



psykose |
bipolar

Om
tjenesten



Årsmelding 2019

TIPS Sør-Øst, Regional kompetansetjeneste for tidlig intervensjon ved psykose

Klinikk psykisk helse og avhengighet

Avdeling for forskning og utvikling

Innholdsfortegnelse

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Leder..... | 4 |
| Om TIPS Sør-Øst | 5 |
| Organisasjon og bemanning 2019..... | 5 |
| Bemanning ved hovedkontoret i Oslo:..... | 5 |
| TIPS-konsulenter | 5 |
| Implementering | 6 |
| Styringsinstanser, nettverk og samarbeid..... | 6 |
| Referansegruppe | 6 |
| Idépanel..... | 6 |
| Regionalt TIPS-nettverk..... | 7 |
| Nasjonalt TIPS-nettverk..... | 7 |
| Forskningsnettverk..... | 8 |
| Nasjonalt nettverk – psykoedukativt familiesamarbeid | 8 |
| Samarbeid om forbedrings- og implementeringsverktøy på nasjonalt nivå..... | 8 |
| Spredningstall for 2019 | 8 |
| Undervisning og forskningsformidling: Hovedaktiviteter i 2019 | 10 |
| Undervisning mot høyskole og universitet..... | 11 |
| Synlighet og digitale tjenester: Hovedsatsinger 2019..... | 11 |
| Forskning og fagutvikling: Hovedaktiviteter 2019..... | 13 |
| Metodebok for familiesamarbeid | 13 |
| iTandem – et digitalt samhandlingsverktøy | 14 |
| Pilotstudie: "REACT: Relatives Education and Coping Toolkit - en Norsk pilotstudie | 14 |
| TIPS-tjenesten: Evaluering..... | 14 |
| Kartlegging av nettvaner hos unge nysyke..... | 15 |
| Recovery, wellbeing og stigma ved psykoselidelse: Betydningen av tidlig intervensjon..... | 15 |
| Kreativ skriving | 15 |
| Fokus på søvn ved psykose..... | 16 |
| Bedre pårørendesamarbeid ved psykose..... | 16 |
| Ekstreme utfordringer - Psykopatologi, organisering av behandling og opplevelser blant psykiatriske pasienter med alvorlig selvskading i Norge..... | 17 |
| Alvorlig psykisk lidelse og affekter | 17 |
| Bipolarenhet ved Nydalen DPS - forskningsklinikk for pasienter med bipolar lidelse | 17 |
| Prospektiv studie om psykoserisiko og forstyrrelser i selvopplevelse | 18 |
| Vitenskapelige publikasjoner 2019 | 19 |

| | |
|----------------------------------------------------------------------|----|
| Lokalt arbeid i regionen: Hovedaktiviteter 2019..... | 20 |
| Vestre Viken: TIPS Asker, Røyken og Hurum 2019..... | 20 |
| Vestre Viken: TIPS Drammen, Lier, Nedre Eiker, Sande og Svelvik..... | 21 |
| Sykehuset Innlandet..... | 23 |
| Sykehuset i Vestfold..... | 24 |
| Sykehuset Østfold..... | 25 |
| Akershus universitetssykehus..... | 27 |
| Sykehuset Telemark..... | 28 |

Leder

Kjære lesere

Det er med stolthet jeg presenterer årsrapporten for 2019. TIPS Sør-Øst har markert seg som en viktig samarbeidspartner for de ulike HF'ene i vår region. Vi er spesielt glade for å ha fått med Sykehuset Telemark som en del av vårt nettverk. Vår organisering med dedikerte TIPS-konsulenter i de ulike helseforetakene i regionen er viktig. Det kommer frem av det gode arbeidet som beskrives her. Årets innsats gjenspeiler også et øket samarbeid med instanser utenfor regionen. I tider der digitale løsninger gjør at man kan nå andre grupper, er det naturlig at vi strekker oss utover Helse Sør-Øst der det er mulig.

Nettverkssamarbeidet styrker det kliniske arbeidet og bidrar til et øket fokus på å komme tidlig til med god behandling. Noen vil kanskje hevde at fokus på tidlig intervensjon ved psykose ikke er viktigere enn tidlig intervensjon ved andre lidelser. Etter vår mening blir det imidlertid feil å sette grupper opp mot hverandre på denne måten. Det er lite som tilsier at det er likegyldig hvor lenge du lar unge mennesker være psykotiske. Om du er i tvil; «Hvordan ville du tenke om det gjaldt en du var glad i?». Vi kan kanskje være enige om at det er viktig å komme til med tidlig behandling for alle personer med store psykiske vansker, men ved TIPS Sør-Øst har vi et spesifikt fokus på unge mennesker med tegn på psykose. Vi vil fortsette å jobbe for at denne gruppen skal tilfriskne så raskt som mulig.

I årsrapporten kan dere lese om det som har beskjeftiget oss det siste året. Vi har en hel rekke prosjekter foruten de vanlige kursmodulene. Vi er svært fornøyde med samarbeidet med Idépanelet vårt, og blir stadig vekk utfordret på hvordan vi tenker og ser ting fra forsker- og klinikerperspektiv. Det perspektivet er ikke alltid sammenfallende med perspektivet til de som mottar våre tjenester. Ikke desto mindre tror vi at det er i spennet mellom disse perspektivene de gode løsningene for fremtidens behandling ligger. Og fremtidens behandling, det er noe som opptar oss ved TIPS Sør-Øst.

Innovasjon kan kanskje høres ut som et moteord for noen, men vi mener det er riktig å ha fokus på dette som en kompetansetjeneste. Innovasjon er å tenke nytt, bruke nye metoder, gjøre ting på nye måter. Dette blir nødvendig og kan også være morsomt. Det krever en ny måte å tenke på, og denne tenkningen har fulgt oss gjennom arbeidet med det digitale støtteverktøyet for behandling, iTandem som du kan lese mer om i rapporten. Vi tenker også nytt rundt behandlingsfokus. Kanskje er ikke pasientene like opptatt av det vi som klinikere er opptatt av, kanskje har de andre mål som er vel så viktig å fokusere på. Hvordan klarer vi å integrere dette i den behandlingen vi tilbyr?

For å bli i stand til å overføre kunnskap fra forskning til praksis, er kommunikasjon helt avgjørende. Ved TIPS Sør-Øst forholder vi oss til flere målgrupper når vi kommuniserer, fra pasienter og pårørende til klinikere og forskere. Denne bredden bringer med seg ulike kommunikasjonsøvelser, og vi ser at det gir klare fordeler når det gjelder å tenke nytt, både når det gjelder kommunikasjon, fagutvikling og forskning. Ved å ha tett kontakt med alle målgruppene, gir det arbeidet en solid basis for videreutvikling.

Jeg vil takke alle ansatte, TIPS-konsulenter, Idépanelet og samarbeidspartnere for det gode arbeidet vi har fått til i 2019. Samtidig vil jeg takke Sofie Aminoff spesielt, som var min stedfortreder under min overlegepermisjon våren 2019. Godt jobbet, alle sammen!

Mvh Kristin

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 2019

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 2019» for nærmere beskrivelse.

Kompetansetjenesten er organisert under Oslo universitetssykehus (OUS), 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 2019 var 12,6 millioner.

Bemanning ved hovedkontoret i Oslo:

I 2019 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 fem psykologspesialister/PhD (100 %), en fagrådgiver/spesialsykepleier (50 % 20 % fast og 30 % engasjement).

Alle faste stillinger i kjernen er besatt.

TIPS-konsulenter

I 2019 har følgende helseforetak hatt TIPS konsulenter:

Akershus universitetssykehus (50 %)

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 i Telemark (Bevilget rundsum på 100 000 for støtte til TIPS arbeid)

Sørlandet Sykehus, Oslo universitetssykehus, Diakonhjemmet Sykehus og Lovisenberg Diakonale Sykehus:

I 2019 har 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 2020.

