

DEMOGRAFISK OVERSIKT - DØGNREHAB

	2011-2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	tendens
Antall brukere	35 - 108	98	100	113	120	114	129	135	118	
Andel i CIMT-program*	(3 %)	3 %	7 %	6 %	6 %	9 %	8 %	1 %	9 %	
Median oppholds-døgn	21	21	21	21	21	21	21	21	21	

*f.o.m. 2016

Fordeling kjønn og alder

	2011-2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	tendens
Prosent kvinner	44	45	52	48	46	45	39	45	47	+
Gj.snitt alder	67,1	72,2	69,4	69,6	67,9	66,3	66,8	68,3	68,0	

Helsestatus ved ankomst

		2012-2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	Referanse verdier	
										NORGE	VERDEN
Generell helse (1-6) ¹		3,6	3,6	4,0	3,9	3,7	3,7	3,8	3,8	-	-
		<i>Ganske god</i>	<i>Ganske god</i>	<i>Ganske god</i>	<i>Ganske god</i>	<i>Ganske god</i>	<i>Ganske god</i>	<i>Ganske god</i>	Ganske god	-	-
Helse i dag (0-100) ² *		52,3	54,1	50,9	56,3	53,1	51,1	51,0	50,6	82,8 ²	78,7 ²
LIVSKVALITET	EQ-Index (0-1) ² *	0,64	0,64	0,62	0,60	0,63	0,70	0,63	0,62	0,86 ²	0,86 ²
	Fysisk helse (0-100) ³	49,1								81,2	76,2
	Psykisk helse (0-100) ³	61,6								73,1	68,7
	Sosiale relasjoner (0-100) ³	62,8								61,9	64,4
	Miljø faktorer (0-100) ³	66,5								61,2	59,4
Gang-funksjon (1-5) ⁵ *	Gj.snitt	2,6	2,1	2,4	2,2	2,3	2,5	2,5	2,4	-	-
	Median besvarelse	<i>Litt problem</i>	<i>Litt problem</i>	<i>Litt problem</i>	<i>Litt problem</i>	<i>Litt problem</i>	<i>Moderat problem</i>	<i>Litt problem</i>	Litt problem	-	-
	Andel med 2-5 besvarelse	84 %	72 %	78 %	70 %	75 %	79 %	76 %	78 %	18 % ²	<16 % ²

*f.o.m. 2016

¹ Gj.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

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

og EQ-Index 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

³ Gj.score fra WHOQOL-Bref skjema (0-100 skala – der 100 er perfekt)

Referanseverdier hentet fra:

Skevington, SM, Lofty M., O Connel KA The World Health Organization's WHOQOL – Bref quality of life assessment: Psychometric properties and results of the international field trail. A report from the WHOQOL Group. Quality of Life Research, 13, 299 – 310

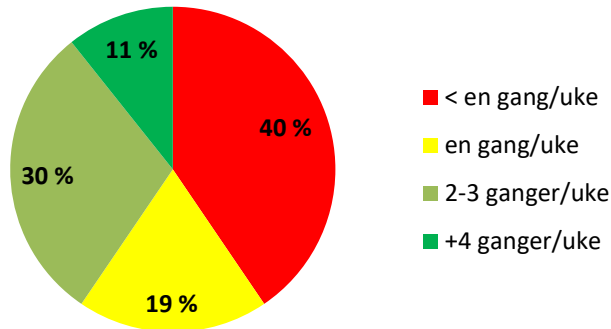
1.Ikke i det hele tatt, 2.Litt, 3.Til en viss grad, 4.I høy grad, 5.Fullstendig

⁵ Gj.snitt score, median svar og andel med 2-5 svar på EQ-5D delen om Gange - Jeg har... med å gå omkring

1.ingen problemer 2.litt problemer 3.middels store problemer 4.store problemer 5.ute av stand til å...

