

TIPS SØR-ØST

REGIONAL KOMPETANSETJENESTE FOR
TIDLIG INTERVENSJON VED PSYKOSE

Årsmelding 2021

TIPS Sør-Øst

Regional kompetansetjeneste for tidlig intervensjon ved psykose

Forsknings- og innovasjonsavdelingen
Klinikk psykisk helse og avhengighet

Leder	4
Om TIPS Sør-Øst	5
Organisasjon og bemanning 2021	5
Bemanning.....	5
TIPS-konsulenter	5
Implementering	6
Styringsinstanser, nettverk og samarbeid	6
Referansegruppe	6
Brukermedvirkning	6
Regionalt TIPS-nettverk	7
Nasjonalt TIPS-nettverk	7
Forskningsnettverk	7
Nasjonalt nettverk – psykoedukativt familiesamarbeid	7
Spredningstall for 2021	8
Undervisning og forskningsformidling: Hovedaktiviteter i 2021	8
Kurs i diagnostikk og utredning	9
Opplæring, veiledning og implementering av psykoedukativt familiesamarbeid (PEF).	9
Opplæring av veiledere i	9
Seminarer og kurs i kognitiv atferdsterapi ved psykose.	9
Veiledning.....	10
Undervisning mot høyskole og universitet	10
Synlighet og digitale tjenester: Hovedsatsinger 2021	10
Forskning og fagutvikling: Hovedaktiviteter 2021.....	13
iTandem – et digitalt samhandlingsverktøy	13
REACT-NOR: Relatives Education and Coping Toolkit - Norway - akutt hjelp under pandemien	14
Kompetansetreteet for tidlig oppdagelse og behandling ved psykose	15
TIPS-tjenesten: Evaluering.....	16
Recovery, wellbeing og stigma ved psykoselidelse: Betydningen av tidlig intervensjon	17
Kreativ skriving	17
Fokus på søvn ved psykose.....	18
COPE psykose – bipolar	18
Ta vare 2020 – en nasjonal spørreundersøkelse til pårørende til personer med psykose eller bipolar lidelse.	19

Satsing på TIPS Oslo i 2020	19
Bedre pårørendesamarbeid ved psykose.....	19
Extreme challenges - Nasjonal kartlegging av pasienter med svært alvorlig selvskading og omfattende institusjonsbehandling	20
Alvorlig psykisk lidelse og affekter	20
Bipolarenhet ved Nydalen DPS - forskningsklinikk for pasienter med bipolar lidelse	21
Prospektiv studie om psykoserisiko og forstyrrelser i selvopplevelse	21
Vitenskapelige publikasjoner 2020	21
Lokalt arbeid i regionen: Hovedaktiviteter 2021.....	23
Vestre Viken: TIPS Asker.....	23
Kompetansehevende tiltak /kurs/undervisning.....	24
Annet	24
Vestre Viken: TIPS Drammen, Lier og Sande (i Holmestrand kommune)	24
Sykehuset Innlandet	25
Sykehuset i Vestfold	26
Sykehuset Østfold.....	28
Akershus universitetssykehus	30
Sykehuset Telemark	30
Sørlandet Sykehus	32

Leder

Kjære leser

Nok et år med korona til tross: Vi har klart oss godt gjennom 2021! Jeg er stolt av TIPS Sør-Øst og det vi har fått til. Opplevelsen av at TIPS Sør-Øst er enda bedre forbundet med hele regionen er enda sterkere i år enn i fjor. Tvungen overgang til digitale møteplasser har vært en velsignelse for samarbeidet på tvers av helseforetakene. Det er imidlertid ikke til å skyve under hjemmekontorpulten, at vi savnet nærværet også. I en liten lomme med redusert smitte, rakk vi å samles på Ekeberg – både TIPS-konsulenter og hjemmekontorrottene. Det var stas!

Vi har markert oss via dyktige TIPS-konsulenter i de ulike HF, og dyktige fagfolk som har holdt motet og kunnskapen opp mellom potteplanter, hunder, katter og barn på hjemmekontor. Det har vært utfordringer, men mye er gjennomførbart om engasjementet er sterkt. Det har blitt har jobbet uførtroddent med klinikk, tilrettelegging for tidlig intervensjon og prosjektarbeid.