Når det gjelder Oslo universitetssykehus og Oslo (Diakonhjemmet Sykehus og Lovisenberg Sykehus) anser vi å ha et ansvar for å etablere samarbeid og nettverk mellom TIPS miljøene her, på lik linje med de andre helseforetakene. Vi har imidlertid ikke midler å avsette til frikjøp ved disse institusjonene. Geografisk nærhet tilsier imidlertid lettere tilgang til kompetansen TIPS Sør-Øst er i besittelsen av, og vi mener derfor det bør være mulig å ha et tett nettverk i Oslo til tross for manglende økonomisk støtte.

I 2019 har dette arbeidet vært et definert fokusområde for TIPS Sør-Øst, og vi har jobbet aktivt for å samle TIPS arbeidet i Oslo sektor. Arbeidet videreføres i 2020.

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), OsloMET og Ung Arena Oslo.

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

Det årlige møtet ble avholdt 23. oktober 2019.

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 2019 bidratt gjennom blant annet fokusgruppemøter der de har gitt innspill til ulike prosjekter. Gruppen består av personer med egen erfaring med psykose eller bipolar lidelse. 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.

Idépanelet har blant annet bidratt i form av en fokusgruppe om recovery til et av våre forskningsprosjekter. Én deltaker har vært med som medforsker i både planlegging og utforming av kvalitativ protokoll til søknad om finansiering av dette prosjektet. «Recoveryprosjektet» mottok penger fra Stiftelsen Damm høsten 2019, og medforskeren skal bidra til gjennomføringen. Dette blir vår første erfaring med å ha med en medforsker som skal være med i alle ledd av prosjektet. Det blir veldig interessant å lære mer om denne måten å jobbe på.

Videre har deltakere fra panelet vært involvert i tilbakemeldinger på utviklingen av iTanden, et digitalt verktøy for behandlingsstøtte ved psykoselidelse. Arbeidet trappes opp med testing av appen i 2020.

To av deltagerne i idepanelet ble intervjuet av psykologspesialist Tor Gunnar Værnes ved TIPS Sør-Øst. Dette var i forbindelse med planlegging av et foredrag på et forskningsseminar om musikk, bevissthetsfenomener og psykose (21-22. oktober ved RITMO, Universitetet i Oslo).

I 2019 har vi arbeidet med å utvide gruppen med flere personer. Vi ser at samarbeid med personer med egenerfaring er en avgjørende bidragsyter til hvordan TIPS Sør-Øst utvikler og driver prosjekter, og utformer tjenester.

Regionalt TIPS-nettverk

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.

Vårt mål er å skape en felles forståelse for hvilke kriterier som bør gjelde for å tilby gode tidlig intervensjonstjenester for psykose/ alvorlig psykisk lidelse. Vi samarbeider også med Helsedirektoratet og TIPS Stavanger om dette.

I 2019 har vi rettet oppmerksomheten mot oppdagelsesaspektet ved tidlig intervensjonsarbeidet. 25. september inviterte vi inn til regional samling, og det kom nærmere 60 deltakere. Noe av det vi ønsket å belyse var problemstillinger rundt samhandling og tidlig oppdagelse ved psykose. Et viktig spørsmål er hvordan vi forstår det å arbeide med tidlig oppdagelse, der målsettingen er å redusere varigheten av ubehandlet psykose (VUP). Vi inviterte leder av TIPS Stavanger, Wenche ten Velden Hegelstad, til å fortelle om hvordan de jobber med tidlig oppdagelse der.

Vi hadde også besøk av Ung Arena Oslo som fortalte oss om hvordan de driver sin lavterskeltjeneste i kommunene rettet mot unge mennesker. Vi fikk en god diskusjon etterpå med mange gode momenter til hvordan vi kan løfte oppmerksomheten rundt tidlig oppdagelse ved psykose.

Nasjonalt TIPS-nettverk

I desember 2019 hadde vi et arbeidsmøte med TIPS miljøet i Stavanger om å starte et samarbeid om etablering av et nasjonalt nettverk for TIPS arbeid. Vi besluttet å gjennomføre en nasjonal kartlegging ved å ringe til aktuelle enheter i landet og kartlegge på hvilken måte de jobber, og hvilke ressurser de har tilgjengelig. Vi tenker at et nasjonalt nettverk vil styrke kunnskapen i dette feltet, samt bidra til å samle gode erfaringer for drift og vedlikehold av slike tjenester med nødvendig tilpasning til lokale forhold. Kartlegging og etablering av nettverket gjennomføres i 2020.

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

Nasjonale gruppe for psykoedukativt familiesamarbeid ble etablert i 2018, og er forankret i TIPS Sør-Øst. I år har vi ferdigstilt en metodebok for denne behandlingen som det nasjonale nettverket står samlet om. Boken med tilhørende arbeidsark kan lastes ned via TIPS Sør-Øst sine sider, og er gratis for alle. Gjennom dette arbeidet har vi sikret en felles standard for metodikk og undervisningsmateriell som nå er nasjonalt forankret i denne faglige gruppen. Vi ser dette som et stort løft for familiesamarbeid som metode.

Det nye metodeboken ble lansert *på Nasjonal konferanse for familiesamarbeid* i regi av TIPS Sør-Øst i oktober 2019, der vi samlet 150 deltakere fra hele landet.

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 ble publisert januar 2019.](#)

Spredningstall for 2019

Gjennom undervisning, formidling, veiledningsaktivitet, kurs og konferanser er **om lag 5000** personer totalt nådd av TIPS Sør-Øst i løpet av 2019. 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.

For en fullstendig og detaljert oversikt over all vår undervisnings, forsknings- og formidlingsaktivitet henviser vi til den elektroniske rapporten hos Helse Sør-Øst:

<https://forskningsprosjekter.ihelse.net/senter/rapport/R-OUS-12/2019#>

Over 1200 fagpersoner har fått opplæring i psykoedukativt familiesamarbeid dette året. Og mer enn **700 personer** har fått veiledning i denne satsingen på implementering. 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:

I mars 2019 arrangerte vi 2-dagers workshop med temaet “Treating sleep problems in patients with psychosis: an evidence-based cognitive behavioural intervention” ledet av Felicity Waite og Louise Isham fra University of Oxford. **63 deltakere** gjennomførte undervisningen.

I oktober gjennomførte **34 terapeuter** et to-dagers seminar om CBT for personlig stigma ved psykose, med professor Tony Morrison og Melissa Pyle fra The Psychosis Research Unit i Manchester, England.

Nettportalen www.psykose-biplolar.no har hatt **75 000 unike brukere** i løpet av 2019, noe som er en økning på 45 000 siden 2018.

Kampanjen @psyktgodvenn på Instagram og facebook har henholdsvis **nådd over 5000 og 1000** følgere i hver sine kanaler i løpet av 2019. Målet er kunnskapsspredning om psykiske lidelser generelt og alvorlige psykiske lidelser spesielt. Ønsket effekt er også mindre stigmatisering av psykiske lidelser i samfunnet. I 2019 har publiseringsfrekvensen blitt redusert i begge kanaler grunnet prioriteringer av ressurser, men vi opplever likevel en stadig og jevn økning i antall følgere, og rekkevidde på spredning av innhold.

Informasjonsfilmen «Hva er psykose» har hittil blitt vist **5500** ganger på YouTube i 2019, og den engelske versjonen er sett over **1000** ganger. På facebook viser statistikk for den samme filmen at den har hatt **80 000** unike visninger på over 3 minutter hver i løpet av året, med en estimert rekkevidde på **239 000 nådde brukere**, og med et engasjement på **5000** handlinger.

TIPS Sør-Østs facebook-kanal hadde ved utgangen av 2019 om lag **1400** følgere, og vi publiserer med en frekvens på 1 – 2 ganger i uken.

På twitter har TIPS Sør-Øst pr. 2019 **860** følgere. Kanalen brukes begrenset, og er mest i bruk for å følge med på andre forskere og publikasjoner innen våre fagområder.

