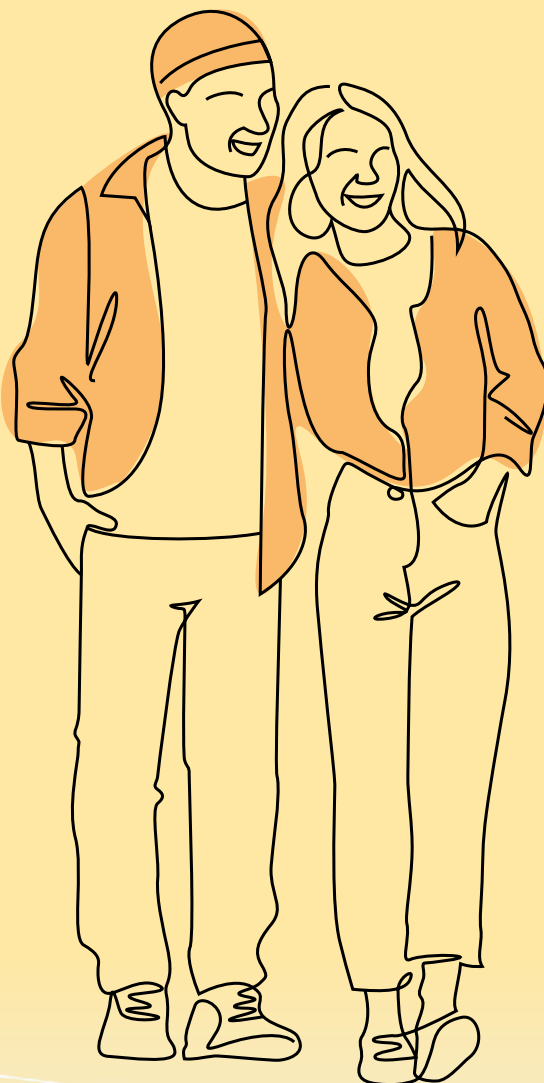




TIPS SØR-ØST

REGIONAL KOMPETANSETJENESTE FOR
TIDLIG INTERVENSJON VED PSYKOSE

Årsmelding for TIPS Sør-Øst 2024

Regional kompetansetjeneste for tidlig intervensjon ved psykose

Leder

Kjære Leser,

2024 var et år preget av stor aktivitet på mange fronter. Nye medarbeidere ankom med ny kunnskap som etter hvert har begynt å sette seg i organisasjonen. Vi har fått økt kompetanse på rus og psykose, og har blitt sterkere på innovasjon. Samtidig har vi fått et nytt tema på agendaen som er svært viktig i disse tider – nemlig økonomi. Vi liker kanskje ikke å snakke om det, men det er en side av helsevesenet vi ikke kan tillate oss å vende ryggen til. Potten med penger blir stadig mindre, og en rettferdig fordeling bør være et bærende prinsipp i en velferdsstat. Det blir derfor viktigere enn noensinne å bruke denne potten på beste måte for å sikre bærekraftige tjenester. Kjedelig, men sant.

Heldigvis har vi utrolig gode medarbeidere både internt på Gaustad og eksternt i Helse Sør-Øst. TIPS-konsulentene er våre solide ankere og fungerer som dyktige nettverksbyggere. De er bindemiddelet mellom oss og tjenestene. Det er derfor ekstra gledelig at vi nå har en rekke prosjekter der samarbeidet om kompetansehevende tiltak bygger på gode prosesser med tett kontakt, og at fokus på forskning og fagutvikling er med i tenkningen. Det digitale rommet brukes aktivt og bidrar til å bygge oss sterkere, sammen.

Videre har satsningen på digitalisering og innovasjon brakt oss fremover, og vi opplever

samarbeidet med SFI'et For Helse som viktig i fortsettelsen. Viktig er også kontakten med Arkitektur og designhøgskolen, der vi har etablert samarbeid om både forskning, innovasjon og læring. Vi samarbeider også med Universitetet i Oslo og landets viktigste psykoseforskningsmiljøer. Vi er ekstra glade for samarbeidet med TIPS Stavanger. Det er på mange måter vår nærmeste familie med et klart mandat inn mot tidlig intervensjon og god klinisk praksis. Det er derfor gledelig at dette samarbeidet også har hjulpet oss å stable på bena en komité som organiserer den første nasjonale TIPS-konferansen på mange år, høsten 2025.

Ellers håper vi du vil glede deg over å lese om alle våre prosjekter som strekker seg over spekteret fagutvikling, forskning og formidling. Jeg vil gjerne trekke frem Psykosekompetanse.no i denne sammenheng. Vi er både stolte og glade for alt engasjementet som legges i dette verktøyet som skal bistå klinikere og studenter med verktøy for å bedre klinisk praksis. Her har det vært drahjelp fra forskere og klinikere i hele regionen. Ikke minst er det gledelig at det ledes på tvers av regionen, med god styring fra både OUS og Sykehuset Innlandet.

Vi går inn i 2025 med entusiasme og pågangsmot og velger å rette blikket mot det som er bra. Det er viktig i disse tider.

Beste hilsen Kristin Lie Romm

Om TIPS Sør-Øst

Visjonen vår er at alle pasienter med tidlige tegn eller symptomer på psykose møtes av et lett tilgjengelig og individuelt tilpasset utrednings- og behandlingstilbud.

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.

Organisasjon og bemanning 2024

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 ellers kapittel om «Lokalt arbeid i regionen: hovedaktiviteter 2024» for nærmere beskrivelse.

Kompetansetjenesten er organisert under Oslo universitetssykehus (OUS), Klinikkk psykisk helse og avhengighet, Forsknings- og innovasjonsavdelingen. 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 2024 var 14,7 millioner.

BEMANNING

I 2024 har kjernen i TIPS Sør-Øst vært bemannet med en seksjonsleder som er spesialist i psykiatri (100 %) og førsteamanuensis ved UiO (20 %), en administrasjonsrådgiver (100 %), og en kommunikasjonsrådgiver (100 %). Den øvrige faglige bemanningen har bestått av fire psykologspesialister/ PhD (100 %), en overlege (100%) en fagrådgiver/ spesialsykepleier (50 %- 20 % fast og 30 % engasjement), spesialrådgiver (65%), en overlege (34%) og en stipendiat (100%).

Alle faste stillinger i kjernen er besatt.

TIPS-konsulenter

I 2024 har følgende helseforetak hatt TIPS konsulenter som har vært økonomisk støttet av kompetansetjenesten:



Oslo universitetssykehus, Diakonhjemmet Sykehus og Lovisenberg Diakonale Sykehus:

Når det gjelder Oslo universitetssykehus og Osloregionen (Diakonhjemmet Sykehus og Lovisenberg Sykehus) anser vi å ha et ansvar for å etablere en samarbeidsarena mellom TIPS miljøene her, på lik linje med de andre helseforetakene. Vi har likevel ikke midler å avsette til frikjøp ved disse institusjonene. Geografisk nærhet tilsier imidlertid lettere tilgang til tjenestene TIPS Sør-Øst kan tilby, og vi mener derfor det bør være mulig å ha drive en slik TIPS arena i Oslo til tross for manglende økonomiske ressurser.

I 2024 har dette arbeidet vært videreført, og målet er å samle TIPS-arbeidet i Oslo sektor. Arbeidet videreføres i 2025.

Organisering som implementeringsstøtte

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.

Styringsinstanser, nettverk og samarbeid

Retningslinje for regionale kompetansetjenester i Helse Sør-Øst er styrende for driften av tjenesten, samt egen strategiplan og handlingsplaner.

REFERANSEGRUPPE

TIPS Sør-Øst har 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.

BRUKERMEDVIRKNING

TIPS Sør-Øst har hatt et eget brukerråd, «Idépanelet», som har vært involvert på ulike måter, i de fleste prosjekter ved tjenesten. Gruppen består av personer med egenerfaring med psykose eller bipolar lidelse. I løpet av 2023/2024, har vi jobbet med å etablere mer faste strukturer rundt brukermedvirkning og har blant annet etablert et formalisert samarbeid med **Bipolarforeningen**. Bipolarforeningen bistår inn i flere prosjekter med brukererfaring. Vi bidrar med å dele informasjon i våre respektive kommunikasjonskanaler, samt å bidra faglig med rådgivning, veiledning og undervisning.

I prosjektet «Åpen om psykose- og bipolar lidelse: Bruker til bruker» samt i prosjektet

psykosekompetanse.no er det ansatt en medforsker og flere medarbeidere med erfaringskompetanse.

NASJONALT TIPS-NETTVERK

I desember 2019 hadde vi et arbeidsmøte med TIPS miljøet i Stavanger om å starte et samarbeid for å etablere et nasjonalt nettverk for TIPS arbeid. Vi besluttet å gjennomføre en nasjonal kartlegging ved å kontakte aktuelle enheter i Norge og kartlegge på hvilken måte de jobber, og hvilke ressurser de har tilgjengelig. Et nasjonalt nettverk vil kunne 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.

Kartleggingen ble gjennomført i 2022 og arbeidsgruppen publiserte en artikkel i Tidsskrift for Norsk psykologforening (31.07.23) på bakgrunn av funnene: «Psykoselotteriet.»

Et annet tiltak for å styrke det nasjonale nettverket, har vært å revitalisere **TIPS konferansen**.

Vi planlegger ny TIPS konferanse i Trondheim i 2025.

FORSKNINGSNETTVERK

TIPS Sør-Øst har en rekke løpende fag- og kvalitetsprosjekter, hvor flere av prosjektene også utvikles til forskningsprosjekter. Vi samarbeider med forskningsmiljøene i egen klinikk ved Oslo universitetssykehus/UiO, men også forskere

internasjonalt, spesielt innen familiearbeid ved psykose. Vi samarbeider også med nasjonale forskere ved andre helseforetak i og utenfor regionen. TIPS-miljøet i Stavanger er spesielt viktig. Eller samarbeider vi med Senter for medisinsk etikk (UiO), Institutt for helse og samfunn (UiO), PSI/ UiO, VID vitenskapelige høgskole

NASJONALT NETTVERK – PSYKOEDUKATIVT FAMILIESAMARBEID

Nasjonal gruppe for psykoedukativt familiesamarbeid ble etablert i 2018, og er forankret i TIPS Sør-Øst. De har årlige samlinger, og hadde dette også i 2024.

Spredningstall for 2024

Gjennom undervisning, formidling, veiledningsaktivitet, kurs og konferanser når vi flere tusen personer i løpet av året. Dette er hovedsakelig fagpersoner som jobber med psykose og bipolar lidelse på de ulike helseforetakene i regionen, men også noen fra primærhelsetjenesten 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. Våre medarbeidere underviser regelmessig på blant annet Universitetet i Oslo (medisin/psykologi) og VID vitenskapelige høgskole, (SEPREP utdanningen). [Se ellers vår rapport til Helse Sør-Øst.](#)

Den viktigste kanalen ut mot våre sentrale målgrupper er det **månedlige nyhetsbrevet**. Ved utgangen av 2024 hadde vi **1900 abonnenter**, noe som igjen er en ytterligere **økning på over 200 abonnenter**. Åpningsraten ligger på mellom 30 – 40 prosent.

Vår hovednettside www.tips-kompetansesenter (på Oslo universitetssykehus sitt nettsted) hadde i 2024 **34 000 sidevisninger**.

TIPS Sør-Øst har en egen **YouTube kanal** med opplæringsvideoer og opptak av fagseminarer. Kanalen hadde nærmere **9500 avspillinger** i 2024.

Nettstedet www.reacttoolkit.no driftes av TIPS Sør-Øst og er et veiledet selvhjelpsverktøy for pårørende til personer med psykose. Verktøyet hadde over **6000 unike brukere** i 2024 (2023: 4000) og **62 000 sidevisninger**.

TIPS Sør-Øst er ansvarlige for nettsiden www.psykose-bipolar.no. Nettstedet hadde **over 112 000 unike brukere** i 2024 (2023: 77 000), og **255 000 sidevisninger**.

Sosiale medier: Drift av egen facebookside med i snitt to- tre innlegg pr uke. Har i overkant av **2000 følgere**. Ukentlige publiseringer.

Over 500 personer har til sammen sett våre **FagTIPS seminarer** som er gjennomført i 2024.



● Undervisning og forskningsformidling: Hovedaktiviteter i 2024

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. Alle våre kurs søkes godkjent av Norsk sykepleierforbund, Norsk psykologforening. Vi søker ikke Den norske legeforening da leger ikke lenger får poeng som kan brukes opp mot spesialistløpet.