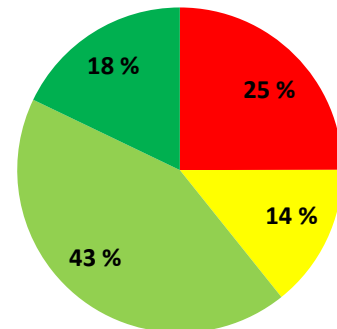
Helsevaner ved ankomst – for de med ankomst hjemmefra

trim (svett/andpusten)-frekvens



N=84

fysisk aktiv (= +30min) - frekvens



N=84

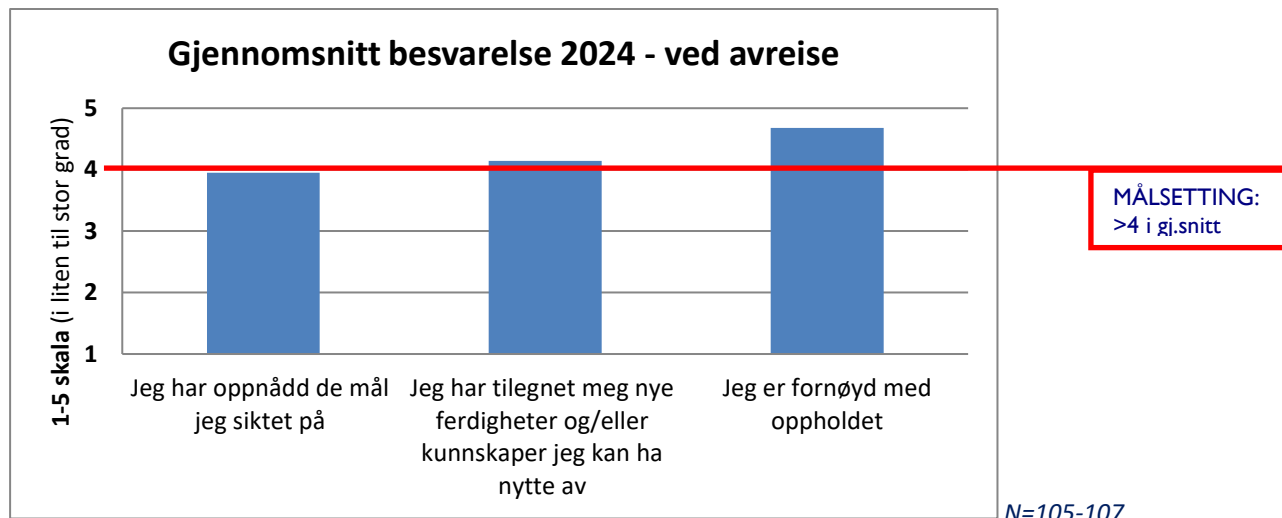
Demografi-kommentar for 2024

2024 populasjonen minner mye om tidligere år, bl.a. med relativt høyt helse- og funksjonsnivå – om enn over 3 av 4 angir nedsatt gangfunksjon. Med trend med økende andel kvinner er det nå nesten 50-50.

Andelen pasienter som var på intensiv hånd/arm-treningsterapi i CIMT-programmet (constraint-induced movement therapy) var 9 % i 2024.

Fysiske aktivitetsvaner for de som ankom Skogli hjemmefra, var preget av blandet kompott med en fjerdedel inaktive og ca. halvdelen i hvert fall noenlunde aktive.

RESULTATER – ANKOMST TIL AVREISE



Forandring fra ankomst til avreise

Fysiske tester	ankomst (mean)	avreise (mean)	forandring	% forandring	effect size (Cohens d)	Signifikans (p<0,05)
10m gåtest - selvalgt (m/s)	0,81	0,92	0,11 [§]	14 % bedring	0,5 – moderat	JA
10m gåtest - maksimalt (m/s)	1,17	1,32	0,15*	12 % bedring	0,5 – moderat	JA
6 min gåtest (m)	291	341	50 [§]	17 % bedring	0,8 – stor	JA
Reise og sette seg i 30 sek. (antall)	9,4	12,0	2,6 [#]	28 % bedring	1,1 – stor	JA
Reise og sette seg i 30 sek. med støtte N=2	5,5	8,5	3,0	55 % bedring	2,1 – stor	NEI
Bergs balanseskala (0-56)	38,9	44,0	5,1 ^(R)	13 % bedring	0,9 – stor	JA
MiniBEST test (0-28)	21,4	25,0	3,6 ^(R#)	17 % bedring	1,3 – stor	JA

[§] klinisk relevant forandring for akutte/subakutte slagpasienter (>0,05m/s eller >50m)

* klinisk relevant forandring for kroniske slagpasienter (>0,13 m/s)

klinisk relevant forandring for hofteartrose pasienter (>2)

^R ikke klinisk relevant forandring for «mixed neurologic patients» (>7)

^{R#} ikke klinisk relevant forandring for «mixed neurologic patients» (>4)