I 2021 har det vært fokus på familiearbeid gjennom REACT og Bedre pårørendesamarbeid. Vi har også hatt fokus på søvn, og det vil vi fortsette med. Dette er noe som opptar de fleste av våre pasienter, og TIPS Sør-Øst har blitt en viktig formidler av kunnskap om dette temaet.

Recovery og medforskning har vært i fokus. Vi opplever at både forskningen og det generelle arbeidet vi gjør ved TIPS Sør-Øst har tatt en positiv dreining mot et mer brukerorientert standpunkt med tettere samarbeid med brukere. Det vil vi ta med oss inn i det nye året.

Videre har iTandem kommet i produksjon og testes nå i klinikk – etter mange års arbeid. Det er godt å se, og morsomt å følge med på. Innovasjon skjer ikke av seg selv, det har vi bestemt fått erfare. Men vi gir oss ikke, og håper tiden er på vår side.

Et prosjekt jeg vil vie litt ekstra oppmerksomhet er Kompetansetreteet. Det skal med tid og stunder bli en kompetanseportal for klinikere i Helse Sør-Øst, og andre som måtte suse forbi på nettet. Målet er å nå ut bredt med godt læringsmaterieil for de som vil drive tidlig intervensjonsarbeid etter boka (som stadig er i endring). Prosjektet er støttet av Helse Sør-Øst, og utvikles i tett samarbeid med Sykehuset Innlandet. Struktur og innhold er under oppseiling, og vi har stor tro på at dette vil bære frukter som kommer hele regionen til gode.

Utover dette er det skrevet både artikler og innlevert en PhD. Vi har blant annet undersøkt hvordan pasientene og de pårørende hadde det i begynnelsen av pandemien. Også under en pandemi, er det verd å holde fokuset på lavterskel og god systemisk tenkning. Vi jobber med mennesker som trenger tilrettelegging fra de ønsker å ta kontakt, til de forlater våre systemer. Dette gjelder både brukere og pårørende. Terskelen for å søke og få hjelp, har for mange vært høyere enn det anbefalingene tilsier. Naturlig nok, vil mange mene, men vi tror det er rom for forbedring. For oss betyr det et fortsatt fokus på både symptomer og systemer. Vi får ikke et godt tidlig intervensjonstilbud, med eller uten pandemi, om vi ikke evner å fokusere på helheten.

Mvh 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 2021

TIPS Sør-Øst er etablert som en nettverksorganisasjon med en sentral kjerne i Oslo universitetssykehus og TIPS-konsulenter ute på helseforetak i regionen. TIPS-konsulentene er frikjøpt fra sine stillinger av TIPS Sør-Øst for å arbeide med implementering av tidlig intervensjon ved psykose på sine respektive helseforetak. Dette gjøres gjennom etablerte nettverk av fagpersoner lokalt, *TIPS nettverk*, som har særlig ansvar for at kompetanse på psykosefeltet bygges og vedlikeholdes. Se for øvrig kapittel om «Lokalt arbeid i regionen: hovedaktiviteter 2021» for nærmere beskrivelse.

Kompetansetjenesten er organisert under Oslo universitetssykehus (OUS), Klinikk 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 2021 var 11,4 millioner.

Bemanning

I 2021 har kjernen i TIPS Sør-Øst vært bemannet med en seksjonsleder som er spesialist i psykiatri (100 %) og førsteamanuensis ved UiO (20 %), en administrasjonskonsulent (100 %), og en kommunikasjonsrådgiver (100 %). Den øvrige faglige bemanningen har bestått av fem psykologspesialister/PhD (100 %), en fagrådgiver/ spesialsykepleier (50 % - 20 % fast og 30 % engasjement).

Alle faste stillinger i kjernen er besatt.

