

## DEMOGRAFISK OVERSIKT: DØGNREHAB

Avtaletyper	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017
Antall brukere	26	36	34	31	37	18	32	37
Median oppholdsdøgn	21	23	21	21	21	21	21	21
	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	
Antall brukere	28	32	32	36	30	33	35	
Median oppholdsdøgn	21	21	21	21	21	21	21	

### Fordeling kjønn og alder

	2014-2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
Prosent kvinner	87	94	88	100	91	100	90	94	92
Gj.snitt alder	58,8	56,0	60,9	50,3	54,5	55,6	58,4	55,8	54,4

### Helsestatus ved ankomst

	2014-2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	Referanse verdier	
								NORGE	VERDEN
Generell helse (1-6) <sup>1</sup>	3,7 "Ganske god"	4,1 "Ganske god"	4,1 "Ganske god"	4,1 "Ganske god"	4,0 "Ganske god"	4,1 "Ganske god"	4,0 "Ganske god"	-	-
Helse i dag (0-100) <sup>2</sup>	57,7	51,1	51,3	47,5	45,2	50,3	53,4	82,8 <sup>2</sup>	78,7
LIVSKVALITET	EQ-Indeks (0-1) <sup>2</sup>	0,63	0,57	0,53	0,53	0,50	0,59	0,86 <sup>2</sup>	0,86
	Livskvalitet LYMQOL (0-10) <sup>3</sup>	5,4	5,0	4,9	4,7	5,2	5,0	-	-

<sup>1</sup> Gj.snitt score og median svar på spørsmålet "Stort sett, vil du si helsa di er:"

1.Utmerket, 2.Meget god, 3.God, 4.Ganske god, 5.Dårlig, 6.Meget dårlig

<sup>2</sup> Gj.snitt score fra EQ-VAS (0-100 skala – den dårligste til den beste helse du kan tenke deg)

og EQ-Indeks via EQ-5D-5L skjema (0-1 skala – død til perfekt helse)

© EuroQol Research Foundation. EQ-5D™ is a trade mark of the EuroQol Research Foundation

Referanseverdier hentet fra – og for Norske data så bruker vi normative nivåer og Indeks-beregning fra Storbritannia:

Self-Reported Population Health: An International Perspective based on EQ-5D

ISBN 978-94-007-7595-4 ISBN 978-94-007-7596-1 (eBook) DOI 10.1007/978-94-007-7596-1

Springer Dordrecht Heidelberg New York London

<sup>3</sup> Gj.snitt score på spørsmålet "Totalt sett hvordan vil du gradere din nåværende livskvalitet:"

(0-10 skala – der 0 er Dårlig og 10 er Utmerket) © LYMQOL (Lymphoedema Quality of Life) - Delscore-spørsmål

	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
Andel med ødem i et/begge ben	95 %	96 %	96 %	97 %	94 %	97 %	88 %	100 %
Andel med lipødem				19 %	34 %	34 %	39 %	54 %*
LYMQOL score <sup>3</sup> (1-4)	Funksjon	2,6	2,5	2,5	2,7	2,7	2,7	2,9
	Utseende	2,8	2,7	2,9	2,9	3,0	2,9	2,9
	Symptom	2,7	2,6	2,9	2,9	2,9	2,9	2,8
	Følelser	2,0	2,0	2,4	2,4	2,2	2,4	2,3

<sup>3</sup> Delscore fra LYMQOL-spørreskjema

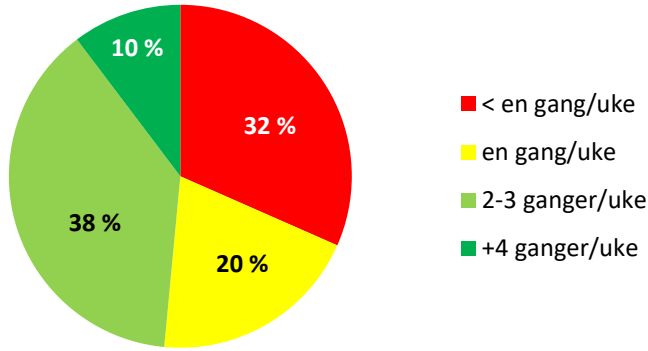
(1-4 skala – "Ikke i det hele tatt" til "Mye" vansker/problemer/symptomer

© LYMQOL (Lymphoedema Quality of Life)

\* hvorav de fleste deltok på dedikert Lipødemprogram i grupper – se egen rapport

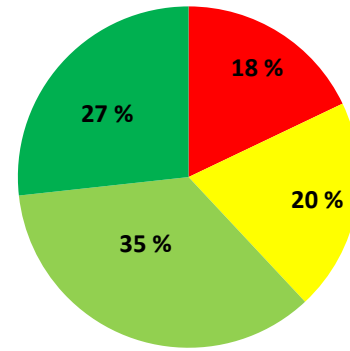
**Helsevaner ved ankomst – akkumulert 2010-2024**