N= (2) 35-70

MÅLSETTING: >20 % bedring

Forandring fra ankomst til avreise

Helserelatert livskvalitet v/EQ-5D	ankomst (mean)	avreise (mean)	forandring	% forandring	effect size (Cohens d)	Signifikans (p<0,05)
Helse i dag (0-100) ²	50,2	64,3	14,1	28 % bedring	1,1 – stor	JA
EQ-Index (0-1) ²	0,61	0,71	0,10	15 % bedring	0,6 – moderat	JA

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

og EQ-Index 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

N=106-110

MÅLSETTING: >15 % bedring

Forandring fra ankomst til avreise

Akkumulerte data f.o.m. 2011 Likert skala	ankomst mean Alle	valgt inkludasjon	ankomst (mean)	avreise (mean)	for- andring	% forandring	effect size (Cohens <i>d</i>)	Signi- fikans ($p < 0,05$)
Generell helse (1-6) ¹	(3,7)	5 / 6	5,1	3,9	1,2	23 % bedring	1,3 – stor	JA/JA*
Språkfunksjon (1-6) ²	(2,7)	4 til 6	4,3	3,4	0,9	21 % bedring	1,0 – stor	JA/JA*
Synsfunksjon (1-6) ²	(3,1)	4 til 6	4,4	3,7	0,7	17 % bedring	0,7 – moderat	JA/JA*
Hukommelse (1-6) ²	(3,3)	4 til 6	4,3	3,7	0,6	14 % bedring	0,7 – moderat	JA/JA*
Balanse (1-6) ²	(4,1)	5 / 6	5,1	4,2	0,9	18 % bedring	1,0 – stor	JA/JA*
Utmattelse (1-6) ³	(3,4)	4 til 6	4,6	3,5	1,1	24 % bedring	0,9 – stor	JA/JA*
Gangfunksjon (1-5) ⁴	(2,4)	4 / 5	4,3	3,1	1,2	28 % bedring	1,2 – stor	JA/JA*
Personlig stell (1-5) ⁴	(1,6)	3 til 5	3,4	2,4	1,0	29 % bedring	1,0 – stor	JA/JA*

¹ 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

² Gj.snitt score på spørsmålene ”Hvordan vil du si din språk-, syns-funksjon, hukommelse, balanse er?”

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

³ Gj.snitt score på spørsmålet ”Hvor utmattet har du vært den siste uken?”

1- 6.skala – fra Ingen utmattelse til Svært stor utmattelse

⁴ Gj.snitt score, på EQ-5D del-spørsmål om Gangfunksjon og Personlig stell

- Jeg har... med å: ...gå omkring, ...vaske eller kle meg

1.ingen problemer 2.litt problemer 3.middels store problemer 4.store problemer 5.ute av stand til å...

N=92-433

MÅLSETTING:
>20 % 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 fra ankomst til avreise – akkumulert data f.o.m. 2016 og fremover

Håndfunksjons- tester i CI- programmet	ankomst (mean)	avreise (mean)	forandring	% forandring	effect size (Cohens <i>d</i>)	Signifikans ($p < 0,05$)
Nine hole peg test ¹ (sekunder)	66,1	49,8	16,3	25 % bedring	0,4 – liten	JA
BOX&BLOCKS ² (antall)	31,0	36,0	5,0	16 % bedring	0,4 – liten	JA
ARAT (0-57) ³	45,9	49,8	3,9	8 % bedring	0,3 – liten	JA
Gripestyrke ⁴ (kg)	14,9	15,7	0,8	6 % bedring	-	NEI

¹ Nine Hole Peg Test: Måler fingerferdighet/finmotorikk. Måles i sekunder. Normalverdier: <18-21 sek

² Box & Blocks: Tester fingerferdighet i løpet av 60 sekunder. Normalverdier: >75-78 klosser

³ ARAT: (The Action Research Arm Test). Tester motorisk funksjon i øvre ekstremitet (Fem fingergrep, sylindregrep, pinsettgrep og grovmotorikk). 0-57 score-skala (ingen til normal utførelse)

⁴ Ved dynamometer (Biometrics E- Link)

N=34-51

MÅLSETTING:
>15 % bedring

Forandring i to-ukers periode av opphold – akkumulert fra 2018 og fremover

Deltakere med vektreduksjon-fokus	1.uke (mean)	3.uke (mean)	forandring	% forandring	effect size (Cohens d)	Signifikans (p<0,05)
Vekt (kg)	100,5	100,0	0,5	<1 % reduksjon	0,2 – liten	NEI
BMI (kg/m ²)	34,8	34,6	0,2	<1 % reduksjon	0,2 – liten	NEI
Fett-%	38,7	39,7	1,0	3 % økning	0,4 – liten	NEI

N=12-16

MÅLSETTING:
 2 % reduksjon

Andel som krysset grensen fra opplevd dårlig helse til opplevd god helse: 79 %

MÅLSETTING:
 >50 %

28 (av 107 = 26 %) anga ved ankomst at helsen var dårlig eller meget dårlig
 22 av disse opplevde at helsen ved avreise var ganske god, eller bedre = 79 %

Resultat ved avreise - kommentar for 2024

Godt fornøyde pasienter som for de fleste faktorer har opplevd signifikant helse- og funksjonsbedring i løpet av oppholdet.

