

VÆR EN

*Psyk  
god  
venn*

*Årsrapport for TIPS Sør-Øst  
Regional kompetansetjeneste for tidlig  
intervensjon ved psykose  
2018*



## Innholdsfortegnelse

Leder.....	3
Om TIPS Sør-Øst .....	4
Organisasjon og bemanning 2018.....	4
Bemanning i kjernen.....	4
TIPS-konsulenter .....	4
Implementering.....	5
Styringsinstanser, nettverk og samarbeid.....	5
Referansegruppe .....	5
Idépanel.....	5
Regionalt nettverk: Regionale samlinger som møteplass.....	6
Forskningsnettverk.....	6
Nasjonalt nettverk – psykoedukativt familiesamarbeid .....	6
Samarbeid om forbedrings- og implementeringsverktøy på nasjonalt nivå.....	6
Høringsinstans.....	6
Spredningstall for 2018 .....	7
Undervisning og forskningsformidling: Hovedaktiviteter i 2018 .....	7
Undervisning mot høyskole og universitet .....	8
Synlighet og digitale tjenester: Hovedsatsinger 2018.....	8
Forskning og fagutvikling: Hovedaktiviteter 2018.....	10
Metodebok for familiesamarbeid .....	11
Min Pilot – et digitalt samhandlingsverktøy.....	11
Pilotstudie: "REACT: Relatives Education and Coping Toolkit - en Norsk pilotstudie .....	11
TIPS telefonen og TIPS-tjenesten i Oslo universitetssykehus – tall og erfaringer .....	12
TIPS-tjenesten: Evaluering.....	14
Kartlegging av nettvaner hos unge nysyke.....	14
<b>Recovery, wellbeing og stigma.....</b>	15
Prospektiv studie om psykoserisiko og forstyrrelser i selvopplevelse .....	16
Kreativ skriving .....	16
Forskningsprosjekt om søvn og psykose .....	16
Bedre pårørendesamarbeid ved psykose.....	17
Ekstreme utfordringer - Psykopatologi, organisering av behandling og opplevelser blant psykiatriske pasienter med alvorlig selvskading i Norge.....	18

Alvorlig psykisk lidelse og affekter .....	18
Bipolarenhet ved Nydalen DPS - forskningsklinikk for pasienter med bipolar lidelse .....	19
Vitenskapelige publikasjoner og formidling 2018 .....	20
IEPA 11: International Conference in Early Intervention in Mental Health .....	20
Vitenskapelige publikasjoner 2018 .....	20
Lokalt arbeid i regionen: Hovedaktiviteter 2018.....	21
Vestre Viken: TIPS Asker, Røyken og Hurum.....	22
Vestre Viken: TIPS Drammen, Lier, Nedre Eiker, Sande og Svelvik .....	23
Sykehuset Innlandet.....	24
Sykehuset i Vestfold .....	26
Sykehuset Østfold.....	27
Akershus universitetssykehus .....	29

## Leder

Kjære lesere

Psykisk helsevern er i en spennende brytningstid som innebærer nye utfordringer på mange plan. De tre pælene vi hviler vår virksomhet på; forskning, fag- og tjenesteutvikling, kommunikasjon og formidling er alle preget av dette.

Forskningen vår bygger på en dimensjonell tenkning rundt alvorlig psykisk lidelse, der fokuset på symptomer og funksjon er det avgjørende. De diagnostiske kategoriene er ikke alltid så lette å forholde seg til i vårt fag, og det er flytende overganger mellom flere lidelser, som psykose/bipolar lidelse/utviklingsforstyrrelser og personlighetsproblematikk. Dette har vi med oss. Mye av det som plager unge mennesker går på tvers av etablerte diagnostiske skillelinjer. Søvn, selvforstyrrelser, affektabilitet, selvskading og recovery forholder seg i liten grad til spesifikke kategorier. Psykosesymptomer kan observeres ved flere tilstander. Dette er en utfordring vi velger å være åpne omkring, som vi også synes det er viktig å fremheve med tanke på pakkeforløpet som nå rulles ut.

Vi har videreført tenkningen rundt tjenesteutvikling og innovasjon. Våre forsknings- og utviklingsprosjekter knyttes i stor grad opp til digitale samhandlingsverktøy. Vi mener dette er verktøy som kan bistå på en konstruktiv måte til et mer målrettet behandlingsfokus og bedre forløp. Det har vært spennende å inngå i et nytt samarbeid med Universitetets senter for informasjonsteknologi (USIT) om utviklingen av Min Pilot, og vi håper å få på plass et forskningsprosjekt i løpet av året som kommer.

Arbeidet med pakkeforløpene har preget året som har gått. Det har vært interessant å bidra med innspill og vi er godt fornøyde med resultatet. Vi ser frem til å følge dette arbeidet i året som kommer. Det er likevel en viss engstelse å spore både hos oss og i regionen når det gjelder pakkeforløpets innvirkning på satsningen på tidlig intervensjon. Med så mye ressurser som går til å sikre behandling fra pasientene henvises, kan det bli lite igjen til å tenke utadrettet virksomhet og lavterskeltilbud. Det betyr at TIPS-konsulentene våre blir enda viktigere i året som kommer; de er de fremste ambassadørene og tilretteleggerne for dette arbeidet i Helse Sør-Øst. Dette bidrar de til gjennom egen undervisning, nettverksbygging og kvalitetssikring av egne tjenester.

Deres innspill er også styrende for hva vi i kjernen har fokusert på av fagutvikling og undervisning i løpet av 2018. Her vil jeg gjerne trekke frem arbeidet med å etablere et Nasjonalt nettverk og utarbeidelse av «Metodebok for psykoedukativt familiesamarbeid». Dette er et stort og omfattende arbeid som ikke bare binder regionen sammen, men også bidrar til et nasjonalt samarbeid. I lys av pakkeforløpenes fokus på bedre samarbeid med familien vil dette være et viktig supplement.

Videre vil jeg trekke frem viktigheten av brukerfokus og den verdifulle kunnskapen idepanelet vårt tilfører hver gang vi er i kontakt med dem. Fremtidens helsetjenester vil bygges på andre premisser enn tidligere. Utforming av nye behandlingstilbud må forholde seg til tre ulike nivåer; individet, tjenesten og systemet tjenesten befinner seg i. Dette kommer til å være avgjørende om vi ønsker mer målrettet og skreddersydd behandling. For å få dette til å fungere er vi helt avhengige av et godt samarbeid med de som skal motta behandlingen og et like godt samarbeid mellom de ulike instansene som tilbyr hjelp. Dette er vi godt i gang med ved TIPS Sør-Øst, og brukerinvolvering gjør arbeidet vårt meningsfylt, og ikke minst mer moro. Det er lov å le, også i psykisk helsevern.

Kristin Lie Romm

## Om TIPS Sør-Øst

TIPS Sør-Øst har som visjon at alle pasienter med en ny oppstått psykose skal få tilbudt optimal behandling så tidlig som mulig.

TIPS Sør-Øst skal være en brobygger mellom forsknings- og praksisfeltet. Tjenesten skal bidra til kompetanseheving i klinikken når det gjelder systemtenkning, utredning og behandling for personer i målgruppen.

Videre skal tjenesten bidra til fagutvikling og forskning som kan understøtte god klinisk praksis. Tjenesten skal også stimulere til bedre samhandling på flere nivåer, ved å ha fokus på formidling og kommunikasjon som sentrale verktøy for positive endringsprosesser.

## Organisasjon og bemanning 2018

TIPS Sør-Øst er etablert som en nettverksorganisasjon med en sentral kjerne i Oslo universitetssykehus og TIPS-konsulenter ute på helseforetak i regionen. TIPS-konsulentene er frikjøpt fra sine stillinger av TIPS Sør-Øst for å arbeide med implementering av tidlig intervensjon ved psykose på sine respektive helseforetak. Dette gjøres gjennom etablerte nettverk av fagpersoner lokalt, *TIPS nettverk*, som har særlig ansvar for at kompetanse på psykosefeltet bygges og vedlikeholdes. Se for øvrig kapittel om «Lokalt arbeid i regionen: hovedaktiviteter 2018» for nærmere beskrivelse.

Kompetansetjenesten er organisert under Oslo universitetssykehus, Klinikk psykisk helse og avhengighet, Avdeling for forskning og utvikling. TIPS Sør-Øst er en regional tjeneste og er underlagt «Retningslinje for etablering, organisering og finansiering av regionale kompetansetjenester i Helse Sør-Øst» (20. desember 2012). Driftsmidler blir gitt via rammefordeling i klinikken.

Budsjettet for 2018 var 12,6 millioner.

## Bemanning i kjernen

I 2018 har kjernen i TIPS Sør-Øst vært bemannet med en seksjonsleder som er spesialist i psykiatri (100 %) og førsteamanuensis ved UiO (20 %), en administrasjonskonsulent (100 %), og en kommunikasjonsrådgiver (100 %).

Den faglige bemanningen har bestått av fire psykologspesialister/PhD (100 %), en fagrådgiver/spesialsykepleier (50 % 20 % fast og 30 % engasjement).

Fra 1. desember 2018 ble det ansatt en ny fast psykologspesialist/PhD (100 %).

Alle faste stillinger i kjernen er besatt.

## TIPS-konsulenter

I 2018 har følgende helseforetak hatt TIPS konsulenter:

Akershus universitetssykehus (50 %, redusert til 20 % i deler av perioden grunnet spesialistløp)  
Sykehuset Innlandet (50 %)  
Sykehuset Østfold (50 %)  
Vestre Viken (50 %) Drammen, Lier, Nedre Eiker, Sande og Svelvik  
Vestre Viken (20 %) Asker, Røyken og Hurum  
Sykehuset i Vestfold (50 %)

### **Sykehuset Telemark, Sørlandet Sykehus, Oslo universitetssykehus, Diakonhjemmet Sykehus og Lovisenberg Diakonale Sykehus:**

I 2018 har Telemark og Sørlandet fått tilbud om å etablere tettere samarbeid og inngå en avtale om TIPS-konsulenter også her. Det har blitt utarbeidet samarbeidsavtaler, og vi venter at disse skal underskrives og iverksettes i løpet av 2019.

Når det gjelder Oslo universitetssykehus og Oslo for øvrig (Diakonhjemmet Sykehus og Lovisenberg Sykehus) anser vi å ha et særlig ansvar for å etablere samarbeid og nettverk mellom TIPS miljøene her, på lik linje med de andre helseforetakene.

I 2018 har det blitt besluttet at dette arbeidet skal være et definert fokusområde for TIPS Sør-Øst i 2019.

### **Implementering**

TIPS Sør-Øst har vært særlig opptatt av implementering av ny og/eller forbedret praksis innen tidlig intervensjonsfeltet/psykosefeltet. Vår organisering er en nøkkel her: Ved å ha etablert TIPS-konsulenter i helseforetakene i regionen, har vi sørget for å ha forbindelser ut i alle klinikker som skal jobbe med tidlig intervensjon og psykose.

TIPS-konsulentene er nøkkelpersoner for kompetansespredning og implementering lokalt, og videre ut mot kommunene.

Flere av våre implementeringstiltak har vært i samarbeid spesialisthelsetjeneste/kommune. TIPS-konsulentene har også vært helt sentrale i å etablere og vedlikeholde lavterskeltilbud for målgruppen ute i regionen. Vår erfaring er at de helseforetakene som ikke har TIPS-konsulenter har vanskeligere for å etablere varige og kompetente tilbud til pasientgruppen. Forbindelsen mellom konsulenter ute, og det sterke fagmiljøet i tjenestens kjerne, er avgjørende for å holde oppmerksomheten på kvaliteten ved de lokale tilbudene.

## **Styringsinstanser, nettverk og samarbeid**

Retningslinje for regionale kompetansetjenester i Helse Sør-Øst er styrende for driften av tjenesten.

### **Referansegruppe**

TIPS Sør-Øst har etablert en egen referansegruppe med representanter fra alle helseforetakene; UiO, NAPHA (kommunalt nivå), brukerorganisasjoner (LPP og Mental helse ungdom), samt representant med særlig kompetanse på implementering (NUBU).