TIPS-konsulenter

I 2021 har følgende helseforetak hatt TIPS konsulenter som har vært økonomisk støttet av kompetansetjenesten:

Akershus universitetssykehus

Sykehuset Innlandet

Sykehuset Østfold

Vestre Viken: Drammen, Lier, Nedre Eiker, Sande og Svelvik

Vestre Viken: Asker, Røyken og Hurum

Sykehuset i Vestfold

Sykehuset i Telemark

Sørlandet Sykehus

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 samarbeid og nettverk 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 kompetansen TIPS Sør-Øst er i besittelse av, og vi mener derfor det bør være mulig å ha et tett nettverk i Oslo til tross for manglende økonomisk støtte.

I 2021 har dette arbeidet vært videreført, og målet er å samle TIPS-arbeidet i Oslo sektor. Arbeidet videreføres og intensiveres i 2022.

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.

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

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

Styringsinstanser, nettverk og samarbeid

Retningslinje for regionale kompetansetjenester i Helse Sør-Øst er styrende for driften av tjenesten, 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. Det har ikke blitt avholdt møte med referansegruppen i 2021. Det ble utsatt på grunn av korona, men er planlagt i løpet av våren 2022.

Brukermedvirkning

TIPS Sør-Øst har et eget brukerråd, «Idépanelet», som blir involvert på ulike måter, i de fleste prosjekter ved tjenesten. Gruppen består av personer med egen erfaring med psykose eller bipolar lidelse.

«Recoveryprosjektet» har ansatt medforsker fra idépanelet og har hatt stor framdrift. Prosjektgruppa har vært på den nasjonale brukerkonferansen og delt sine erfaringer med kvalitative studier og

medforskning. Innlegget ble svært godt mottatt. TIPS Sør-Øst har lært veldig mye av disse erfaringene som vi tar med oss videre i arbeidet vårt.

Flere har også bidratt med tekster i år. Både i form av dikt som publiseres ukentlig på Psyktgodvenn på Instagram og Facebook, men også til nettsiden psykose-bipolar.no.

Vi har fått bidrag og innspill til iTandem – appen fra deltakere i Idépanelet og det har vært til uvurderlig hjelp for å høyne kvaliteten på verktøyet.

Regionalt TIPS-nettverk

TIPS Sør-Øst organiserer og inviterer til *TIPS-regionsamlinger* – en møteplass for alle TIPS team/miljøer i helseregionen. Hensikten med dette er erfaringsutveksling og utvikling og forbedring av tjenester.

Nettverket samles årlig og diskuterer problemstillinger på tvers av regionen.

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

Vi gjennomførte en regional samling via Norsk Helsenett 24. november. Tema var avstandsoppfølging av pårørende til personer med psykose via det nettbaserte verktøyet reacttoolkit.no med følgende innlegg:

- Hvordan bruke www.reacttoolkit.no som supplement og støtte til familiesamarbeid i et tidlig intervensjonsperspektiv.
- Erfaringer fra pårørende både med psykoedukativt familiesamarbeid og REACT.
- Hva sier forskningen om erfaringene så langt?

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 ringe til 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. Kartlegging og etablering av nettverket har tatt tid grunnet koronasituasjonen. Arbeidet videreføres i 2022.

Forskningsnettverk

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

Nasjonalt nettverk – psykoedukativt familiesamarbeid

Nasjonal gruppe for psykoedukativt familiesamarbeid ble etablert i 2018, og er forankret i TIPS Sør-Øst. Også i 2021 har vi gjennomført en digital samling med nettverket med over åtti deltakere. Hensikten er å løfte kompetansens på familiesamarbeid som klinisk fagområde i psykosefeltet.

Spredningstall for 2021

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.

For en fullstendig og detaljert oversikt over all vår undervisnings-, forsknings- og formidlingsaktivitet henviser vi til den elektroniske rapporten hos Helse Sør-Øst: [Regionalt kompetansesenter for tidlig intervensjon ved psykoser \(TIPS\) - 2021 - Forskningsprosjekter \(ihelse.net\)](#)

Nettportalen www.psykose-bipolar.no har hatt **175 000 unike brukere** i løpet av 2021, noe som er en ytterligere økning på 45 000 siden 2020. I 2021 har vi arbeidet med å utvikle en forbedret versjon av nettportalen med økt brukervennlighet og søkbart innhold. Den nye versjonen lanseres i begynnelsen av 2022.