Med stor variasjon i både helse-nivå og ikke minst forskjellige funksjonsproblemer, så er det naturlig å se på utvikling for de dårlige også på gjennomsnittsnivå – og til tross for delvis små populasjoner i disse sub-grupper så er det signifikant bedring av mest stor effektstørrelse.

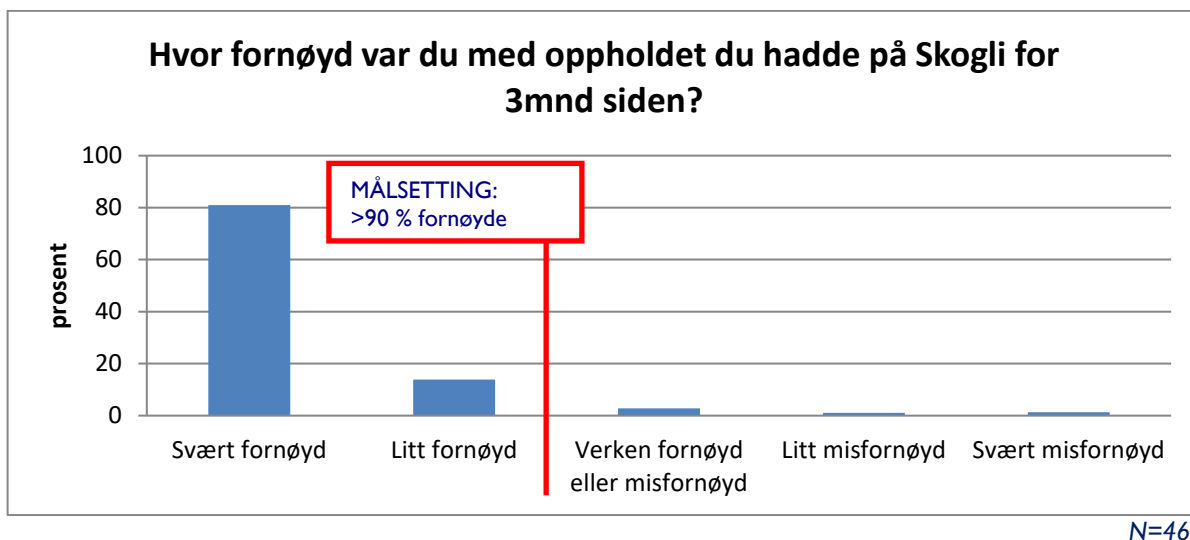
Av de kun 26% som ved ankomst anga sin helse som dårlig, så var det ved avreise 79 % som opplevde sin helse som ganske god - eller bedre!

Teamets (høye) resultatmålsettinger er stort sett innfridd

RESULTATER – ANKOMST TIL TRE MÅNEDER ETTER AVREISE

Frivillig besvarelse av spørreskjema utsendt til de som har samtykket, med opphold i perioden oktober 2012 til oktober 2024

Compliance: 475 av 974 = 49 %



93 % vil anbefale noen i samme situasjon (som de var i for et halvt år siden) om å søke seg til Skogli
 6 % svarer KANSKJE og 1 % svarer NEI (N=449)

78 % ga Skogli ”æren” for livsstilsendringer de gjennomført etter hjemkomst (Noe – Svært mye, N=459)

75 % anga oppstart av en eller flere nye regelmessige mosjonsaktiviteter etter hjemkomst (N=464)

Forandring fra ankomst til 3mnd etter opphold

Helse og Helserelatert livskvalitet v/EQ-5D	ankomst (mean)	3mnd (mean)	forandring	% forandring	effect size (Cohens d)	Signifikans (p<0,05)
Helse i dag (0-100) ²	53,2	61,8	8,6	16 % bedring	0,4 – liten	JA
EQ-Index (0-1) ²	0,63	0,66	0,03	5 % bedring	-	JA