TIPS Sør-Øst har i sin strategiplan definert spesifikke fokusområder for kompetansespredning, og strategier og tiltak for å oppnå dette. I 2024 har vi hatt spesielt fokus på:

Kurs i diagnostikk og utredning

Dette gjelder spesielt symptomsmål som PANSS og SIPS. Vi har gjennomført **kurs i PANSS digitalt/fysisk (105 personer) og digitalt kurs i SIPS (70 personer)** via Norsk Helsnett (Join.nhn.no). Vi har administrert gruppearbeid digitalt med skåringer i digitale grupperom og tilpasset undervisningen slik at det har vært gjennomførbart over nettet. Vi har jobbet aktivt med informasjon om kurs og teknologien i forkant, sørget for administrativ og teknisk support under gjennomføringer, og fått gjennomgående gode evalueringer fra deltakerne.

Opplæring, veiledning og implementering av psykoedukativt familiesamarbeid (PEF).

Opplæringen blir planlagt i samarbeid med lokalt helseforetak og tilhørende kommuner. I gruppelederkursene inngår veiledning i etterkant ved oppmøte eller via digitale løsninger. I 2024 har 150 deltakere spredt over hele landet fått opplæring i metoden gjennom TIPS Sør-Øst.

Opplæring av veiledere i www.reacttoolkit.no

Gjennom det nettbaserte verktøyet www.reacttoolkit.no kan familiebehandlere gi avstandsoppfølging av pårørende til personer med psykose. All undervisning og veiledning har blitt

gitt digitalt, og har nådd fagpersoner i hele landet. I løpet av året er det gjennomført 2 kurs der 36 personer har fått opplæring og veiledning for å bli REACT-veiledere. Les mer om REACT-NOR under seksjonen «Forskning og fagutvikling»

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 relasjon til drøfting av kasuistikker og differensialdiagnostiske utfordringer, i bruk av utredningsverktøy, i forbindelse med kognitiv terapi og psykoedukativt familiesamarbeid som anbefalte behandlingsmetoder.

Det tilbys også veiledning på organisering og implementering av tidlig intervensjonsarbeid. I tillegg får flere stipendiater og masterstudenter veiledning fra kompetansetjenesten, både hoved- og bi-veiledning.

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 og SEPREP ved Høyskolen VID. Tjenesten har bidratt til at kunnskap om psykose og tidlig oppdagelse tydeligere er integrert i utdanningsplanene ved disse institusjonene.

Oversikt over timer brukt på formidling på konferanser og undervisning:

Nasjonale konferanser: Antall postere/innlegg	8
Internasjonale konferanser: Antall postere/innlegg	2
Undervisning for klinikere: Antall timer totalt	226
Undervisning for andre målgrupper (brukerorganisasjoner, pasienter/ pårørende o.l.): Antall timer totalt	99



● Synlighet og digitale tjenester: Hovedsatsinger 2024

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 er:

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 2024 publiserte vi 13 nyhetssaker** på nettsidene våre som er delt og spredt i alle våre kanaler, samt internt i avdeling, klinikk og sykehus.

Fag til fag: Webinarer direkte og i opptak

I 2024 har vi gjennomført tre fagseminarer (FagTIPS) via direktesendte webinarer sett av over 500 personer.

Gjennomførte FagTIPS 2024

1. mars: «Kroppens betydning for selvforstyrrelser ved psykoselidelser» (Over 120 deltakere 335 avspillinger)

31. mai: «Kognitiv fungering ved schizofreni og bipolar lidelse i et utviklingsperspektiv» (65 deltakere)

18. oktober: «Nytt fra forskningen og erfaringsfeltet om stigma og åpenhet ved psykisk lidelse» (38 deltakere)

Fag til fag:

Samarbeid om og bidrag på 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* i Kristiansand, *TIPS konferansen* og *Den internasjonale traume, dissosiasjon og psykosekonferansen* i Kristiansand. 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.

Fag til fag: Nasjonal nettverkskonferanse

Psykoedukativt familiesamarbeid

Nasjonalt seminar for gruppeledere i psykoedukativt familiesamarbeid, ledere som skal implementere psykoedukativt familiesamarbeid i sin tjeneste og andre med interesse for familiesamarbeid i helsetjenesten. Det var **108 deltakere** i 2024 (2023: 77).

Fag til fag: Nasjonal TIPS konferanse

«Fra forskning til forandring»

Konferansen er planlagt i 2024 og arrangeres i Trondheim høsten 2025 i samarbeid med St. Olavs Hospital, NAPHA, Stavanger universitetssykehus og Nordlandssykehuset.

Fag til pasient og pårørende:

Nettportalen www.psykose-bipolar.no:

Innholdet spesifikt rettet mot personer som kommer til behandling for psykose- eller bipolar lidelse og deres pårørende. Ressursen er laget med henblikk på å forbedre samhandling og psykoedukasjon i klinisk arbeid.

Analysen viser at nettsiden i 2024 hadde **112 000 unike brukere** (77 000 i 2023). Vi ser at nettsiden har en betydelig vekst i antall brukere årlig.

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 fag og allmennheten:

Video- og undervisningsfilmer

Vår YouTube-kanal under navnet TIPS Sør-Øst presenterer tilgjengelige opplysnings- og undervisningsfilmer. I 2024 har kanalen hatt over **9500** avspillinger.

Kanalen har **384** abonnenter. Vi har ikke jobbet strategisk for å bygge denne kanalen, men benytter den mer som et arkiv- og delingssted. Vi legger også ut undervisningsvideoer til kurs og annen opplæring som blir benyttet i undervisningssammenheng.

I 2024 har vi **produsert og publisert 21 nye videoer** som skal brukes aktivt i opplæring og undervisning:

Fag til allmennheten: Oppslag i massemedier, blogg & podkast 2023:

Dato	Kanal	Innhold
Januar	Nettside/ nyhetsbrev	Intervju med Erlend Mork på nettsidene til Kirkens SOS «Livredderne»
5. januar	Arkitektur	Gaustad Asyl som fremtidens psykiatri?- Arkitektur
25. januar	Podkast- Legeprat	Legeprat #44: Sammen for livet Legeprat
28. januar	Podkast – kaffedoktor	Å redde noen som ikke ønsker det- med Aina Evensen Helme Kaffedoktor
9. mars	Blogg- Ekspertsykehuset	Gjør bruk av cannabis den psykisk syke enda sykere?- Oslo universitetssykehus HF
24. mars	Podkast – Kaffedoktor	Kultur og kontekst i terapirommet- med Akiah A. Ottesen Kaffedoktor
28. april	Podkast – Kaffedoktor	Paternalisme i legevirket Kaffedoktor
8. mai	Dagens medisin	Skal videosamtaler fortsette å være en B-løsning i psykisk helsevern?
12. mai	Podkast – Kaffedoktor	Psykiatri bak fengselsmurene Kaffedoktor
17. juni	Dialog	Kreativ skriving i psykisk helsevern Dialog
4. juli	Nettsak – For Helse	Forhelse Forhelse attended HTAi 2024. An introduction to early Health Technology Assessment
17. juli	Dagens Medisin	Uttalelser fra Helse Sør-Øst om Gamle Gaustads fremtid krever oppklaring
Juni	NTNU Open	NTNU Open: BIPOLARVEILEDER – OPPDATERT KUNNSKAP
2. juni	Podkast – Kaffedoktor	God søvn er viktig for alle- med Elizabeth Ann Barrett Kaffedoktor
16. juni	Podkast – Kaffedoktor	Skolevegring, eller ufrivillig skolefravær, ble litteratur Kaffedoktor
15. november	Morgenbladet	Med sykehusplanene i Oslo flyttes psykiatrien til et steinkast unna landets mest trafikkerte veikryss. – Betydningen av rolige omgivelser for psykosepasienter kan ikke overdrives, sier Randi Rosengvist – Morgenbladet
1. desember	Podkast- Kaffedoktor	Smertebehandling uten medisiner- med Silje Reme Kaffedoktor

FORSKNING OG FAGUTVIKLING: HOVEDAKTIVITETER 2024

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.

BIPOLARTEAMET VED NYDALEN DPS - FORSKNINGSKLINIKK FOR PASIENTER MED BIPOLAR LIDELSE

I november 2017 vedtok ledelsen ved Klinikk for Psykisk Helse og Avhengighet, OUS, at Bipolarteamet skulle opprettes ved NDPS. TIPS Sør-Øst er inne som samarbeidspartner i prosjektet gjennom psykologspesialist/forsker Sofie Aminoff.

Enheten tilbyr state-of-the-art utredning og behandling av bipolar lidelse i tidlig fase, samt gir 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.

Forskningen på bipolarteamet gjøres med utgangspunkt i klinisk gruppe ved NORMENT/ Seksjon for psykoseforskning og her undersøkes blant annet variabler som potensielt kan forklare vansker med affektlabilitet hos pasienter med alvorlig psykisk lidelse, og da særlig ved bipolar lidelse. I 2024 har bipolarteamet gjennomført

en pilotundersøkelse hvor en gruppe pasienten med bipolar lidelse har gjennomgått «Unified Protocol», en transdiagnostisk eksponeringsterapi rettet mot mennesker som av ulike grunner unngår sterke følelser. Piloten viser lovende resultater og Aminoff er sisteforfatter på en artikkel om dette som nå ligger til vurdering i internasjonalt tidsskrift. Unified protocol er en mulig modell å teste ut på psykosepopulasjoner.

REACT-NOR: RELATIVES EDUCATION AND COPING TOOLKIT – NORSK VERSJON

REACT-NOR (www.oslo-universitetssykehus.no/react-nor) er et veiledet nettbasert verktøy for pårørende til personer med en psykoselidelse. REACT-NOR skal bidra til en bedret forståelse av hva psykose er, og hjelpe familiemedlemmer og nære pårørende til å kunne mestre de utfordringer som følger med det å ha et familiemedlem med en psykoselidelse. Pårørende tilbys å bruke hjemmesiden i samarbeid med helsepersonell som har kompetanse i psykoedukativt familiesamarbeid eller har utdanning i kognitiv terapi ved psykose. REACT-NOR er utviklet i samarbeid mellom pasienter og familiemedlemmer til personer med psykoselidelser og forskere ved Lancaster Care NHS Foundation Trust i England. Programmet ble oversatt til norsk og tilpasset norske forhold av TIPS Sør-Øst og brukt i et pilotprosjekt ved Sykehuset Vestfold for noen år siden. TIPS Sør-Øst gjenopptok REACT-NOR programmet våren 2020 i forbindelse med det økte behovet for avstandsoppfølging under koronapandemien.

Totalt er det nå utdannet 200 veiledere i REACT-NOR og i 2024 er status at en rekke veiledningsgrupper er i drift, vi har hatt nasjonal nettverkssamling i psykoedukativt familiesamarbeid og regelmessige møter i prosjektgruppen og referansegruppen er gjennomført. Arbeidet med

analyser og artikkelplanlegging for 2. og 3. artikkel fra følgeforskningsstudien er påbegynt i 2024. Hefte «Støtte og råd til deg som pårørende til personer med psykose eller bipolar lidelse» er publisert i digitalt og fysisk format og gir kortfattet informasjon og råd tidlig i kontakten med psykisk helsevern.

REACT BD

I løpet av 2023-2024 har psykologspesialist/forsker Erlend Mork og psykologspesialist/forsker Sofie Ragnhild Aminoff i samarbeid med TIPS-konsulent i Vestre Viken, Mia Iversen, REACT-veileder fra Sykehuset Innlandet, Jenny Pedersen, og to brukerrepresentanter fra Bipolarforeningen utarbeidet en REACT-versjon spisset mot pårørende til mennesker med bipolar lidelse. Innholdet er trinnvis publisert på egen web-plattform i 2024 og skal beta-testes i Nasjonalt Nettverk for Familiesamarbeid i løpet av 2025.

REACT Bipolar er en verktøykasse med følgende elementer:

- 1) Hva er REACT Bipolar?
- 2) Hva er bipolar lidelse?
- 3) Takle oppstemthet: mani/hypomani
- 4) Takle nedstemthet: depresjon
- 5) Takle hverdagen mellom episodene
- 6) Kognitive vansker
- 7) Forebygge og håndtere kriser
- 8) Håndtere vanskelig atferd
- 9) Stressmestring – å tenke annerledes
- 10) Stressmestring- å gjøre ting annerledes
- 11) Hva menes med psykisk helsevern og hvordan får du den hjelpen du trenger?
- 12) Behandlingsalternativer
- 13) Fremtiden
- 14) Resurser
- 15) Faguttrykk og ordliste

REACT ROP

I 2023-2024 har også en arbeidsgruppe bestående av Erlend Mork, TIPS Sør-Øst, erfaringskonsulent Carina Hagensten, og TIPS konsulent Marit Holter, begge sykehuset i Vestfold, Lars Linderøth, Nasjonal kompetansetjeneste ROP og Marit Emmerhoff Håland, Sykehuset i Stavanger arbeidet med en tilpasning av REACT NOR spisset mot pårørende til mennesker med samtidig rus- og alvorlig psykisk lidelse. Arbeidsgruppen har i 2024 ferdigstilt den første versjonen av det faglige innholdet til verktøyet.