Kampanjen [@psyktgodvenn](#) på Instagram og facebook har henholdsvis **nådd over 8300 og 1490** følgere i hver sine kanaler i løpet av 2021, en økning på over 2000 personer. Målet er kunnskapsspredning om psykiske lidelser generelt og alvorlige psykiske lidelser spesielt. Ønsket effekt er også mindre stigmatisering av psykiske lidelser i samfunnet. Publiseringsfrekvens: tre poster pr uke, mandag, onsdag og fredag.

TIPS Sør-Østs [facebook-kanal](#) hadde ved utgangen av 2021 i underkant av **1800** følgere – en økning på omtrent 200 personer siden 2020. Vi publiserer med en frekvens på to ganger i uken: tirsdag og torsdag. Målgruppen er hovedsakelig fagpersoner, men innholdet er også relevant for allmennheten.

Den viktigste kanalen ut mot våre sentrale målgrupper er det [månedlige nyhetsbrevet](#). Ved utgangen av 2021 hadde vi **over 1300 abonnenter**, noe som er en **økning på over 300 abonnenter**. Åpningsraten ligger på mellom 30 – 40 prosent.

Over 1000 personer har til sammen sett våre [FagTIPS seminarer](#) som er gjennomført i 2021. Dette er en betydelig økning fra tidligere år. Vi ser dette i sammenheng med behov for faglig påfyll og økt tilgjengelighet på våre seminarer ved at vi har tatt i bruk digitale verktøy for å nå ut under pandemien.

Undervisning og forskningsformidling: Hovedaktiviteter i 2021

TIPS Sør-Øst tilbyr undervisning ved etterspørsel av tjenester. Alle ansatte tar på seg undervisningsoppdrag. Vi bistår også med å finne ressurspersoner dersom tjenesten ikke har kompetansen som etterspørres selv. Det tilbys også veiledning av fagpersoner og TIPS team i hele helseregionen. Alle våre kurs søkes godkjent av Norsk sykepleierforbund, Norsk psykologforening og Den norske legeforening. Alle våre kurs søkes godkjent av Norsk sykepleierforbund, Norsk psykologforening og Den norske legeforening.

TIPS Sør- Øst fikk utdanningsprisen for 2021

Stab forskning, innovasjon og utdanning ved OUS, med bistand fra Utdanningsutvalget delte ut tre utdanningspriser til miljøer i sykehuset som utmerker seg for å fremme god læringskultur for studenter og/eller egne ansatte.

Eksempler på gode læringsmiljøer er enheter/seksjoner som har satt kompetanseutvikling i system, som har utviklet gode modeller for veiledning, som har tatt i bruk nye læringsformer, som har iverksatt tiltak for å fremme trivsel i læringsmiljøet eller som har etablert gode internasjonale bilaterale utvekslingsprogrammer.

TIPS Sør-Øst har jobbet med digitalisering av undervisning i lang tid før pandemien. Både fordi vi er få og skal nå bredt ut, men også fordi det er langt for folk å reise til oss. Derfor har vi tenkt nytt om hvordan vi underviser, og har nå jobbet som et team der vi har ulike oppgaver og ivaretar en helhet rundt de digitale kursene. Vi har for eksempel satt av egne ressurser til support på det tekniske og de administrative oppgavene, noe vi ser er svært nyttig for kvalitet på gjennomføringen.

Vi i TIPS Sør-Øst er veldig glade for å ha utmerket oss på en måte som bidro til denne prisen.

TIPS Sør-Øst har i sin strategiplan definert spesifikke fokusområder for kompetansespredning, og strategier og tiltak for å oppnå dette. I 2021 har vi hatt spesielt fokus på:

Kurs i diagnostikk og utredning

Dette gjelder spesielt symptom mål som PANSS og SIPS. Vi har gjennomført **digitale kurs i PANSS og SIPS** via Norsk Helsenet (Join.nhn.no). Vi har hatt mellom 30 og 40 deltakere på hvert kurs. 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 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.

TIPS Sør-Øst har hatt ansvaret for opplæringen, veiledningen og oppfriskningsseminar av i PEF i forskningsprosjektet «Bedre pårørendesamarbeid (BPS)». I tillegg bidrar vi med kunnskap om, og erfaring med implementering av PEF. Se mer om beskrivelsen av prosjektet under omtalen av våre forskningsprosjekter.