**trim (svett/andpusten)-frekvens**



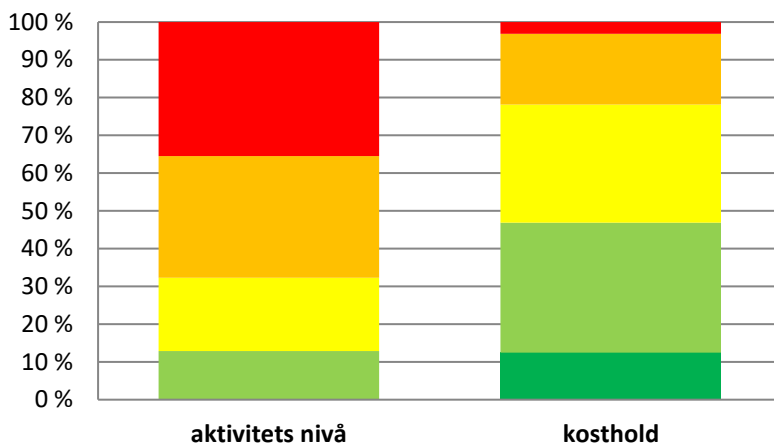
N=272

**fysisk aktiv (= +30min) - frekvens**



N=273

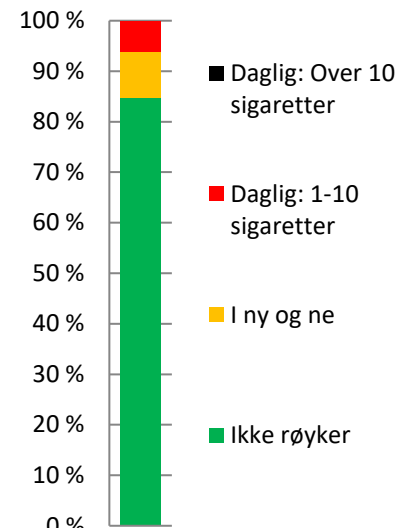
**Fornøydhet med egne helsevaner  
 1-5: I liten grad til I stor grad**



Andel svar på påstandene "Jeg er fornøyd med mitt aktivitetsnivå- / ...kosthold- 1 til 5 skala: «I liten grad» til «I stor grad»

N=272-275

**Røykevaner**



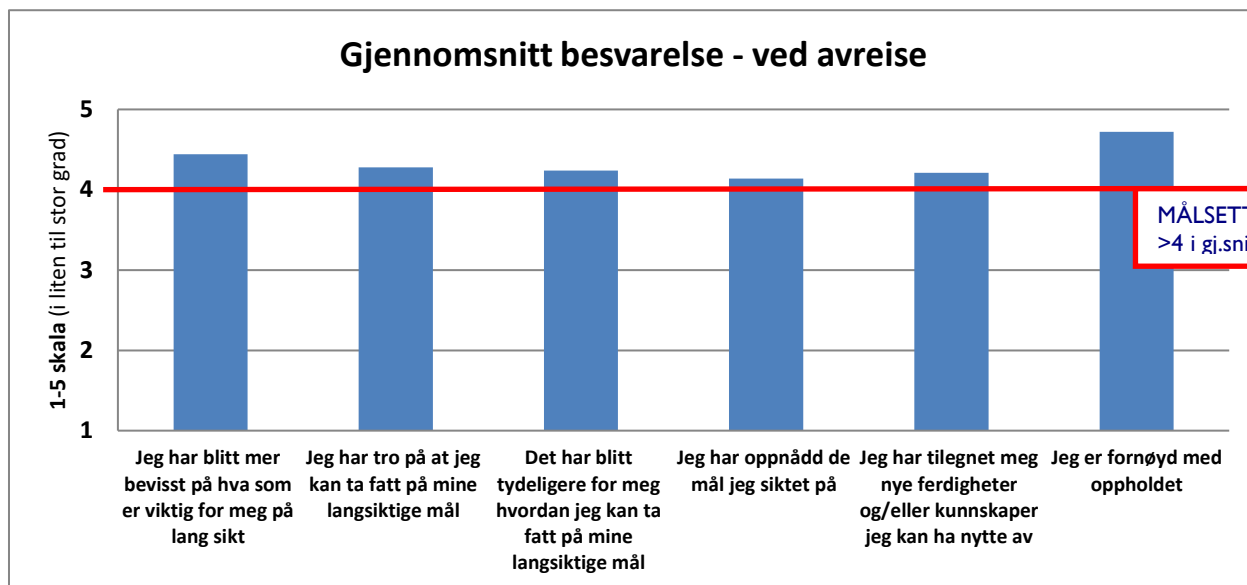
N=251

**Demografi kommentar:**

Rimelig homogen pasientgruppe opp gjennom årene hva gjelder helse- og funksjonsnivå ved ankomst – en hel del er også gjengangere. Fellesfaktor er at de ved ankomst er tydelig hemmet og påvirket av sin ødem-problematikk

Fysisk aktivitetsnivå var for den absolutte majoritet langt unna anbefalingene fra helsemyndighetene – fornøydheten med eget trimnivå er dog også dårlig, så potensial til bedring er klart tilstede.