TIPS Sør-Øst mottok i 2024 innovasjonsmidler til oppsett av de to nye REACT-verktøyene REACT BD og REACT ROP samt en landingsside for de tre versjonene av REACT NOR. Dette arbeidet er ferdigstilt i 2024. Det faglige innholdet til REACT ROP vil bli lagt inn i verktøyet og betatestes av REACT veiledere og pårørende i 2025. Arbeidet med en opplærings- og implementeringsmodell for REACT BD og REACT ROP er startet ultimo 2024 og vil fortsette inn i 2025.

HORMON OG HUMØR

Kvinner har økt risiko for debut av bipolar lidelse i forbindelse med store hormonelle endringer i livet som pubertet, i barselstiden og rundt menopause. En andel kvinner med bipolar lidelse ser dessuten ut å ha symptomøkning i forkant av menstruasjoner, mindre gunstig forløp og mer depressive plager. Likevel er det lite systematisk kunnskap om denne sammenhengen. Psykologspesialist/forsker Sofie Ragnhild Aminoff har sammen med Kristin Lie Romm og andre forskere fra OUS, Diakonhjemmet og UiO laget en spørreundersøkelse som går ut på å utforske hvordan menstruasjonssykklusen påvirker forløpet hos kvinner med bipolar lidelse. Spørreundersøkelsen er søkt godkjent ved REK og skal lanseres i løpet av 2025.

PSYKOSE OG TRAUME

Mennesker med psykoselidelser rapporterer om flere traumatiske erfaringer enn den generelle befolkningen. Traumatiske erfaringer har sammenheng med mer alvorlige symptomer, svakere funksjon, og dårligere prognose hos de med samtidig psykose. Måltrettet behandling av traumesymptomer med eksponerende metoder slik som «Eye movement desensitization and reprocessing therapy» (EMDR) hos mennesker med psykose har god effekt på post traumatiske stress symptomer og lidelse (PTSD), livskvalitet og kan forhindre nye traumatiske erfaringer. Likevel er ikke behandling av traumereaksjoner en integrert del av psykosebehandling i Norge. TIPS SØR-ØST er gjennom psykologspesialist/forsker Sofie Ragnhild Aminoff samarbeidspartner inn i et prosjekt ved Helse Vest ledet av professor Else Marie Løberg, «The Key to Integrated Trauma treatment in psychosis trial (The KIT-trial): A multisite, pragmatic, randomized, controlled effectiveness trial of trauma treatment in psychosis». KIT-trial er i løpet av 2024 utvidet til Oslo universitetssykehus og

Diakonhjemmet og det er søkt midler fra HSØ i 2024 uten tilslag. Oslo-ansvarlig forsker Akiah Astral Ottesen fikk Klinikken sine frie forskningsmidler for 2025 fra KPHA ved OUS. Inklusjon for KIT i Oslo starter høsten 2025. Aminoff skal bistå Ottesen i søknad til HSØ høsten 2025.



VIDEREFØRING AV ITANDEM-PROSJEKTET

iTandem (www.oslo-universitetssykehus.no/itandem) er et digitalt verktøy (en mobilapplikasjon) for behandlingsstøtte for pasienter med psykose- eller bipolar lidelse og deres behandlere. Den skal brukes som et samhandlingsverktøy, og være en del av behandlingen. iTandem har 8 moduler som tillater logging av; søvn, medisiner, aktivitet, bivirkninger, recovery, psykosesyntomer og humør.

I 2022 piloterte vi iTandem i OUS og i 2023/24 gjennomførte vi en ny uttesting ved Sykehuset Innlandet for å gjennomføre en feasibility-studie. I 2024 begynte vi også samarbeidet med VPA Vinderen, som nå er i gang med å teste appen som del av oppfølgingen til pasienter med psykoselidelse.

Piloten fra 2022 er en del av grunnlaget for en utviklingsartikkel om iTandem som nå er publisert i JMIR Formative. Prosjektene knyttet til Sykehuset Innlandet og VPA Vinderen er del av et doktorgradsprosjekt ved TIPS Sør-Øst, The impact of digitalization on mental health services (se under).

TEGN TIL BEDRING

Å tilby digitale konsultasjoner som del av behandlingen innen psykisk helsevern kan føre til styrket kontinuitet og økt brukertilfredshet. Mange klinikere og pasienter opplever imidlertid at videokonsultasjoner ikke er tilrettelagt for terapeutiske aktiviteter på den måten vi er vant med fra det fysiske terapirommet, at tilstedeværelsen og engasjementet forblir lavt, i tillegg til at videoformatet kan gjøre en mer selvbevisst og usikker på rollen en har i møtet. Vi har sammen med et designfirma utviklet konseptet «Tegn til bedring», et digitalt whiteboard som er ment å kunne tilpasse seg eksisterende videoplattformer, med en rekke funksjoner tilpasset kognitiv atferdsterapi. I 2024 søkte vi midler fra NFR for å ta dette videre og se verktøyet i sammenheng med utvikling av rammeverk for digital klinikk

innen psykisk helsevern. Vi har foreløpig fått forprosjektmidler, og vil jobbe videre med dette prosjektet i 2025.

ARBEIDSPAKKE 3 TIDLIGMETODEVURDERING I SFIET FORHELSE.

Høydepunkter 2024:

- PhD-kandidat, ble tatt opp til et tre måneders internasjonalt samarbeid med Hospital Clinic Barcelona fra mars 2025
- Oppnådd lederforankring for utvikling og testing av «Digital poliklinikk», paraplyen for våre Forhelse-prosjekter
- Fått midler fra Pilot helse forprosjekt, «Tegn til Bedring» i samarbeid med Forhelse industripartner Youwell: viktig verktøy for realisering av «Digital poliklinikk»
- Representerte Forhelse på to internasjonale konferanser i 2024, Sirs Firenze og HTAi Sevilla.
- Sendte inn tre studier og fikk en akseptert i 2024.

iTandem, app for samvalg hos pasienter med psykose: I 2024 ble proof of concept-studien av iTandem akseptert i JMIR-formativ. Som en del av doktorgrad ble gjennomførbarhetsstudien ved Sykehuset Innlandet sendt inn og er til vurdering ved JMIR Human Resources (n pasienter = 9, n klinikere = 8). Videre startet vi rekrutteringen av pilotstudien til iTandem, også en del av doktorgrad, ved Voksen psykiatrisk avdelingen på Vinderen i desember 2024. iTandem er tilgjengelig i oppfølging av pasienter ved Voksen psykiatrisk avdeling på Vinderen.

REACT-Nor oppfølging av pårørende ved psykose: I 2024 ble en behovsvurdering gjennomført med deltakende fra forskjellige TIPS enheter. I tillegg ble en spørreundersøkelse av pårørende analysert (n=60), og den økonomiske simuleringen er under utarbeidelse. Vi planlegger en studie for å belyse insentiver for implementering av digital helse. REACT Nor er en tilgjengelig digital plattform for

oppfølging av pårørende planlagt tilgjengelig ved TIPS enheter nasjonalt.

CBTi for hjertepasienter i samarbeid med Sykehuset Vestfold: I 2024 utarbeidet vi en økonomisk simuleringmodell i forkant av resultater fra en RCT om CBTi gruppeterapi for hjertepasienter. Den økonomiske simuleringstudien ble sendt til BMJ åpen (n= 1 127). CBTi gruppekurs er tilgjengelig ved Sykehuset Vestfold i en RCT og vi planlegger for en digital løsning.

Bak skjermen, terapeuters erfaringer med videokonsultasjoner: I 2024 kartla stipendiat private og offentlige implementerings- og brukererfaringer med videokonsultasjoner. Rekruttering og datainnsamling var nesten fullført ved utgangen av året (n=24), og vil bli et viktig bidrag i forståelsen av fremmere og barrierer ved digitalisering i helse.

The impact of digitalization on mental healthcare service delivery – et PhD-prosjekt knyttet opp mot SFlet Forhelse

PhD-prosjektet som utforsker hvordan digitalisering påvirker tjenestene i psykisk helsevern ble startet opp i slutten av 2023 og arbeidet med dette har fortsatt inn i 2024. Prosjektet ser på hvordan verktøy som mobilapplikasjoner og videokonsultasjoner kan integreres i tjenestene for å styrke dem innenfor flere domener: klinisk effekt, brukeropplevelser, med fokus på samvalg, organisasjon og økonomi. Stipendiat i prosjektet er Mari Skoge, prosjektleder/hovedveiledere Kristin Lie Romm og Sofie Ragnhild Aminoff og Linn Nathalie Støme er biveiledere.

Manuskriptet til den første artikkelen, som utforsker uttesting av appen iTandem ved Sykehuset Innlandet, er sendt inn til tidsskriftet JMIR Human Factors. Som del av datainnsamlingen til den andre artikkelen, har prosjektgruppen i år intervjuet ansatte i psykisk helsevern om deres bruk av videokonsultasjoner og holdninger til dette. Deltagerne har tilhørighet til ulike helseforetak og klinikker, på tvers av offentlig og privat sektor. Et abstract med tidlige funn er sendt inn til IEPA 2025.

En ny runde med uttesting av iTandem ble satt i gang på slutten av året, ved spesialpoliklinikken,

VPA Vinderen, Diakonhjemmet sykehus. Inklusjonen varer til sommeren 2025, og skal brukes til den tredje artikkelen i PhD-prosjektet.

PhD-prosjektet er del av SFI-et Forhelse, der Linn leder arbeidspakken Tidlig metodevurdering. I løpet av året startet stipendiatene og postdocene i senteret et nytt forum, Forhelse Ungeforskere, som arrangerer regelmessige møter. Dette vil videreføres i 2025.

DIGITAL KLINIKK

Digitalisering av tjenester innen psykisk helsevern er en krevende prosess. I forbindelse med søknaden om å utvikle Tegn til bedring (et digitalt whiteboard for terapi), ble det også skissert en prosess for å utvikle et rammeverk som kunne lette implementering av digitale løsninger. TIPS Sør-Øst har fått et mandat fra KPHA om å se på denne problemstillingen og bruke OUS som utgangspunkt. Forprosjektmidler fra NFR vil brukes på dette prosjektet utover våre, og det er etablert et samarbeid med AHO for å se hvordan tjenestedesign kan benyttes for å fremme ønsket utvikling på en strukturert måte. Vi gleder oss til å fortsette dette prosjektet i 2025.

IDUN – INTERNETTBASERT DYNAMISK INTERVENSJON FOR UNGDOM MED SYMPTOMER PÅ DEPRESJON OG ANGST I PRIMÆRHELSETJENESTEN - EN PILOT

Intervensjonen i studien IDUN er en internettbehandling støttet av helsesykepleiere, og er ment å gi bedring av depresjon- og angstsymptomer hos skoleelever (16-19 år). TIPS Sør-Øst har i løpet av 2024 vært med i planleggingsfasen sammen med Randi Ulberg ved UiO. Studien prøver for første gang ut affektfokusert internettbasert behandlingen (IDUN) i en reell klinisk setting i kommunehelsetjenesten. Målgruppe: Ungdommer (16- 19 år) med depressive og/eller angstsymptomer og som går på videregående skole. Screening og behandling: Via sikker digital plattform (iTapi; Linköping Universitet). Behandling: 8 uker/ moduler (videoer, skriftlig materiell og oppgaver) og 30 minutters ukentlig digital chat i nåtid med helsesykepleier via (iTapi) Rådgivere/terapeuter: Helsesykepleiere i Oslo (Frogner bydel) og Sandefjord kommune. Piloten vil løpe i 2025.

RUSUTLØST PSYKOSE – REFLEKSJONER OVER DIAGNOSTISK KONSEPT OG OPPFØLGING

Rusutløst psykose (RUP) defineres som en psykotisk tilstand som oppstår under, eller relativt umiddelbart etter, inntak av et rusmiddel. Det forskes lite på RUP som isolert fenomen, og flere forskere hevder også at RUP ofte ekskluderes i studier som ser på «første episode av psykose» (FEP). Dette er problematisk ettersom andelen pasienter som konverterer til en primær diagnose er relativt høy i denne gruppen, og behandlingen som tilbyr de to gruppene er forskjellig. Vi har derfor gått igang med en litteraturstudie der vi vil undersøke om en førstegangs RUP generelt forstås som en FEP, og spesielt se på FEP-forskning som omhandler den etablerte behandlingsformen for primære psykoser – Tidlig Intervensjon ved Psykose (TIPS). Resultatet vil publiseres som en scoping review i samarbeid med Rusforsk og UiO.

ET ROM INNENFOR ROMMET: KREATIV SKRIVING BLANT UNGE VOKSNE I BEHANDLING FOR PSYKOSE

Sammen med Professor Oddgeir Synnes fra VID videnskapelige høyskole og Professor Hilde Bondevik fra Samfunnsmedisin ved UiO har vi blitt oppfordret til å skrive et bokkapittel i boka Kreative kommunikasjonsformer i psykoterapi for voksne. Dette bygger på et tidligere forskningsprosjekt ved TIPS Sør-Øst. Det er planer om å ta dette videre i et større prosjekt og VID ønsker å utvikle dette til et studium på sikt. P.t. søkes det EU-midler til dette via VID og UiO. Boka lanseres vår 2025.