Undervisning og forskningsformidling: Hovedaktiviteter i 2019

TIPS Sør-Øst tilbyr undervisning ved etterspørsel av tjenester. Alle ansatte tar på seg undervisningsoppdrag. Vi bistår også med å finne ressurspersoner dersom tjenenesten 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 2019 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 2019, 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 2019 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 for psykose 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 seminar 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 2019

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 2019 har vært:

Fag til fag: Nettsiden 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 2019 laget vi nye, oppdaterte nettsider innenfor portalen til Oslo universitetssykehus, men med samme nettadresse som tidligere. Tall fra sykehusets statistikk viser at vi har hatt nærmere **8000** unike sidevisninger i løpet av året på denne siden. Vi ser at sider som formidler kurs, seminarer og konferanser er hyppigst brukt, og det har vært stor interesse for den digitale metodeboken i psykoedukativt familiesamarbeid. I tillegg ser vi at det er interesse for å lese fag- og forskningsformidlingsartikler som vi har publisert det siste året.

Fag til fag: Digitalt nyhetsbrev

Det har vært en økning på om lag 200 abonnenter som har mottatt informasjon, nyheter og forskningsstoff fra kompetansetjenesten i 2019. Vi sendte ut 12 nyhetsbrev i 2019, og i desember var det over **800 abonnenter** som mottok dette fra oss.

Fag til fag: Webinarer direkte og i opptak

I 2019 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 seminarer 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 2019.

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, *ISPS konferansen* på Hamar, *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 om lag 300 deltagere i 2019. TIPS Sør-Øst er svært sentrale i utarbeidelsen av programmet. I 2019 ble vi også invitert inn i fagkomiteen for ISPS Norge konferansen.

Fag til pasient og pårørende: Nettportalen 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 2019 har helsenorge.no og helsebiblioteket lenket til nettportalen som ressurs fra sine nettsider under diagnosebeskrivelser for både psykose- og bipolar lidelse. Analyser viser at det har vært 75 000 brukere inne på nettportalen i løpet av 2019. Vi ser at det er flest brukere i aldersgruppen 25 – 34 (30 %) og at 72,7 % er kvinner. Av disse er 13% brukere som returnerer til sidene. Mange nye brukere er nådd i 2019, men alders- og kjønnsfordeling er lik som for 2018.

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

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

Kampanjen, eller opplysningsarbeidet, har løpt gjennom hele 2019 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 2019 ble det publisert innhold tre dager i uken gjennom hele året med unntak av ferier (en reduksjon fra 5 dager i uken fra 2018). Innholdet utformes hovedsakelig av fagpersoner ved TIPS Sør-Øst. Ved årets slutt hadde kontoen over 5000 følgere på Instagram, og om lag 1000 på facebook.

Tiltaket blir evaluert jevnlig. 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. Kanalen har kun 78 abonnenter. Vi har ikke jobbet strategisk for å bygge denne kanalen, men har den mer som et arkiv- og delingssted. Her ligger det også undervisningsvideoer til kurs som kun blir delt i kurssammenheng. Disse er ikke offentlig tilgjengelig.

FagTIPS webinarer ligger tilgjengelig som opptak fra vår fagressurs www.tips-kompetansesenter.no

"Om selvforstyrrelser: Pasientenes selvopplevelse og selvforståelse i utredning og behandling"
298 visninger

Foreleser: Paul Møller, Dr.med., spesialist i psykiatri, Forskningssjef, leder av FoU-avdelingen, Klinikk for Psykisk Helse og Rus, Vestre Viken HF

"Søvnforstyrrelser ved psykoselidelser"
263 visninger

Foreleser: Elizabeth Ann Barrett, psykologspesialist og forsker ved TIPS Sør-Øst.

"Spillteknologi og psykisk helse"
168 visninger

Foreleser: psykologspesialist Gaute Godager, BUPA, Oslo universitetssykehus

"Økt risiko for psykose i et transdiagnostisk perspektiv – hva ser vi etter og hvorfor?"

69 visninger

Foreleser: Psykologspesialist/ PhD-stipendiat Tor Gunnar Værnes ved TIPS Sør-Øst.

«Psykose og selvestruktivitet»

48 visninger

Foreleser: Erlend Mork, psykologspesialist/ PhD, TIPS Sør-Øst, Oslo universitetssykehus.

Fag til allmennheten: Oppslag i massemedier 2019

| Dato | Kanal | Innhold |
|---------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 27.oktober | NRK.no | Slik kan du støtte en venn som sliter (Råd ved selvmordstanker) |
| Sept. 19 | ROPTV.no | Videoforedrag om psykose og selvestruktivitet |
| 7. mars | Podcast – Pia & Psyken | Om viktigheten av omgivelser |
| 9.juli | Morgenbladet | Vår psykiatriske framtid (kronikk) |
| 10. juli | Dagsavisen | Len deg tilbake på metallsengen og slapp av! (Kronikk) |
| 25. september | Erfaringskompetanse.no | Forskeren forklarer: Bedre hjelp med nytt tjenestedesign? |
| | | |

Forskning og fagutvikling: Hovedaktiviteter 2019

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 2019.

Metodebok for familiesamarbeid

Nasjonal gruppe for psykoedukativt familiesamarbeid ble etablert i 2018, og er forankret i TIPS Sør-Øst. I 2019 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 har tatt dette ansvaret. Metodeboken vil sikre en tettere og mer omforent forståelse for metoden, og vil bidra til at det jobbes likt over hele landet.

iTandem – et digitalt samhandlingsverktøy

I dette prosjektet utvikler vi et digitalt verktøy for behandlingstøtte - «iTandem» for pasienter med psykose- eller bipolar lidelse og deres behandlere. Prosjektet er knyttet til helseinnovasjon, og fikk støttet i form av innovasjonsmidler fra Helse Sør-Øst. Vi har samlet inn informasjon fra pasienter, pårørende og helsepersonell gjennom intervjuer om digitale vaner og ønsker for fremtidige bruksområder. Tanken er at verktøyet skal kunne støtte behandling gjennom å tilby skreddersydde tjenester for den enkelte pasient.

Gjennom iTandem kan pasienten selv velge hvilke funksjoner som skal være tilgjengelige i forhold til å støtte den enkeltes bedringsprosess. Det er moduler som fokuserer på søvn, medisiner, aktivitet, bivirkninger, recovery, psykosesyntomer og humør. iTandem henter også relevant informasjon fra nettsiden www.psykose-boplar.no.

Høsten 2017 bevilget Helse Sør-Øst nye innovasjonsmidler og iTandem vil være klar for en mindre studie, høsten 2020. Vi håper vi kan få flere av regionens helseforetak med på uttesting etter hvert. Arbeidet med det digitale verktøyet gjøres i samarbeid med Universitetets senter for informasjonsteknologi, USIT ved Universitetet i Oslo.

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 og ble formelt avsluttet i 2017. Analyse av materialet er gjennomført, og data vil publiseres i 2020.

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 fører til tidligere oppdagelse, målt gjennom varighet av ubehandlet psykose (VUP) eller eventuelle andre endringer i tjenestetilbudet og veien inn i behandling. Vi vil også undersøke hvordan løsningen fungerer i den kliniske hverdagen.

I 2019 er prosjektet godkjent hos Personvernombudet og forankret i ledelsen. Det er opprettet et kvalitetsregister for prosjektet hvor det samles inn informasjon fra journaler ved Seksjon for tidlig psykosebehandling, Nydalen DPS og Mortensrud DPS. Formålet er å kartlegge veien inn til behandling og

VUP før og etter implementeringen av TIPS-telefonen. Studien inkluderer førstegangpsykosepasienter som kom til behandling i OUS 6 mnd før implementering og 6 mnd etter implementering. Journalgjennomgangen startet desember 2019 og ventes fullført første halvår 2020. Klinikerne som administrerer TIPS-telefonen vil bli invitert til fokusgruppeintervju våren 2020. Resultater og rapport vil være ferdig høsten 2020.