I løpet av 2021 har fulgt vi opp kursdeltakerne fra BPS, **i overkant av 100 fagpersoner** fra spesialisthelsetjenesten, i gruppeveiledning. De lokale gruppene har fått veiledning 1 gang i mnd. Vi har i tillegg bidratt på Kick-off seminaret og gjennomført oppfriskningsseminarer.

Opplæring av veiledere i www.reacttoolkit.no

Den største videreføringen i 2021 har vært prosjektet REACT-NOR (www.oslo-universitetssykehus.no/react-nor). 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 5 kurs der **over 70 personer** fått opplæring og veiledning for å bli REACT-veiledere. Les mer om REACT-NOR under seksjonen «Forskning og fagutvikling»

Seminarer og kurs i kognitiv atferdsterapi ved psykose.

TIPS Sør-Øst har tidligere undervist i grunnleggende kognitiv atferdsterapi ved psykose for store deler av regionen. Vi har nå gått et skritt videre og tilbyr etterutdanning på ekspertnivå. Det vil si at vi forutsetter

at de som kommer på våre kurs har grunnleggende kunnskaper. Vi har vært så heldige å samarbeide med eksperter på feltet fra England som er førende internasjonalt på dette området.

Digital kurs i kognitiv terapi for insomni (CBTi)

TIPS Sør-Øst arrangerte to digitale kurs med Håvard Kallestad i kognitiv terapi for insomni (CBT-I) i 2021.

Insomni er den vanligste søvnlidelsen i befolkningen, og CBT-I er den anbefalte behandlingen for denne lidelsen. Kurset omfattet utredning av insomni og gav en innføring i grunnleggende teknikker i CBT-I. Det ble også undervist i elementer av kronoterapi.

60 behandlere fikk delta på denne undervisningen i 2021.

Veiledning

Det drives utstrakt veiledningsvirksomhet ved TIPS Sør-Øst. Fagpersoner i kjernen og TIPS-konsulenter bruker mye tid på å veilede andre fagpersoner i både utredning og behandling. Det gis veiledning både individuelt og i grupper, både i forbindelse med spesialistløp, i forhold til drøftinger av kasuistikker og differensialdiagnostiske utfordringer, i bruk av utredningsverktøy, i forbindelse med kognitiv terapi og psykoedukativt familiesamarbeid som anbefalte behandlingsmetoder. Det gis også veiledning på organisering og implementering av tidlig intervensjonsarbeid. I tillegg får 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. Tjenesten har bidratt til at kunnskap om psykose og tidlig oppdagelse tydeligere er integrert i utdanningsplanene ved disse institusjonene.

Synlighet og digitale tjenester: Hovedsatsinger 2021

Tjenestene våre er utviklet for å øke kompetansen og fokuset på tidlig intervensjon ved psykose. Viktige tiltak er derfor å formidle og spre informasjon og kunnskap, og gi implementeringsstøtte til regionen. Dette gjøres via ulike tiltak og på ulike nivåer, og i samarbeid med de viktigste målgruppene for oss som er fagpersoner, pasienter og pårørende. Noen viktige tiltak i 2020 har vært:

Fag til fag: Nettsiden www.tips-kompetansesenter.no

Denne nettsiden er utformet hovedsakelig med tanke på fagpersoner, men er også relevant for pasienter og pårørende. Her deler vi relevant og oppdatert fagstoff, formidler tilbud om kurs, seminarer og faglige fora. **I 2021 publiserte vi 12 nyhetssaker** på nettsidene våre som er delt og spredt i alle våre kanaler, samt internt i avdeling, klinikk og sykehus.

Fag til fag: Digitalt nyhetsbrev

Det har vært en økning på om lag 300 abonnenter som har mottatt informasjon, nyheter og forskningsstoff fra kompetansetjenesten i 2021. **Vi sendte ut 12 nyhetsbrev i 2021**, og i desember var det over **1300 abonnenter** som mottok dette fra oss.