Referansegruppen møtes en gang årlig og gir tilbakemelding på virksomheten og diskuterer planer, fokusområder og strategier for videre arbeid.

### **Idépanel**

TIPS Sør-Øst har etablert et eget brukerråd, «Idépanelet», som blir involvert på ulike måter, i de fleste prosjekter ved tjenesten. Personer i «Idépanelet» har i 2018 bidratt gjennom blant annet fokusgruppemøter der de har gitt innspill til ulike prosjekter. Panelet inviteres inn til to faste møter i året. Utover dette deltar den enkelte etter nærmere avtale med prosjektleder og hva de ønsker å bidra med og har kapasitet til.

I 2018 har vi startet arbeidet med å utvide gruppen med flere personer. Vi ser at samarbeid med erfaringspersoner er en avgjørende bidragsyter til hvordan TIPS Sør-Øst utvikler og driver prosjekter, og utformer tjenester.

### **Regionalt nettverk: Regionale samlinger som møteplass**

TIPS Sør-Øst organiserer og inviterer til *TIPS-regionsamlinger* – en møteplass for alle TIPS team/miljøer i helseregionen. Hensikten med dette er erfaringsutveksling og utvikling og forbedring av tjenester. Nettverket samles årlig og diskuterer problemstillinger på tvers av regionen. Vi har arbeidet med å skape en felles forståelse for hvilke kriterier som bør gjelde for å tilby gode tidlige intervensjonstjenester for psykose/ alvorlig psykisk lidelse. Vi samarbeider også med Helsedirektoratet og TIPS Stavanger om dette.

I 2018 har nettverket hatt et særlig fokus på innføringen av pakkeforløp ved psykose eller mistanke om psykose. Årets samling var organisert som et dialogmøte mellom deltakerne fra regionen, og ansvarlige for utviklingen av pakkeforløpet i Helsedirektoratet. TIPS Sør-Øst samlet innspill fra nettverket til en felles tilbakemelding til Helsedirektoratet.

### **Forskningsnettverk**

TIPS Sør-Øst har en rekke fag- og kvalitetsprosjekter løpende, hvor flere av disse prosjektene også utvikles til forskningsprosjekter. Vi samarbeider spesielt tett med NORMENT ved Oslo universitetssykehus/UiO, men også forskere internasjonalt, spesielt innen familiearbeid ved psykose, og kognitiv terapi ved psykose.

Vi samarbeider også med forskere ved andre helseforetak i regionen.

### **Nasjonalt nettverk – psykoedukativt familiesamarbeid**

Nasjonal gruppe for psykoedukativt familiesamarbeid ble etablert i 2018, og er forankret i TIPS Sør-Øst. I år har man arbeidet med en metodebok for denne behandlingen. Målet er å sikre en metodikk og undervisningsmaterieell som er nasjonalt forankret i den faglige gruppen.

### **Samarbeid om forbedrings- og implementeringsverktøy på nasjonalt nivå**

TIPS Sør-Øst har vært representert i den nasjonale arbeidsgruppen som utvikler digitale gap-undersøkelser for rus- og psykisk helse opp mot nasjonale retningslinjer. Oppdraget er gitt av Helsedirektoratet, og ledes av ROP-tjenesten ved Sykehuset Innlandet. Gap-undersøkelsene er utviklet som et forbedrings- og implementeringsverktøy, og tenkt som et støtteverktøy for ledere med ansvar for implementering.

De digitale gap-undersøkelsene blir publisert januar 2019.

### **Høringsinstans**

TIPS Sør-Øst har vært en sentral høringsinstans i forbindelse med utviklingen av pakkeforløpet for psykose i 2018, og vært en del av referansegruppen. Tjenesten har vært i tett dialog med arbeidsgruppen i Helsedirektoratet, og vi oppfatter å ha en naturlig rolle som bidragsyter når det gjelder implementering av pakkeforløp ved psykose, eller mistanke om psykose, i Helse Sør-Øst.

## Spredningstall for 2018

Gjennom undervisning, veiledningsaktivitet, kurs og konferanser er **over 5000** personer nådd av TIPS Sør-Øst i løpet av 2018. Disse er hovedsakelig fagpersoner som jobber med psykose og bipolar lidelse på de ulike helseforetakene i regionen, men også noen fra primærhelsetjenestene og skoler. Det har blitt undervist, veiledet og formidlet innenfor et bredt spekter av tema knyttet til blant annet psykose, behandling, utredning, tidlig intervensjon og e-helse.

Vi ser en betydelig økning i omfanget fra 2017.

**Over 200 fagpersoner** har fått opplæring og veiledning i psykoedukativt familiesamarbeid dette året. Metoden er anbefalt behandling ved psykose i nasjonale retningslinjer. Tilbudet har blitt benyttet av helseforetak også utenfor egen region, og etterspørselen av kompetanse på denne metodikken er svært høy.

Vi har videreført satsingen på kurs og workshops for terapeuter som ønsker å vedlikeholde kompetanse i kognitiv t terapi ved psykose. **80 terapeuter** gjennomførte et to-dagers seminar med eksperter fra England; Douglas Turkington og Helen Spencer.

Nettportalen [www.psykose-bipolar.no](http://www.psykose-bipolar.no) har hatt **30 000 unike brukere** i løpet av 2018 og har også blitt lenket til som ressurs fra helsenorge.no for diagnosegruppene psykose- og bipolar lidelse.

Kampanjen @psyktgodvenn på Instagram og facebook har henholdsvis **nådd 4000 og 800** følgere i hver sine kanaler i løpet av 2018. Målet er kunnskapsspredning om psykiske lidelser generelt og alvorlige psykiske lidelser spesielt. Ønsket effekt er også mindre stigmatisering av psykiske lidelser i samfunnet.

Informasjonsfilmen «Hva er psykose» har hittil blitt vist nærmere **10 000 ganger på YouTube**, over **100 000 visninger på facebook**, den er **likt av over 600** personer og har blitt **delt nesten 900** ganger fram mot utgangen av 2018. Samme video med engelsk tale har blitt sett **3000** ganger på YouTube, **5500** ganger på facebook.

## Undervisning og forskningsformidling: Hovedaktiviteter i 2018

TIPS Sør-Øst tilbyr undervisning ved etterspørsel av tjenester. Alle ansatte tar på seg undervisningsoppdrag. Vi bistår også med å finne ressurspersoner dersom tjenesten ikke har kompetansen som etterspørres selv. Det tilbys også veiledning av fagpersoner og TIPS team i hele helseregionen.

TIPS Sør-Øst har i sin strategiplan definert spesifikke fokusområder for kompetansespredning, og strategier og tiltak for å oppnå dette. I 2018 har vi hatt spesielt fokus på:

**Kurs i diagnostikk og utredning.** Dette gjelder spesielt symptommål som PANSS og SIPS. Det har blitt holdt flere kurs i både PANSS og SIPS i 2018, og vi har produsert nye opplæringsvideoer med skåringer til bruk i undervisning. Disse er også gjort tilgjengelig for de som ønsker å tilby kurs selv, lokalt på sine enheter. Vi holder også PANSS-forum der det gis veiledning og føres dialog rundt bruk av instrumentene.

**Opplæring i psykoedukativt familiesamarbeid.** Det har vært en spesifikk satsning på implementering av familiesamarbeid i lokale klinikker. Opplæringen blir utarbeidet i samarbeid med lokalt helseforetak og tilhørende kommuner. I disse kursene inngår også veiledning i etterkant som krever



enten oppmøte eller veiledning via helsenett eller lignende løsninger. I 2018 har TIPS Sør-Øst blitt involvert i forskningsprosjektet «Bedre pårørendesamarbeid». Vi bidrar med kunnskap om, og erfaring med implementeringsmetodikk. I tillegg har vi fått ansvar for opplæring og veiledning på selve metoden i dette prosjektet. Se mer om beskrivelsen av prosjektet under omtalen av våre forskningsprosjekter.

**Seminarer og kurs i kognitiv atferdsterapi ved psykose.** TIPS Sør-Øst har tidligere undervist i grunnleggende kognitiv atferdsterapi ved psykose for store deler av regionen. Vi har nå gått et skritt videre og tilbyr etterutdanning på ekspertnivå. Det vil si at vi forutsetter at de som kommer på våre kurs har grunnleggende kunnskaper. Vi har vært så heldige å samarbeide med eksperter på feltet fra England som er førende internasjonalt på dette området.

Vi tilbyr årlige seminarer for fagpersoner med spesifikt fokus på psykoseproblematikk. Dette er spesielt relevant i forhold til kravet som kommer i det nye pakkeforløpet der det forutsettes at pasientene i større grad skal kunne be om kognitiv atferdsterapi som ledd i behandlingen.

**FagTIPS – løpende seminarrekke relatert til psykosefaget.** FagTIPS arrangeres 6 – 8 ganger i året. Dette er gratis seminarer til fagpersoner i regionen. Alle seminarer sendes direkte som webinarer over internett, noe som gjør det mulig å nå fagpersoner og andre interesserte i hele regionen. Tilbakemeldingene har vært positive på dette tiltaket, og er en kjærkommen mulighet for faglig påfyll, selv om man ikke har mulighet til å reise til Oslo for å delta.

Vi erfarer nå at det flere steder arrangeres lokale samlinger der man ser FagTIPS via strømming sammen med kolleger.

**Veiledning.** Det drives utstrakt veiledningsvirksomhet ved TIPS Sør-Øst. Fagpersoner i kjernen og TIPS-konsulenter bruker mye tid på å veilede andre fagpersoner i både utredning og behandling. Det gis veiledning både individuelt og i grupper, både i forbindelse med spesialistløp, i forhold til drøftinger av kasuistikker og differensialdiagnostiske utfordringer, i bruk av utredningsverktøy, i forbindelse med kognitiv terapi og psykoedukativt familiesamarbeid som anbefalte behandlingsmetoder. Det gis også veiledning på organisering og implementering av tidlig intervensjonsarbeid. I tillegg får fire stipendiater veiledning fra kompetansetjenesten, både hoved- og biveiledning.

### Undervisning mot høyskole og universitet

Det siste året har ansatte ved TIPS Sør-Øst undervist studenter både på OsloMet, Psykologisk institutt og Klinisk medisin ved UiO om psykose og tidlig intervensjon. Tjenesten har bidratt til at kunnskap om psykose og tidlig oppdagelse tydeligere er integrert i utdanningsplanene ved disse institusjonene.

### Synlighet og digitale tjenester: Hovedsatsinger 2018

Tjenestene våre er utviklet for å øke kompetansen og fokuset på tidlig intervensjon ved psykose. Viktige tiltak er derfor å formidle og spre informasjon og kunnskap, og gi implementeringsstøtte til regionen. Dette gjøres via ulike tiltak og på ulike nivåer, og i samarbeid med de viktigste målgruppene for oss som er fagpersoner, pasienter og pårørende. Noen viktige tiltak i 2018 har vært:

**Fag til fag: Nettsiden [www.tips-kompetansesenter.no](http://www.tips-kompetansesenter.no)**

Denne nettsiden er utformet hovedsakelig med tanke på fagpersoner, men er også relevant for pasienter og pårørende. Her deler vi relevant og oppdatert fagstoff, formidler tilbud om kurs, seminarer og faglige fora. I 2018 laget vi nye, oppdaterte nettsider innenfor portalen til Oslo universitetssykehus, men med samme nettadresse som tidligere.

**Fag til fag: Digitalt nyhetsbrev**

Det har vært omlag 650 abonnenter som har mottatt informasjon, nyheter og forskningsstoff fra kompetansetjenesten i 2018. Vi sender ut mellom 12 og 15 nyhetsbrev i året. Tidligere har vi hatt et høyere antall abonnenter, men etter at GDPR ble innført sank tallet noe da alt skulle nullstilles. Vi ser imidlertid en jevn stigning i abonnementstallet.