N=331-351

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

og EQ-Index 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

MÅLSETTING:
 >15 % bedring

Skogli Helse- og Rehabiliteringssenter AS

Program for HSØ ytelsesgruppe FI.3 og FI.5

”Hjerneslag og traumatiske hjerneskader”

Med stor grad av variasjon i aktuell problemstilling viser vi forandring for **de dårlige** i hver kategori

Forandring fra ankomst til 3mnd etter avreise

Likert skala	ankomst mean 3mnd pop	valgt inkludasjon	ankomst (mean)	3mnd (mean)	for- andring	% forandring	effect size (Cohens <i>d</i>)	Signi- fikans ($p < 0,05$)
Generell helse (1-6) ¹	(3,7)	5 / 6	5,1	4,3	0,8	16 % bedring	0,9 – stor	JA/JA*
Språkfunksjon (1-6) ²	(2,7)	4 til 6	4,3	3,8	0,5	13 % bedring	0,5 – moderat	JA/JA*
Synsfunksjon (1-6) ²	(3,0)	4 til 6	4,4	3,6	0,8	18 % bedring	0,7 – moderat	JA/JA*
Hukommelse (1-6) ²	(3,3)	4 til 6	4,3	3,7	0,6	13 % bedring	0,6 – moderat	JA/JA*
Balanse (1-6) ²	(4,1)	5 / 6	5,1	4,4	0,7	14 % bedring	0,7 – moderat	JA/JA*
Utmattelse (1-6) ³	(3,3)	4 til 6	4,5	3,7	0,8	18 % bedring	0,6 – moderat	JA/JA*
Gangfunksjon (1-5) ⁴	(2,4)	4 / 5	4,2	3,1	1,1	26 % bedring	0,8 – stor	JA/JA*
Personlig stell (1-5) ⁴	(1,5)	3 til 5	3,4	2,5	0,9	26 % bedring	0,7 – moderat	JA/JA*

¹ 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

² Gj.snitt score på spørsmålene ”Hvordan vil du si din språk-, syns-funksjon, hukommelse, balanse er?”

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

³ Gj.snitt score på spørsmålet ”Hvor utmattet har du vært den siste uken?”

1- 6.skala – fra Ingen utmattelse til Svært stor utmattelse

⁴ Gj.snitt score, på EQ-5D del-spørsmål om Gangfunksjon og Personlig stell

- Jeg har... med å: ...gå omkring, ...vaske eller kle meg

1.ingen problemer 2.litt problemer 3.middels store problemer 4.store problemer 5.ute av stand til å...

N=40-197

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 $p < 0,05$)

Andel som krysset grensen fra opplevd dårlig helse til opplevd god helse: 54%

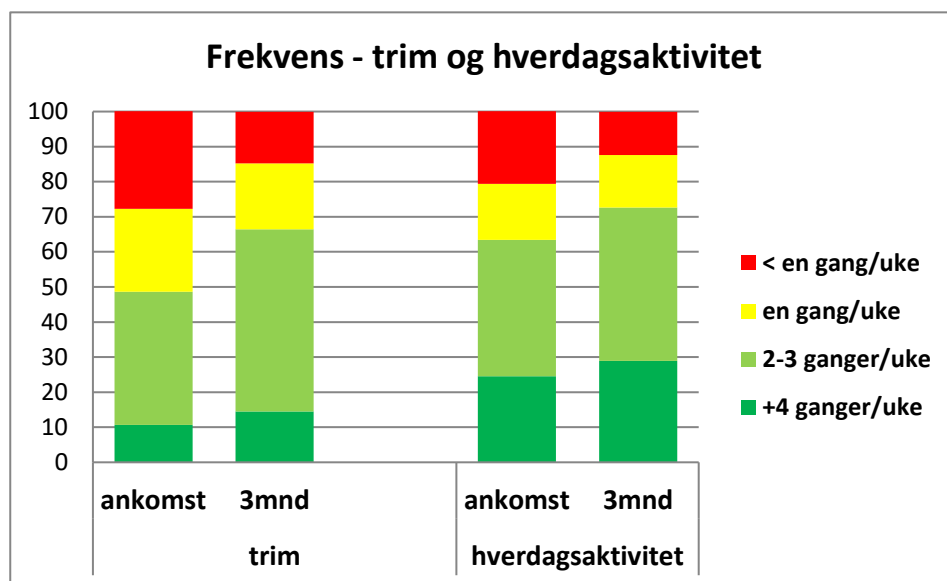
99 (av 456 = 22 %) anga ved ankomst at helsen var dårlig eller meget dårlig

53 av disse opplevde at helsen ved 3mnd var ganske god, eller bedre = 54 %

MÅLSETTING:
>50 %

Resultat i forhold til helsevaner

Aktivitetsdata ved ankomst er kun fra pasienter med ankomst fra hjemmet av 3mnd-populasjonen



Det er signifikant endring av medianverdi hva gjelder frekvens av både trim og hverdagsaktivitet, fra ankomst til 3mnd etter avreise.