Fag til fag: Webinarer direkte og i opptak

I 2021 har vi gjennomført to fagseminarer (FagTIPS) via direktesendte webinarer. Vi hadde en litt lavere aktivitet her i år grunnet koronasituasjonen. De fleste seminarene er godkjente som opptak og ligger

tilgjengelig for alle via nettsidene våre og vår YouTube-kanal. De to seminarene som ble godkjent for opptak hadde flere hundre deltakere live, og er sett over 700 ganger i løpet av 2021.

Tidligere FagTIPS webinarer ligger tilgjengelig som opptak fra vår fagressurs:

www.tips-kompetansesenter.no

Gjennomførte FagTIPS 2021:

11. juni: «Arbeid ved psykoselidelse: mål, mulighet og metode»

Foredragsholder: June Ullevoldsæter Lystad, psykolog med doktorgrad på temaet arbeid, kognitive vansker og kognitiv trening ved psykoselidelse. Hun hadde også invitert egne deltagere med som presenterte under seminaret. Blant annet en person med erfaringskompetanse.

22. mars: «Søvnforstyrrelser ved psykoselidelser; forekomst, utfordringer og behandling»

Foredragsholder: Jannicke Fjæra Laskemoen, psykolog/PhD

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* på Hamar, *Den internasjonale traume, dissosiasjon og psykosekonferanse i Kristiansand* og *Inspirasjonskonferansen* til Norsk Forening for Kognitiv Terapi (NFKT). Dette er viktige møtested for både forskning og klinikk, og binder også TIPS Sør-Øst sammen med miljøer som er opptatt av samme tematikk i de andre regionene.

TIPS Sør-Øst med bidrag på European Conference on Schizophrenia Research (ECSR) 23. - 25. september:

- Elizabeth Ann Barrett, psykologspesialist/ PhD presenterer: «COPE I: COVID-19 pandemic impact on mental health in people with psychotic and bipolar disorders with suggestions to mitigate adverse outcomes»
- Erlend Mork, psykologspesialist/ PhD presenterer: "Locked out during lockdown. Experiences from relatives of people with severe mental disorders Hovedtema: Søvn og søvnbehandling

TIPS Sør-Øst med bidrag på Inspirasjonskonferansen: Norsk forening for kognitiv terapi 28. - 29. oktober

- Elizabeth Ann Barrett psykologspesialist/ PhD og Felicity Waite, psykolog og forsker fra Oxford University: "Treating sleep problems in patients with psychosis - an evidence based approach"

TIPS Sør-Øst med bidrag på konferansen «Brukermedvirkning i forskning» på Lillehammer 9. november

- Carmen Simonsen og Sindre Kruse «Erfaringer med medforskning i et kvalitativt prosjekt om Recovery ved psykoselidelse»

Nasjonal nettverkskonferanse PEF 25. oktober (digitalt)

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 over åtti deltakere og gode tilbakemeldinger.

Det var innlegg fra forskningsprosjektet *Bedre pårørende samarbeid*, presentasjon av *REACT- Relatives Education and Coping Toolkit*. Pårørende delte erfaringer fra PEF og REACT. I tillegg var det presentasjon av *Metodebok for Flerfamiliegrupper* samt erfaring fra å delta i pargruppe og hvilken betydning det har hatt for tilfriskning.

Fag til pasient og pårørende: Nettportalen www.psykose-bipolar.no:

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

Analyser viser at det har vært 175 000 brukere inne på nettportalen i løpet av 2021. Vi ser at det er flest brukere i aldersgruppen 25 – 34 (30 prosent) og at 60 prosent er kvinner.

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

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

Kampanjen, eller opplysningsarbeidet, har løpt gjennom hele 2021 på Instagram og facebook. Målsettingen er å spre kunnskap om alvorlig psykisk lidelse. Ungdom og unge voksne er en av hovedmålgruppene. Kampanjen har et tydelig antistigmabudskap, og er ment å bidra til økt kunnskap om disse lidelsene, redusere stigma og samtidig løfte fram en oppmerksomhet på ulike helsetilbud for psykiske vansker.