**RESULTATER – ANKOMST TIL AVREISE - akkumulert 2010-2024**



**MÅLSETTING:**  
>4 i gj.snitt

N=274-279

**Forandring fra ankomst til avreise**

	ankomst (mean)	avreise (mean)	forandring	% forandring	effect size (Cohens d)	Signifikans (p<0,05)
Generell helse <sup>(1-6)</sup> <sup>1</sup>	4,0	3,4	0,6	15 % bedring	0,7 – moderat	JA/JA*
Helse i dag <sup>(0-100)</sup> <sup>2</sup>	51,7	62,7	11,0	21 % bedring	0,8 – stor	JA
EQ-Indeks <sup>(0-1)</sup> <sup>2</sup>	0,57	0,66	0,09	16 % bedring	0,6 – moderat	JA
LYMQOL Funksjon <sup>(1-4)</sup> <sup>3</sup>	2,6	2,4	0,2	8 % bedring	0,4 – liten	JA/JA*
LYMQOL Utseende <sup>(1-4)</sup> <sup>3</sup>	2,8	2,7	0,1	5 % bedring	0,4 – liten	JA/JA*
LYMQOL Symptom <sup>(1-4)</sup> <sup>3</sup>	2,8	2,5	0,3	9 % bedring	0,4 – liten	JA/JA*
LYMQOL Følelser <sup>(1-4)</sup> <sup>3</sup>	2,2	1,9	0,3	13 % bedring	0,4 – liten	JA/JA*
LYMQOL Livskvalitet <sup>(0-10)</sup> <sup>3</sup>	5,2	6,4	1,2	23 % bedring	0,8 – stor	JA
Volum-BEN <sup>(ml)</sup> <sup>6*</sup> N=81	10160	9490	670	7 % bedring	0,6 – moderat	JA
Arbeidsevne <sup>(0-10)</sup> <sup>7</sup>	5,2	5,9	0,7	14 % bedring	0,4 – liten	JA

\* Eksklusive pasienter med kun lipødem – med et heller begrenset potensiale til tydelig volumreduksjon på noen uker N=(81) 207-268

<sup>1</sup> Gj.snitt score på spørsmålet "Stort sett, vil du si helsa di er:"

1.Utmerket, 2.Meget god, 3.God, 4.Ganske god, 5.Dårlig, 6.Meget dårlig

<sup>2</sup> Gj.snitt score fra EQ-VAS (0-100 skala – den dårligste til den beste helse du kan tenke deg)

og EQ-Indeks via EQ-5D-5L skjema (0-1 skala – død til perfekt helse)

© EuroQol Research Foundation. EQ-5D™ is a trade mark of the EuroQol Research Foundation

<sup>3</sup> LYMQOL-spørreskjema © LYMQOL (Lymphoedema Quality of Life)

Delsscore- (1-4 skala – "Ikke i det hele tatt" til "Mye" vansker/problemer/symptomer)

Livskvalitetscore (0-10 skala – der 0 er Dårlig og 10 er Utmerket)

<sup>6</sup> Volum i ml på aktuell(e) ekstremitet(er)

<sup>7</sup> Gj.snitt score på spørsmålet: "Hvor mange poeng vil du gi din nåværende arbeidsevne?" - Fra Arbeidsevne Index

0-10 skala (ikke i stand til å arbeide – arbeidsevne på sitt beste)

**MÅLSETTING:**  
>15 % bedring på alle faktorer

\* Kategorisk variabel med Likert-skala. Resultatvisning i tabell som ser på gj.snitt er kun for enkelt å gi et inntrykk av endringsgrad. Også en statistisk signifikant endring av gj.snitt er følgelig ikke mer å regne enn som en tendens, for disse. Signifikans av median endring vises derfor i tillegg som tydeliggjøring (v/Wilcoxon signed rank test – og p<0,05)

**Forandring i to-ukers periode av opphold**

	1.uke (mean)	3.uke (mean)	forandring	% forandring	effect size (Cohens <i>d</i> )	Signifikans ( <i>p</i> <0,05)
Vekt (kg)	107,5	105,9	1,6	1,5 % reduksjon	0,5 – moderat	JA <i>N</i> =76

**MÅLSETTING:**  
 >2 % reduksjon

**Forandring fra ankomst til avreise**

*Akkumulerte data f.o.m 2020*

Deltakere med kompletterende tester	ankomst (mean)	avreise (mean)	forandring	% forandring	effect size (Cohens <i>d</i> )	Signifikans ( <i>p</i> <0,05)
Kondisjon <small>Estimert VO<sub>2</sub>maks - mlO<sub>2</sub>/min/kg</small>	31,6	36,3	4,7	15 % bedring	1,8 – stor	JA
6 min. gåtest <small>(meter)</small>	291	344	53	18 % bedring	1,0 – stor	JA
Reise og sette seg i 30 sek. <small>(antall)</small>	9,8	14,0	4,2	43 % bedring	1,9 – stor	JA
Somatisering <small>(1-4)</small> <sup>4</sup>	2,27	1,85	0,42	19 % bedring	0,7 – moderat	JA
Depresjon <small>(1-4)</small> <sup>4</sup>	2,40	1,98	0,42	18 % bedring	0,8 – stor	JA