**Fag til fag: Webinarer direkte og i opptak**

I 2018 har vi forbedret tilgjengeligheten til våre fagseminarer (FagTIPS) gjennom tilgang til direkte sendte webinarer. Vi opplever at dette vokser i popularitet, og vi har sett en betydelig økning i antall brukere som kobler seg på når vi har webinarer.

De fleste seminarene er også godkjente som opptak, og ligger derfor tilgjengelig for alle via nettsidene våre. Statistikk viser at disse opptakene har blitt sett av flere hundre personer i løpet av 2018.

**Fag til fag: Samarbeid om konferanser**

En viktig oppgave er samarbeid om konferanser med andre fagmiljøer i landet og internasjonalt. De viktigste konferansene for fagpersoner i vår målgruppe er *Bergen Tidlig Psykosesymposium* BTPS, *Den internasjonale traume, dissosiasjon og psykosekonferanse i Kristiansand* og *Inspirasjonskonferansen* til Norsk Forening for Kognitiv Terapi (NFKT). Dette er viktige møtesteder for både forskning og klinikk, og binder også TIPS Sør-Øst sammen med miljøer som er opptatt av samme tematikk i de andre regionene. Spesielt konferansen i Kristiansand bør trekkes frem som en av de mest populære konferansene for tiden med 400-500 deltagere. TIPS Sør-Øst er svært sentrale i utarbeidelsen av programmet.

**Fag til pasient og pårørende: Nettportalen [www.psykose-bipolar.no](http://www.psykose-bipolar.no):**

Portalen er skrevet av forskere og klinikere i samarbeid med «Idépanelet» (brukerråd) ved TIPS Sør-Øst. Innholdet er spesifikt rettet mot personer som kommer til behandling for psykose- eller bipolar lidelse. Portalen er også til hjelp for pårørende. Den er i tillegg laget med henblikk på å forbedre samhandling og psykoedukasjon i klinisk arbeid.

I 2018 har helsenorge.no lenket til nettportalen som ressurs fra sine nettsider under diagnosebeskrivelser for både psykose- og bipolar lidelse. Analyser viser at det har vært 30 000 brukere inne på nettportalen i løpet av 2018. Vi ser at det er flest brukere i aldersgruppen 25 – 34 (30 %) og at 72,7 % er kvinner.

Tilbakemelding fra ulike faggrupper i helsetjenestene viser at den også brukes i klinikken sammen med pasienter, og at den leses av studenter inne helsefag.

**Fag til allmennheten: «Vær en #psyktgodvenn» - En antistigma-kampanje**

Kampanjen, eller opplysningsarbeidet, har løpt gjennom hele 2018 på Instagram og facebook. Målsettingen er å spre kunnskap om alvorlig psykisk lidelse. Ungdom og unge voksne er en av

hovedmålgruppene. Kampanjen har et tydelig antistigmabudskap, og er ment å bidra til økt kunnskap om disse lidelsene, redusere stigma og samtidig løfte fram en oppmerksomhet på ulike helsetilbud for psykiske vansker.

I 2018 ble det publisert innhold alle ukedager gjennom hele året. Innholdet utformes hovedsakelig av fagpersoner ved TIPS Sør-Øst. Ved årets slutt hadde kontoen nærmere 4000 følgere på Instagram, og omlag 800 på facebook.

Tiltaket vil bli evaluert i 2019. Vi opplever at de resultatene vi kan vise til her gir en tilbakemelding om at materialet brukes og at det blir lest. Dette er også forenelig med de rapportene vi mottar.

### Fag til fag og allmennheten: Video- og undervisningsfilmer

Det er etablert en egen YouTube-kanal med tilgjengelige opplysnings- og undervisningsfilmer.

FagTIPS webinarer ligger tilgjengelig som opptak fra vår fagressurs [www.tips-kompetansesenter.no](http://www.tips-kompetansesenter.no)

### Fag til allmennheten: Oppslag i massemedier 2018

Dato	Kanal	Innhold
22.03.18	Statsspråk/ Språkrådet	Intervju: <a href="https://www.sprakradet.no/Vi-og-vart/hva-skjer/Aktuelt/2018/statssprak-nar-spraket-stemplar/">https://www.sprakradet.no/Vi-og-vart/hva-skjer/Aktuelt/2018/statssprak-nar-spraket-stemplar/</a>
22.03.18	NRK Nyhetsmorgen  NRK nett	Innslag om #psyktgodvenn og intervju med to venner der den ene har vært psykisk syk, samt intervju med TIPS Sør-Øst konsulent Ellen Jakslund i TIPS Drammen, Vestre Viken HF  <a href="https://www.nrk.no/buskerud/-ikke-en-venns-oppgave-av-vaere-terapeut-1.13971918">https://www.nrk.no/buskerud/-ikke-en-venns-oppgave-av-vaere-terapeut-1.13971918</a>
30.05.18	NRK Norgesglasset	Samtale med Kristin Lie Romm om betydningen av sosiale relasjoner og kontakt for helse og psykisk helse
25.06.18	Dagens Medisin	Kronikk: <a href="https://www.dagensmedisin.no/artikler/2018/06/25/store-mangler-for-de-unge/">https://www.dagensmedisin.no/artikler/2018/06/25/store-mangler-for-de-unge/</a>
Oktober 2018	NRKp3	Faglig rådgivning i forbindelse mer research til serien <i>Sinnssykt</i> som sendes på nett-tv og lineær tv vår 2019
17.11.18	NRK nett	Intervju: <a href="https://www.nrk.no/livsstil/dette-kan-du-gjere-om-du-er-bekymra-for-ein-ven-1.14280786">https://www.nrk.no/livsstil/dette-kan-du-gjere-om-du-er-bekymra-for-ein-ven-1.14280786</a>
Desember 2018	Dagsavisen	Kronikk: <a href="https://www.dagsavisen.no/nyemeninger/f%C3%B8r-jeg-g%C3%A5r-doktor-kan-du-anbefale-en-app-mot-depresjon-1.1242897">https://www.dagsavisen.no/nyemeninger/f%C3%B8r-jeg-g%C3%A5r-doktor-kan-du-anbefale-en-app-mot-depresjon-1.1242897</a>

### Forskning og fagutvikling: Hovedaktiviteter 2018

Ved TIPS Sør-Øst driver vi flere forsknings- og fagutviklingsprosjekter. Oppsummert strekker mye av vår aktivitet seg på tvers av regionen og mange ganger på tvers av alle RHF'ene. Vi samarbeider også med internasjonale forskningsmiljøer.

Det er et mål at all vår aktivitet skal ha en overføringsverdi og vi legger vekt på formidling som gjør at vi får aktiviteten vår ut til ulike målgrupper. Nedenfor følger en nærmere beskrivelse av fag- og forskningsprosjekter i 2018.

### Metodebok for familiesamarbeid

Nasjonal gruppe for psykoedukativt familiesamarbeid ble etablert i 2018, og er forankret i TIPS Sør-Øst. I år har gruppen gjennom regelmessige møter arbeidet med en metodebok for denne behandlingen. Metodeboken bygger på David Miklowitz manual. Det er et stort behov for at denne metodikken og tilhørende undervisningsmaterieell er nasjonalt forankret, og denne faglige gruppen tar nå dette ansvaret. Metodeboken vil sikre en tettere og mer omforent forståelse for metoden, og vil bidra til at det jobbes likt over hele landet.

Den nye metodeboken lanseres våren 2019 og skal legges frem på fagkonferansen Bergen Tidlig Psykosesymposium.

### Min Pilot – et digitalt samhandlingsverktøy

I dette prosjektet utvikler vi et digitalt samhandlingsverktøy - «Min Pilot» - (mobilapplikasjon) for pasienter med psykose- eller bipolar lidelse og behandlere. Prosjektet er knyttet til helseinnovasjon, og fikk støttet i form av innovasjonsmidler fra Helse Sør-Øst i 2014. Vi har samlet inn informasjon fra pasienter, pårørende og helsepersonell gjennom intervjuer om digitale vaner og ønsker for fremtidige bruksområder. Med denne innsikten har vi arbeidet med utviklingen av et verktøy utformet som en mobilapplikasjon. Tanken er at verktøyet skal kunne støtte behandling gjennom å tilby skreddersydde tjenester for den enkelte pasient.

Gjennom applikasjonen kan pasienten selv velge hvilke funksjoner som skal være tilgjengelige i forhold til å støtte bedringsprosessen. Det kan være moduler som hjelper til med søvn, medisiner, aktivitet, bivirkninger eller fysisk helse. Det skal være mulig å dele informasjon med sin behandler, dersom man ønsker dette, og applikasjonen henter også informasjon fra nettsiden [www.psykoseboplar.no](http://www.psykoseboplar.no). Vi har jobbet med å utvikle en generisk prototype.

Høsten 2017 bevilget Helse Sør-Øst innovasjonsmidler på ytterligere 750 000 kroner til utvikling av verktøyet. Prosjektet ble videreført i 2018, og vil løpe videre i 2019.

Arbeidet med det digitale verktøyet gjøres i samarbeid med Universitetets senter for informasjonsteknologi, USIT ved Universitetet i Oslo. Det vil foreligge en testbar versjon i løpet av våren 2019. Det er planlagt forskning koplet til dette prosjektet, og vi håper vi kan få flere av regionens helseforetak med på uttesting etter hvert.

### Pilotstudie: "REACT: Relatives Education and Coping Toolkit - en Norsk pilotstudie

REACT er en digital verktøykasse for pårørende til personer med en psykoselidelse. Den skal bidra til en bedret forståelse av hva psykose er, og hjelpe familiemedlemmer og nære pårørende til å kunne mestre de utfordringene som ofte følger med det å ha et sykt familiemedlem.

REACT er utviklet i samarbeid med familiemedlemmer til personer med psykoselidelser og forskere ved Lancaster Care NHS Foundation Trust i England. Pilotstudien har testet ut en norsk versjon der hver deltager er koblet til en forskningssykepleier, som veileder i bruken av verktøyet gjennom tilbud

om ukentlig samtale. Underveis og i etterkant er det samlet inn data for å kunne evaluere opplevelsen av den norske versjonen, nytteverdi, samspill med helsepersonell og kostnader. For å få et mer utfyllende bilde, er et utvalg av deltagerne dybdeintervjuet og vil danne grunnlaget for en forskningsevaluering av programmet.

Deltagerne har vært pårørende til pasienter i behandling for psykose ved Sykehuset i Vestfold og ved Sykehuset i Østfold. Studien er støttet av Helsedirektoratet med 400 000 og ble formelt avsluttet i 2017.

Analyse av materialet er gjennomført, og skriving av forskningsartikkel er planlagt gjennomført innen våren 2019.

### TIPS telefonen og TIPS-tjenesten i Oslo universitetssykehus – tall og erfaringer

TIPS Sør-Øst sitt forbedringsprosjekt «Hjelp meg, det haster!» kom frem til forskjellige løsninger for å forenkle og gi raskere hjelp ved mistanke om psykose ved Oslo universitetssykehus. En av disse forbedringsløsningene var én lavterskel telefon for hele OUS, som hvem som helst kan ringe ved mistanke om utvikling av psykose. For å sikre raskere og kompetente vurderinger satset prosjektet på «spesialist i front» og telefonen var derfor kun administrert av psykiatere eller psykolog spesialister.

Telefonen er tilgjengelig på hverdager fra 08-15:30 og ved vurdert mistanke om psykose er det lovet å gi en tilbakemelding innen 48 timer for en rask vurdering. Det er TIPS teamet ved Nydalen DPS som betjener telefonen. Samtidig med opprettelsen av TIPS-tjeneste telefonen foregikk det en tilhørende informasjonskampanje for å promotere tilbudet. Dette ble gjort primært via oppdaterte nettsider, innlegg på OUS sin blogg «Ekspertsykehuset», sosiale medier samt undervisning internt og ut i bydelene.

Tidligere drift innen tidlig psykosearbeid ved OUS har hatt varierende praksis. Enkelte team har fra tidligere etablert en lavterskel telefon, men har hatt lite mulighet til å promotere denne, mens andre team har valgt å satse på mer tradisjonelle henvisningsformer.