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 og utvikling av samhandlingsverktøyet iTandem.

Det er nå planlagt å sammenstille resultatene fra disse intervjuene i en kvalitativ artikkel. De transkriberte intervjuene har blitt delvis analysert i 2019 og artikkelen ventes ferdigstilt i løpet av 2020.

Recovery, wellbeing og stigma ved psykoselidelse: Betydningen av tidlig intervensjon

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, hva som påvirker det, og hvordan det er knyttet til tidlig intervensjon. 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.

Dette prosjektet skal blant annet undersøke bedring 10- og 20 år etter behandlingsstart for en psykoselidelse. Studien er basert på kvantitative og kvalitative data fra TOP 10 år oppfølging og TIPS 20 år oppfølging. I 2019 fikk vi tildelt midler fra Stiftelsen Dam til en Phd stilling for å gjennomføre prosjektet. Medforskning er en viktig og integrert del av prosjektet. Vi skal også undersøke i hvilken grad bedring/recovery henger sammen med behandling (inkl tidlig intervensjon), personlig stigma og wellbeing 10 år etter behandlingsstart.

Kreativ skriving

Prosjektet er et samarbeid mellom TIPS Sør-Øst /Oslo universitetssykehus, Universitetet i Oslo og VID vitenskapelige høgskole. Prosjektet bestod av et kurs i kreativ skriving for unge voksne med psykose. Formålet med studien er å undersøke hvordan pasientene opplever å få et slikt tilbud som ledd i behandlingen.

Kurset gikk over 8 ganger à to timer vinteren 2019. Underveis i kurset ble deltagerne gitt muligheten til å skrive tekster i ulike litterære sjangre. Målet var å få til gode diskusjoner der fokuset lå på tekstenes gode kvaliteter. I etterkant ble det gjort kvalitative intervjuer med deltagerne, og tekstene ble samlet inn for analyse. Resultatene vil publiseres i løpet av 2020

Fokus på søvn ved psykose

Folkehelseinstituttet skrev i sin rapport om psykisk helse i 2011 at søvnproblemer kanskje er landets mest utbredte og undervurderte folkehelseproblem. Det er derfor verdt å merke seg at forekomsten av søvnforstyrrelser er langt høyere blant personer med psykoselidelser enn i befolkningen generelt.

Ved TIPS Sør-Øst ønsket vi å kartlegge hvilke oppfatninger klinikere i Helse Sør-Øst har om søvnproblemer ved psykose, og hvordan søvnproblemene utredes og behandles. Spørreundersøkelsen ble gjennomført i 2017. Resultatene er klare for publisering i et internasjonalt tidsskrift.

TIPS Sør-Øst har i 2019 også vært del av prosjektgruppen på en av psykosepostene på Akuttpsykiatrisk avdeling ved Oslo Universitetssykehus, som har til hensikt å implementere søvnbehandling på posten.

Videre har TIPS Sør-Øst gjennom 2019 gjort forarbeid til et forskningsprosjekt om søvn og psykose. Det er behov for mer forskning på mekanismer som linker søvnforstyrrelser og psykose. Det er også behov for å implementere utredning og behandling av søvnproblemer ved psykose i klinikken.

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.

Deltakende enheter fra Vestfold, Telemark, Vestre Viken, Oslo og Ahus. 8 DPS enheter utgjør intervensjonseenheten og vil delta fra våren 2018 til høsten 2020. 7 DPS enheter utgjør kontrollenhetene og vil få opplæring og veiledning fra våren 2021. Enhetene er trukket ut ved loddrekning. 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 all opplæring i psykoeduktivt familiesamarbeid (PEF), veiledning og implementeringsstøtte 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

Prosjektet er en nasjonal kartlegging av pasienter med alvorlig selvskading og omfattende døgnbehandling. Ekstrem selvskading er en stor utfordring både for pasientene og behandlingsapparatet. Den nasjonale prosjektgruppen vil kartlegge og undersøke disse pasientenes psykopatologi og fungering, og undersøke helsetjenestenes samarbeid og behandling.

Noen pasienter har svært alvorlig og/eller gjentatt selvskading med omfattende innleggelse i døgnposter i psykisk helsevern. Slike situasjoner fører med seg bekymring, uro og usikkerhet både hos pasientene selv og deres familier, og hos behandlerne. Vi ønsker å vite mer om disse pasientene: Hva ligger i selvskadingsatferden, hvordan jobber behandlingsapparatet med disse pasientene, og hvordan er det mulig å få til bedre behandling og samarbeid? Arbeidet med pasientgruppen innebærer også differensialdiagnostiske utfordringer. Det er ikke uvanlig å finne denne typen symptomer også innfor psykospekteret. Målet for prosjektet er å få med så mange av Norges døgnavdelinger og DPS døgn som mulig, for å få en god representasjon av en pasientgruppe vi vet for lite om. Engelsk tittel på prosjektet er Extreme challenges. Datainnsamlingen er i gang og vil fortsette til høst 2020.

Prosjektet er ledet av Nasjonal kompetansetjeneste for personlighetspsykiatri (NAPP), Seksjon for personlighetspsykiatri ved Oslo universitetssykehus. Det er finansiert en stipendiatstilling via Extrastiftelsen i prosjektet. TIPS Sør-Øst er del av den nasjonale prosjektgruppen og har bidratt i prosjektplanlegging, i arbeidet med protokoll og med undervisning. Vi vil videre være 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 genetisk risiko for bipolar lidelse (målt ved såkalt polygen risiko) og affektabilitet hos pasienter med bipolar lidelse. I tillegg utforskes i hvilken grad barndomstraume spiller inn på dette forholdet. Det gjennomføres dessuten en systematisk litteraturgjennomgang og metaanalyse over forekomsten av psykose i bipolar lidelse generelt, samt i forskjellige undergrupper av bipolar lidelse. Begge disse artiklene planeres å ferdigstilles i 2020.

Bipolarenhet ved Nydalen DPS - forskningsklinikk for pasienter med bipolar lidelse

Gjennom en samarbeidsprosess i 2017- 2019 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 Klinikk for Psykisk Helse og Avhengighet, OUS, at *Bipolarenheten* skulle opprettes ved NDPS.

I løpet av høsten 2019 har en overlege og en teamleder (50%) blitt ansatt, og det ventes muligens en LIS i løpet av 2020. De første pasientene ble tatt i mot i November 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).

Enheten 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. Enheten 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.

Prospektiv studie om psykoserisiko og forstyrrelser i selvopplevelse

Intervensjon før første psykosepisode 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. To artikler er foreløpig publisert på dette materialet.

I løpet av våren 2019 ble forløpsdata analysert og sammenlignet med baselinedata. To artikler vil bli basert på disse analysene.