SERVICE INNOVATION AND DIGITALIZATION IN MENTAL HEALTH CARE SERVICES

Tidlig intervensjon handler mye om hvordan vi organiserer våre tjenester, og hvordan vi kan få spesialisert kompetanse ut til flest mulig. TIPS Sør-Øst har med dette i tankene jobbet svært målrettet med tanke på digitalisering. Som en forlengelse av dette, har vi nå etablert en forskergruppe: [OUH - Service innovation and digitalization in mental health care service \(ous-research.no\)](https://ous-research.no)

Våre langsiktige mål er:

- utvikle rammer for digitale tjenester i psykisk helsevern som kan understøtte familiearbeid, videokonsultasjoner og digitale behandlingsverktøy. Målet er å styrke behandlingen og kunne støtte fremtidig tjenesteutvikling
- utforske radikale endringsprosesser i utviklingen av helsetjenester i psykiske helsevern ved bruk av designtenkning
- bruke tidlig helseteknologivurdering for å underbygge prosesser rundt beslutningstaking i psykisk helsevern
- utforske hvordan digitalisering kan støtte og forbedre implementering av evidensbasert kunnskap blant klinikere i spesialisthelsetjenesten

Gruppen ledes av Kristin Lie Romm, og har samarbeidspartnere ved UiO, Oslo Met og Arkitektur, designhøgskolen i Oslo, Lancaster University og University of Newcastle

PSYKOSEKOMPETANSE.NO – EN DIGITAL LÆRINGSPLATTFORM

TIPS Sør-Øst ved Oslo universitetssykehus gjennomfører i samarbeid med Sykehuset Innlandet et innovasjonsprosjekt der vi har utviklet en nyskapende, digital læringsplattform for fagfolk som jobber med tidlig oppdagelse og behandling ved psykose, på tvers av helsetjenestene. Prosjektet heter nå «Psykokompetanse.no» (www.psykokompetanse.no)

Gjennom et omfattende innsiktsarbeid har prosjektgruppen identifisert behov for praktisk kunnskap om psykose, tidlig oppdagelse og behandling hos fagpersoner i ulike deler av helsetjenestene. Vi har intervjuet over tretti personer fra både primær- og spesialisthelsetjeneste, i tillegg til personer i barnevern, politi, lærere, helsesykepleiere, fastleger og annen kommunehelsetjeneste. Innsikten har gitt oss kunnskap om både erfaring med, og bruk av digitale tjenester for å hente praktisk kunnskap og støtte til utøvelse av arbeid, samt identifisert barriere for bruk av slike verktøy. Vi har også funnet ut hva slags type behov for praktisk kunnskap personer i våre målgrupper har om dette fagområdet.

Videre har vi i samarbeid med tjenstedesignere og ux-designere fra Designit, utviklet et rammeverk - www.psykosekompetanse.no for hvordan innhold skal organiseres og presenteres på nettstedet psykosekompetanse.no. Fagpersoner fra en rekke miljøer; helseforetak i regionen, UiO, IKT leverandører og kompetansetjenester (NAPHA), har nå jobbet med å fylle modulene i læringsplattformen med praktisk, pedagogisk innhold som skal støtte klinikers praksis. Formater som tas i bruk er tekst, video, personas med case-historier, infografikk, podkast, nedlastbare verktøy med informasjons- og undervisningsmateriell samt en KI basert samtalesimulator (utvikles i samarbeid med SKLLS).

Parallelt gjennomføres brukertesting av innholdet med potensielle brukere av plattformen (studenter i psykologi, medisin, LIS, helsesykepleiere, fagfolk i spesialisthelsetjenesten). Innhold justeres iterativt i tråd med tilbakemeldinger fra testing. Psykosekompetanse.no har i løpet av 2024 blitt presentert og markedsført på flere konferanser; ISPS, www.traumaconference.no. og Bergen Tidlig Psykosesymposium, samt på en rekke seminarer og nettverkssamlinger i egen helseregion.

Prosjektgruppen har sendt inn et Abstract til IEPA 2025 med tittelen: "Master-Journeyman: A Digital Learning Platform on Early Intervention in Psychosis for Health Professionals"

Aims: To describe the development and user experience of a digital learning platform designed to support practical and clinical skill training for health professionals working with psychosis. Another aim is to demonstrate how the platform can bridge the gap between theoretical knowledge and practical, clinical skills. Additionally, the platform aims to support the need to maintain competence across geographically dispersed areas and services in Norway.

Psykosekompetanse består nå av følgende moduler:

1. Hvordan lære av kliniske eksempler- møt våre personas
2. Hvordan forstå psykose
3. Hvordan oppdage psykose
4. Hvordan møte personer med mulig psykoselidelse
5. Hvordan kartlegge og utrede psykose
6. Hvordan behandle og bidra til bedring
7. Hvordan samarbeide med pårørende
8. Hvordan samhandle på tvers av tjenestene
9. Hvordan lage en god tjeneste for tidlig oppdagelse
10. Verktøy og ressurser

www.psykosekompetanse.no lanseres offisielt fredag 23. mai 2025, og vil etter dette være tilgjengelig for alle.

PILOTPROSJEKT – BEHANDLING AV SELVFORSTYRRELSE

Selvforstyrrelser er vanlige symptomer ved psykoselidelser, særlig ved schizofreni og schizofrenilignende lidelser. Disse har også vist seg å være vanlige hos personer med økt risiko for psykose. Slike forstyrrelser handler om opplevelse av noe fremmed og uvirkelig ved seg selv, sine opplevelser, sin tilstedeværelse i verden, og omverden og andre mennesker. De antas å ha stor betydning for symptomutvikling hos personer som får en psykoselidelse. Til tross for dette, er det forsket lite på hvordan man kan behandle slike selvforstyrrelser. Det er viktig å utvikle gode terapeutiske metoder, både fordi selvforstyrrelser i seg selv kan være plagsomme og funksjonshemmende, og fordi slik behandling kan ha potensiale til å bremse eller kanskje til og med stoppe en utvikling av en psykoselidelse. Dette ønsket vi å gjøre noe med ved TIPS Sør-Øst!

Psykologspesialist/dr.philos. Tor Gunnar Værnes ved TIPS Sør-Øst er prosjektleder for en kvalitativ pilotstudie som skal undersøke hvordan pasienter mellom 18 og 40 år med psykoselidelser (i F20-29-spekteret) eller med psykoserisikosyndromer opplever en ny, psykoterapeutisk behandlingsmodell for selvforstyrrelser. Modellen ble første gang utviklet av psykiater og forsker Paul Møller ved Vestre Viken HF, på bakgrunn av hans behandlingserfaringer på tidligere Buskerud sykehus. Dette er en sytrinns behandlingsmodell basert i en fenomenologisk tilnærming. I behandlingen utforskes de forstyrrede opplevelsene, hvordan de påvirker fungering, og hvordan pasientene tolker, forstår og årsaksforklarer opplevelsene. Videre er det vektlagt psykoedukasjon, og at pasient og terapeut sammen utforsker nye måter å forstå og forholde seg til opplevelsene på. Generelle mål med behandlingen er å svekke opplevelse av fremmedhet og opplevd utenforskap,



men pasientene har også individuelle målsettinger. Behandlingen er stipulert til 12-14 behandlingstimer.

Studien er godkjent av REK og PVO ved OUS og Ahus. Inklusjon av pasienter startet høsten 2024, og foregår ved Ahus, DPS Groruddalen, seksjon TIRE. I februar 2025 er hittil 4 pasienter inkludert, og behandling er satt i gang. Det skal inkluderes 6 pasienter, og det planlegges for at inklusjon og ferdigstilling av behandling skal skje før sommeren 2025. Det er to behandlere i studien, TG Værnes og psykologspesialist/TIPS-konsulent Lill Kristine Bamre. Det benyttes en manual, som er en konkretisert versjon av syvtrinnsmodellen utviklet i et samarbeid mellom P. Møller og prosjektgruppen. Lokal prosjektleder ved Ahus er dr.med./pHd Ajmal Hussain. Paul Møller er veileder i prosjektet, og professor Jan Ivar Røssberg ved Seksjon for behandlingsforskning, OUS er også i prosjektgruppen. Det planlegges for å gjøre analyser og skrive en artikkel til internasjonalt, fagfellevurdert tidsskrift i løpet av høsten 2025.

Studien er planlagt som en forberedelse til en hovedstudie der målet er å undersøke effekt av behandlingen på selvforstyrrelser, andre symptomer, fungering og andre mål, f.eks. livskvalitet. TIPS Sør-Øst, ved TG Værnes, har planlagt å søke om midler til denne studien og en PhD-stipendiat høsten 2025. Hovedstudien vil foregå ved Vestre Viken HF, men det kan også bli aktuelt å inkludere pasienter fra OUS og Ahus. Det foreligger også et samarbeid med et forskningsmiljø knyttet til Psykiatrien Syd, Sjælland i Danmark, som også skal teste ut denne behandlingsmodellen. I Danmark har de allerede fått tildelt forskningsmidler til sin studie, og de er i gang med at behandlere i studien øver seg på behandlingsmetoden før hovedstudien.

IMPLEMENTERING AV SØVNBEHANDLING VED PSYKOSELIDELSER

Et flertall av personer med psykoselidelser har forstyrret søvn på en eller annen måte. Forstyrret søvn er rett og slett regelen snarere enn unntaket i denne pasientgruppen. De har en overhyppighet av diagnostiserbare søvnlidelser sammenlignet med befolkningen generelt. Det finnes mange forskjellige søvnlidelser. Den vanligste er insomni, som rammer 10 – 20 % av voksne i befolkningen generelt. Blant personer med psykoselidelser som behandles i spesialisthelsetjenesten, har 50% insomni. Det er også verdt å merke seg at denne pasientgruppen ofte har kompleks og sammensatt søvnproblematikk, og studier viser at de ofte har flere søvnlidelser samtidig. God søvn er essensielt for fysisk og psykisk helse, og søvnforstyrrelser over tid kan ha alvorlige konsekvenser. Insomni øker risikoen for kardiovaskulære sykdommer, fedme, diabetes, og en rekke muskel og skjelettlidelser. Insomni øker også risikoen for sykefravær og for å bli ufør. For personer med psykoselidelser er forstyrret søvn forbundet med høyere nivåer av psykose- og affektive symptomer, selvmordsforsøk og kognitive vansker. Forstyrret søvn er også assosiert med redusert fungering på dagtid og dårlig livskvalitet.

På bakgrunn av dette synes det åpenbart at søvnforstyrrelser blant personer med psykoselidelser burde behandles. TIPS Sør-Øst har imidlertid tidligere gjennomført en undersøkelse som viste at søvnforstyrrelser i denne pasientgruppen i liten grad behandles med anbefalte behandlingsmetoder. Det er flere grunner til dette, inkludert manglende kunnskap om søvnbehandling blant helsepersonell.

TIPS Sør-Øst ønsker å bidra til økt kompetanse i søvnbehandling blant klinikere slik at personer med psykoselidelser kan få bedre søvnbehandling. I 2024 har TIPS Sør-Øst fortsatt å undervise om dette temaet på fagseminarer og kliniske enheter i Helse Sør-Øst. Siden 2022 har TIPS Sør-Øst også undervist om søvnbehandling ved psykoselidelser

på Psykosekurset på Profesjonsstudiet i Psykologi ved Universitetet i Oslo.

I 2024 ble TIPS Sør-Øst tildelt innovasjonsmidler fra Klinikk psykisk helse og avhengighet ved OUS for å utvikle et digitalt søvnkurs. Kurset er rettet mot klinikere og en introduksjon til behandling av søvnforstyrrelser ved psykoselidelser, først og fremst insomni og marerittlidelse. Behandlingen er basert på søvnbehandling tilpasset til personer med psykoselidelser utviklet ved Department of Psychiatry ved University of Oxford. Det digitale kurset vil ligge tilgjengelig for alle som en egen modul på Psykosekompetanse.no. Vi er godt i gang med arbeidet og satser på publisering i 2025. Vi håper dette vil bidra til bedre søvn for mange personer med psykoselidelser.

TIPS Sør-Øst har i 2024 også bidratt til oppstart av et kurs i standard kognitiv atferdsterapi for insomni for behandlere og miljøpersonale i Klinikk psykisk helse og avhengighet ved OUS. Insomni forekommer ved en rekke psykiske lidelser, ikke bare psykoselidelser, og Klinikken ønsker å bidra til økt kompetanse i insomnibehandling for sine ansatte. Et økt fokus på søvn og søvnbehandling kan komme mange av klinikkens pasienter til gode.