<sup>4</sup> Gj.snitt score fra HSCL-25 skjema (Somatisering - 1-4, Depresjon - 1-4)

*N*=7-15

**MÅLSETTING:**  
 >15 % bedring  
 på alle faktorer

**Forhold til helsevaner ved avreise**

Andel som ved avreise angir at de har konkret plan for å nå de helsevaner de ønsker (svar 4 eller 5 på 1-5 skala (liten til stor grad))

Aktivitetsnivå: 90 %

Kosthold: 86 % *N*=276-277

**Andel som krysset grensen fra opplevd dårlig helse v/ankomst til opplevd god helse ved avreise: 67 %**

89 (av 268 = 33 %) anga ved ankomst at helsen var dårlig eller meget dårlig  
 60 av disse opplevde at helsen ved avreise var ganske god, eller bedre = 67 %

**MÅLSETTING:**  
 >50 %

**Resultat-kommentar ankomst til avreise:**

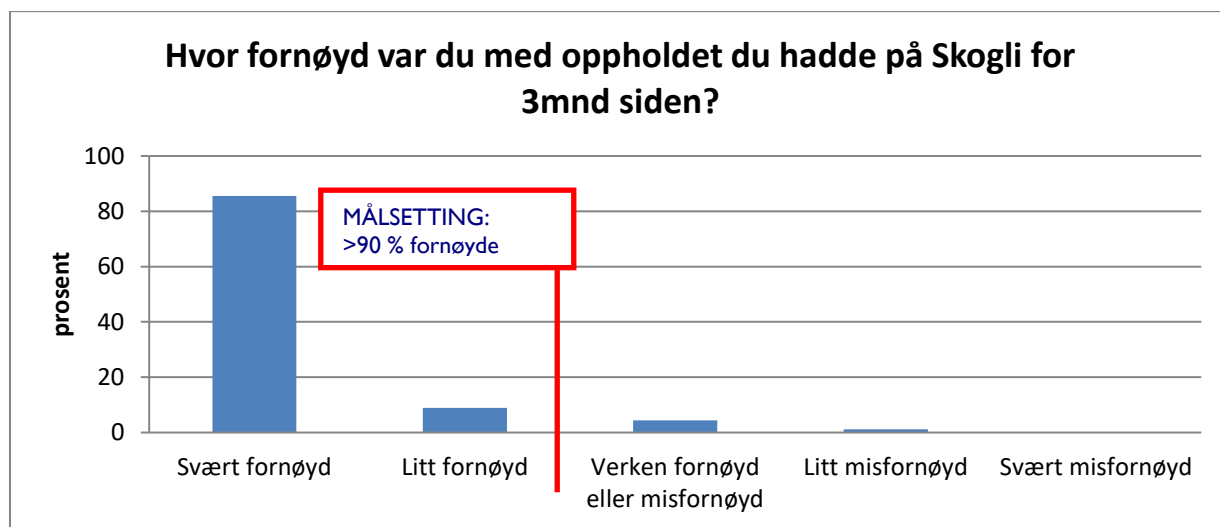
Meget godt fornøyde pasienter som opplevde god måloppnåelse, samtidig som langsiktig strategi og målsetting har blitt tydeligere. De aller fleste lymfødem-spesifikke faktorer – inkl. volumendring - viser signifikant bedring. Det samme gjør generelle helsefaktorer og egenopplevd arbeidsevne. Også resultat for de med tilleggspålegg og testdata på psykisk helse og/eller fysisk kapasitet viser pen bedring.

2/3 av de som ved ankomst følte at helsen var dårlig/meget dårlig angir allerede ved avreise at helsen nå er ganske god eller bedre. Nesten alle angir at de har en konkret plan på å nå den aktivitetsnivå og kosthold de ønsker å ha/vedlikeholde

Teamets resultatmålsetting er stort sett innfridd

**RESULTATER – ANKOMST TIL TRE MÅNEDER ETTER AVREISE**

Frivillig besvarelse av spørreskjema utsendt til de som har samtykket, med opphold i 2014 - 2024  
 (50-50 randomisering de siste år med utsendelser)  
 Compliance: 48 % (93 av 195)



N=90

96 % vil anbefale noen i samme situasjon (som de var i for et halvt år siden) om å søke seg til Skogli  
 4 % svarer kanskje, og ingen sier Nei N=92

92 % ga Skogli "æren" for livsstilsendringer de gjennomført etter hjemkomst (Noe – Svært mye), N=92

87 % anga oppstart av en eller flere nye regelmessige mosjonsaktiviteter etter hjemkomst N=90