Vitenskapelige publikasjoner 2019

[Simonsen C, Aminoff SR, Vaskinn A, Barrett EA, Faerden A, Ueland T, Andreassen OA, Romm KL, Melle I](#) *Perceived and experienced stigma in first-episode psychosis: A 1-year follow-up study.* Compr Psychiatry 2019 Nov;95():152134. Epub 2019 okt 10

[Aas M, Bellivier F, Bettella F, Henry C, Gard S, Kahn JP, Lagerberg TV, Aminoff SR, Melle I, Leboyer M, Jamain S, Andreassen OA, Etain B](#) *Childhood maltreatment and polygenic risk in bipolar disorders.* Bipolar Disord 2019 Oct 18. Epub 2019 okt 18

[Icick R, Melle I, Etain B, Ringen PA, Aminoff SR, Leboyer M, Aas M, Henry C, Bjella TD, Andreassen OA, Bellivier F, Lagerberg TV](#) *Tobacco smoking and other substance use disorders associated with recurrent suicide attempts in bipolar disorder.* J Affect Disord 2019 Sep 01;256():348-357. Epub 2019 jun 1

[Büchmann CB, Pedersen G, Aminoff SR, Laskemoen JF, Barrett EA, Melle I, Lagerberg TV](#) *Validity of the Birchwood insight scale in patients with schizophrenia spectrum- and bipolar disorders.* Psychiatry Res 2019 02;272():715-722. Epub 2018 des 13

[Laskemoen JF, Büchmann C, Barrett EA, Collier-Høegh M, Haatveit B, Vedal TJ, Ueland T, Melle I, Aas M, Simonsen C](#) *Do sleep disturbances contribute to cognitive impairments in schizophrenia spectrum and bipolar disorders?*

[Engen MJ, Simonsen C, Melle I, Færden A, Lyngstad SH, Haatveit B, Vaskinn A, Ueland T](#) *Cognitive functioning in patients with first-episode psychosis stratified by level of negative symptoms: A 1-year follow-up study.* Psychiatry Res 2019 11;281():112554. Epub 2019 sep 3

[Gjerde PB, Simonsen CE, Lagerberg TV, Steen NE, Ueland T, Andreassen OA, Steen VM, Melle I](#) *Improvement in verbal learning over the first year of antipsychotic treatment is associated with serum HDL levels in a cohort of first episode psychosis patients.* Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci 2019 Apr 27. Epub 2019 apr 27

[Laskemoen JF, Simonsen C, Büchmann C, Barrett EA, Bjella T, Lagerberg TV, Vedal TJ, Andreassen OA, Melle I, Aas M](#) *Sleep disturbances in schizophrenia spectrum and bipolar disorders - a transdiagnostic perspective.* Compr Psychiatry 2019 05;91():6-12. Epub 2019 feb 22

[Romm KL, Gardsjord ES, Gjermundsen K, Aguirre Ulloa M, Berentzen LC, Melle I](#) *Designing easy access to care for first-episode psychosis in complex organizations.* Early Interv Psychiatry 2019 10;13(5):1276-1282. Epub 2019 mar 27

Lokalt arbeid i regionen: Hovedaktiviteter 2019

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 blick på samhandling rundt pasientene, og overføring av kompetanse mellom tjenestenivåene. TIPS-konsulentene og miljøet i Oslo møtes jevnlig for samarbeid om planer og strategier, og utveksling av erfaringer som del av implementeringsstøtten.

Vestre Viken: TIPS Asker, Røyken og Hurum 2019

TIPS-konsulentens stillingsandel for opptaksområdet Asker, Bærum, Røyken og Hurum har i 2019 vært redusert til 20 % grunnet bemannings situasjonen i TIPS teamet det siste året.

TIPS Asker har videreført det polikliniske lavterskel- og tidlig intervensjonstilbud til unge mellom 15-30 år i Asker DPS. Teamet er tverrfaglig sammensatt og har hatt oppsøkende, utrednings- og behandlingsfunksjon. I løpet av 2019 har det grunnet ustabilitet i personalgruppen vært mindre kapasitet til oppsøkende- og undervisningsvirksomhet av ansatte i teamet, men Tips konsulenten har hatt veilednings-, rådgivnings- og undervisningsoppgaver.

Kompetansenettverk

Det ble med initiativ fra Blakstad sykehus opprettet et felles fora (psykosenettverk) for samarbeid og utveksling av faglig kompetanse i Vestre Viken. Det har vært 2 samlinger i 2019.

Det regionale nettverket for kognitiv terapi i barne- og ungdomspsykiatrien (KAT i BUP) har hatt fire samlinger.

Deltakelse i Nasjonalt nettverk psykoedukativt familiearbeid 21.10 2019

Pårørendearbeid

Metodekurs:

I 2019 har TIPS-konsulenten bidratt som undervisnings- og veiledningsansvarlig i samarbeid med FoU på et 5 dagers metodekurs i Psykoedukativt familiearbeid i september /oktober. 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, Vestre Viken. Sporadisk veiledning i psykoedukativt familiesamarbeid ved BUPA.

Pårørendeseminar:

November 2019 arrangerte Tipskonsulentene i samarbeid med FOU og BUPA i Vestre Viken fagseminar på kveldstid for pårørende til unge pasienter 15-23 år i lokalene til barne-og ungdomspsykiatrisk avdeling, Drammen.

Kognitiv terapi/kognitiv miljøterapi v/psykose

Veiledningsoppgaver:

Personalgruppen ved USU (Utrednings seksjon for Unge) har hatt tilbud om veiledning, noe som ble gitt i årets første halvdel.

Formidling

Seminar om psykose og bipolar lidelse hos ungdom og unge voksne 14.11 2019.

Seminaret ble arrangert av FOU Vestre Viken, BUPA v/Fjellbrott og TIPS-konsulentene i Vestre Viken.

Foredrag: «Psykoseforståelse, tidlig oppdagelse og rus» v overlege Knut Drottning, «Psykoedukativt familiesamarbeid» v Mia Iversen FOU og «Hvordan leve med bipolar lidelse» v erfaringsformidler.

Målgruppe var fagpersoner og samarbeidspartnere fra spesialisthelsetjeneste og kommuner i Vestre Viken. Det var stor interesse med nesten 100 deltakere.

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 lidelse eller står i fare for å gjøre det.

TIPS Drammen er organisert som en del av Psykoseteamet ved Drammen DPS. Dette innebærer at noen behandlere er definert som medlem av TIPS-teamet, men at ingen er tilknyttet TIPS i noen bestemt stillingsandel, men også innehar andre oppgaver. Det betyr at fokuset på tidlig intervensjon alltid må konkurrere med andre oppgaver. Teamet har TIPS-telefon og tar imot pasienter i målgruppen på kort varsel. Utadrettet virksomhet/informasjonsarbeid har imidlertid blitt nedprioritert – også p.g.a utskiftninger av medarbeidere fra teamets side, slik at konsulenten i all hovedsak har vært alene om dette.

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 og veiledning 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 @psyktgodvenn: i forbindelse med all undervisning, møter og veiledning.
- Arrangert undervisning om PANSS v. bruk av undervisningsmaterieell fra TIPS Sør-Øst i samarbeid med psykologspesialist.

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?

Psykosenettverk

Nettverk for behandlere til psykosepasienter i Vestre Viken opprettet januar 2020. Undertegnede har vært medansvarlig for gjennomføringen av dette. Det er avholdt to nettverksmøter med 20 behandlere der intensjonen har vært at de ulike behandlingsstedene tar ansvar for program og vertskap etter tur.

Implementering av pakkeforløp

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

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 for å holde fokuset på TIPS aktivt oppe. TIPS-konsulenten har derfor tatt initiativ til å gjenopprette arbeidsgruppe for TIPS-funksjonen og administrerer denne.

Søvnkurs for mennesker med psykoselidelse

Vi har utviklet et søvnkurs basert på en evidensbasert protokoll for CBTi med tilpasning for mennesker med psykoselidelse og/ eller sårbarhet for psykose.

Søvnforstyrrelser, som er et vanlig problem, forekommer hyppigere hos personer med psykoselidelser enn i befolkningen for øvrig. CBTi er den behandlingen som har best dokumentert effekt ved søvnvansker. Deler av behandlingen i en typisk CBT-protokoll vil imidlertid ikke være anbefalt for mennesker med psykoselidelser (eller som står i fare for å utvikle dette). Det gjelder spesielt søvnrestriksjon, men et kurs må også ta hensyn til utfordringer som denne pasientgruppen har /kan ha så som kognitive vansker, trettbarhet og noen grad av pågående psykosesyntomer.

Søvnkurset (pilot, intern rekruttering i seksjon PRA, DDPS i første omgang.) ble gjennomført over 6 samlinger à 1,5 time fra primo november sammen med psykologspesialist Unni Winther. Undervisning ble gitt til behandlere i forkant av kurset i forbindelse med rekruttering. Det planlegges nye kurs etter evaluering og eventuelle justeringer.