I 2021 fortsatte vi å publisert innhold tre dager i uken gjennom hele året. Innholdet utformes hovedsakelig av fagpersoner ved TIPS Sør-Øst. Nytt i år er bedrag fra en person med brukererfaring som skriver poesi og har ønsket å dele sine dikt via vår konto en gang i uken. Dette har fått veldig god respons blant våre følgere, og vi ser god spredning på dette innholdet også. Ved årets slutt hadde kontoen over 8300 følgere på Instagram, og om lag 1500 på facebook.

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

Fag til fag og allmennheten: Video- og undervisningsfilmer

Vår YouTube-kanal under navnet TIPS Sør-Øst presenterer tilgjengelige opplysnings- og undervisningsfilmer. I 2021 har kanalen hatt over **20 000** avspillinger. Aldersgruppen vi når her er størst i gruppen 25 – 34. Vi ser at kanalen i større grad **når menn, med en prosentandel på 54,9 %**.

Kanalen har 264 abonnenter. Det er ikke et veldig høyt tall, men med **en økning på hele 175 abonnenter** i 2021 er dette relativt sett en høy økning. 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 2021 har vi **produsert og publisert 22 nye videoer** som brukes aktivt i opplæring og undervisning:

Fag til allmennheten: Oppslag i massemedier 2020

Dato	Kanal	Innhold
11. januar	Erfaringskompetanse.no	Stigma fører til diskriminering - Erfaringskompetanse.no
22. februar	Ekspertsykehuset.no	- Jeg trenger noe eget - noe som er for meg - Oslo universitetssykehus (oslo-universitetssykehus.no)
12. oktober	Dagens Medisin	På hvilket fundament bygger vi fremtidens psykiatri? - Debatt og kronikk - Dagens Medisin
15. oktober	Dagens Medisin	Helsesektoren trenger frirom til innovasjon - Debatt og kronikk - Dagens Medisin

Forskning og fagutvikling: Hovedaktiviteter 2021

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

Det er et mål at all vår aktivitet skal ha en overføringsverdi, og vi legger vekt på formidling som gjør at vi får aktiviteten vår ut til ulike målgrupper. Nedenfor følger en nærmere beskrivelse av fag- og forskningsprosjekter i 2020.

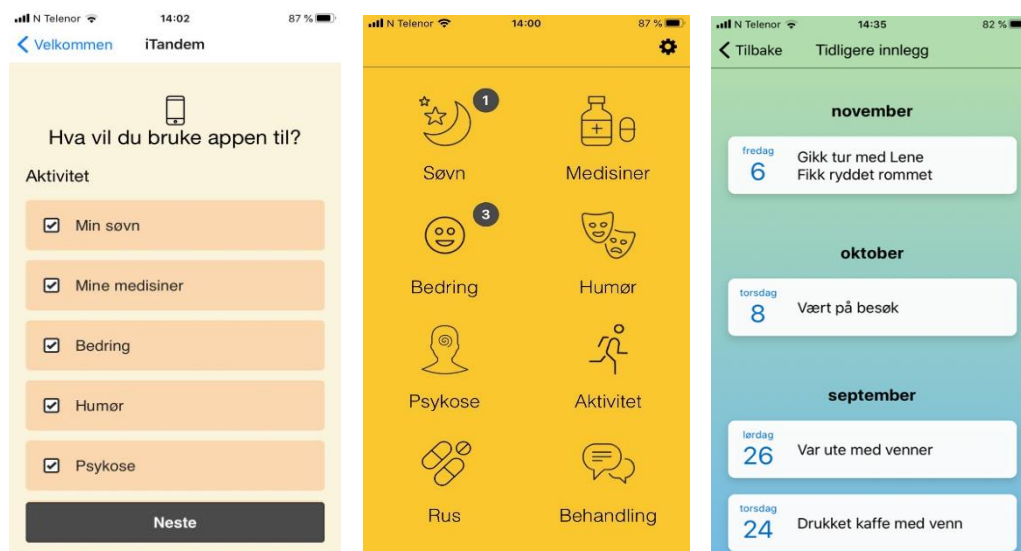
iTandem – et digitalt samhandlingsverktøy

iTandem (www.oslo-universitetssykehus.no/itandem) er et digitalt verktøy for behandlingsstøtte for pasienter med psykose- eller bipolar lidelse og deres behandlere. Det kommer i form av en app, og er ment brukt som en del av behandlingen. iTandem setter pasienten i stand til å logge viktige data om egen behandling og sende disse til behandler mellom timene. Dataene blir synlige for behandler i en egen rapport. Prosjektet er basert på innovasjonsmidler fra Helse Sør-Øst. Det er et tett samarbeid mellom TIPS Sør-Øst og Universitetets senter for informasjonsteknologi som utvikler iTandem.