HÅP-PROSJEKTET: ÅPEN OM PSYKOSE- OG BIPOLAR LIDELSE: BRUKER TIL BRUKER

HåP-prosjektet: Åpen om psykose- og bipolar lidelse: Bruker til bruker

Bakgrunn for prosjektet: Personer med psykose- og bipolar lidelse plages av vansker knyttet til stigma og åpenhet omkring sin egen lidelse. Dette oppleves ofte vanskeligere enn symptomene. TIPS Sør-Øst ved Carmen Simonsen og medforsker Sindre Kruse har utviklet et kurs, HåP- som skal hjelpe med dette. Fra forskning vet vi at personer med psykose- og bipolar lidelse utsettes for fordommer, som at de ikke kan bli friske eller at de er ustabile og farlige. Disse fordommene

stammer fra manglende kunnskap og fører ofte til diskriminering i forbindelse med både arbeid, bolig, sosiale settinger og helsehjelp. Vi vet også at omtrent halvparten derfor utvikler stigma mot seg selv og sin egen lidelse (personlig stigma); det vil si de mister troen på seg selv og sine ressurser. Vansker knyttet til stigma oppleves faktisk av mange som mer belastende enn symptomene og bidrar til dårligere livskvalitet og redusert bedring.

Om kurset: Kurset bidrar til å hjelpe personer med psykose- og bipolar lidelse med vansker knyttet til stigma og åpenhet som ledes av erfaringskonsulenter. Vi har oversatt og tilpasset et eksisterende gruppetilbud som er utviklet i USA av professor Patrick Corrigan (Honest Open Proud, HOP) til norsk kontekst. Fordi psykose- og bipolar lidelse er blant de mest stigmatiserte pasientgruppene, og fordi vi vet at det er spesielt viktig å komme til tidlig med god behandling for denne gruppen, har vi også tilpasset kurset til målgruppen tidlig psykose- og bipolar lidelse. HåP-kurset har vist seg å bidra til bedre livskvalitet og fungering for personer med psykiske lidelser. Kurset med 8 kursdeltakere og 2 kursledere går over 4 ganger av 2-3 timer, og omhandler tema som: fordeler og ulemper med å være åpen; forskjellige måter å være åpen på; og hvordan kursdeltakerne selv ønsker å håndtere åpenhet.

Status 2024: Prosjektet er finansiert av Stiftelsen Dam via Rådet for Psykisk Helse og interne midler fra TIPS Sør-Øst/OUS i form av lønn. Første del av prosjektet ble avsluttet i 2024, og HåP har vært testet på ulike enheter i OUS. Carmen Simonsen som har ledet prosjektet fra TIPS Sør-Øst har i løpet av prosjektperioden skiftet arbeidssted, og er nå ansatt ved Psykologisk Institutt og Søndre Oslo DPS. Hun har fortsatt å lede prosjektet og har fått ytterligere midler fra OUS for å videreføre inklusjon og dermed øke antall deltagere. Sindre Hembre Kruse er fortsatt prosjektkoordinator med ansvar for koordinering av prosjektgruppemedarbeidere, samt rekruttering og opplæring av kursledere.

TIPS OSLO ARENA - SAMARBEID OM TIDLIG OPPDAGELSE OG BEHANDLING AV PSYKOSE I OSLO

Psykisk helsevern i Oslo er fordelt på fire helseforetak (HF) som betjener hver sine bydeler. HFene har forskjellig organisering når det gjelder behandling av personer i tidlig fase av psykoselidelse. Dette utfordrer en enhetlig strategi for tidlig intervensjon ved psykose i Oslo. I 2023 etablerte TIPS Sør-Øst derfor TIPS Oslo ARENA, som er en samarbeidsarena for klinikere og ledere i de fire HFene som er involvert i behandling og oppfølging av personer med tidlig psykose. Hensikten med arenaen er å legge til rette for samarbeid og dialog om behov, utfordringer og potensialer for TIPS-arbeid i Oslo.

I april 2024 inviterte vi til TIPS Oslo ARENA for å diskutere mulighet for å etablere et felles tidlig oppdager-team i Oslo. Bakgrunnen for dette temaet er at arbeid med tidlig psykose i Oslo først om fremst omhandler behandling, og det er lite fokus på tidlig oppdagelse av psykose. TIPS oppdager-team i andre deler av Norge er organisert forskjellig, og vi inviterte derfor tre team til å presentere hvordan de er organisert og deres erfaringer. Kine Voll Joakimsen presenterte TIPS Stavanger, Inger Stølan Hymer og Marius Nybø presenterte TIPS Østfold, og Marit Holter og Tor Morten Rindsem presenterte TIPS Vestfold. Vi diskuterte hvordan et tidlig oppdager-team kunne organiseres i Oslo, og oppsummert var deltagerne i TIPS Oslo ARENA samstemte i å utforske muligheter for å etablere et felles oppdager-team i Oslo.

I ettertid har TIPS Sør-Øst arbeidet med denne problemstillingen, blant annet ved å sonde muligheten for å arbeide via Helsefelleskapet i Oslo. Gjennom dette arbeidet har det imidlertid blitt klart for oss at TIPS Sør-Øst ikke har mandat til å etablere et tidlig oppdager-team på tvers av HFene i Oslo. Vi vil imidlertid fortsette å arrangere TIPS Oslo ARENA med fokus på andre relevante problemstillinger.

EXTREME CHALLENGES - NASJONAL KARTLEGGING AV PASIENTER MED SVÆRT ALVORLIG SELVSKADING OG OMFATTENDE INSTITUSJONSBEHANDLING

Ekstrem selvskading er en stor utfordring både for pasientene og behandlingsapparatet. Prosjektet kartlegger og undersøker disse pasientenes psykiske helseplager og fungering, og undersøker helsetjenestenes samarbeid og behandling.

Noen pasienter har svært alvorlig og/eller gjentatt selvskading med omfattende innleggelser 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 hos personer med psykoseerfaring. 13 helseforetak er med i prosjektet og alle landets helseregioner er representert.

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 og gjennomføring, i arbeidet med protokoll og med undervisning. I løpet av året ble andre artikkel fra prosjektet publisert: "Evaluation of health services and treatment alliance among extensively hospitalized patients due to severe self-harm- results from the Extreme Challenges project." Den tredje artikkelen, "Health service use among extensively hospitalized patients due to severe self-harm – results from the Extreme Challenges project." er i ferd med å klargjøres for innsending til tidsskrift. I 2025 vil vi også utforske muligheten for å skrive en artikkel om psykose og alvorlig selvskading fra prosjektet.

NASJONAL KARTLEGGING AV TIPS I NORGE

For å få oversikt over status for tidlig intervensjon ved psykose (TIPS) i Norge gjennomførte TIPS Sør-Øst og TIPS Stavanger en undersøkelse blant helseforetakene i Norge. 20 av 21 helseforetak besvarte invitasjonen og totalt 47 informanter deltok i et telefonintervju eller ved å fylle ut og returnere et spørreskjema. Resultatene viser at det er stor variasjon og mangler i TIPS-tilbudet i Norge. I 2023 har resultatene vært presentert og diskutert på Bergen Tidlig Psykose Symposium og kronikken «Psykoselotteriet» ble publisert i Tidsskrift for Norsk psykologforening i 2023. En TIPS-arbeidskonferanse ble gjennomført i desember 2023, med mål om å styrke TIPS arbeidet i Norge. TIPS konferansen planlegges gjennomført i Trondheim i 2025.

VITENSKAPELIGE PUBLIKASJONER 2024

1. [Using brain structural neuroimaging measures to predict psychosis onset for individuals at clinical high-risk- PubMed](#)
2. [Evaluation of health services and treatment alliance among extensively hospitalized patients due to severe self-harm- results from the Extreme Challenges project- PubMed](#)
3. [Normative Modeling of Brain Morphometry in Clinical High Risk for Psychosis- PubMed](#)
4. [A good life with psychosis: rate of positive outcomes in first-episode psychosis at 10-year follow-up- PubMed](#)
5. [Childhood trauma and treatment resistance in first-episode psychosis: Investigating the role of premorbid adjustment and duration of untreated psychosis- PubMed](#)
6. [The Norwegian version of the Personal Feelings Questionnaire-2: clinical utility and psychometric properties | Current Psychology](#)
7. [DRS Digital Library- DRS Biennial Conference Series: Adopting a hospitality lens for designing mental healthcare at home](#)

Lokalt arbeid i regionen: Hovedaktiviteter 2024

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 miljøet i Oslo møtes jevnlig for samarbeid om planer og strategier, og utveksling av erfaringer som del av implementeringsstøtten. Alle konsulenter er invitert med på ukentlige møter og har hver sin kontaktperson ved OUS.

VESTRE VIKEN

Tips-konsulenten **Mia Iversen** ved FOU har 100 % stilling som spesialrådgiver i FoU-avdelingen, Klinikk for psykisk helse og rus, der minimum 25 % av stillingen er knyttet til TIPS oppgaver.

Tjenesteutvikling

I 2024 har det klinikkomfattende TIPS-nettverket hatt fire digitale møter samt to

arbeidsgruppemøter. Det har blitt gjennomført en kartlegging i klinikken av forløpet for tidlig intervensjon og organisering av tilbudet for personer med psykoselidelser eller med mistanke om psykoseutvikling. DPS Bærum har et team organisert i FACT som får henvisninger fra inntaksteamet. I DPS Drammen har teamet FACT psykose ansvar for tidlig intervensjon og behandling. I Asker, Ringerike, Ål og Kongsberg DPS utfører behandlere med generalistkompetanse utredning og behandling ved tidlig intervensjon. BUPA har et avdelingsdekkende team som utreder og behandler etter henvisning fra BUP og FACT ung. På Sykehusnivå finnes Seksjon Unge, som tilbyr utredning og behandling for personer i alderen 18-35, samt avlaster akuttavdelinger.

Tips-konsulenten har sammen med nettverket og TIPS Sør-Øst planlagt utadrettet virksomhet i form av to seminarer for helsesykepleiere, februar 2025. Det har blitt fremmet forslag til DPS-ledelsen om en klinikkomfattende TIPS-telefon og et oppdagelsesteam. Tips-konsulenten sammen med FoU-avdelingen jobber med et prosjektforslag.

Kull nummer to i Kompetanseprogrammet Selvforstyrrelser (opplæring i bruk av EASE) ble gjennomført i 2024. Kompetanseprogrammet ble gjennomført som et samarbeid mellom Vestre Viken og TIPS SØ. TIPS-konsulenten deltok som kursdeltager.

TIPS-konsulenten er ansatt i FoU-avdelingen med ansvar for en av kjerneoppgavene i avdelingen, nemlig kompetanse. TIPS-konsulenten har ansvar for kurs og veiledning i PEF og koordinerer REACT-veiledning. Videre har TIPS-konsulenten ansvar for administrering og gjennomføring av flerfamiliegrupper. TIPS konsulenten leder innovasjons-prosjektet Basissamtaler i systematisk pårørendesamarbeid (BISP). I 2024 har prosjektet utviklet det digitale læringsprogrammet på nettsiden Veiviser for ansatte. Her finnes verktøy for å øke kompetansen på pårørendesamarbeid samt verktøy som skal bidra til systematikk i gjennomføring og dokumentasjon av pårørendesamarbeid. I 2024 har BISP-prosjektet vært tema på felles TIPS-samlinger regionalt og nasjonalt samt flere internundervisninger ved andre helseforetak.

Ansatte ved klinikken, PHR, står i store endringsprosesser; Mange prosjekter knyttet til Nytt sykehus Drammen med innflytting høsten 2025. Videre er det besluttet å redusere antall lokasjoner ved DPS. Dette har preget ansatte i 2024. Blant annet er det færre antall deltagere på PEF-kurs.

Kompetansehevede tiltak /kurs/undervisning

Det årlige seminaret for fagfolk i Vestre Viken (fra alle tjenestenivåer) om tidlig intervensjon og psykose/bipolar lidelse hos unge, ble skjøvet på til vår 2025 (Seminar for helsesykepleiere). Seminaret arrangeres som et samarbeid mellom FOU VV, TIPS SØ og BUPA.

Familiesamarbeid

Det ble gjennomført et 5-dagers Metodekurs i psykoedukativt familiesamarbeid (PEF) vår 2024 i samarbeid med TIPS SØ. Det ble gjennomført et 6-dagers Metodekurs i PEF høst 2024 i regi

av FOU VV. På disse kurs har Mia Iversen hatt hovedansvaret for gjennomføringen og har også ansvar for veiledning i etterkant. Etter gjennomføring av kurs tilbys gruppeveiledning lokalt for alle kursdeltagere.

Fire psykoseseminarkvelder for pårørende har blitt gjennomført. Det var rundt 40 deltagere hver kveld. To av kveldene deltok Tor Gunnar Værnes som foreleser.

REACT

Konsulenten har deltatt i utviklingsarbeid ledet av TIPS SØ. Målet er å tilpasse og utvide REACT-innholdet med fokus også på bipolar lidelse. Det har blitt gjennomført 5-6 REACT-løp i klinikken. Ansatte ved Crux Bergfløtt deltar i lokalt veiledningsnettverk.