**Forandring fra ankomst til 3mnd etter avreise**

	ankomst (mean)	3mnd (mean)	forandring	% forandring	effect size (Cohens d)	Signifikans (p<0,05)
Generell helse (1-6) <sup>1</sup>	3,9	3,6	0,3	7 % bedring	0,3 – liten	JA/JA *
Helse i dag (0-100) <sup>2</sup>	55,6	61,3	5,7	10 % bedring	0,4 – liten	JA
EQ-Indeks (0-1) <sup>2</sup>	0,62	0,65	0,03	4 % bedring	-	NEI
LYMQOL Funksjon (1-4) <sup>3</sup>	2,5	2,2	0,3	10 % bedring	0,4 – liten	JA/JA *
LYMQOL Utseende (1-4) <sup>3</sup>	2,7	2,7	0			
LYMQOL Symptom (1-4) <sup>3</sup>	2,7	2,5	0,2	7 % bedring	0,4 – liten	JA/JA *
LYMQOL Følelser (1-4) <sup>3</sup>	2,1	2,0	0,1	6 % bedring	0,3 – liten	JA/NEI *
LYMQOL Livskvalitet (0-10) <sup>3</sup>	5,5	6,0	0,5	8 % bedring	0,3 – liten	JA
Arbeidsevne (0-10) <sup>4</sup>	5,7	6,0	0,3	6 % bedring	-	NEI

N=60-91

\* Kategorisk variabel med Likert-skala. Resultatvisning i tabell som ser på gj.snitt er kun for enkelt å gi et inntrykk av endringsgrad. Også en statistisk signifikant endring av gj.snitt er følgelig ikke mer å regne enn som en tendens, for disse. Signifikans av median endring vises derfor i tillegg som tydeliggjøring (v/Wilcoxon signed rank test – og p<0,05)

MÅLSETTING:  
 > 15 % bedring på alle faktorer

<sup>1</sup> Gj.snitt score på spørsmålet "Stort sett, vil du si helsa di er:"

1. Utmerket, 2. Meget god, 3. God, 4. Ganske god, 5. Dårlig, 6. Meget dårlig

<sup>2</sup> Gj.snitt score fra EQ-VAS (0-100 skala – den dårligste til den beste helse du kan tenke deg) og EQ-Indeks via EQ-5D-5L skjema (0-1 skala – død til perfekt helse)

© EuroQol Research Foundation. EQ-5D™ is a trade mark of the EuroQol Research Foundation

<sup>3</sup> LYMQOL-spørreskjema © LYMQOL (Lymphoedema Quality of Life)

Delsscore- (1-4 skala – "Ikke i det hele tatt" til "Mye" vansker/problemer/symptomer

Livskvalitetscore (0-10 skala – der 0 er Dårlig og 10 er Utmerket)

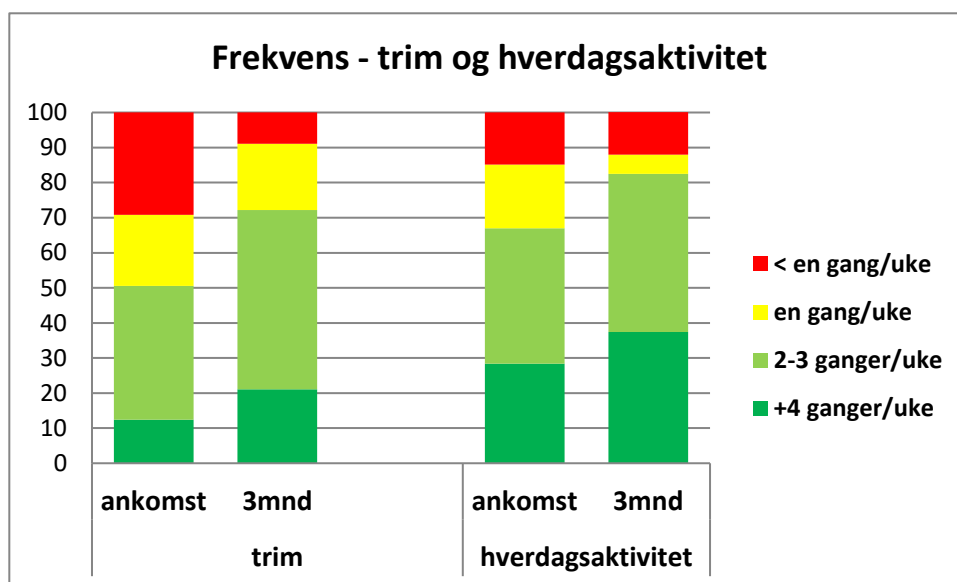
<sup>4</sup> Gj.snitt score på spørsmålet: "Hvor mange poeng vil du gi din nåværende arbeidsevne?" - Fra Arbeidsevne Index 0-10 skala (ikke i stand til å arbeide – arbeidsevne på sitt beste)

**Andel som krysset grensen fra opplevd dårlig helse v/ankomst til opplevd god helse 3mnd etter avreise: 54 %**

26 (av 91 = 29 %) anga ved ankomst at helsen var dårlig eller meget dårlig

14 av disse opplevde at helsen 3mnd etter avreise var ganske god, eller bedre = 54 %