Ved å lansere én telefon for hele OUS hvor både familie, venner eller helsepersonell kan ringe ved bekymring om psykose, håpet en å kunne forbedre og forenkle veien inn til behandling. TIPS-tjeneste telefonen ble startet i januar 2017 og prosjektperioden gikk fra mars'17 til mars'18. Alle telefonhenvendelsene ble registrert i et screeningskjema.

#### **Aktivitet**

Totalt antall registrerte henvendelser i perioden 01/01/17-28/02/18: **61**

Antall henvendelser tatt inn til vurdering eller henvist videre med mistanke om psykose eller annen patologi: **42**

#### **Hvilke tiltak ble gjort?**

Tatt inn til [rask vurdering ved TIPS teamet](#) Nydalen DPS, eller andre steder

[Henvist videre til aktuelle TIPS team](#) eller akutteneheter, eventuelt legevakt

[Rådgivning](#) om videre prosess, hvordan forholde seg til situasjonen og ivaretagelse

Øvrige telefonhenvendelser som ble vurdert til å ikke trenge oppfølging: **19**

Omtrent 30 % av henvendelsene var telefoner som ikke gjaldt mulig førstegangpsykose. Dette var ofte forespørsler på generelt grunnlag om psykose eller behandling, drøfting av pasienter som var i behandling andre steder, pasienter med etablerte psykoselidelser under behandling, generelle spørsmål om telefontjenesten etc.

#### **Hvem er det som ringer på telefonen?**

Av totalt 51 registrerte henvendelser:

Familie/venner, totalt **31**: Mor: **27** Far: **2** Venn: **3**

Helsepersonell: **14** Sosialtjeneste/kommune/skole: **4** Pasienten selv: **2**

#### **Hvor fikk de kjennskap til TIPS telefonen?**

Av totalt 46 registrerte:

Internett søk: **25** Kollega (helsepersonell i psykisk helse): **6** Interesseorganisasjon/hjelpetelefon: **5**  
Foredrag/annen promotering: **4** Helsepersonell (1.linjetjenesten): **4** Flyer: **1** Bekjent: **1**

#### **Hvor lang tid tok hver telefonkonsultasjon?**

**Omtrent 15 min** var registrert gjennomsnittstid brukt på hver telefonsamtale, men kunne variere fra ca.2-3 minutter til ca. 50 min.

#### **Erfaringer oppsummert**

Vi ser at informasjonskampanjer hjelper! TIPS telefonen har gått fra noen få telefoner i året til litt over 60 på litt mer enn et år. Det har vært mest aktivitet på telefonen i mars og oktober, hvilket kan ha sammenheng med promotering (nettlansering med nye hjemmesider for TIPS tjenesten på sykehuset, video innslag på sykehusblogg m.m.) på denne tiden. Samtidig er det statistisk sett ofte flere henvisninger på denne tiden.

TIPS telefonen er et nyttig redskap. Til tross for betydelig økning av henvendelser gjennom prosjektperioden sammenlignet med før, har det likevel vist seg å være praktisk mulig å betjene en slik telefon i en ellers travel klinisk hverdag.

Av de 61 registrerte telefonene var 42 vurdert til å ha behov for videre avklaring for mulig psykose. Dette viser at flertallet (omtrent 60 %) av telefonene er relevante, men gjaldt ofte henvendelser tilhørende andre sykehus enn OUS. TIPS tjeneste telefonen gjelder kun sykehussektoren til OUS, og omtrent 30 % av henvendelsene gjaldt OUS. Dette er positivt og viser hvilken nytte telefontjenesten kan ha som klinisk verktøy. En antar også at det på sikt vil bli mindre henvendelser som anses som ikke relevante ettersom telefontjenesten blir mer kjent. Dette avhenger igjen av at arbeidet med promotering av tilbudet vedlikeholdes og spisses enda mer mot de gruppene vi ikke når.

Vi ser at vi ikke når like godt til områder kjennetegnet av populasjoner med et flertall av immigranter og lavere sosioøkonomisk status, slik som Bjerke. Dette er for øvrig også en utfordring generelt i klinikken. Kan dette skyldes språkbarrierer, kulturelle forskjeller samt mindre populasjon av studenter sammenlignet med andre bydeler? I det videre promoteringsarbeidet vil derfor være viktig å satse mer på dette.

Vi ser at fastleger i liten grad tar i bruk TIPS telefonen. Dette tross i arrangert kveldsundervisning med promotering av tjenesten samt blant annet oppslag i FastlegeNytt. Kan det likevel være vi ikke når fastlegene? Eller er det slik at de stoler mer på etablerte henvisningsformer slik som vanlig papir eller elektronisk henvisning. Eller kan det være at det oppleves mer tidkrevende å ringe? Kan det også være at fastlegene har for lite kunnskap generelt om psykose til å plukke det opp?

At snittalderen er på 22 år viser at TIPS telefonen kan være et nyttig redskap i å nå yngre pasienter. Samtidig ser vi at mindretallet av telefonhenvendelsene gjaldt barn, hvilket kan være uttrykk for de blir «plukket opp» opp av eksisterende helsetjenester. Eller er det uttrykk for det motsatte, altså at det ikke blir forstått som mulig psykose av omsorgspersoner og skole/helsetjenesten. Har BUP andre og mer etablerte kanaler? Eller er det i denne gruppen generelt ofte for tidlige og usikre tegn til å forstå at det handler om mulig psykose? Vi ser i etterkant at det under promoteringsarbeidet nok uansett ble satset for lite på skolene/skolehelsetjenesten. Det vil på sikt være viktig å få til et bedre samarbeid med BUP om dette.

Det er et betydelig flertall av mødre som tar kontakt, men utover prosjektåret tok også flere helsepersonell kontakt. Flertallet av disse var psykologer, og kun noen få leger/psykiatere. Hva er grunnlaget for dette? Mulig psykologer har mindre opplæring/erfaring med psykose og er mer usikre? Dette viser uansett at det nytter å undervise kollegaer, både med tanke på telefontilbudet men også generelt om psykose.

Vi ser at det er behov for å forbedre rutineene rundt fullstendig registrering av screeningskjema. Dette vil kunne gi enda bedre innsikt og forståelse av hvordan forbedre tjenestetilbudet videre.

### TIPS-tjenesten: Evaluering

Formålet med dette prosjektet er å evaluere effekten av å innføre en TIPS-telefon på OUS ved å sammenligne registrerte data før og etter implementering. Hovedformålet er å evaluere hvorvidt de implementerte forbedringstiltakene innen tidlig intervensjon ved psykoselidelser ved OUS, Nydalen DPS og Mortensrud DPS fører til tidligere oppdagelse, målt gjennom varighet av ubehandlet psykose (VUP), økt brukertilfredshet og undersøke hvordan løsningen fungerer i den kliniske hverdagen.

I prosjektet vil det bli samlet inn informasjon fra journaler for å kartlegge veien inn til behandling og VUP før og etter implementeringen av TIPS-telefonen. Studien vil inkludere førstegangpsykosepasienter som kom til behandling i OUS systemet (ila 6 mnd før implementering og ila 6 mnd etter implementering).

### Kartlegging av nettvaner hos unge nysyke

Forskning de siste tiårene har vist at både innhold og timing på første behandling for personer med alvorlig psykisk lidelse er viktig. Det er klare indikasjoner på at forsinket behandling er forbundet med dårligere forløp, og tidlig intervensjon med bedre forløp. Likevel er det mange unge pasienter med alvorlig psykisk lidelse som ikke møter opp i klinikken.

Som et ledd i en satsning som ønsker å undersøke hvorvidt IKT-løsninger kan gjøre avstanden mellom pasient og klinikk kortere, har TIPS Sør-Øst gjennomført en rekke intervjuer og fokusgrupper om digitale vaner hos nysyke pasienter med alvorlig psykisk lidelse, pårørende og behandlere. Målet med intervjuene var å utforske digitale vaner hos unge mennesker med alvorlig psykisk lidelse, erfaringer



med da tilgjengelige informasjonskilder, hvordan symptomer registreres i tilgjengelige smarttelefonapplikasjoner fra det private markedet og hvordan kriser ble håndtert.

Vi ønsket å identifisere mulige barrierer eller mangler, og se på hva som kan bedres med utviklingen av digitale verktøy som støtte til å forbedre samhandlingen mellom nysyke pasienter, pårørende og helsevesenet. Intervjuene ble gjort som forarbeid til det som endte opp med nettsiden [www.psykose-bipolar.no](http://www.psykose-bipolar.no) og samhandlingsverktøyet MinPilot.

Det er nå planlagt å sammenstille resultatene fra disse intervjuene i en kvalitativ artikkel. Intervjuene har blitt transkribert i 2018 og artikkelen ventes ferdigstilt i løpet av 2019.

### Recovery, wellbeing og stigma

Dette er et sub-prosjekt i tilknytning til «Langtidsoppfølgingen i TOP prosjektet» (NORMENT). Hovedmålet er å øke kunnskap om bedring ved psykoselidelse; hvordan vi forstår det, hvor mange som oppnår det og hva som påvirker det. Dette er viktige spørsmål for personer som nylig er diagnostisert med en psykoselidelse og deres pårørende. Økt kunnskap om dette vil kunne ha betydning for behandling.

Vi har noe, men begrenset kunnskap om hvordan det går med personer med psykoselidelser over tid og hvor mange som blir bedre, men vi vet at det avhenger av hvordan vi definerer bedring. I de store langtidsoppfølgingsstudiene og i klinikk forstås bedring oftest som en objektiv vurdering av selve sykdomstegnene, dvs. lav grad av eller fravær av symptomer og funksjonssvikt, ofte kalt *klinisk recovery*. Brukerorganisasjonene derimot, forstår det som en subjektiv vurdering av bedring i form av økt deltakelse og mestring uavhengig av symptomer, ofte kalt *personlig recovery*. En meta-analyse har funnet at fem faktorer er særlig viktig i denne bedringsprosessen; relasjoner, håp, identitet, mening i livet og autonomi. En tredje måte vi kan forstå bedring på er i form av økt *wellbeing*, også kalt subjektiv livskvalitet, lykke eller flourishing. Dette omfatter fornøydhet med livet og positive følelser, samt faktorer som overlapper med personlig recovery.

Oversiktsstudier viser at mange med psykoselidelse oppnår klinisk recovery og personlig recovery, samt at man kan oppnå den ene uten den andre. Dette tyder på at klinisk- og personlig recovery er forskjellige fenomen som ikke overlapper. Noen få studier viser at personer med psykoselidelse også kan ha relativt høy grad av wellbeing selv om de fremdeles har symptomer og strever med fungering i hverdagen. Dette tyder på at positiv psykisk helse og psykiske vansker ikke nødvendigvis er motpoler. Det er behov for mer kunnskap om wellbeing ved psykoselidelse. Det er også behov for forskning på hvordan disse forskjellige forståelsene av bedring utvikler seg over tid i en bedringsprosess, samt hvordan de henger sammen med hverandre og med opplevelse av stigma. Ikke minst er det behov for mer kunnskap om hva personer med psykoselidelse opplever som viktige faktorer for å fremme disse forskjellige aspektene av bedring.

Prosjektet er tredelt. Første del har undersøkt bedring første året etter start av behandling for en psykoselidelse. Dette er basert på kvantitative data fra 1 års oppfølgingen i TOP, og har resultert i tre artikler som omhandler *Early clinical recovery* (Simonsen et al, 2017), *Self-rated disability* (Simonsen et al, 2018) og *Experienced stigma* (under arbeid). Andre del av prosjektet skal undersøke bedring 10 år etter behandlingsstart for en psykoselidelse. Dette er basert på kvantitative data fra 10 års oppfølgingen i TOP. Det er planlagt tre artikler som vil omhandle; 1. *Clinical and personal recovery*, 2. *Aspects of treatment considered particularly helpful*, 3. *Internalised stigma and its relationship with recovery*. Tredje del av prosjektet vil undersøke bedring 10 år etter behandlingsstart basert på kvalitative data (innsamling 2019-2020). Planen er å intervju en subgruppe av deltakerne i 10 års oppfølgingen i TOP med fokus på hva de synes har vært viktig for å fremme deres bedring i form av klinisk- og personlig recovery og wellbeing.