Rådgivende funksjon, veiledning, forskning og fagutvikling

TIPS-konsulenten inngår i Forskergruppen for Selvforstyrrelser for å bidra med fokus på Familiesamarbeid ved Selvforstyrrelser. I januar reiste gruppen til Danmark for å planlegge et forskningssamarbeid med forskere i Psykiatrien Syd, Sjælland om to beslektede behandlingsstudier. I 2024 ble det igangsatt en pilot i Danmark og i Åhus. Det planlegges en pilot i Vestre Viken 2025.

Det har blitt startet opp to flerfamiliegrupper i 2024. Konsulentene veileder gruppeledere og legger til rette for årlige undervisningsseminarer for pårørende og pasienter. Konsulenten leder nettverk for gruppeledere ved VV og Crux. De møtes fysisk / digitalt to ganger i året.

TIPS-konsulenten har gjennomført systematisk veiledning ved to lokasjoner hver måned med fokus på unge med alvorlig psykisk lidelse og igangsetting av familiegrupper.

FoU-konsulenten har deltatt i planlegging av nettverkssamling for Nasjonalt nettverk for psykoedukativt familiesamarbeid.

SYKEHUSET INNLANDET

TIPS konsulent **Hilde Kristin Aam Szabo & Gina Engen Bryhni**. TIPS Innlandet består av poliklinikk og sengepost med 9 sengeplasser. Ansattgruppen er faglig sammensatt av psykiatere, spes. psykologer (voksen/barn/nevro), leger i spesialisering og 3 årige høyskoleutdannede (sykepleiere, vernepleiere, sosionomer, ergoterapeuter, pedagoger – de fleste med videreutdanning innen psykisk helse). TIPS Innlandet tar imot henvisninger fra fastleger, DPS, BUP og andre enheter i avdelingen, i tillegg til at pasienter og pårørende kan henvende seg direkte via TIPS telefonen. TIPS Innlandet tilbyr også ambulant tjeneste for pasienter som er i behov av et langtids- og sammensatt tilbud. Ambulant tjeneste er nå godt implementert, og tilbys både pasienter i forkant og etterkant av innleggelse, eller som en del av et poliklinisk forløp.

Opplysnings- og kompetansehevende arbeid

Divisjon psykisk helsevern har gjennom året jobbet med å styrke kunnskap og kompetanse på behandling ved psykose. Det er lagt inn i kompetanseplaner og det er besluttet å gjenopprette lokal SEPREP utdanning i samarbeid med VID. I tillegg er psykosekompetanse.no ønsket inn som en del av kompetanseløftet.

Årlig psykoseseminar er gjennomført med hovedtema «Behandling og miljøterapi ved psykoselidelser» ved foreleser Jan Ivar Røssberg, professor II og psykiater ved UiO og «Søvnproblemer ved psykoselidelser» ved Elizabeth Ann Barrett, psykologspesialist og forsker ved TIPS Sør-Øst. Totalt deltakere var 170. Av de var det henholdsvis 120 fysisk til stede på Sanderud sykehus. Resten deltok digitalt.

Det gjennomføres kontinuerlig undervisning og veiledning til boliger og samarbeids-partnere i kommunene rundt pasienter eller brukere med psykoseproblematikk, i tillegg til de ulike enhetene innen BUP og DPS. Det arbeides med å planlegge en halvdags undervisning om psykose/tidlig intervensjon til helsesykepleiere, som gjennomført i Oslo. Kontakt er opprettet og planlagt gjennomført til våren og høsten-25.

Pårørendearbeid

I 2024 har TIPS Innlandet lagt vekt på å ytterligere spisse og strukturere sitt pårørende-tilbud. Jenny

Elin Pedersen leder pårørendeteamet, og arbeidet i TIPS Innlandet. Teamet består av ansatte som følger opp foreldre, søsken, barn av eller andre signifikante pårørende.

TIPS Innlandet har siden 2020 bidratt med å kurse REACT-NOR veiledere. Pilotering av «Basissamtaler» etter «Veiviser i systematisk pårørendesamarbeid» (Vestre Viken HF) ble startet på fagdag oktober 2024. TIPS Innlandet har over tid utdannet ansatte som gruppeledere i metoden Psykoedukativt familiesamarbeid. Enheten har, til enhver tid, gående tre til fire psykoedukative enfamiliegrupper til ungdommer med en psykosediagnose, og deres nærmeste. Veiledning av gruppeledere i psykoedukativt familiesamarbeid ledes av Rita Halvorsen og Jenny E. Pedersen. Veiledning av REACT-veiledere inkluderes inn i samme veiledningsgruppe. Egen veiledning og implementeringsstøtte gis ansatte i DPS Lillehammer og BUP Hamar. Det gjennomføres tre kveldsseminar hvert år til pårørende i «Psykoseforståelse». I tillegg gis ulike pårørendetilbud som innbefatter psykoedukasjon, støtte, veiledning og informasjon. Søkengrupper arrangeres i samarbeid med BUP Akutt. Tre barneansvarlige i enheten deler på oppgaven.

Utviklingsarbeid TIPS Innlandet er del av REACT NOR: Jenny Elin Pedersen og Hilde Kristin A. Szabo er en del av arbeids-gruppen. Planlegger oppstart implementering av REACT i lokal divisjon når nye moduler er lansert. Psykosekompetanse.no: Hilde Kristin A. Szabo er en av to prosjektledere, Gina E. Bryhni er prosjektmedarbeider og Marie Theisen er med i redaksjon for podkast. 2024 har bestått i innholdsproduksjon og oppstart av pilotering, spredning og implementering. Læringsarenaen er presentert ved flere nasjonale konferanser og lokale seminarer.

Implementering og forbedring Hilde Kristin A. Szabo er prosjektleder «implementering i praksis» i SI DPH. Prosjektet har ferdigstilt «Håndbok- implementering i praksis», inkludert rolle- og ansvarskart for forbedring og implementering. Prosjektgruppen utarbeider et tre-trinns opplæringsprogram for divisjonen. TIPS konsulenten er tatt opp som PhD-kandidat ved UiT Norges arktiske universitet. Forskningsprosjektets arbeidstitel er "Study on implementing

Collaborative Assessment and Management of Suicidality (CAMS) in Norwegian mental health service, exploring meaning in work and evidence-based practices”.

SYKEHUSET I VESTFOLD HF

TIPS Vestfold består av psykiatrisk sykepleier Tor Morten Rindsem og TIPS konsulent **Marit Holter**, også psykiatrisk sykepleier. I 2024 har vi hatt overlege tilgjengelig ca 10 % stilling. TIPS Vestfold er et tidlig oppdagelsesteam og drifter en TIPS-telefon. Det innebærer lav terskel og lett tilgang til utredning og behandling ved mistanke om psykoseutvikling. TIPS Vestfold tar imot direkte henvendelser fra «alle» og samarbeider med andre avdelinger i Klinikk Psykisk helse og Avhengighet (KPA) som DPS, Barne- og ungdomspsykiatrisk avdeling (BUPA), Avdeling rus og avhengighet (ARA), Autismeavdeling (Glenn), samt fastleger, helsesykepleiere og annen kommunehelsetjeneste om utredning og behandling. Vi har et særlig nært samarbeid med helsesykepleiere og elevtjeneste ved de videregående skolene i Vestfold. TIPS Vestfold driver opplysningsarbeid og formidler kunnskap om psykiske lidelser, viktigheten av tidlig oppdagelse og behandling, og informasjon om hvor en kan søke hjelp. TIPS Vestfold er opptatt av å bidra til reduksjon av stigma. Vi formidler informasjon og kunnskap til befolkningen generelt, elever, lærere og elevtjeneste ved videregående skoler, samt fagpersoner innen primær- og spesialisthelsetjeneste i Vestfold fylke.

Nettverksarbeid

TIPS-nettverket i Vestfold er tverrfaglig sammensatt av fagfolk fra aktuelle seksjoner i KPA. I 2024 har vi ikke møttes til fysiske nettverkssamlinger. Det har vært noe utskifting av TIPS-kontakter i 2024. Nettverket holder kontakt via e-post og direkte kontakt med informasjon om kurs, konferanser, deling av aktuelle artikler fra fagfelt og formidling av behov for opplæring, veiledning og støtte.

Familiesamarbeid

Familiesamarbeid er en viktig oppgave for TIPS Vestfold. Vi er med å arrangere kurs for pårørende én gang i året, koordinert med FACT Vestfold Sør, slik at det arrangeres pårørendekurs hvert semester. Kurset går over seks kvelder. Vi samarbeider med LMS-koordinator i klinikk psykisk helse og avhengighet, Rådgiver for brukererfaring- og involvering/ barnekoordinator ved DPS Vestfold, Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse (LPP) Pårørendesenteret LPP Vestfold og Telemark (PIVETE) og lokal kompetansebank med personer med egen pårørende- og pasienterfaring. Kurset er åpent for alle og det kreves ikke henvisning.

Alle gruppeledere i PEF og REACT-veiledere inngår i lokalt Vestfoldnettverk for psykoedukativt familienettverk. Vi har hatt én nettverksamling i 2024 der temaet var «PEF- Hvordan være fleksibel og tilpasse metoden til familiens behov og samtidig være trofast mot den?»

TIPS-konsulent bidrar i opplæring av nye PEF-gruppeledere og REACT-veiledere på digitale kurs ved TIPS Sør-Øst. I samarbeid med ressurspersoner i klinikken, fra BUPA og DPS, har vi månedlige veiledninger for gruppeledere i psykoedukativt familiesamarbeid (PEF). Annenhver veiledning består av øvelser i konkrete ferdigheter der vi benytter metoden helsefaglig simulering (SIM-trening). TIPS Vestfold følger opp enkelte familier med psykoedukativt familiesamarbeid (PEF). Pårørende tilbys også oppfølging ved hjelp av det digitale verktøyet REACT (Relatives Education And Coping Toolkit). TIPS-konsulent veileder månedlig i digital fellesveiledning til REACT-veiledere fra Sykehuset i Vestfold, Sørlandet Sykehus og Sykehuset Telemark. Brukerrådgiver fra DPS Vestfold og TIPS-konsulent har deltatt i en arbeidsgruppe ved TIPS Sør-Øst med utvidelse av REACT med en versjon tilrettelagt for pårørende til personer med ROP-lidelser (samtidig rus- og psykisk lidelse).

Kurs, undervisning, informasjonsarbeid

TIPS Vestfold har arrangert to kurs i bruk av PANSS/SCI-PANSS i 2024, i januar og september. Lokal kursholder, «PANSS-ansvarlig», har fått opplæring og kursmaterieill fra TIPS Sør-Øst. Deltakere på kursene er hovedsakelig ansatte ved Sykehuset i Vestfold, men også fra andre foretak i regionen.

TIPS Vestfold og lokal PANSS-ansvarlig har arrangert «PANSS-drøftingsforum» ved DPS Vestfold. Hensikten har vært å styrke kompetanse og bidra til økt bruk. Forum består av ansatte ved de psykosopoliklinikkene og har møttes to ganger i løpet av året.

TIPS Vestfold har sammen med pårørendekoordinator i DPS, undervist om involvering og samarbeid med pårørende ved flere seksjoner i KPA i 2024. Vi har undervist om tidlig oppdagelse og behandling ved psykoselidelser ved flere akuttpsykiatriske seksjoner i klinikken og til leger i spesialisering både i BUP og i VOP.

TIPS Vestfold har delt erfaringer fra egen virksomhet som tidlig oppdagelsesteam i fagmøte med ledere og spesialister ved DPS Østre Agder, Sørlandet Sykehus i fbm mulig opprettelse av TIPS-telefon og fagteam. Vi har også delt erfaringer på TIPS Oslo Arena-samling. På TIPS-seminar ved Sykehuset Telemark holdt TIPS Vestfold innlegg om Ung Arena+ Tønsberg. Vi hadde innlegg om tidlig oppdagelse av psykose og TIPS Vestfolds arbeid på fagdag «Barn og unge» i Tønsberg kommune.

TIPS Vestfold har fortsatt regelmessige månedlige «stands» ved videregående skoler i Vestfold. Der treffer vi elever til uformelle samtaler om psykisk helse, hva de kan gjøre og hvor de kan henvende seg hvis de er bekymret for seg selv eller noen de kjenner. Vi er synlige i fellesareal og treffer også lærere, helsesykepleiere, miljø-arbeidere og elevtjeneste. På «stand» har vi roll-ups, deler ut brosjyrematerieill, TIPS-Vestfold «merchandise» som penner og refleksbånd, og informerer om aktuelle nett-steder og konti på sosiale medier som kan være verdt å følge. TIPS Vestfold har deltatt på «psykisk helse-uker» og markeringer av Verdensdagen for psykisk helse ved flere av de videregående skolene i Vestfold. TIPS Vestfold har hatt undervisning om tidlig oppdagelse av psykose og TIPS Vestfold for rektor og elevtjeneste ved Wang toppidrett Tønsberg.