**MÅLSETTING:**  
 >33 %



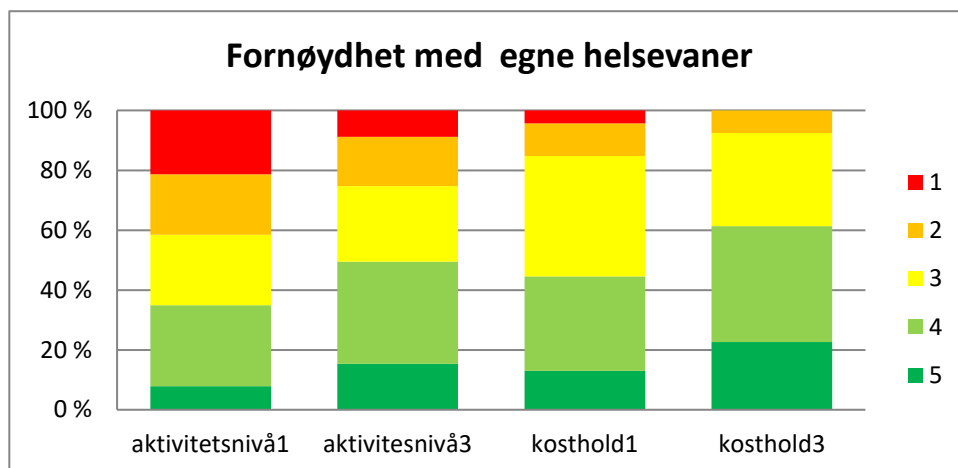
Det er signifikant endring av medianverdi for frekvens av både trim og hverdagsaktivitet. Fra ankomst til 3mnd etter avreise.

47 % har økt, og 9 % har redusert sin trimfrekvens  
 31 % har økt, og 15 % har redusert sin frekvens av hverdagsaktivitet  
 N = 88-91

TRIM: "Hvor ofte har du vanligvis i løpet av de siste måneder mosjonert/trent så mye at du har blitt andpusten/svett?"

HVERDAGSAKTIV: "Hvor ofte har du vanligvis i løpet av de siste måneder vært fysisk aktiv i mer enn 30 min? (eks gåturer, hagearbeid, snømåking)."

**MÅLSETTING:**  
 Minst 2-3ggr/uke



Det er signifikant endring av medianverdi hva gjelder fornøydhetsnivå med eget aktivitetsnivå og kosthold, fra ankomst til 3mnd etter avreise

N = 89-93

Andel svar på påstandene "Jeg er fornøyd med mitt aktivitetsnivå- / ...kosthold " 1 til 5 skala: «I liten grad» til «I stor grad»

### Resultat 3 måneder etter avreise – kommentar:

Pasientene var også 3mnd etter avreise godt fornøyd med sitt Skogliopphold, og anbefaler andre med ødem-problematikk om å søke seg til Skogli. Over halvparten av de som ved ankomst følte at helsen var dårlig/meget dårlig angir 3mnd etter avreise at helsen nå er ganske god eller bedre.

Samtidig er det flere som er mer fysisk aktive enn før oppholdet – dog fortsatt langt fra helsemyndighetenes anbefaling om hver dag, men majoriteten er innenfor teamets målsetting om minst 2-3ggr/uke. Det er også en statistisk signifikant bedring av fornøydhetsnivå med egne helsevaner.

Både helse- og lymfødem-spesifikke faktorer viser stort sett statistisk signifikant bedring i.f.t. status ved ankomst, eller i hvert fall tendens til bedring.

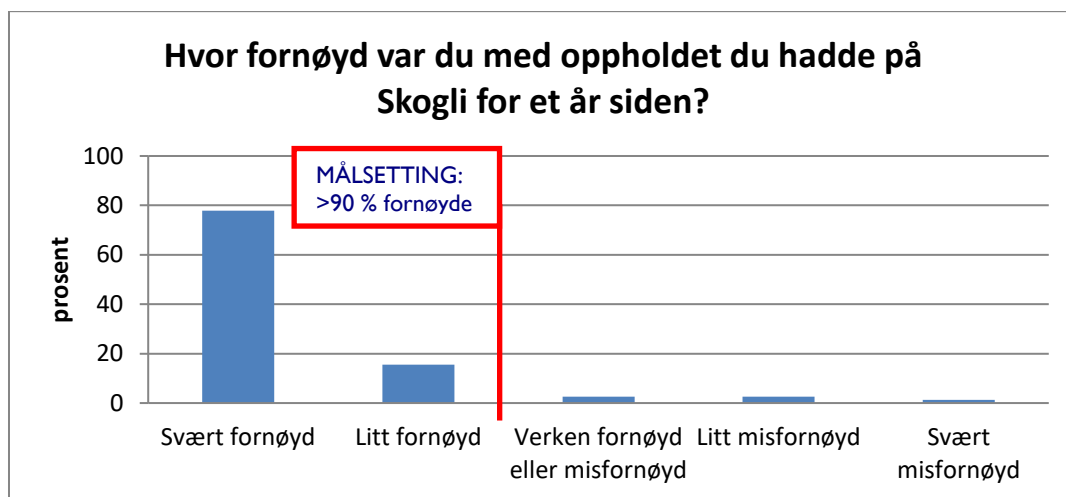
Teamets resultatmålsetting er delvis innfridd