39 % har økt sin trimfrekvens, og 18 % har redusert den

33 % har økt sin frekvens av hverdagsaktivitet, og 21 % har redusert den.

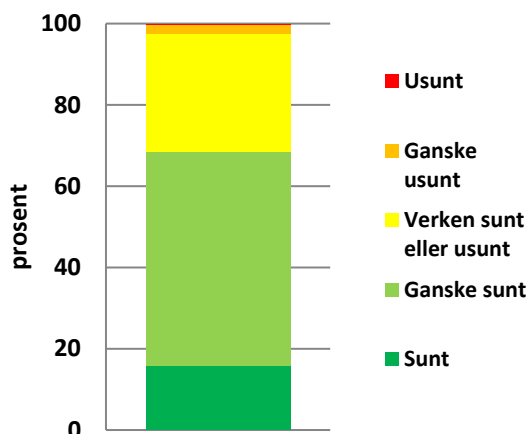
N = 317-446

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).”

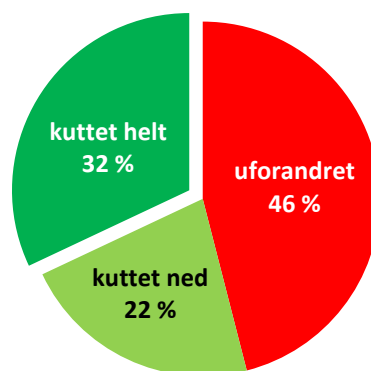
MÅLSETTING:
 Minst 2-3ggr/uke

Helsenivå på valgt kosthold 3mnd etter rehab



N = 439

Røykevaner ved 3mnd i forhold til ankomst, for de som røyket ved ankomst



N = 78

Resultat 3 måneder etter avreise - kommentar per 2024

Også 3 måneder etter avreise er pasientene meget godt fornøyde med sitt Skogliopphold.

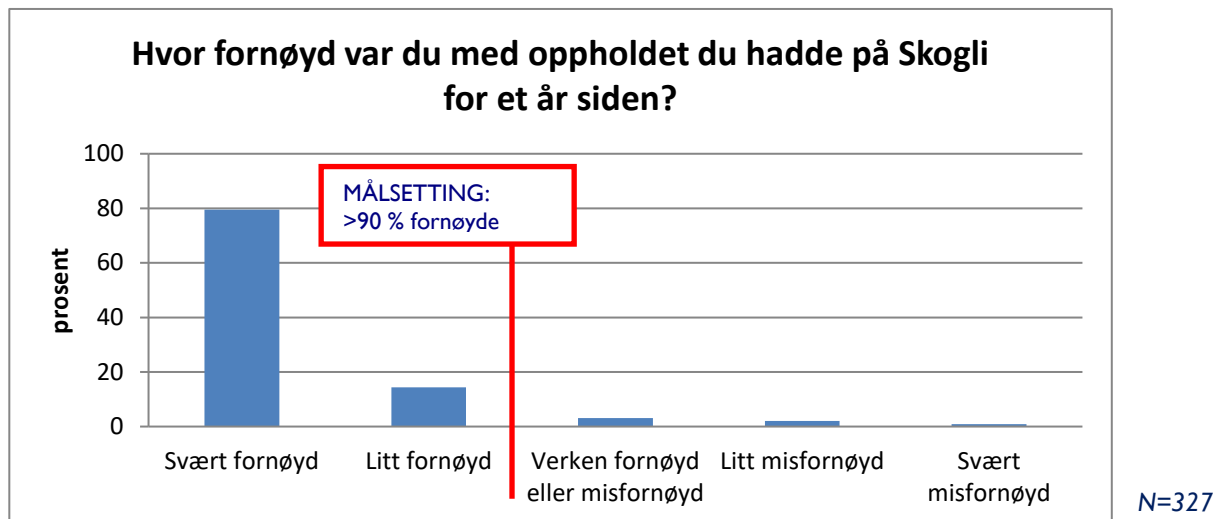
Signifikant bedring – av moderat eller stor effektstørrelse – for de med dårlig utgangspunkt, er meget hyggelig å konstatere. Liksom at over halvdel av de som ved ankomst anga sin helse som dårlig, 3 måneder etter hjemkomst opplever den som ganske god (eller bedre).