TIPS Vestfold har egne konti på sosiale medier (SOME); Facebook og Instagram. Vi leg-ger ut egenproduserte poster og deler relevante poster fra andre SOME-konti. Dette informasjonsarbeidet er en del av formidlingsarbeidet og antistigmaarbeidet ut mot «publikum» og følgere i skole- og helsetjenesten er i samarbeid med kommunikasjons-avdelingen ved Sykehuset i Vestfold. I tillegg har vi et samarbeid om nettsiden TIPS – Tidlig intervensjon ved psykose- Sykehuset i Vestfold (siv.no) og brosjyre- og reklame-materieill.

Annet

TIPS Vestfold har tatt i bruk kvalitetsregister for TIPS-Vestfold som er utarbeidet i samarbeid med fagsjef i KPA og rådgiver for kvalitet i DPS Vestfold.

TIPS Vestfold deltar i piloteringen av prosjektet «Ung Arena+ Tønsberg». Ung Arena+ er en lavterskel tjeneste for ungdom som sliter med psykososiale utfordringer. Prosjektet er forankret i Utviklingsplanen for Sykehuset i Vestfold, vedtatt i juni 2018 og vedtatt planlagt gjennomført med Tønsberg kommune som pilot-kommune mai 2021. Det er underveis i prosjektet levert flere rapporter. Siste rapport med løsningsbeskrivelse var ferdig i januar og vedtatt av oppdragsgiver i juni 2023. Oppdraget har vært å utvikle og pilotere en modell som integrerer kommunale tjenester, spesialisthelsetjenester, andre velferdstjenester og frivillige i et felles lavterskeltilbud. Målgruppen er ungdom og unge voksne i alderen 13-25 år med psykiske vansker og/eller rusmiddelbruk. TIPS Vestfold har vært involvert i flere arbeidsgrupper underveis og er nå en del av Ung Arena+ etter åpningen 5. mars 2024. Vi er til stede to dager i uken i tillegg til at vi deltar i tverrfaglige møter på tvers av nivåene hver annen uke. Her deltar også TIPS Vestfolds overlege. TIPS Vestfold deltar også på felles fagdager på Ung Arena+.

SYKEHUSET ØSTFOLD

TIPS Østfold består av psykiater Kjetil Horn, spesialsykepleier Yvonne Kristoffersen, spesialsykepleier Marius Nybø og TIPS konsulent [Inger Stølan Hymer](#).

TIPS Østfold har et tidlig oppdagerfokus med veiledning og praktisk bistand i utredning og igangsetting av behandling. TIPS Østfold driver også et omfattende opplysningsarbeid og opplæring av psykoseforståelse, utredning og behandling.

Seksjon for psykiatrisk utredning ved Sykehuset Østfold, Kalnes besvarer TIPS-telefonen og melder henvendelsene til TIPS-teamet, som da samarbeider videre med DPS/BUP/sykehusavdeling/kommune omkring utredning og behandling.

TIPS Østfold samarbeider med / bistår primærhelsetjenesten, spesialisthelsetjenesten, brukerorganisasjoner og andre helseforetak.

Utredning og veiledning av psykoseproblematikk

De som henvender seg til TIPS-telefonen kontaktes innen to døgn og får time til første samtale innen 2 uker. Den første screeningen og registreringen gjøres av Seksjon for psykiatrisk utredning som besvarer TIPS-telefonen. Psykiater i TIPS-teamet gjør deretter videre screening, starter utredning og tar kontakt med tilhørende BUP eller DPS. Videre utredning og behandling drøftes og avklares med hensyn til oppfølging. TIPS-teamet kan bistå DPS, BUP og sykehusavdelinger, samt enkelte ganger kommunale tjenester, i utredningsarbeidet og behandling. I tillegg er det noen pasienter som følges opp direkte av TIPS-teamet med utredning og behandling.

Utredning av innmeldte til TIPS-telefonen har vært stabil og det er en økning av unge med psykoseproblematikk blant henvendelsene.

TIPS kvalitetsforbedringsarbeid

TIPS Østfold har samarbeidet med alle DPS i Østfold (DPS Nordre Østfold; Moss og Askim klinikken, DPS Halden-Sarpsborg og DPS Fredrikstad), for å få en oversikt over hvor mange pasienter som blir henvist med nyoppdaget psykose, hvilken utredning og behandling som tilbys og gjennomføres, samt hva DPS trenger fra TIPS Østfold for å heve kompetansen. I etterkant av kartleggings- og samarbeidsmøtene har TIPS Østfold har fulgt en pasient fra hvert av DPS-ene fra PAM (psykiatrisk akuttmottak) og gjennom hele DPS-løpet. DPS fikk da mulighet for faglig påfyll, råd og veiledning under hele for-løpet fra TIPS Østfold. Vi ser at mangel på behandlere og høy aktivitet er et stort hinder for at retningslinjer for psykoseutredning og behandling følges og at fokus på tidlig intervensjon ved psykose fortsatt er svært viktig.

Kurs

TIPS-teamet holder og bidrar ved flere kurs og fagdager om anbefalt psykose-utredning, -behandling og oppfølging:

- Gruppelederkurs i psykoedukativt familie-samarbeid PEF-kurs (i samarbeid med TIPS Sør-Øst og de andre helseforetakene i Helse Sør-Øst)
- REACT-kurs og veiledning
- Psykoseforståelse div fagseminar for psykoseseksjoner Sykehuset Kalnes og DPS
- Kommunikasjonskurs
- LIS-undervisning
- Undervisning for Høgskolen i Østfold, Fagskolen og VID
- Undervisning Psykose/Utredning AAT i Østfold
- Undervisning BUPP
- Undervisning om psykose til kommunale tjenester
- Oppfølging av nysyke (alle DPS i Østfold)
- Utredning av nysyke (DPS og PAM)
- Psykoseundervisning i forbindelse med oppstart av ny psykoseseksjon ved sykehuset
- Psykoseundervisning ved sikkerhetsseksjon
- Seminar om PTSD og psykose (Askim kommune og DPS)
- PANSS Kurs 3 ganger i året
- Pårørendeseminar to ganger i året i samarbeid med LPP, pårørendesenteret, pasient og brukerombudet
- Kurs/opplæring for kursholdere i veiledning/undervisning PEF-kurs
- Nasjonal nettverkskonferanse for psykoedukativt familiesamarbeid
- ACT/FACT NKROP

Konferanser

TIPS Østfold har bidratt på følgende konferanser og/eller nasjonal opplæring i 2023

- ACT og FACT nasjonalt opplæringsprogram i regi av NKROP
- PEF nasjonal nettverkskonferanse
- Sluttkonferansen til Bedre Pårørende Samarbeid

Familiesamarbeid

Familiesamarbeid er en viktig satsning for TIPS Østfold. Vi holder psykoseseminar for pårørende to ganger i året i samarbeid med LPP, Pårørendesenteret og Pasient- og brukerombudet.

Vi holder 3 PEF (Psykoedukativt familiesamarbeid)-kurs i året, veileder i PEF fortløpende og holder oppfriskningsseminar på PEF metode ved forespørsel. TIPS Østfold var først med å innføre SIM i PEF (utdanning og vedlikehold). TIPS Østfold samarbeider med andre helseforetak både i

Helse Sør-Øst og ellers i landet på vegne av TIPS Sør-Øst med PEF-kurs, oppfriskningsseminar og veiledning. TIPS Østfold driver PEF-grupper, både egne og i samarbeid med BUP, DPS og kommuner. Vi bistår også i implementeringsarbeidet i spesialisthelsetjenesten og i kommunene i Østfold.

TIPS Østfold samarbeider med Vinderen DPS og UIO om internpraktikum psykose for psykologer, der de som har praksis på Vinderen får opplæring i PEF samt veiledning i etterkant.

TIPS Østfold har bidratt i arbeidsgruppen i prosjektet; Psykosekompetanse, og ledet modularbeidet om hvordan samarbeide med pårørende. Der har vi blant annet laget undervisningsmateriell (presentasjoner og manus) som kan brukes i undervisning til pårørende, demonstrasjonsfilmer og skrevet tekst til nettsidene.

Bedre pårørendesamarbeid (BPS)

TIPS Østfold har bidratt med undervisning og veiledning i forskningsprosjektet Bedre pårørendesamarbeid (BPS), som er et samarbeidsprosjekt mellom Institutt for helse og samfunn (Senter for medisinsk etikk), ved Universitetet i Oslo og Forskningsrådet. Prosjektet hadde sin sluttkonferanse i desember, der TIPS Østfold bidro.

TIPS Østfold har bidratt til artikkelen: Barriers and facilitators when implementing family involvement for persons with psychotic disorders in community mental health centres – a nested qualitative study (springer.com)

Mer om prosjektet: <https://www.med.uio.no/helsam/forskning/prosjekter/parorendesamarbeid-ved-alvorlige-psykiske-probleme/>

TIPS Østfold fortsetter samarbeidet ved å bidra i referansegruppen til et post.doc. prosjekt (2023-2026) i kjølvannet av BPS.

I etterkant av BPS er det utviklet en samtaleguide for pårørendesamarbeid. Denne skal implementeres via BISP-prosjektet ved Vestre Viken, Sykehuset Østfold og Sykehuset Vestfold. BISP har frikjøpt 20 % fra TIPS Østfold til utvikling og implementering.

REACT (Relatives Education And Coping Toolcit)

har vært en viktig satsning for TIPS Østfold. Vi erfarer at digitale verktøy er viktig og nødvendig for å opprettholde oppfølging av pårørende. Spesielt der pasienten strever med samarbeid med sine pårørende. REACT reduserer stress og øker forståelse, som kan bidra til at pasient og pårørende kan håndtere hverdagen på en bedre måte. TIPS Østfold bidrar til REACT-kursene og veileder behandlere på metoden. I Østfoldgruppen har vi også deltakere fra Oslo, Trøndelag, Møre- og Romsdal og Nordland. Samarbeidet med andre Helseforetak inspirerer og åpner opp for løsninger. TIPS Østfold har bidratt i arbeidsgruppene i prosjektene; «Kognitiv modul REACT-NOR» og «Utvikling av ressurs for pårørende til personer som henvises til psykisk helsevern med spørsmål om psykose eller bipolar lidelse». TIPS Østfold gir også et tilbud til pårørende med REACT-veiledning.

AKERSHUS UNIVERSITETSSYKEHUS

TIPS konsulent **Lill Kristine Bamre**

Som TIPS konsulent for AHUS er en primær arbeidsoppgave å ha TIPS-arbeid i fokus og kunne være et bindeledd mellom helseforetaket og TIPS Sør-Øst. TIPS konsulenten deltar regelmessig i teammøter hvor også de andre TIPS-konsulentene er til stede. Dette gir et godt innblikk i hvordan de andre helseforetakene er organisert og jobber med tidlig intervensjon.



Det ble gjennomført to TIPS nettverksmøter i henholdsvis januar og november 2024 der flere TIPS kontakter fra følgende avdelinger var representert (BUP Grorud, BUP Follo, BUP Kongsvinger, BUP Furuset, BUP Øvre Romerike, TIRE Kongsvinger, TIRE Øvre Romerike, Follo TIRE, Avdeling for spesialpsykiatri, samt stilasbyggerne). I tillegg deltok IPS jobbespesialist lokalisert ved Grorud DPS. Dette ga en oversikt over hvordan det ser ut i de andre DPSene i AHUS (Grorud, Nedre, Øvre, Follo og Kongsvinger).

Til våren den 4. april 2025 på Nordbyhagen vil det arrangeres en felles fagdag for alle TIRene i AHUS. Der tema vil være tidlig intervensjon og selvforstyrrelser. Neste halvdagseminar kan bli aktuelt å invitere in til i høstsemesteret.

- Det ble vedtatt i 2017 etablering av TIPS team ved alle BUP-poliklinikker.
- Det ble opprettet et eget TIPS team ved DPS Groruddalen den 1.10.2024. Teamet skal dekke bydelene Grorud, Stovner, Alna, Stovner, samt Nittedal. Teamets arbeid fokuserer på tidlig intervensjon for unge voksne i alderen 18–30 år med psykoselidelser eller høy risiko for å utvikle psykose. I resten av AHUS er tips arbeid organisert i såkalte TIRe seksjoner. Med dette har alle DPSer nå fokus på tidlig intervensjon.
- Det er startet opp gjennomføring av et forskningsprosjekt i samarbeid med TIPS Sør-Øst ved Oslo universitetssykehus og Seksjon for tidlig intervensjon og rehabilitering (TIRe) ved DPS Groruddalen, Akershus universitetssykehus og psykiater og forsker Paul Møller ved FOU-avdelingen, Klinikk psykisk helse og rus, Vestre Viken HF. Denne pilotstudien skal teste ut en behandlingsmodell for såkalte selvforstyrrelser hos personer med psykoselidelser eller psykosiserisikotilstander. Det er også planlagt oppstart av kurs for personer med bipolare lidelser ved avd. TIRe DPS Groruddalen høsten 2025.
- FACT team er etablert i 2024 på DPS Groruddalen for bydelene Grorud, Alna og Stovner.
- Det ble opprettet et medisinfritt dagtilbud fra 6.1.2025 opplegging fra 5-7 døgn divisjonsgripende tilbud. Medisinfritt behandlingstilbud er tilbud til personer som sliter med psykiske utfordringer der hvor poliklinisk behandling ikke er nok, og behov for heldøgn ikke er til stede. Det kan være nedtrapping av medisiner, ingen medisinstjusteringer eller at pasienten ønsker behandling uten medisiner.