Pårørendearbeid, formidling

- Arrangert kveldsseminar for pårørende til unge i samarbeid med BUPA og FoU
- Deltatt på Møteplass – en arena for dialog mellom pårørende og fagfolk som arrangeres 2-3 ganger per semester.

Sykehuset Innlandet

TIPS mandat i forbindelse med nytt storsykehus i Innlandet

TIPS konsulenten er prosessleder for arbeidet med å se på TIPS helsetilbud i Sykehuset Innlandet inn mot ny sykehusstruktur. Det er nedfelt et mandat fra divisjonsdirektøren og en arbeidsgruppe. I arbeidet med å svare opp mandatet ble det utarbeidet spørreskjema til TIPS team i Helse Sør-Øst for å kartlegge likheter og ulikheter, samt fordeler og ulemper ved organisering av de ulike TIPS teamene. Det ble utarbeidet en rapport med tre ulike TIPS modeller, disse har i etterkant vært på høring i det kliniske miljøet i divisjonen. Høringsrunden har ført til mye direkte kontakt med avdelinger, enheter og klinikere. Arbeidet videreføres i 2020.

Implementering og forbedring

Sykehuset Innlandet Div. psykisk helsevern har i 2019 brukt mye ressurser på implementering av pakkeforløp. Etter erfaringer fra det nasjonale kvalitets- og forbedringsprosjektet, «Bedre psykosebehandling», <http://www.bedrepsykosebehandling.no>, har divisjonen videreutviklet sitt organisasjons- og ansvarskart for implementering. TIPS konsulenten har sittet i divisjonens ansvarlige implementeringsgruppe med hovedansvar for å gi implementeringsstøtte til avdelingene sine implementeringsveiledere, samt sikre at alle nivåer i divisjonen deltar i innføring av pakkeforløp. Arbeidet har medført høy reiseaktivitet og direkte kontakt med ledere og faglige ansvarlige i alle avdelinger.

Innovativ kompetanseformidling

I samarbeid med TIPS Sør-Øst er TIPS konsulenten prosjektleder for utvikling av et nettbasert kompetanseprogram, kalt «Kompetansetreet for tidlig oppdagelse og behandling ved psykose». 2019 ble brukt til utvikling av prosjektet ved bruk av Idepanelet og samarbeid med Rådet for psykisk helse. Prosjektet har som mål å utarbeide lett tilgjengelig kompetanseheving uavhengig av hvor du jobber i kommune- og spesialisthelsetjenesten i Norge. Prosjektsøknader utarbeides i 2020. Kompetanseprogrammet søker å ta i seg e-læring, VR-basert simulering, spillteknologi og videoformidling. Tilknyttede samarbeidspartnere er SIMInnlandet og Kompetansebroen.no.

TIPS konsulenten skal i sin masteroppgave se på om VR basert simulering kan brukes til å øve på relasjonskompetanse i en akutt enhet.

Fagteam og nettverk

I regi av TIPS fagteamet ved Sykehuset Innlandet er det gjennomført TIPS nettverksmøte med temaet «Bedring/ recovery, wellbeing og stigma ved psykoselidelser» presentert av psykologspesialist og PhD, Carmen Simonsen, ansatt ved TIPS Sør-Øst og familienettverksmøte med tema «Positiv reformulering» ved ansatte i TIPS Innlandet, Anne Aalbu og Gunn Henanger samt to PANSS kurs. TIPS fagteam har i løpet av 2019 hatt fokus på fremtidig organisering av TIPS Innlandet. Fagteamet har tre til fire møter i halvåret. Fagpersoner fra fagteamet var representert på TIPS regionsamling i regi av TIPS Sør-Øst.

Antistigmadager for elever i videregående skole for til sammen ca. 400 elever på SI Reinsvoll og SI Sanderud er gjennomført.

TIPS-konsulenten sitter i arrangementskomiteen til den årlige nasjonale ISPS konferansen. Konferansen er Norges eneste arena med fokus psykososial behandling, psykoterapi, miljøterapi, oppfølging, støtte m.m., av psykoselidelser.

Sykehuset i Vestfold

Nettverksarbeid

TIPS-nettverket hadde en fagdag våren 2019. Fagdagen var åpen for alle interesserte i klinikk psykisk helse og avhengighet og var i anledning TIPS Vestfold's 5-årsjubileum. Programmet inneholdt følgende tema; bruk av e-helse i behandling av psykose, moderne psykoseforståelse, pakkeforløp psykose – hvordan påvirkes tidlig oppdagelse, utfordringer i implementering, TIPS Vestfold- erfaringer etter fem års drift og lavterskeltilbud for ungdom à la Headspace. Fagperson fra TIPS Sør-Øst bidro med en forelesning i tillegg til andre eksterne og interne forelesere. Høstens planlagte nettverkssamling med tema «Trenger vi tidlig intervensjon?» måtte dessverre utsettes til januar 2020. Utenom nettverkssamlinger har kontakt vært opprettholdt via lokale «Nyhetsbrev» med informasjon og deling av aktuelle artikler og kurs / konferanser.

Psykoedukativt familiesamarbeid

Nettverk for psykoedukativt familiesamarbeid har hatt tre samlinger i 2019. Tema for samlingene har vært presentasjon av forskningsprosjektet «Bedre pårørendesamarbeid». DPS Vestfold deltar i prosjektet med to poliklinikker, der den ene er intervensjons- og den andre er kontroll-site. Vi har gjennomgått hovedemnene i «SE HELE MEG» og drøftet og delt anbefalinger om bruk. Videre har vi hatt som tema; behov for tilbud om PEF i BUPA, opplæring av nye gruppeledere og samarbeid innad i BUPA, organisering av veiledning / opplæring av nye veiledere i klinikken og tilbakemelding fra Bergen Tidlig psykosesymposium; presentasjon av nasjonalt nettverk for psykoedukativt familiesamarbeid og ny metodebok. På siste samling var temaene orientering om nytt pilotprosjekt om bruk av klinisk simulering i veiledning, gjennomgang av hva er nytt i metodeboken og erfaringer fra etablering av Recoveryverkstedet i DPS Vestfold.

TIPS-konsulent har hatt månedlig veiledning med gruppeledere i PEF i BUP.

Det er utarbeidet en prosjektbeskrivelse til et pilotprosjekt om bruk av klinisk simulering (SIM-trening) i veiledning for gruppeledere i psykoedukativt familiesamarbeid på tvers av seksjoner og avdelinger i klinikk psykisk helse og avhengighet. Prosjektet foregår i samarbeid med SIM-laben ved Sykehuset i Vestfold HF (SiV HF), TIPS Sør-Øst og TIPS Østfold. Forberedelsesfasen ble avsluttet høsten 2019 og selve gjennomføringsfasen starter primo januar 2020.

Kurs, undervisning, informasjonsarbeid

TIPS har arrangert to kurs i bruk av PANSS / SCI-PANSS i år. Et i vår med 38 deltakere og et i høst med 35. Deltakerne var hovedsakelig ansatte i Sykehuset i Vestfold, men også fra andre helseforetak i helseregionen. Kursholder var «PANSS-ansvarlig» i DPS Vestfold. I tillegg til opplæring har vedkommende 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 helsesykekepleiertjenesten økt også i år. TIPS har undervist lærere, rådgivere og helsesykepleiere om psykisk helse, psykisk lidelse, viktigheten av tidlig hjelp og hvordan være en #psyktgodvenn. TIPS har faste månedlige «stands» på 7 ulike videregående skoler, der vi treffer elever til uformelle samtaler om

psykisk helse, hva de kan gjøre hvis de er bekymret for seg selv eller noen de kjenner og hvordan være en #psyktgodvenn. I tillegg deler vi ut brosjyremateriell, postere, penner m.m. og informerer om aktuelle nettsteder og kontoer på sosial medier med oppfordring til å følge dem.

Det har vært et samarbeid med kommunikasjonsavdelingen ved SiV HF om informasjonsarbeid til «publikum» på sosiale medier som Facebook, Twitter, Instagram, SiV's internettside og brosjyremateriell.