## Prospektiv studie om psykoserisiko og forstyrrelser i selvopplevelse

Intervensjon før første psykoseepisode er gunstig prognostisk, kan styrke effekten av behandling, og utsette eller forhindre utvikling av psykose. Fokus på selvforstyrrelser (SF) i schizofrenispekteret og i prodromal/risikotilstander er økende internasjonalt. Forskningsbasert kunnskap om selvforstyrrelser ved psykoserisikotilstander kan bidra til å forbedre tidlig oppdagelse, øke kunnskap om psykopatologi, og kan ha en betydelig klinisk relevans for terapi.

Kun én studie er utført prospektivt på forløpet av SF hos personer med økt psykoserisiko. Vår studie undersøker dette hos pasienter definert som clinical high-risk (CHR). Instrumentet EASE benyttes i kartleggingen av SF. Det undersøkes om SF er assosiert med positive og negative symptomer, desorganiseringssymptomer, generelle symptomer, psykososial funksjon, fungering under oppvekst og barndomstraumer, både ved «baseline» og ved ettårsoppfølging. Det foretas også hjerneavbildningsundersøkelser, gen- og biologiske prøver, og nevrokognitive tester.

Inklusjonen startet august 2012 og ble avsluttet desember 2015. 40 pasienter, alder 15-30 år, ble inkludert fra fem TIPS-sentra, samt fra psykoseteam og poliklinikker i Oslo, A-hus og Vestre Viken. To ble senere ekskludert, så endelig tall for inklusjon ved baseline var 38. Ettårsoppfølging ble ferdigstilt februar 2017. 32 pasienter gjennomførte alle oppfølgingsundersøkelsene.

En artikkel ble ferdigstilt i løpet av 2017, og ble publisert i «Psychopathology» i mai 2018. Tittel på artikkelen er: *Anomalous self-experiences: markers of schizophrenia vulnerability or symptoms of depersonalization disorder? A phenomenological investigation of two cases.*

Artikkel nummer to undersøker sammenhenger mellom SF, andre symptomer, global/psykososial funksjon (nåværende og i barndommen) og barndomstraumer ved baseline.

I løpet av våren 2019 vil forløpsdata bli analysert og sammenlignet med baselinedata. To artikler vil bli basert på disse analysene. I artikkel 3 planlegges undersøkt symptomutvikling og funksjon etter 1 år i lys av alvorlighet og nivå av selvforstyrrelser ved baseline. Artikkel 3 vil legge vekt på kliniske data på de to måletidspunktene om selvforstyrrelser, risikosymptomer og funksjon, muligens også i lys av bakgrunnsvariabler som barndomstraumer og fungering under oppvekst.

## Kreativ skriving

Prosjektet er et samarbeid mellom TIPS Sør-Øst /Oslo universitetssykehus, Universitetet i Oslo og VID vitenskapelige høgskole. Prosjektet vil igangsette og prøve ut et kurs i kreativ skriving for unge voksne med psykose. Formålet med studien er å undersøke hvordan unge voksne med psykose opplever å være med i en kreativ skrivegruppe.

Kurset vil gå over 6-8 ganger à to timer. Underveis i kurset vil deltagerne bli gitt muligheten til å skrive tekster i ulike litterære sjangre. Tekstene vil bli lest høyt i gruppa. Målet er å få til gode diskusjoner der fokuset er på tekstenes gode kvaliteter. I etterkant vil det gjøres kvalitative intervjuer med deltagerne, og tekstene vil samles inn for analyse. Tekster, observasjoner og kvalitative intervjuer vil bli analysert og brukt i vitenskapelige artikler og foredrag.

Planleggingen av kurset har foregått vår og høst 2018. Oppstart av skrivegruppen er 29. januar 2019. Transkribering, analyse og artikkelskriving vil foregå fortløpende og er planlagt sluttført i 2020.

## Forskningsprosjekt om søvn og psykose

TIPS Sør-Øst er i planleggingsfasen når det gjelder et større forskningsprosjekt om søvn og psykose. Psykoselidelser som schizofreni ble forbundet med forstyrret søvn allerede av Kraepelin på begynnelsen av 1900-tallet. Nyere studier viser at forstyrret søvn er blant de vanligste symptomene i prodromalfasen før psykose. Opptil 80 prosent av pasienter med psykoselidelser har forstyrret søvn,

blant annet i form av avvikende søvnarkitektur og søvnlidelser som insomni, obstruktiv søvnapné og periodiske beinbevegelser. Videre er forstyrret døgnrytme ofte komorbid med psykoselidelser.

Søvnproblemer er forbundet med redusert livskvalitet, kognitive vansker, dårligere fungering og positive- og negative symptomer. Pasientene rapporterer selv store negative konsekvenser av forstyrret søvn og ønsker behandling. Til tross for at søvn og psykose har en lang historie, er det først nylig fremsatt hypotese om at søvnforstyrrelser bidrar til psykosestart og forverring av psykotiske symptomer. Dette innebærer at søvn er et potensielt viktig fokusområde for tidlig intervensjon ved psykose. Det kan også argumenteres for at søvnproblemer ved psykose må behandles i sin egen rett, uavhengig av eventuell kobling til psykosefenomener. Forskning på søvnforstyrrelser i denne pasientgruppen er imidlertid preget av små studier og heterogen metodologi.

Gjennom 2018 er det ved TIPS Sør-Øst gjort forarbeid til forskningsprosjektet om søvn og psykose, blant annet i form av litteraturgjennomgang og deltagelse på kurs om søvn, søvnlidelser og behandling av søvnproblemer. En britisk studie (Rehman et al, 2016) har vist at helsepersonell bekrefter høy forekomst av søvnproblemer hos pasienter med psykoselidelser, men at problemene stort sett utredes ustrukturert og at anbefalte behandlingstilnærminger sjelden blir benyttet.

En norsk studie viser at helsepersonell har lavt til moderat kunnskapsnivå om søvn generelt (Wilson, Pallesen & Bjorvatn, 2017). Ved TIPS Sør-Øst ønsket vi derfor å kartlegge klinikerens oppfatning av søvnproblemer ved psykose, og hvordan problemene ivaretas i Helse Sør-Øst. Vi oversatte spørsmålene som ble benyttet i studien til Rehman og kollegaer. Vi la til enkelte tilleggsspørsmål om type medikamenter som tas i bruk ved søvnproblematikk. Vi utformet undersøkelsen som en Questback, og høsten 2017 sendte vi undersøkelsen på e-post til helsepersonell ved avdelinger som driver psykosebehandling i Helse Sør-Øst.

Totalt 203 klinikere fullførte undersøkelsen. Resultatene ble godkjent som del av symposium til The International Conference on Early Intervention in Mental Health, og det er planlagt publisering på disse dataene i 2019.

Oppsummert er det behov for mer forskning for å kartlegge hvilke søvnproblemer pasienter med psykoselidelser plages av og på hvilke måter de er knyttet til psykoselidelsen. Det er også behov for mer kunnskap om behandling av søvnproblemer blant klinikere

### Bedre pårørendesamarbeid ved psykose

Prosjektet Bedre pårørendesamarbeid (BPS) er et samarbeidsprosjekt mellom Institutt for helse og samfunn (Senter for medisinsk etikk), ved Universitetet i Oslo og Forskningsrådet. Øvrige «prosjektpartnere» i BPS er OsloMet (Arbeidsforskningsinstituttet) og Akershus universitetssykehus (FOU-avdelingen psykisk helsevern).

Hovedmålet med dette prosjektet er å bedre samarbeidet mellom pårørende, brukere og de profesjonelle, og slik bedre den psykososiale helsen til brukerne og pårørende, samt kvaliteten på tjenestene. Det vil skje gjennom følgende delmål:

- Kartlegge i hvilken grad utvalgte anbefalinger for pårørendesamarbeid ved alvorlige psykiske problemer blir brukt.
- Undersøke hemmere og fremmere for godt pårørendesamarbeid på ulike nivå.
- Utforske de viktigste etiske utfordringene og hvordan disse kan håndteres.

- Forbedre implementeringen av de utvalgte anbefalingene
- Undersøke betydningen av bedre implementering av familiesamarbeid for brukerne, pårørende, ansatte og tjenestene.
- Undersøke om gevinstene ved bedre familiesamarbeid står i forhold til kostnadene.

Et antall enheter på DPS-nivå vil delta fra høsten 2018 til høsten 2020. Halvparten av enhetene vil få ekstra implementeringsstøtte i intervensjonsperioden etter loddtrekning. De andre enhetene vil få ekstra implementeringsstøtte etter intervensjonsperioden. Ved hver enhet vil noen pasienter med deres nærmeste pårørende bli inkludert i studien etter informert samtykke.

TIPS Sør-Øst er med som partner ved å bidra med opplæringen og implementeringsstøtten til deltakende helseforetak/DPS/enheter, og vil bidra som medforskere/medforfattere. Vi vil også ha et eget prosjekt som dreier seg om evaluering av SIM-lab som ledd i opplæringen.

### **Ekstreme utfordringer - Psykopatologi, organisering av behandling og opplevelser blant psykiatriske pasienter med alvorlig selvskading i Norge**

Fokuset i prosjektet er på pasienter med alvorlig, truende selvskading eller selvmordsatferd, med omfattende og / eller flere sykehusinnleggelse. Utfordringene er store, både sett fra pasientperspektiv og fra et helsetjenesteperspektiv. Pasientene har svært selvdestruktiv atferd, og de etiske, terapeutiske og personlige aspektene knyttet til å yte helsetjenester i slike situasjoner, representerer også ekstreme utfordringer for helsetjenestene. Disse utfordringene er nylig blitt fremhevet i norske medier og offentliggjort. Likevel er forskning på denne målgruppen sparsom.

Prosjektet vil primært bidra til en bredere forståelse av psykopatologi blant pasienter med alvorlig selvskading. Mange av disse gir differensialdiagnostiske utfordringer. Det er ikke uvanlig å finne denne typen symptomer også innfor psykosespekteret. Det er imidlertid ofte stor uenighet om hvordan dette skal gripes an. En viktig målsetning med prosjektet er å gi et grunnlag for mer effektive strategier for forebygging og behandling. Vi håper ny kunnskap vil legge til rette for bedre samarbeid på tvers av helsetjenestene - samarbeid, som er godt tilpasset pasienten og maksimerer potensialet til hvert nivå.

Prosjektet er ledet av Nasjonal kompetansetjeneste for personlighetspsykiatri (NAPP), Seksjon for personlighetspsykiatri ved Oslo universitetssykehus. TIPS Sør-Øst er del av den nasjonale Lisa.Nilsen@kaffeknappen.noprojektgruppen og det er finansiert en stipendiat til stillingen via Extrastiftelsen.

TIPS Sør-Øst har et ekstra ansvar i gruppen som legger til rette for opplæring i protokoll i forbindelse med studien. Videre er vi involvert i analyse og sammenskriving av resultater.

### **Alvorlig psykisk lidelse og affekter**

I dette prosjektet som gjøres i samarbeid med klinisk gruppe på NORMENT undersøkes forholdet mellom mål på polygen risiko og affektabilitet hos pasienter med bipolar lidelse. Det gjennomføres dessuten en systematisk litteraturgjennomgang og metaanalyse over forekomsten av psykose i bipolar lidelse generelt, samt i forskjellige undergrupper av bipolar lidelse.

## Bipolarenhet ved Nydalen DPS - forskningsklinikk for pasienter med bipolar lidelse

Gjennom en samarbeidsprosess i 2017- 2018 har forskere ved SFF NORMENT, Seksjon for psykoseforskning, TIPS Sør-Øst og kliniske ledere ved Nydalen DPS laget en plan for etablering av en ny, spesialisert klinisk forskningsenhet for pasienter med bipolar lidelse ved Oslo universitetssykehus; *Bipolarenheten*. Hovedmålgruppen er nysyke pasienter med bipolar lidelse, samt pasienter med kompliserende tilleggslidelser og dårlig behandlingsrespons. I november 2017 vedtok ledelsen ved Klinik for Psykisk Helse og Avhengighet, OUS, at *Bipolarenheten* skulle opprettes ved NDPS. Stillinger lyses ut i begynnelsen av 2019, og det er planlagt at enheten skal opprettes i løpet av første halvår 2019.