Også helsevaner viser signifikant – eller i hvert fall positive tendenser til – bedring og/eller nivå. Ikke minst er det hyggelig at majoriteten av røykerne har kuttet ned eller kuttet helt.

Teamets resultatmålsetting er stort sett innfridd med margin.

RESULTATER – ANKOMST TIL ET ÅR ETTER AVREISE

Frivillig besvarelse av spørreskjema utsendt til de som har samtykket, med opphold i 2013 t.o.m. 2023
 Compliance: 330 av 801 = 41 %



92 % vil anbefale noen i samme situasjon (som de var i for et år siden) om å søke seg til Skogli,
 6 % svarer KANSKJE og 2 % svarer NEI (N=327)

Med stor grad av variasjon i aktuell problemstilling viser vi forandring for **de dårlige** i hver kategori

Forandring fra ankomst til et år etter avreise

Likert skala	ankomst mean 12mnd pop	valgt inkludert	ankomst (mean)	12mnd (mean)	for- andring	% forandring	effect size (Cohens d)	Signi- fikans (p<0,05)
Generell helse (1-6) ¹	(3,7)	5 / 6	5,1	4,3	0,8	15 % bedring	0,9 – stor	JA/JA*
Språkfunksjon (1-6) ²	(2,7)	4 til 6	4,3	3,6	0,7	17 % bedring	0,7 – moderat	JA/JA*
Synsfunksjon (1-6) ²	(3,0)	4 til 6	4,4	3,5	0,9	21 % bedring	0,9 – stor	JA/JA*
Hukommelse (1-6) ²	(3,3)	4 til 6	4,4	3,9	0,5	10 % bedring	0,5 – moderat	JA/JA*
Balanse (1-6) ²	(4,1)	5 / 6	5,1	4,6	0,5	10 % bedring	0,6 – moderat	JA/JA*
Utmattelse (1-6) ³	(3,4)	4 til 6	4,6	3,6	1,1	23% bedring	0,9 – stor	JA/JA*
Gangfunksjon (1-5) ⁴	(2,3)	4 / 5	4,3	3,0	1,3	29 % bedring	0,9 – stor	JA/JA*
Personlig stell (1-5) ⁴	(1,6)	3 til 5	3,4	2,3	1,1	33 % bedring	0,9 – stor	JA/JA*

¹ 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

² Gj.snitt score på spørsmålene ”Hvordan vil du si din språk-, syns-funksjon, hukommelse, balanse er?”

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

³ Gj.snitt score på spørsmålet ”Hvor utmattet har du vært den siste uken?”

1- 6.skala – fra Ingen utmattelse til Svært stor utmattelse

⁴ Gj.snitt score, på EQ-5D del-spørsmål om Gangfunksjon og Personlig stell

- Jeg har... med å: ...gå omkring, ...vaske eller kle meg

1.ingen problemer 2.litt problemer

3.middels store problemer 4.store problemer

5.ute av stand til å...

N=31-135

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 fra ankomst til 1 år etter opphold

Helse og Helserelatert livskvalitet v/EQ-5D	ankomst (mean)	12mnd (mean)	forandring	% forandring	effect size (Cohens d)	Signifikans (p<0,05)
Helse i dag (0-100) ²	53,8	62,9	9,1	17 % bedring	0,4 – liten	JA
EQ-Index (0-1) ²	0,62	0,65	0,03	5 % bedring	-	NEI

