

## **Fokus på træthed efter apopleksi**

En sundhedspædagogisk indsats med øgning af fysisk aktivitet og psykosocial støtte kan hjælpe apopleksiramte med alvorlig træthed efter apopleksi til at mestre trætheden.

Formålet med denne afhandling var at udvikle, teste og evaluere et sundhedspædagogisk program med henblik på at hjælpe apopleksiramte til at reducere og mestre træthed. Desuden at evaluere mulige skalaer til at vurdere patient outcome.

Træthed kan være et alvorligt problem efter apopleksi (blodprop/blødning i hjernen) og apopleksiramte og deres pårørende føler sig ofte uforberedte på problemet og ved ikke, hvordan de skal tackle trætheden.

Resultaterne af en sundpædagogisk indsats viste at apopleksiramte der lider af træthed efter apopleksi, kan drage nytte af deltagelse i et sundhedspædagogisk program i forhold til at lære at mestre trætheden. Involvering af pårørende var et vigtigt element, både i forhold til at blive støttet i at øge fysisk aktivitet og at mestre trætheden. Ved måling af trætheden før og efter deltagelse i programmet viste de foreløbige resultater en tendens til en reduktion af trætheden.

Resultaterne i denne afhandling indikerer, at selvom trætheden ikke bliver reduceret kan samtale og psykosocial støtte ud fra en sundhedspædagogisk tilgang spille en væsentlig rolle i forhold til at lære at mestre trætheden.

Det sundhedspædagogiske program er blevet udviklet og testet i et nyt ph.d.-projekt fra Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet ved Aarhus Universitet. Bag projektet står klinisk sygeplejespecialist, cand.scient.san., Birgitte Blicher Pedersen, Neurologisk Afdeling F, Aarhus Universitetshospital.

Forsvaret af ph.d.-projektet er offentligt og finder sted fredag den 6. november 2015 kl.13 i Auditorium 1, bygning 1441, Tåsingegade 3, 8000 Aarhus C (Hjørnet af Randersvej/Nordre Ringgade).