TIPS Sør-Øst er inne som samarbeidspartner i prosjektet gjennom psykologspesialist/postdoktor som er ansatt ved TIPS Sør-Øst med en bistilling på NORMENT (UiO).

Enheden vil som en begynnelse tilby state-of-the-art utredning og behandling av bipolar lidelse, samt gi behandlingsanbefalinger for videre forløp. Alle pasienter inviteres til å delta i forskning. Dette basert på en fransk modell som har vist god effekt på kort og lang sikt. Enheden vil utover brobygging mellom forskning og klinisk praksis, utgjøre en verdifull plattform for klinisk orientert og longitudinell forskning på bipolar lidelse fremover.

Nasjonal og internasjonal forskning har vist at de første symptomene ved alvorlig psykisk lidelse ikke nødvendigvis er spesifikke for de enkelte lidelsene, og at det kan være vanskelig å avgjøre om sykdomsbildet vil utvikle seg til en affektiv eller ikke-affektiv psykotisk lidelse, eller noe annet. Derfor vil også samarbeid med TIPS-teamet ved Nydalen DPS være viktig for *Bipolarenheten* og vice versa.

## Vitenskapelige publikasjoner og formidling 2018

### IEPA 11: International Conference in Early Intervention in Mental Health

Ansatte ved TIPS Sør-Øst fikk akseptert innlegg og postere til konferansen som ble arrangert i Boston 2018.

#### Innlegg:

«*Opening the Curtains for Better Sleep in Psychotic Disorders*»

Elizabeth Ann Barrett<sup>1</sup>, Sofie Ragnhild Aminoff<sup>1,2</sup>, Carmen Simonsen<sup>1</sup>, Kristin Lie Romm<sup>1,2</sup>; <sup>1</sup>Division of Mental Health and Addiction, Oslo University Hospital Trust, Norway, <sup>2</sup>NORMENT, KG Jebsen Centre for Psychosis Research, Oslo University Hospital & University of Oslo, Norway.

«*Affective Lability and Polygenic Risk in Bipolar Disorder*»

Sofie Ragnhild Aminoff<sup>1,2</sup>, Chantal Henry<sup>3,4,5,6,7</sup>, Francesco Bettella<sup>2</sup>, Bruno Etain<sup>3,5,8</sup>, Akiah O. Berg<sup>1,2</sup>, Trine V. Lagerberg<sup>1,2</sup>, Thomas Bjella<sup>1,2</sup>, Monica Aas<sup>1,2</sup>, Srdjan Djurovic<sup>1</sup>, Frank Bellivier<sup>3,5,8</sup>, Ole A. Andreassen<sup>1,2,4</sup>, Ingrid Melle<sup>1,2</sup>; <sup>1</sup>Oslo University Hospital, <sup>2</sup>University of Oslo, <sup>3</sup>AP-HP- Hôpitaux Universitaires Henri Mondor, <sup>4</sup>ENBREC, European Network of Bipolar Research Expert Centres, <sup>5</sup>Fondation Fondamentale, <sup>6</sup>Inserm-U955, <sup>7</sup>Université Paris Est Créteil Val de Marne, <sup>8</sup>AP-HP- Hôpital Fernand Widal

#### Postere:

«*Experienced stigma in first-episode psychosis: a 1-year follow-up study*»

Carmen Simonsen<sup>1,2</sup>, Ann Faerden<sup>1</sup>, Kristin Lie Romm<sup>1,2</sup>, Elizabeth Ann Barrett<sup>1,2</sup>, Torill Ueland<sup>1</sup>, Ole Andreassen<sup>1</sup>, Ingrid Melle<sup>1</sup>; <sup>1</sup>NORMENT, Division of Mental Health and Addiction, Oslo University Hospital & Institute of Clinical Medicine, University of Oslo, Norway, <sup>2</sup>Early Intervention in Psychosis Advisory Unit for South-East Norway, Division of Mental Health and Addiction, Oslo University Hospital, Norway

«*Self-disorders, clinical symptomatology, functioning and trauma in clinical high risk (CHR) for psychosis*»

Tor Gunnar Værnes<sup>1</sup>, Jan Ivar Røssberg<sup>1,2</sup>, Paul Møller<sup>3</sup>; <sup>1</sup>Oslo University Hospital, <sup>2</sup>University of Oslo, <sup>3</sup>Vestre Viken Hospital Trust

## Vitenskapelige publikasjoner 2018

[Holth F, Walby F, Røstbakken T, Lunde I, Ringen PA, Ramleth RK, Romm KL, Tveit T, Torgersen T, Urnes Ø, Kvarstein EH](#)

*Extreme challenges: psychiatric inpatients with severe self-harming behavior in Norway: a national screening investigation.*

Nord J Psychiatry 2018 Oct 23. Epub 2018 okt 23

PMID: 30348040

[Gardsjord ES, Romm KL, Røssberg JI, Friis S, Barder HE, Evensen J, Haahr U, ten Velden Hegelstad W, Joa I, Johannessen JO, Langeveld J, Larsen TK, Opjordsmoen S, Rund BR, Simonsen E, Vaglum P, Melle I](#)  
*Depression and functioning are important to subjective quality of life after a first episode psychosis.*

Compr Psychiatry 2018 Oct;86():107-114. Epub 2018 jul 30

PMID: 30114656

[Lyngstad SH, Gardsjord ES, Simonsen C, Engen MJ, Romm KL, Melle I, Færden A](#)

*Consequences of persistent depression and apathy in first-episode psychosis - A one-year follow-up study.*

Compr Psychiatry 2018 Oct;86():60-66. Epub 2018 jul 29

PMID: 30081208

[Simonsen C, Faerden A, Ueland T, Vaskinn A, Bjella T, Andreassen O, Romm KL, Melle I](#)

*Self-rated disability in first treated episode of psychosis: A 1-year follow-up study.*

Compr Psychiatry 2018 Aug;85():48-54. Epub 2018 jun 19

PMID: 29981504

[Gardsjord ES, Romm KL, Røssberg JI, Friis S, Barder HE, Evensen J, Haahr U, ten Velden Hegelstad W, Joa I, Johannessen JO, Langeveld J, Larsen TK, Opjordsmoen S, Rund BR, Simonsen E, Vaglum P, McGlashan T, Melle I](#)

*Is going into stable symptomatic remission associated with a more positive development of life satisfaction? A 10-year follow-up study of first episode psychosis.*

Schizophr Res 2018 03;193():364-369. Epub 2017 jul 9

PMID: 28701275

[Demmo C, Lagerberg TV, Kvitland LR, Aminoff SR, Hellvin T, Simonsen C, Haatveit B, Andreassen OA, Melle I, Ueland T](#)

*Neurocognitive functioning, clinical course and functional outcome in first-treatment bipolar I disorder patients with and without clinical relapse: A 1-year follow-up study.*

Bipolar Disord 2018 05;20(3):228-237. Epub 2017 nov 9

PMID: 29121444

[Berg AO, Barrett EA, Nerhus M, Büchman C, Simonsen C, Faerden A, Andreassen OA, Melle I](#)

*Psychosis: clinical insight and beliefs in immigrants in their first episode.*

Early Interv Psychiatry 2018 04;12(2):185-192. Epub 2015 des 10

PMID: 26663787

[Værnes TG, Røssberg JI, Møller P](#)

*Anomalous Self-Experiences: Markers of Schizophrenia Vulnerability or Symptoms of Depersonalization Disorder? A Phenomenological Investigation of Two Cases.*

Psychopathology 2018;51(3):198-209. Epub 2018 mai 4

PMID: 29730662

[Faerden A, Lyngstad SH, Simonsen C, Ringen PA, Papsuev O, Dieset I, Andreassen OA, Agartz I, Marder SR, Melle I](#)

*Reliability and validity of the self-report version of the apathy evaluation scale in first-episode Psychosis: Concordance with the clinical version at baseline and 12 months follow-up.*

Psychiatry Res 2018 09;267():140-147. Epub 2018 mai 31

PMID: 2990668

## Lokalt arbeid i regionen: Hovedaktiviteter 2018

TIPS-konsulentene er involvert i undervisning, fagutvikling, implementering av retningslinjer, veiledning og organisering av kurs og seminarer lokalt. TIPS-konsulentene ivaretar kompetanseheving og fokus på klinisk arbeid rettet mot pasientgruppen på systemnivå. TIPS-konsulentene har også tiltak rettet mot kommunehelsetjenestene, med særlig blikk på samhandling rundt pasientene, og overføring av kompetanse mellom tjenestenivåene. TIPS-konsulentene og kjernen møtes jevnlig for samarbeid om planer og strategier, og utveksling av erfaringer som del av implementeringsstøtten.

## Vestre Viken: TIPS Asker, Røyken og Hurum

Dette året har TIPS-konsulentens stillingsandel for opptaksområdet Asker, Røyken og Hurum blitt redusert fra 30 % til 20 %. Dette grunnet bemanningssituasjonen, og etter ønsker fra ledelsen i Vestre Viken. TIPS Asker, Røyken og Hurum (TIPS ARH) viderefører det polikliniske lavterskel- og tidlig intervensjonstilbud til unge mellom 15-30 år. TIPS ARH er tverrfaglig sammensatt og har fire behandlerstillinger og en sekretær. Teamet har oppsøkende, utrednings- og behandlings funksjon. I 2018 har det vært mindre kapasitet til oppsøkende- og undervisningsvirksomhet, men teamet har veilednings-, rådgivnings- og undervisningsoppgaver.

Bærum DPS har ikke opprettet et særskilt, lavterskel tidlig intervensjons-team og vil gi målgruppen et tilbud innen den eksisterende organisering i BDPS og via USUH ved ADPS.

Etter nedleggningen av 11 døgnplasser for unge med psykose eller annen alvorlig lidelse (Seksjon Hvalstadåsen og Utredningsseksjon for Unge) er det etablert en ny døgnseksjon med 6 plasser for målgruppen i Asker, Røyken, Hurum og Bærum; Utredningsseksjon for unge, Hvalstadåsen (USUH). Seksjonen har i utgangspunktet tilbud om en liggetid på åtte uker. I tillegg til døgntilbud har seksjonen mulighet til ambulant oppfølging både før og etter innleggelse. Det er i tillegg tilbud om poliklinisk oppfølging og dagpasient tilbud, også for pasienter som er i poliklinisk behandling ved andre seksjoner.

### Forskningsformidling

Professor Anne Grethe Torgalsbøen fra Psykologisk Institutt (UIO) holdt foredrag 9. mars på Asker DPS om forskning på unge med førstegangpsykose. Forelesingen var basert på fullt datasett av 6 års oppfølging i forskningsprosjektet «Bedring ved psykose». En del pasienter i prosjektet er rekruttert fra Asker og Bærum. Tilhørerne var behandlere fra BUP og VOP i Asker og Bærum, men arrangementet var også åpent for andre inviterte i Vestre Viken. 30 deltakere

### Kompetansenettverk

Det ble opprettet andre felles fora for samarbeid og utveksling av faglig kompetanse:

- Asker BUP har etablert en egen psykosekompetansegruppe i poliklinikken som i 2018 jevnlig har hatt møter med TIPS AHR for drøfting av saker og gjensidig utveksling av kompetanse.
- USUH og TIPS Asker har felles inntaksmøter en gang ukentlig og det er mulighet for felles kliniske drøftingsmøter to ganger i måneden.
- Det regionale nettverket for kognitiv terapi i barne- og ungdomspsykiatrien (KAT i BUP) har hatt fire samlinger. TIPS-konsulenten har deltatt på tre av disse i 2018.