## RESULTATER – ANKOMST TIL ET ÅR ETTER AVREISE

Frivillig besvarelse av spørreskjema utsendt til de som har samtykket, med opphold i 2014 – 2023

(50-50 randomisering de siste årene med utsendelser)

Compliance: 39 % (77 av 200)



N= 77

94 % vil anbefale noen i samme situasjon (som de var i for et år siden) om å søke seg til Skogli

5 % svarer KANSKJE og 1 % svarer NEI

(N=77)

### Forandring fra ankomst til 1 år etter avreise

	ankomst (mean)	12mnd (mean)	forandring	% forandring	effect size (Cohens d)	Signifikans (p<0,05)
Generell helse <sup>(1-6)</sup> <sup>1</sup>	3,9	3,6	0,3	8 % bedring	0,3 – liten	JA/JA *
Helse i dag <sup>(0-100)</sup> <sup>2</sup>	54,1	56,1	2,0	4 % bedring	-	NEI
EQ-Indeks <sup>(0-1)</sup> <sup>2</sup>	0,61	0,61	0			
LYMQOL Funksjon <sup>(1-4)</sup> <sup>3</sup>	2,6	2,5	0,1	4 % bedring	0,2 – liten	NEI/NEI*
LYMQOL Utseende <sup>(1-4)</sup> <sup>3</sup>	2,9	2,9	0			
LYMQOL Symptom <sup>(1-4)</sup> <sup>3</sup>	2,9	2,7	0,3	5 % bedring	0,2 – liten	NEI/NEI*
LYMQOL Følelser <sup>(1-4)</sup> <sup>3</sup>	2,3	2,3	0			
LYMQOL Livskvalitet <sup>(0-10)</sup> <sup>3</sup>	5,6	5,3	0,3	6 % forverring	0,2 – liten	NEI
Arbeidsevne <sup>(0-10)</sup> <sup>4</sup>	5,5	5,4	0,1	2 % forverring	-	NEI

N=49-74

<sup>1</sup> Gj.snitt score på spørsmålet "Stort sett, vil du si helse di er:"

1.Utmerket, 2.Meget god, 3.God, 4.Ganske god, 5.Dårlig, 6.Meget dårlig

<sup>2</sup> Gj.snitt score fra EQ-VAS (0-100 skala – den dårligste til den beste helse du kan tenke deg)

og EQ-Indeks via EQ-5D-5L skjema (0-1 skala – død til perfekt helse)

© EuroQol Research Foundation. EQ-5D™ is a trade mark of the EuroQol Research Foundation

<sup>3</sup> LYMQOL-spørreskjema © LYMQOL (Lymphoedema Quality of Life)

Delsscore- (1-4 skala – "Ikke i det hele tatt" til "Mye" vansker/problemer/symptomer)

Livskvalitetscore (0-10 skala – der 0 er Dårlig og 10 er Utmerket)

<sup>4</sup> Gj.snitt score på spørsmålet: "Hvor mange poeng vil du gi din nåværende arbeidsevne?"

- Fra Arbeidsevne Index 0-10 skala

(ikke i stand til å arbeide – arbeidsevne på sitt beste)

**MÅLSETTING:**  
 Bedre status 12mnd etter  
 avreise enn v/ankomst

\* Kategorisk variabel med Likert skala.  
 Resultatvisning i tabell som ser på gj.snitt er  
 kun for enkelt å gi et inntrykk av endringsgrad.  
 Også en statistisk signifikant endring av gj.snitt  
 er følgelig ikke mer å regne enn som en  
 tendens, for disse.  
 Signifikans av median endring vises derfor i  
 tillegg som tydeliggjøring  
 (v/Wilcoxon signed rank test – og p<0,05)