Sykehuset Østfold

TIPS-teamet består av psykiater Kjetil Horn, spesialsykepleier Yvonne Kristoffersen, spesialsykepleier (BUP) Marius Nybø og TIPS Sør-Øst konsulent Inger Stølan Hymmer.

TIPS-teamet har et tidlig oppdager-fokus med opplysningsarbeid og opplæring av psykoseforståelse. TIPS-teamet samarbeider med både primærhelsetjenesten, spesialisthelsetjenesten og brukerorganisasjoner. Seksjon for psykiatrisk utredning besvarer TIPS-telefonen og melder henvendelsene til TIPS-teamet, som da samarbeider videre med DPS/BUP omkring utredning og behandling.

Kurs

TIPS-teamet holder kurs og fagdager i:

- Remisjonspanns. TIPS Østfold har som mål at remisjonspanns skal benyttes systematisk ved alle avdelinger for å måle remisjon under behandlingen og bistår i veiledning av skåring.
- Kognitiv terapi
- Gruppelederkurs i psykoedukativt familiesamarbeid
- Psykoseforståelse
- Kommunikasjonskurs

Alle kurs er gratis. Kursene har også deltakere fra andre helseforetak i Helse Sør-Øst RHF.

TIPS-teamet i Østfold har bistått 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:

- OUS (TIPS Sør-Øst)
- Nordlandssykehuset, barne- og ungdomspsykiatrisk avdeling
- TIPS Sør-Øst

Samarbeid med primærhelsetjenesten

Psykoeduktivt familiesamarbeid egner seg godt til samhandling med primærhelsetjenesten i kommunene. TIPS-teamet samarbeider med alle kommuner og DPS i Østfold (Fredrikstad, Sarpsborg/Halden, Moss/Edwin Ruud) omkring kurs, veiledning og drift av gruppene. Det er en stor fordel av at dette arbeidet starter opp ved psykoseseksjonene i sykehusavdelingen og videreføres til DPS eller kommune. Pasienter og pårørende melder via tilfredshetsundersøkelser at det oppleves som positivt at det ikke blir brudd i behandlingen.

Veiledning

TIPS-teamet bistår med å bygge opp nettverk og tilbyr veiledning hver mnd. etter endt kurs i psykoeduktivt familiesamarbeid, samt holder nettverkssamlinger. Veiledning rundt oppstart av nye enfamiliegrupper er viktig for implementering. TIPS bidrar også med å legge til rette for undervisning i kommunikasjon og symptomer sammen med gruppeledere. Det er fokus på å øke lokal veilederkompetanse i fylket, ved å hjelpe erfarne gruppeledere til å få godkjenning som veiledere i metoden i samarbeid med TIPS-teamet.

TIPS-teamet veileder også i utredning og individualbehandling av psykoselidelser.

SIM

TIPS Østfold har implementert medisinsk simulering (SIM) som ferdighetstrening for gruppeledere i PEF, både under kurs og i veiledning.

Teamet har også bistått Sykehuset Vestfold og Vestre Viken med opplæring, gjennomføring og implementering av SIM som veiledningsmetode.

Pasient og pårørendeundervisning og samarbeid

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

I tillegg har teamet bidratt på LPP og Mental Helse sine seminarer og medlemskvelder med informasjon og opplæring. TIPS-teamet setter stor pris på samarbeidet med LPP, Pårørendesenteret og Mental Helse.

Prosjektet: Forebygging av vold og trusler

Sykehuset Østfold ved initiativtakerne Terje Engvik (HMS-sjef) og Knut-Erik Hymer (Avdelingsjef) satte i 2018 i gang et prosjekt for å forebygge vold og trusler. 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 har bidratt med å utarbeide faglig innhold og har holdt undervisning av modul 1: forebyggende kommunikasjon. TIPS-teamet har bistått sterkt gjennom hele 2019 ved å undervise i overkant av 1400 medarbeidere i Sykehuset Østfold, hovedsakelig fra somatiske og ikke medisinske avdelinger.

Forskningsprosjektet: Bedre Pårørendesamarbeid

TIPS-teamet har bidratt i forskningsprosjektet gjennom TIPS Sør-Øst i opplæring og veiledning av behandlingsmetoden psykoeduktivt familiesamarbeid ved psykose. Gjennom prosjektet har TIPS Østfold gjennomført kurs i Skien, Nedre Romerike, Larvik og 2 kurs i Oslo. Over 100 deltakere har fått opplæring. Alle deltakere får i tillegg tilbud om veiledning en gang i mnd. enten gjennom tilstedeværelse eller nettmøter. Teamet har også bidratt i forskergruppen med kompetanse på hemmere og fremmere ved implementering av psykoeduktivt familiesamarbeid, samt utarbeidelse av en intervjuguide til bruk for helsepersonell i møte med pasienter og pårørende.

Nasjonalt nettverk for psykoeduktivt familiesamarbeid

I 2018 ble det opprettet et Nasjonalt nettverk for Psykoeduktivt familiesamarbeid. Nettverket er forankret ved TIPS Sør-Øst. Inger Stølan Hymer er leder for nettverket. Det er satt ned en arbeidsgruppe

i nettverket hvor personer fra de ulike kursstedene i landet er representert. Inger, Yvonne og Marius er med i arbeidsgruppen. Arbeidsgruppen har hatt ansvar for arbeidet med revideringen/utarbeidelsen av metodeboken for Psykoedukativt familiesamarbeid. Gruppen har også ansvar for å arrangere en årlig nasjonal nettverkssamling som ble gjennomført 21.oktober med 145 deltakere fra hele landet.

Akershus universitetssykehus

TIPS arbeidet ved Ahus er i en revitaliseringsperiode grunnet betydelig mindre aktivitet i de foregående årene. TIPS-konsulent stillingen har i 2019 gått fra 20 % til 50 % igjen. 2019- aktiviteten har vært fortsatt veiledning, særlig om risikogrupper, noe informasjonsarbeid, undervisning og organiseringsarbeid.

TIPS i Ahus

Siden det i 2018 og deler av 2019 har vært begrenset aktivitet for TIPS konsulenten samt stor utskifting av TIPS kontakter i TIPS nettverket, vil første fokus i 2020 være revitalisering av TIPS nettverket. Det vil i den forbindelse også bli vurdert å gjøre omstruktureringer i organiseringen av TIPS kontakter og ledelsesstrukturer, for å styrke TIPS i Ahus både ut imot seksjoner og inn mot ledelsen.

Det har 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. Tema var videre organisering av TIPS tilbudet ved Divisjonen i Ahus. Nettverksmøtet danner grunnlaget for videre TIPS organiseringsarbeid og vil bli lagt frem på vårens TIPS nettverksmøte mars 2020. Sammen med ABUP rapport (2016) ble det i ABUP ledelsen fattet 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. Mål for samkjøring av TIPS teams i BUP og VOP er mål for videre TIPS organisering liksom etablering og organisering av TIPS telefon er hovedsatsning i TIPS handlingsplan for 2020.

Undervisning og prosjektarbeid

Dessverre har Samhandlingsprosjektet mellom Follo DPS/BUP og en rekke kommuner i sektoren ikke mottatt videre prosjektmidler og har blitt nedlagt i 2019. TIPS konsulenten har dermed avsluttet bidraget sitt med undervisning og veiledning. Samhandling med førstelinje er et viktig element i TIPS arbeid og det vil være videre fokus på dette i revitaliseringsprosessen 2020. Øvrig kontinuerlig TIPS aktivitet i Ahus sektor skal Seksjon Tidlig Intervensjon og Rehabilitering Psykose (TiRE) Nedre Romerike nevnes, som i 2019 har forsterket innsatsen på Psykoedukativ familiearbeid med undervisning og veiledning fra TIPS kompetansesenteret. Inkludering av Kongsvinger fra Sykehus Innlandet til Ahus sektor skal også nevnes, der TIPS team ved Kongsvinger DPS nå er under oppbygging. I tillegg skal forskningsaktivitet v/ det nasjonale psykoseprosjektet «Bedre Psykosebehandling» nevnes, det har fortsatt mange seksjoner involvert per i dag, liksom prosjekt «Bedre Pårørendearbeid» har to seksjoner involvert på DPS nivå.