### Pårørendearbeid

#### Metodekurs:

I 2018 har TIPS-konsulenten bidratt som undervisnings- og veiledningsansvarlig i samarbeid med FoU på to seksdagers metodekurs i Psykoedukativt familiearbeid. I februar og i september. Kursene er et tilbud til behandlere/ ansatte i spesialisthelsetjenesten i hele Vestre Viken både i barnepsykiatrien og voksenpsykiatrien. Det er også åpnet opp for fagpersoner som jobber med psykisk helse i kommunene.



### Løpende veiledning:

Løpende veiledning i psykoedukativt familiesamarbeid på USUH i samarbeid med Mia Iversen fra FoU. Sporadisk veiledning i psykoedukativt familiesamarbeid ved BUP Bærum.

### Pårørendekvelder:

I 2018 har det blitt arrangert 2 familiekvelder, der foreldre/andre pårørende til pasienter i behandling på TIPS eller USUH, blir invitert.

### **Kognitiv terapi/kognitiv miljøterapi v/psykose**

#### Veiledningsoppgaver:

Personalgruppen ved USU (Utrednings seksjon for Unge) har fått seks gruppeveiledninger i 2018

### **Undervisning**

Seminar om psykose og bipolar lidelse hos ungdom og unge voksne oktober 2018. Seminaret arrangeres av FOU Vestre Viken, BUPA v/Fjellbrott og TIPS-konsulentene i Vestre Viken.

Tema: «Alvorlig psykisk lidelse hos ungdom/unge voksne», «Psykoedukativt familiesamarbeid» og «Hvordan leve med bipolar lidelse» (ved erfaringsformidler).

Målgruppe var fagpersoner og samarbeidspartnere fra spesialisthelsetjeneste og kommuner i Vestre Viken og det var 80 deltakere.

### **Andre oppgaver**

TIPS-konsulenten representerer TIPS ARH i Innføringsteamet for Pakkeforløp ved Asker DPS. Er involvert i forskningsprosjektet Bedre pårørendesamarbeid for TIPS AHR

## **Vestre Viken: TIPS Drammen, Lier, Nedre Eiker, Sande og Svelvik**

Mye av TIPS-konsulentens arbeid er langsgående prosjekter med liten endring fra år til år. Dette gjelder ikke minst informasjons- og undervisningsarbeid som må gjentas med jevne mellomrom for at kunnskap skal opprettholdes hos mennesker som arbeider på arenaer der unge ferdes, og som treffer unge som har utviklet alvorlig psykisk eller står i fare for å gjøre det. I 2018 har bl.a. samtlige ungdomsveiledere i NAV Buskerud hatt tilbud om undervisning i form av mini-seminarer.

### **Undervisning og informasjonsarbeid**

- Informasjon om psykose og betydning av tidlig intervensjon, TIPS-telefon og behandlingstilbud i TIPS Drammen (for Drammen, Lier, Nedre Eiker, Sande og Svelvik)
  - Fokus på personale/samarbeidspartnere som ser unge mennesker jevnlig og kan fange opp bekymring tidlig: lavterskeltilbud i kommunene, helsesøstre, pedagoger, elever i videregående skole, NAV
- Medarrangør for undervisningsseminar om psykose for fagfolk/samarbeidspartnere i Vestre Viken. Gratis halvdagsseminar med 80-100 deltagere som arrangeres årlig i samarbeid mellom FoU, BUPA og TIPS-konsulentene i Vestre Viken.
- Rådgivning i enkeltsaker
- Videreformidling av artikler og kompetansehevingstilbud ved TIPS Sør-Øst
- Informasjon om nettsiden psykose-bipolar som arbeidsredskap med praktisk gjennomgang av strukturen til behandlere i spesialisthelsetjenesten og kommune, studenter i veiledning og aktuelle samarbeidspartnere
- Informasjon om antistigmakampanjen @psykose-bipolar: i forbindelse med all undervisning, møter og gjennom innslag i media. En hyggelig effekt av dette er at en gruppe ungdommer



fra videregående skole nå jobber med å utvikle og arrangere kurs for å rekruttere unge som vil bli støttekontakt, i forbindelse med deres oppgave i faget Ungt entreprenørskap/Ungdomsbedrift.

### **Implementeringsarbeid**

#### Nettverket KAT for Barn og Unge

Administrasjon av regionalt nettverk som samles to ganger per semester på TIPS Sør-Øst.

Målgruppen er behandlere i BUP og TIPS-team i Helse Sør-Øst. Nettverkets formål er å være en arena for erfaringsutveksling og et bidrag til styrket kompetanse og trygghet hos kognitive terapeuter i psykosebehandling av barn og unge. Deltagere drøfter kliniske saker med fokus på kognitiv terapi. Kunnskap, artikler o.l. deles. Aktuelt fagstoff leses felles mellom samlingene og drøftes.

En felles erfaring og bekymring som har hatt fokus siste år er det miljøterapeutiske tilbudet til nysyke psykosepasienter har fått dårligere kår flere steder når andre pasientgrupper får behandlingstilbud i samme enheter. Hvordan håndtere faglige utfordringer knyttet til dette?

#### Veiledning i kognitiv terapi

Veiledning i gruppe ved BUPA Fjellbrått første halvår. Videreføring av veiledning som ble startet i forbindelse med kurs i kognitiv terapi som ble gjennomført for hele personalgruppen i 2016. Veiledningens formål har vært å vedlikeholde og styrke kognitiv tilnærming og kompetanse. Fokus har i hovedsak vært på miljøterapi med implementering av Hjelpéhånda som arbeidsredskap, men også individualterapi tas opp til veiledning. I tillegg til veiledningen ble det holdt en internundervisning i kognitiv miljøterapi som oppfriskningskurs for personalet som hadde gjennomgått 6-dagers kurs tidligere samt som en innføring for nyansatte.

Fra høsten har veiledningen blitt nedprioritert i forbindelse med blant annet omorganiseringer som gjorde det vanskelig å få samlet personalet.

#### Implementering av pakkeforløp

TIPS konsulenten er medlem av arbeidsgruppe for implementering i Drammen DPS med spesielt fokus på tidlig intervensjon og nysyke.

#### Arbeidsgruppe TIPS

Holder tak i organiseringen av TIPS-funksjonen i Drammen DPS og argumenterer for ressursbruk. I en periode med omorganisering, fokus på FACT-team og endringer i personalgruppen er det behov å holde fokuset på TIPS aktivt oppe. TIPS-konsulenten har derfor tatt initiativ til å gjenopprette arbeidsgruppe for TIPS-funksjonen og administrerer denne.

## **Sykehuset Innlandet**

### **Implementering og forbedring**

Sykehuset Innlandet Div. psykisk helsevern har siden 2016 deltatt i et nasjonalt kvalitets- og forbedringsprosjekt, «Bedre psykosebehandling», <http://www.bedrepsykosebehandling.no>. Første halvdel av 2018 bestod i å avrunde den lokale implementeringsstøtten til deltakende enheter. Parallelt opprettet SIHF div. psykisk helsevern opp arbeidsgruppe for implementering av pakkeforløp. TIPS konsulenten ble inkludert i denne arbeidsgruppen med hovedarbeidsoppgave å sørge for den

interne implementeringsprosessen etter modellen brukt i «Bedre psykosebehandling». TIPS-konsulentene har deltatt på lanseringskonferanser knyttet til innføring av pakkeforløp.

### **Innovativ kompetanseformidling**

TIPS-konsulentene har i 2018 vektlagt tid på å utvikle kompetanse innen innovativ kompetanseformidling i helsetjenesten. Første halvdel av 2018 deltok TIPS-konsulentene på kurs i videoproduksjon og er tatt opp i lokalt videonettnettverk for opprettholdelse og kompetanseutvikling innen e-læring, videoproduksjon og virtuell reality (VR) som del av simuleringstrening og eller behandling. Det er påstartet et e-læringskurs for fastleger, «Fare for alvorlig psykisk lidelse – snarvei til hjelp». Det er tenkt ferdigstilt første halvdel av 2019.

Det er i tillegg planlagt å utarbeide et innovativt e-læringskurs i samarbeid med TIPS Sør-Øst, om tidlig intervensjon. Dette er foreløpig på skisseplanet. Som en del av kompetanstigen har TIPS-konsulentene vært med på å arrangere plandag for TIPS Sør-Øst ansatte med fokus på videoproduksjon og veiledet ergoterapeutstudenter ved NTNU Gjøvik i deres VR-prosjekt. Har også deltatt på konferansen Bergen Tidlig psykosesymposium og deres program om VR i behandling av personer med psykoselidelser. Det siste halvåret er TIPS-konsulentene tatt med i styringsgruppe for mulig PhD og masterforløp rundt VR i behandling og treningsøymed i psykisk helsevern.

### **Familiearbeid og SIM trening**

Psykoedukativt familieforum har hatt fokus på å forberede psykoedukativ familieskole 2019. Familieforumet har arrangert et par heldags veiledersamlinger for gruppeledere med veilederkompetanse. I tillegg har en i familieforumet deltatt på lokalt «Familiestøtteprogram» hvor TIPS-konsulentene har undervist om psykoedukativt familiesamarbeid i samarbeid med TIPS Sør-Øst. Det er arrangert familienettverksmøter to ganger med tema «Genogram» og «Dokumentasjon av familiearbeid». SI Reinsvoll holder jevnlig veiledningsmøter for sine gruppeledere. Det er startet tanker rundt etablering av samme tilbud på SI Sanderud i tillegg. Simuleringstrening innen psykoedukativt familiesamarbeid er tilbudt på begge sykehus.

### **Fagteam og nettverk**

TIPS fagteam har jevnlig møter tre til fire ganger i halvåret. I regi av fagteamet er det gjennomført TIPS nettverksmøte en gang med temaet «Kognitiv vansker og alvorlige nevrouviklingstilstander», presentert av nevropsykolog, Kjell Tore Hovik, ansatt ved TIPS Sanderud. TIPS dataregister er utarbeidet og utprøvd, og blir tatt i bruk i 2019. Det er gjennomført to PANSS kurs, og utarbeidet øvingsvideoer til bruk i SIPS kurs. Enkelte fra fagteamet har deltatt på TIPS regionsamling for nettverksbygging med andre TIPS team. Det er gjennomført antistigma dager for elever i videregående skole for til sammen ca. 300 elever på SI Reinsvoll og SI Sanderud.

TIPS-konsulentene har i flere år vært med å arrangere den årlige nasjonale ISPS konferansen som har fokus på psykososiale behandlingsformer innen psykisk helsevern.

## Sykehuset i Vestfold

### Nettverksarbeid

TIPS-nettverket har hatt to nettverkssamlinger i 2018, en hvert halvår. Vårens samling hadde implementering av kunnskapsbasert praksis og pasientforløp psykose som tema, der det ble vektlagt TIPS-kontaktens funksjon som implementeringsstøtte. Høstens samling var åpen for alle interesserte i klinikk psykisk helse og rusbehandling. Fagperson fra TIPS Sør-Øst foreleste om forstyrret selvopplevelse og psykose. Utenom nettverkssamlinger har kontakt vært opprettholdt via «Nyhetsbrev» med informasjon og aktuelle artikler.

### Implementering av pakkeforløp

I anledning implementering av pasientforløp psykose i klinikken, arrangerte vi en «Kick-off-fagdag» med et bredt sammensatt program med forelesere fra TIPS Sør-Øst, NORMENT og lokale krefter. Fagdagen var åpen for fagpersoner innen spesialisthelsetjeneste som arbeider med personer med psykoselidelser. Fagdagen var godt besøkt!

I forbindelse med implementering av «pasientforløp psykose» har det blitt gjennomført Ward Atmosphere Scale-målinger (WAS) ved tre døgnsesjoner høsten 2017. Dette ble gjort i samarbeid med seksjonsledere og nøkkelpersoner. Det har blitt gjennomført målinger ved ytterligere to døgnposter våren 2018. Resultatene vil være utgangspunkt for kvalitetsforbedringsarbeid i de respektive seksjoner.