SYKEHUSET TELEMARK

TIPS-konsulent **Ingerid Sauar**

TIPS-teamet i Telemark, (Tidlig intervensjon ved psykose-team), er tilknyttet Seksjon for poliklinikk psykose, ved Avdeling TSB og Psykose (ATP).

Det er fire behandlere i TIPS-team, med samme målgruppe, som ble utvidet høsten 2022:

Vi tilbyr utredning av nysyke med psykose (førstegangpsykose) innen aldersspennet 15-45 år, samt videre behandling for de mellom 15-30 år. Dekker hele Telemark.

Nysyke defineres her som pasienter med debuterende psykose, som har eller gis en diagnose innen psykospekteret i hht. ICD-10. Definisjonen av «nysyke» innebærer videre at det er maksimalt 2 år siden første adekvate behandlingstiltak for klart funksjonssvekkende psykose ble startet fra spesialisthelsetjenesten. Vi tilbyr behandling i inntil 1-2 år til de mellom 18 og 30 år, der de under 18 år får tilbud om behandling frem til 18 års alder (evt. lenger), mens de fra 31 år henvises videre for behandling ved de øvrige psykoseteamene i egen seksjon eller ved ambulerende psykoseteam i Øvre Telemark.

Teamet jobber aktivt internt i klinikken med å «fange opp» de nysyke ved å være både synlige (ambulerende) på de ulike seksjonene og TIPS-konsulenten deltar på felles FLYT-møter (overføringsmøter mellom de akutte sengepostene), samt gjennom undervisning i egen seksjon og på tvers av seksjoner (om TIPS-teamet, psykose, tidlig intervensjon og ulike behandlingsmetoder). Vi har også etablert og kontinuert ukentlig felles behandlingsmøte/fagmøte med Psykoseposten ved DPS Porsgrunn, som har 5 senge-plasser dedikert for nysyke.

Nytt av året er et tettere samarbeid med arbeidstiltaket «Jobbmestrende oppfølging», der TIPS-konsulenten er bindeledd og kontaktpunkt med jobbkonsulentene som jobber med pasienter med psykoselidelse.

I en stor seksjon der man har tenkt at mye skal være likt, så har konsulenten kontinuerlig jobbet for å beholde eget team og funksjon, deriblant fortsette å være den som kontaktes



ved overføringer og deltakelse i viktige overføringsmøter (FLYT-møter). Det er vesentlig å kunne beholde en synlig og aktivt utadrettet stilling, for å styrke samarbeid og mest mulig hensiktsmessig flyt av pasienter. Videre har vi fått beholde tilbudet om videre behandling etter stilt diagnose, og ikke blitt redusert til et rent utredningsteam. Ved å tilby både utredning og behandling vil vi kunne jobbe videre med å styrke et spesialisert tilbud for nysyke med psykoselidelse.

Vi har etablert et regelmessig møte, «Psykologforum», for å styrke psykologfellesskapet i seksjonen med tanke på utredninger, for kalibrering/drøfting.

TIPS-seminar 2024

Den 24. oktober arrangerte TIPS-konsulenten, i samarbeid med egen Fagavdeling og TIPS Sør-Øst, «TIPS-seminaret» for femte gang. Seminaret skal bidra til et særlig blikk på tidlig intervensjon ved psykose og nye behandlingstilnærminger ved psykose. Foredragsholdere kom fra TIPS Sør-Øst og eksternt ved psykolog/forsker Akiah Ottesen, og fra Sykehuset Vestfold ved Tidlig oppdagelsesteamet der (inkl TIPS-konsulenten fra Vestfold). Seminaret startet ved at TIPS-konsulenten hadde en presentasjon av eget TIPS-team og samarbeidet med TIPS Sør-Øst. Årets seminar hadde fokus på pårørendearbeid, arena for ungdom (lavterskeltilbud), digitalt nettsted for helsearbeidere (psykosekompetanse), forståelse av rusutløst psykose, samt behandling ved samtidig traume og psykose.

Seminaret hadde rekordhøy deltagelse med rundt 150 til stede, hovedsakelig fra eget foretak, men også noen fra andre helseforetak – offentlige og private, samt samarbeidspartnere i 1.linjen. Temaene engasjerte både under og etter seminaret, og det fikk en flott omtale i Nyhetsbrevet til TIPS

Sør-Øst. Nytt av året var utdeling av Questback/ vurdering fra deltakere om seminaret, der ca halvparten svarte på denne, med svært gode resultater. Avdelingen for «Jobbmestrende oppfølging» i GREP/NAV ble også invitert med for å holde en «stand» der deltakerne kunne få med seg informasjon og brosjyrer om tilbudet (unikt tilbud for personer med psykoselidelse med hensikt å komme i ordinær jobb/skole).

Pårørendearbeid

I og med at seksjonen har satset på pårørendearbeid og frikjøpt en spesialsykepleier i større grad enn tidligere for å jobbe spesifikt med videre implementering av psykoedukativt familiearbeid, så har TIPS-konsulenten i mindre grad vært involvert i arbeidet. I første omgang blir det en stadig større andel som utdanner seg til PEF-veiledere. Det vil videre bli aktuelt å jobbe for større grad av implementering av REACT-NOR. TIPS-teamet tilbyr både PEF og REACT-NOR, men tilbyr også mer usystematisk pårørendearbeid der det er det som ønskes/er behov for. Siden vi er få behandlere i TIPS-team, samarbeider vi tettere om pårørendetilbudet med de andre teamene. Videre er TIPS-teamet involvert i et nytt tilbud i form av fem pårørendekvelder med undervisning om psykose/utredning/behandling/TPH m.m., som startet første gang høst 2022. Dette arrangeres to ganger i året. Svært gode tilbakemeldinger fra pårørende som har deltatt (via systematisk kartlegging).

Veiledning/formidling

Det har blitt gitt veiledning for behandlere internt i klinikken om utredning og behandling hos pasienter med psykoselidelser. Tilstreber lav terskel for å ringe TIPS-konsulenten for drøftinger/råd/veiledning ved mistanke om psykose. Dette arbeidet, sammen med henvendelser for drøfting av overføring/henvising, har konsulenten også dette året jobbet med å få

dokumentert vha. et eget henvendelsesskjema på ark (hentet fra TIPS Sør-Øst). Det å kunne vise til mer eksakte tall for tidsbruk, vil være nyttig innspill i videre forbedringsarbeid, og ikke minst da vi har hatt såpass hyppige skifter av seksjonsledere, som trenger å lære mer om arbeidet vårt.

Konsulenten har bidratt i undervisningen internt ved klinikken med fokus på tidlig intervensjon ved psykose og om egen drift i TIPS-teamet. Videre regelmessig formidlet kunnskap internt i eget team (fra f.eks. konferanser/kurs). Videre har det vært undervist om psykose og tidlig intervensjon kommunalt og ved utdanning ved Fagskolen i Vestfold og Telemark.

Konsulenten har fortsatt med arbeidet med å opprette et TIPS-nettverk i eget foretak. Dette vil bli et pågående mål også for de neste årene.

Konsulenten bidrar aktivt med å rekruttere abonnenter til TIPS Sør-Østs nyhetsbrev ved å ha en egen link til dette i sin signatur på mail, samt muntlig i samarbeidsforum. Videre reklameres det for aktuelle kurs og konferanser, samt deling av aktuelle artikler, internt i egen seksjon. For å få til kontinuerlig fokus og gi inspirasjon til økt kompetanse i både utredning og behandling av pasienter med psykoselidelser, er både nyhetsbrevet og nettsidene som TIPS Sør-Øst utarbeider, svært viktige ressurser.

Konsulenten har bidratt inn til TIPS Sør-Øst ved å delta på både fysiske og digitale work-shops/samlinger knyttet til pågående prosjekter internt. Videre har konsulenten deltatt og blitt faglig oppdatert på konferanser og kurs der TIPS Sør-Øst har bidratt/vært arrangør.

SØRLANDET SYKEHUS

I 2024 fortsatte TIPS konsulent **Ann-Theres Mosberg Pedersen** arbeidet med å støtte opp om etableringen av TIPS-team ved DPS Solvang og videreutvikling av TIPS-initiativet i Østre Agder. Fagnettverket for førsteepisode psykose på Agder, dannet i desember 2023, inkluderer enheter fra VOP og BUP.

Det ble i løpet av vinteren 2024 etablert kontakt med psykisk helse-tjenester, fagkoordinatorer og ledere i Østre Agder kommuner. Spesielt var det fokus på å styrke samarbeid med helsesykepleiere. Målet har vært å bygge et solid faglig nettverk for tidlig oppdagelse av psykose.

I august ble TIPS-teamet i FACT ved DPS Solvang offisielt opprettet. I Østre Agder ble prosessen satt på vent grunnet pågående omorganisering (fra fire til tre DPS på Agder). Som alternativ til et TIPS-fagteam i Østre Agder, ble det besluttet å arbeide for å opprette en TIPS-telefon med lav terskel og fokus på informasjonsarbeid.

Kompetanseheving og samarbeid

TIPS-konsulenten har jobbet med å spre informasjon i KPH og til det voksende TIPS-nettverket i kommunene, blant annet gjennom TIPS Sør-Øst sitt nyhetsbrev. Det er også blitt tilrettelagt for at ansatte deltar på relevante kurs, som REACT-NOR, PEF, og kurs i selvforstyrrelser ved psykose.

Det har vært viktig å forankre prosesser med lokal ledelse gjennom jevnlig kontakt, møter og e-postkorrespondanse. Samarbeidet med TIPS Sør-Øst, TIPS-veiledere og TIPS-konsulentnettverket har bidratt til kompetanseutvikling og understøttelse av tiltakene.

Faglige samlinger og etablering av psykosefagteam

I november ble det avholdt et fagmøte med ledere i hele Østre Agder DPS. Her holdt fagpersoner ved TIPS Sør-Øst et innlegg om psykose og tidlige tegn, mens TIPS oppdagerteam i Sykehuset i Vestfold belyste informasjons- og oppdagelsesarbeid. Dette ble fulgt opp med en faglig drøfting om opprettelse av et psykosefagteam i Østre Agder.

I etterkant av møtet ble det besluttet at en arbeidsgruppe skal utforme forslag til et TIPS-psykosefagteam. TIPS-konsulenten har fått i oppdrag å utforme et mandat for teamet, som skal presenteres i januar 2025.

FACT og TIPS-team i Agder:

TIPS-teamet ved DPS Solvang: Består av teamleder/psykologspesialist, spesialsykepleiere, overlege, arbeids- og utdanningsspesialist samt psykolog. Teamet jobber tett med psykoseenheten, FACT og gruppebehandling.

FACT Østre Agder: Får henvist unge personer med behov for utredning etter pasientforløp psykose. Teamet tilbyr casemanagement, individuell behandling og gruppeaktiviteter som samtalegrupper, treningsgrupper og IMR.

FACT Ung Arendal kommune: Tilbyr oppfølging av unge med psykoserisiko og psykose, med fokus på funksjonsfall. Arbeider tett med Ung Arena og tilbyr samtaler, grupper og aktiviteter.

ABUP Kristiansand: Har et psykoseteam bestående av spesialsykepleier, psykologspesialist, overlege og sosionom. Teamet fungerer som et ressurs- og drøftingsteam for psykosefeltet.

Planer for 2025

- Arbeide med etablering av TIPS-telefonen
- Videreføre nettverksbygging og samarbeid med helsesykepleiere
- Delta i arbeidsgruppen for å etablere TIPS-psykosefagteam i Østre Agder
- Arrangere en ny nettverkssamling våren 2025

Gjennom året har TIPS-konsulenten deltatt på flere fagseminarer, inkludert Traumekonferansen i Kristiansand, TIPS Telemark-seminaret og FACT-fagsamling med fokus på psykose og rus.

Arbeidet fortsetter inn i 2025 med et mål om styrket kompetanse og bedre oppdagelse og behandling av førsteepisode psykose i Agder.

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.

www.tips-kompetansesenter.no

Besøksadresse:

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

Telefon: 22 02 94 26

e-post: tipsso@ous-hf.no

nett: www.tips-kompetansesenter.no

