysiske funktionsniveau og risikofaktorer, herunder faldrisiko. Dataopsamling og effektmålinger sikrer størst muligt udbytte af Prehab indsatsen.

Træn med størst udbytte

Prehab indeholder en screeningsfunktion, som **finder de borgere, hvor værdien af træning vil være størst**. Screeningen består af en indledende afdækning af borgerens ressourcer og begrænsninger. Screeningen sker i dialog med borgeren - enten i hjemmet eller på telefon.

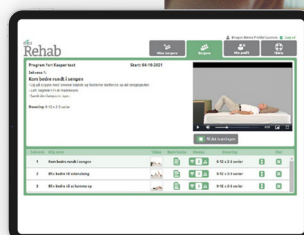
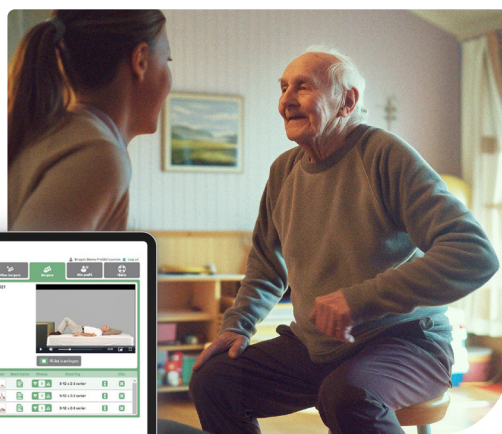


Træningspotentiale og faldrisiko

De indledende spørgsmål vurderer om borgeren er faldtruet og i hvor høj grad, at der er compliance for træning. Spørgsmålene kan suppleres med en fysisk funktionstest, der giver **den fysiske test et mere detaljeret billede af behov og træningspotentiale**. Prehab har en scoringsfunktion, som også kortlægger faldrisikoen f.eks. med en test af, om borgeren er i stand til at komme op fra gulvet ved egen hjælp.

Den rigtige træning til de rigtige borgere

På baggrund af screeningen genererer Prehab **et træningsprogram, som er tilpasset den enkelte borger**. Den personlige træning foregår sammen med en medarbejder. Træningsprogrammet følger Sundhedsstyrelsens retningslinjer, der netop anbefaler styrketræning til reduktion af faldrisiko.



Vil I vide mere om plejeforebyggende træning?

Kontakt Janne, Kasper eller Niels og hør mere om, hvordan Prehab kan gøre en forskel i jeres kommune.

Læs mere om Prehab på [DigiRehab.dk](https://digi-rehab.dk)



Janne Lejbølle Sonnenborg
Markedschef

Telefon: +45 2712 3566
E-mail: janne@digirehab.dk



Kasper Møller Nielsen
Driftchef

Telefon: +45 8111 7159
E-mail: kasper@digirehab.dk



Niels Heuer
Direktør

Telefon: +45 2272 7220
E-mail: niels@digirehab.dk