### Kunnskapsbasert familiesamarbeid

Nettverk for kunnskapsbasert familiesamarbeid har hatt fire samlinger i 2018. Tema for samlingene har vært lokal organisering av pasient- og pårørendeopplæring. Fagperson fra TIPS Sør-Øst delte erfaringer knyttet til opplæring, veiledning, enkeltfamiliegruppe, flerfamiliegruppe, samarbeid med kommuner og råd om implementering fra andre helseforetak. Fagpersoner fra FoU-avdelingen i Vestre Viken HF refererte fra sin studietur til USA høsten 2017 og delte erfaringer og litteratur med oss. Vi drøftet også hvordan man kan bruke ny kunnskap inn i familiesamarbeidet og hva som er viktig å vektlegge.

På siste samling ble læringsprogrammet «Se hele meg» vist, og hvordan det kan brukes i pårørendesamarbeid. Det er SEPREP som har utviklet programmet basert på NRK-serien «Stemmene i hodet». I tillegg til disse temaene har samlingene også inneholdt litteratur- og artikkelanbefalinger, erfaringsutveksling og veiledning på enkeltsaker. Antall deltakere har vært 10 - 20 pr. samling. De som møter er fagpersoner som jobber med kunnskapsbasert enkeltfamiliesamarbeid. På en samling var gruppeledere og veiledere fra Telemark invitert. Felles samling på tvers av helseforetak var en god erfaring og det ble enighet om en årlig fellessamling fremover.

### Kurs, undervisning og informasjonsarbeid

TIPS har arrangert et kurs i bruk av PANSS / SCI-PANSS i høst, med 25 deltakere. Deltakerne var hovedsakelig ansatte i Sykehuset i Vestfold, men også fra andre helseforetak i regionen. Kursholder var «PANSS-ansvarlig» i DPS Vestfold og har i tillegg til opplæring også ansvar for å støtte opp under mer systematisk bruk av PANSS / SCI-PANSS. Klinikken har «PANSS-ansvarlige» på ulike avdelinger.

TIPS har vært involvert i undervisning om tidlig oppdagelse ved alvorlig psykisk lidelse ved flere seksjoner i klinikken. I tillegg er den direkte utadrettete virksomhet til videregående skoler og helsesøstertjeneste økt. TIPS har undervist lærere og elever om psykisk lidelse, viktigheten av tidlig hjelp og hvordan være en #psyktgodvenn. TIPS har fått eget reklamebudsjett og er nå fast til stede for elever på flere av fylkets videregående skoler med mulighet for en prat, brosjyremateriell, postere, penner m.m.

Det har vært samarbeid med kommunikasjonsavdelingen ved Sykehuset i Vestfold (SiV) med informasjonsarbeid til «publikum» på sosiale medier som Facebook, Twitter, SiV's internettside og brosjyremateriell.

### **Prosjektdeltakelse**

Helsedirektoratets arbeidsgruppe for prosjektet «Felles digital plattform for gap-undersøkelser tilknyttet ulike faglige retningslinjer innenfor rus- og psykisk helsefeltet» avsluttet sitt arbeid i 2018. TIPS-konsulent i Vestfold har vært en av representantene for TIPS Sør-Øst.

DPS Vestfold skal delta i forsknings- og implementeringsprosjektet «Bedre Pårørende Samarbeid». TIPS-konsulenten har deltatt i forarbeidet til deltakelse.

## **Sykehuset Østfold**

TIPS-konsulenten er en del av TIPS-teamet ved Sykehuset Østfold. TIPS-teamet har på grunn av økt arbeidsmengde og særlig vekst innen barne- og ungdomspsykiatri økt teamet med en psykiatrisk sykepleier med 15 års erfaring fra barne- og ungdomspsykiatri.

Pakkeforløp ved mistanke om psykoseutvikling og psykoselidelser hos barn, unge og voksne har stått sentralt for TIPS-arbeide i Sykehuset Østfold i 2018 for best mulig implementering.

### **Utredning**

Remisjonspanss: TIPS Østfold holder minimum to PANSS-kurs i året. For best mulig opprettholdelse av kompetanse og best mulig validitet, holdes PANSS-forum en gang i halvåret.

TIPS har organisert PANSS-forum etter nettverksmodellen ved at alle seksjoner i Psykiatrisk avdeling ved SØK, DPS og UPS har utpekt en PANSS ressursperson som kan delta på disse samlingene. Forumet er åpent for andre helseforetak i Helse Sør-Øst RHF. TIPS Østfold har som mål at remisjonspanss skal benyttes systematisk ved alle avdelinger for å måle remisjon under behandlingen.

TIPS-teamet har arrangert heldagsseminar/TIPS nettverkssamling om bipolar lidelse og grenseoppgang mot de ikke-afektive psykosene med psykologspesialist fra TIPS Sør-Øst.

### **Behandling**

Gruppelederkurs i psykoedukativt familiesamarbeid: TIPS har arrangert og gjennomført tre 6-dagers gruppelederkurs i psykoedukativt familiesamarbeid (PEF-kurs) i Østfold:

- Barne- og ungdomspsykiatrien i Østfold
- Halden/Sarpsborg DPS med tilhørende kommuner
- Sykehuset Østfold Kalnes, psykiatrisk avdeling

Alle kurs er gratis og er åpne for deltakere fra andre helseforetak i Helse Sør-Øst RHF.

TIPS-teamet har også bistått familiekonsulentene ved TIPS Sør-Øst med gjennomføring av PEF-kurs for andre sykehus, både i og utenfor Helse Sør-Øst og bidratt med veiledning i etterkant av kurset:

- TIRE, Nedre Romerike
- BUPA Sogn OUS
- Nordlandssykehuset, barne- og ungdomspsykiatrisk avdeling
- TIPS Sør-Øst

TIPS Østfold har implementert Klinisk simulering (SIM) som ferdighetstrening for gruppeledere i PEF.

Samhandling med primærhelsetjenesten: Psykoeduktivt familiesamarbeid egner seg godt til samhandling med primærhelsetjenesten i kommunene. Alle våre DPS (Fredrikstad, Sarpsborg/Halden, Moss/Edwin Ruud) samarbeider med tilhørende kommuner om denne behandlingsmetoden med kurs, veiledning og drift av gruppene med bistand fra TIPS.

TIPS bistår med å bygge opp nettverk av gruppeledere, tilbyr veiledning hver mnd. etter endt kurs samt nettverkssamlinger.

### **Andre kurs**

I tillegg har TIPS holdt flere kurs i psykoseforståelse og kurs i kommunikasjon. Vi har holdt fagdager og flere dagsseminar om psykoseforståelse, pasientforløp psykose, psykoeduktivt familiesamarbeid og kommunikasjon.

Forebygging av vold og trusler: Sykehuset Østfold har satt i gang et tiltak for å forebygge vold og trusler. I den forbindelse ønsker sykehuset å benytte intern kompetanse for å «skolere» ansatte til bedre kommunikasjon med både pasienter og pårørende samt håndtering av mennesker i krise. Forebyggingen er forankret i forståelsen av «Ward atmosphere scale», med hovedelementene; forutsigbarhet, trygghet, programklarhet, lavt nivå av sinne og aggresjon og høyt nivå av støtte.

TIPS-teamet ble bedt om å bistå med kompetanseheving om psykoseforståelse, kriseforståelse og forebyggende kommunikasjon. Det er utviklet tre moduler hvor TIPS-teamet skal bidra med undervisning av modul 1.

Psykoseseminar for pårørende: TIPS-teamet arrangerer psykoseseminar for pårørende to ganger i året, der vi inviterer bredt (sykehus, DPS, kommuner). Vi samarbeider med LPP om disse seminarene. Mange pårørende deltar på seminaret flere år på rad.

### **Veien videre**

TIPS-teamet arbeider systematisk med tidlig oppdaging og er lett tilgjengelig på telefon for pasienter, pårørende og ansatte innen offentlig helsetjeneste. Flere yngre har tatt kontakt med TIPS-telefonen i år enn tidligere. Ungdommene er selv mer opptatt av psykisk helse og selvmordsproblematikk, og vi ønsker oss derfor et tettere samarbeid med helsesykepleierne.

## Akershus universitetssykehus

Ved Ahus har TIPS arbeidet vært preget av betydelig mindre aktivitet enn de tidligere årene. Dette skyldes at TIPS-konsulent stillingen dette året har vært på 20 % mot de sedvanlige 50 %. Dette vil endre seg igjen i 2019. 2018- aktiviteten har vært fortsatt veiledning, særlig om risikogrupper, noe informasjonsarbeid, undervisning og organiseringsarbeid.

### TIPS-tilbud og etablering av TIPS- telefon i Ahus

Som informert i årsmelding 2017 har det vært tett samarbeid mellom TIPS-konsulent og divisjonsledelsen ved Divisjons Psykisk Helsevern og Avhengighet for å samle TIPS nettverket med avdelingsledelse samt relevante seksjonsledere til felles møte. Dette utvidede TIPS nettverksmøte ble avholdt 9. februar 2018. Tema var videre organisering av TIPS tilbudet ved Divisjonen i Ahus.

Divisjonsdirektør DPHA holdt første innlegg om divisjonsledelsens TIPS satsning ved Ahus. Leder av TIPS Sør- Øst kompetansesenter holdt innlegg om Evidensbaserte anbefalinger for organisering av TIPS behandlingstilbud for målgruppen; risikogrupper og psykosepasienter. Overlege og daværende leder av TIPS Team, Nydalen DPS, OUS snakket deretter om TIPS tilbud og TIPS telefon ved OUS som åpnet høst 2017. Lokale krefter v/ psykologspesialist og teamleder ved BUP Øvre Romerike ga innblikk i hvordan tidlig oppdagelse og intervensjon i eget mobilt team er organisert der.

Videre ble TIPS organiseringen i Ahus drøftet med særlig henblikk på TIPS telefon i form av gruppearbeid og plenumsdiskusjoner. Den inspirerende TIPS dagen ble avsluttet med full enighet om et felles TIPS telefonnummer for Ahus.

På bakgrunn av ABUP rapport (2016) fattet ABUP ledelsen vedtak (2017) om etablering av TIPS-team ved alle BUP poliklinikker. Organiseringen av disse skal bestemmes lokalt. På bakgrunn av målsetning om samorganisering av vakt og mottaksordning for TIPS telefonen mellom barne- og ungdomspsykiatrien (BUP) og Voksenpsykiatri (VOP), har videre organisering av nevnte TIPS-team i BUP stort sett vært avventende til praktisk gjennomføring siden vedtak. Etablering og organisering av TIPS telefon er hovedsatsning i TIPS handlingsplan for 2019.

### Undervisning og prosjektarbeid

På samme måte som i 2017 har TIPS på flere måter vært involvert i Samhandlingsprosjektet mellom Follo DPS/BUP og en rekke kommuner i sektoren. TIPS konsulenten har fortsatt bidratt med undervisning og veiledning av deltakere i prosjektet, men i mindre skala enn 2017. Det nasjonale psykoseprosjektet «Bedre Psykosebehandling» har fortsatt mange seksjoner involvert per i dag, liksom prosjekt «Bedre Pårørendearbeid» har to seksjoner involvert på DPS nivå per i dag.

Den pågående endringsprosessen i TIPS organiseringen ved Akershus universitetssykehus vektlegges fortsatt tungt og det samarbeides både sentralt og lokalt. Øking i TIPS-konsulentens stillingsprosent til 50 % igjen i løpet av våren 2019 gir håp om generelt høyere TIPS aktivitet, og bedre koordinering av nevnte etableringsprosesser. Det er fortsatt den overordnede målsetningen for TIPS Ahus at det skal bli lettere for pasienter å komme til spesialisthelsetjenesten uansett bostedsadresse i sektoren.

TIPS arbeidet fortsetter med øket styrke i 2019.



---

TIPS Sør-Øst  
Regional kompetansetjeneste  
for tidlig intervensjon ved psykose

Besøksadresse: Sognsvannsveien 21, Gaustad Sykehus, Bygg 5, 1. etg

Telefon: 22 02 94 26

e-post: [tipsso@ous-hf.no](mailto:tipsso@ous-hf.no)

nett: [www.tips-kompetansesenter.no](http://www.tips-kompetansesenter.no)