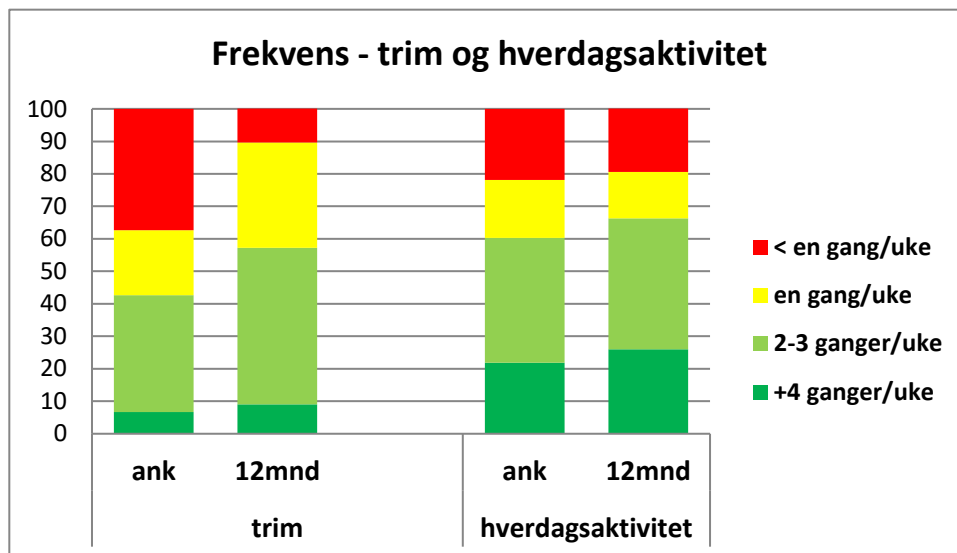


**Andel som krysset grensen fra opplevd dårlig helse v/ankomst til opplevd god helse 12mnd etter avreise: 45 %**

20 (av 71 = 28 %) anga ved ankomst at helsen var dårlig eller meget dårlig

9 av disse opplevde at helsen 12mnd etter avreise var ganske god, eller bedre = 45 %

**MÅLSETTING:**  
 >30 %



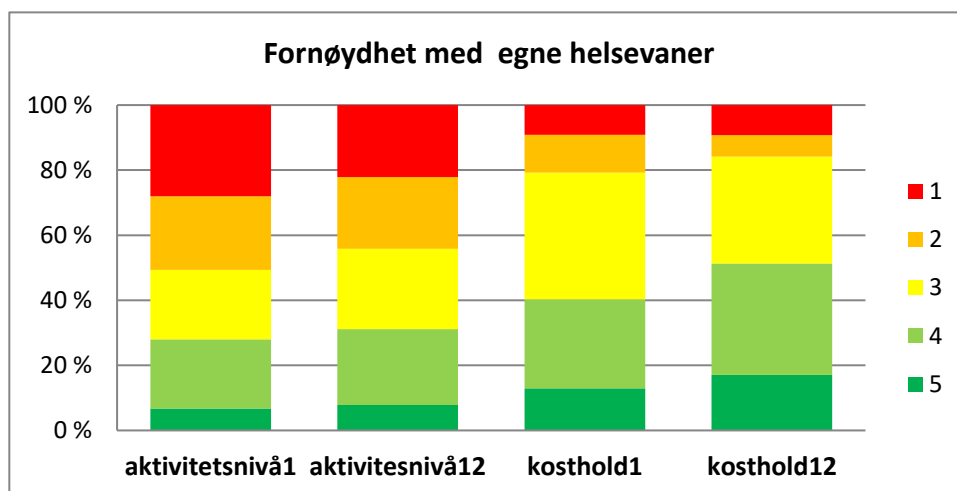
Det er signifikant endring av median-verdi hva gjelder trim-frekvens, men ikke av hverdagsaktivitet - fra ankomst til 12mnd etter avreise.

45 % har økt, og 7 % har redusert sin trimfrekvens  
 37 % har økt, og 18 % har redusert sin frekvens av hverdagsaktivitet  
 N = 73-77

TRIM: "Hvor ofte har du vanligvis i løpet av de siste måneder mosjonert/trent så mye at du har blitt andpusten/svett?"

HVERDAGSAKTIV: "Hvor ofte har du vanligvis i løpet av de siste måneder vært fysisk aktiv i mer enn 30 min? (eks gåturer, hagearbeid, snømåking):"

**MÅLSETTING:**  
 Minst 2-3ggr/uke



Det er IKKE signifikant endring av median-verdi hva gjelder fornøydhet med egne helsevaner, fra ankomst til 12mnd etter avreise.

N = 75-77

Andel svar på påstandene "Jeg er fornøyd med mitt aktivitetsnivå- / ...kosthold"  
 1 til 5 skala: «I liten grad» til «I stor grad»

### **Resultat 1 år etter avreise**

Også et år etterpå var pasientene godt fornøyde med sine Skogliopphold.

Trimfrekvensen holder seg statistisk signifikant høyere enn før ankomst, men det er kun litt over halvparten som i hvert fall trimmer nok til å bli svett/andpusten 2-3ggr/uke – og kun 1/3 tenderer til å være fornøyd med sitt aktivitetsnivå.

Nesten halvparten av de som ved ankomst følte at helsen var dårlig/meget dårlig angir et år etter avreise at helsen nå er ganske god eller bedre – og det er jo hyggelig, samtidig som tendensen for både generelle helsefaktorer og ødem-spesifikke faktorer ikke kun nærmer seg ankomstverdier, men delvis er på litt dårligere nivå. Med grei bedring i 3 måneder, for så retur tilbake til ankomstverdier etter et år, er det følgelig nærliggende å konkludere med at behandlingsopphold én gang i året ser ut til å være for sjeldent for disse pasienter med kronisk sykdom – hvis bedret nivå er målet for helsemyndighetene, og ikke kun status quo vedlikehold...

Teamets resultatmålsetting er delvis innfridd