Den pågående endringsprosessen i TIPS organiseringen ved Akershus universitetssykehus vektlegges således fortsatt tungt og videre samarbeides sentralt og lokalt kontinueres. Øking i TIPS stillingsprosent til 50 % igjen i hele 2020 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.

Sykehuset Telemark

I løpet av 2019 ble det etablert en avtale om samarbeid mellom Sykehuset Telemark og TIPS Sør-Øst. Det har vært en berikelse å få anledning til å knytte oss opp til TIPS Sør-Øst, både som en støtte i en sårbar fase med nedbemanning og i en ny fase nå med å re-etablere engasjement og fagutvikling i TIP internt, men også for hele klinikken. Dette gjelder både kompetansesenteret lokalisert i Oslo med den ekspertisen de besitter og samarbeid med alle de andre konsulentene i Helse Sør-Øst. Siden jeg ikke har noe frikjøpt tid, så har arbeidet mitt i min konsulentstilling vært hovedsakelig å gjøre meg og samarbeidspartnere kjent med TIPS Sør-Øst, samt delta i drøftinger med representanter fra TIP Sør-Øst og konsulentene i form av felles møter i Oslo eller per telefon/mail. I tillegg har jeg deltatt på kurs og konferanser sammen med alle knyttet til TIPS Sør-Øst, både konferansen i Kristiansand (Traumer, dissosiasjon og psykose), Bergen Tidlig psykosesymposium, samt seminaret om medikamentfri CBT og CBT for personlig stigma ved Morrison og Pyle arrangert av TIPS Sør-Øst i høst.

I siste halvdel av 2019 startet planleggingen av et TIP Telemark seminar våren 2020, med fokus på tidlig intervensjon ved psykose og nye tilnærminger i behandling av psykose. Dette er et samarbeid med lokal fagavdeling og også TIPS Sør-Øst, som stiller med flere foredragsholdere. Vi inviterer bredt ut, både internt og eksternt i spesialisthelsetjenesten, samt kommunalt. Videre har jeg fått mulighet til å fortelle om oss i TIP for hele klinikken i noe som heter Faglig forum i april (Faglig forum holdes annenhver onsdag fra kl. 11.30-12.30). Vi har sett at det er viktig med et tilbakevendende fokus på vårt teams mandat da det stadig kommer nye ansatte til vår klinikk.

Videre har det vært mye fokus på psykoedukativ familiebehandling i vår klinikk, der flere avdelinger deltar i et forskningsprosjekt «bedre pårørendesamarbeid». Jeg har blitt hentet inn i dette forumet i regi av fagavdelingen og jeg har derfor hjulpet til med planlegging av videre arbeid med dette og deltatt på samarbeidsmøter.

Vi i TIP har også et nært samarbeid med Jobbmestrende oppfølging, et tiltak i regi av NAV, der vi har i løpet av 2019 fått i stand regelmessig møter med konsulentene som jobber der.

TIP (Tidlig intervensjonspoliklinikk) ble etablert i vår klinikk i 1998. Inntil i våres har vi tatt imot pasienter med psykoselidelse i aldersgruppen 15 – 45 år, for utredning og poliklinisk behandlingsoppfølging i hele Telemark. Estimert poliklinisk oppfølgingstid var 3 år. Som følge av redusert bemanning (fra seks til tre fagstillinger) vedtatt våren 2019, så måtte vi redusere antall pasienter og hvor lenge disse kan motta behandling fra TIP.

Ny målgruppe er pasienter i aldersspennet 15 – 30 år. Det må foreligge et henvisningskriv der det er kort begrunnet at pasienten har eller antas å ha en eller annen form for nyoppstått psykoselidelse (også eventuelt rusutløst). Pasientene kan henvises både fra

primærhelsetjenesten og internt fra andre seksjoner i sykehuset. TIP skal fremdeles dekke hele Telemark.

Poliklinisk oppfølgingstid må reduseres til 1,5 år før pasientene evt. videreføres til andre deler av tjenesteapparatet. Hva gjelder pasienter under 18 år så kan TIP ta på seg behandleransvaret fram til de følger 18 år, selv om dette kan medføre oppfølgingstid på over 1,5 år.

Teamet består nå av psykologspesialist/teamleder og TIP Sør-Øst konsulent Ingerid Sauar, psykolog Jan Widén og overlege Renate Kolstad.

Telemark har en populasjon på ca. 173 000 innbyggere. I tillegg har vi et innslag av gjestearbeidere fra Øst-Europa og også studenter fra andre fylker, samt pasienter søkt fra Vestfold. Innslaget av flyktninger fra krigsherjede land, har også økt på, der kultur og omfattende traumeproblematikk er faktorer som krever ekstra ressurser og spisskompetanse. Insidensen blir derfor omtrentlig, men vi kan regne at tilfanget av «nysyke» med psykose er rundt 40-45 personer per år (ikke inkl er 6 - 10% som debuterer etter 45 år). Dette innebærer gjennomsnittlig 3 - 4 pasienter hver måned, og som er spredt på diverse henvisende instanser

En viktig oppgave for TIP er å fange opp/identifisere disse pasientene for å komme tidligst mulig inn og få satt inn adekvate og kontinuerlige behandlingstiltak før det har gått for lang tid. Dette gjøres i hovedsak ved ukentlige møter med akuttpostene og øvrige sengeposter, samt tett samarbeid med inntaksteamene. Vi har en «åpen» linje inn for alle samarbeidspartnere, både kommunalt og i spesialisthelsetjenesten, slik at alle kan ringe og drøfte saker med en av oss, også anonymt. Vi har derimot ikke etablert TIPS-telefon åpen for alle da vi ikke har kapasitet til å betjene den.

Per i dag anslår vi at vi klarer å fange opp rundt 70% av denne «nysykegruppen». Det er i tillegg en viss andel som vi utreder og som vi vurderer ikke å ha en psykosedagnose. Dette er pasienter som ofte er krevende å differensialdiagnostisere. Vi avlaster på den måten de øvrige poliklinikkene. Omfanget av de som befinner seg i en høyrisiko eller prodromalfase er betydelig større og vi kan anslå at dette gjelder minst 200 personer i året.

Om TIPS Sør-Øst

TIPS Sør-Øst forholder seg til Helse Sør-Østs Retningslinjer for regionale kompetansetjenester. Vårt mål er at helseforetakene i Helse Sør-Øst skal tilby den beste behandling, i alle tjenesteledd, for personer med psykose eller mulig psykoseutvikling. Vi vet at tidlig oppdagelse av psykose, og kunnskapsbasert utredning og behandling, har avgjørende betydning for livene til pasientene og familiene deres.

TIPS Sør-Øst arbeider etter en TIPS nettverksmodell som grunnlag for å jobbe kunnskapsbasert med tidlig intervensjon og psykose. Alle som skal bygge opp tidlig intervensjonstjenester, og et optimalt tilbud til pasienter med psykoselidelser, kan få hjelp fra oss.

Vi ønsker at du som er leder eller fagperson skal gi et godt og faglig tilbud basert på nyere kunnskap til dine pasienter. Vi vil bidra til dette gjennom å binde sammen klinisk erfaring, brukerkunnskap og forskning. Anbefalte, kunnskapsbaserte retningslinjer for utredning, behandling og oppfølging av psykosetilstander ligger til grunn for vår virksomhet.

www.tips-kompetansesenter.no



TIPS Sør-Øst
Regional kompetansetjeneste
for tidlig intervensjon ved psykose

Visjon:

***Optimal behandling tidligst mulig for pasienter med førstegangpsykose.
Vi skal være en brobygger mellom forsknings- og praksisfeltet.***