N=213-236

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

MÅLSETTING:
 >15 % bedring

Andel som krysset grensen fra opplevd dårlig helse til opplevd god helse: 54 %

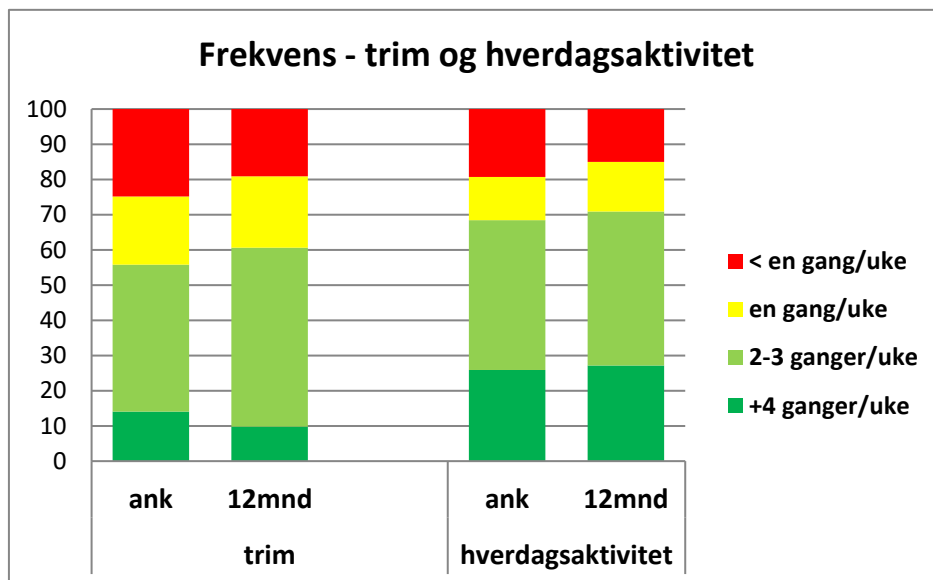
72 (av 318 = 23 %) anga ved ankomst at helsen var dårlig eller meget dårlig

39 av disse opplevde at helsen ved 12mnd var ganske god, eller bedre = 54 %

MÅLSETTING:
 >30 %

Resultat i forhold til helsevaner

Aktivitetsdata ved ankomst er kun fra pasienter med ankomst fra hjemmet av 12mnd-populasjonen



Det er ikke signifikant endring av median-verdi hva gjelder trim- eller frekvens av hverdagsaktivitet fra ankomst til et år etter avreise.

24 % har økt sin trimfrekvens og 23 % har redusert den.

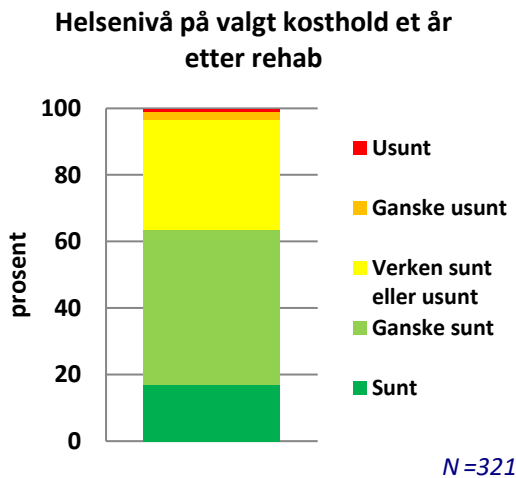
24 % har økt sin frekvens av hverdagsaktivitet, og 22 % har redusert den

N = 206-325

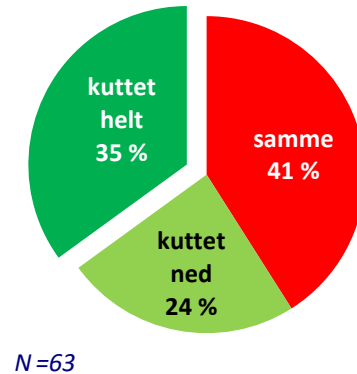
TRIM: ”Hvor ofte har du vanligvis i løpet av de siste måneder mosjonert/trent så mye at du har blitt andpusten/svett?”

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 2-3gr/uke



Røykevaner ved 12mnd i forhold til ankomst, for de som røyket ved ankomst



Resultat 12 måneder etter avreise – kommentar:

Også et år etter avreise er pasientene meget godt fornøyde med sitt Skogliopphold.

Signifikant bedring – av moderat eller stor effektstørrelse – for de med dårlig utgangspunkt, er meget hyggelig å konstatere. Det er også oppsiktsvekkende at over halvdel av de som ved ankomst anga sin helse som dårlig, 12 måneder etter hjemkomst opplever den som ganske god - eller bedre.

I.f.t. helsevaner så er det noen positive tendenser til bedring og/eller nivå. Ikke minst er det hyggelig at nesten 2/3 av røykerne har kuttet ned eller kuttet helt. At 1/4 øker sitt trim/aktivitets-nivå er bra for dem, men når tilsvarende mengde reduserer sitt nivå så går vinninga opp i spinninga på gruppenivå... 60-70% er dog aktive minst 2-3 ganger per uke 1 år etter avreise.

Teamets resultatmålsetting er på flere punkter innfridd med margin.