På nåværende tidspunkt tilbyr iTandem 8 moduler som støtter ulike problemstillinger man kan tenkes å jobbe med i løpet av et behandlingsforløp; søvn, medisiner, aktivitet, bivirkninger, recovery, psykosesymptomer og humør. Som pasient velger du selv hvilke moduler du vil benytte deg av. I tillegg henter iTandem relevant informasjon fra nettsiden www.psykose-bipolar.no.

Målet var å teste iTandem på 20 pasienter med rus og/eller alvorlig psykisk lidelse i løpet av høsten 2021. Dette har vært forsinket, delvis grunnet korona, delvis på grunn av forsinkelser relatert til utviklingen ved Universitetet i Oslo. Vi har imidlertid kommet i gang, og ved utgangen av 2021, var 6 pasienter og 4 klinikere i gang. Vi satser på en gjennomføring av piloten i løpet av våren 2021. I løpet av denne piloten skal det samles inn ulike typer data som digitale brukermønstre, samt kvantitative og kvalitative data relatert til brukeropplevelsen hos både brukere og klinikere. Disse dataene vil brukes for å utvikle prosjektet videre mot en større pilot ved Sykehuset Innlandet.

Vi planlegger å skrive en protokollartikkel når piloten er gjennomført. Med i denne artikkel vi vil inkorporere funn fra en rekke intervjuer og fokusgrupper om digitale vaner hos nysyke pasienter med alvorlig psykisk lidelse, pårørende og behandlere. Intervjuene var ett ledd i utviklingen av iTandem. De transkriberte intervjuene har blitt delvis analysert i 2019 og artikkelen ventes ferdigstilt i løpet av 2023.



REACT-NOR: Relatives Education and Coping Toolkit - Norway - akutthjelp under pandemien

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 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 da det i forbindelse med koronapandemien var et stort behov for å ivareta pårørende som ble sittende med mye ekstra ansvar da helsevesenet en periode ble nødt til å lukke delvis ned.

Erfaringene fra 2020 viste at det var stor interesse for å tilby REACT NOR, også uavhengig av pandemien. I 2021 har derfor aktiviteten i programmet fortsatt å øke og ved slutten av 2021 har over 100 veiledere gjennomført opplæring i REACT NOR, en rekke veiledningsgrupper er i drift, en referansegruppe med pårørende, klinikere og forskere er etablert, flere nettressurser er tilgjengeliggjort og en serie med digitale nettverkssamlinger er gjennomført. I følgeforskningsprosjektet er totalt 60 pårørende inkludert ved slutten av 2021 og datainnsamlingen ferdigstilles sommeren 2022. Samarbeidet med TIK (Centre for Technology, Innovation and Culture) ble i 2021 utvidet med en kvalitativ del-studie i et samarbeid mellom TIPS Sør-Øst og postdoktor Trust Saidi fra TIK. I dette delprosjektet ser vi på hvorvidt REACT-NOR verktøyet kan fungere som et «boundary object» mellom de pårørende og klinikken. I 2021 ble

intervjuer med 10 pårørende og 10 veiledere gjennomført og arbeidet med dataanalyse og en skisse til artikkel er igangsatt.

Tilbakemeldingene fra klinikere og pårørende er overveiende gode og flere har etterlyst tilpasninger av REACT-NOR verktøyet til bredere grupper, blant annet pårørende til personer med rusmiddelbruk og/eller bipolar lidelse. Brukere av Pårørende har også etterlyst mer kortfattet materiell som kan tilbys tidlig i kontakten med psykisk helsevern. I 2022 har vi derfor planlagt delprosjekter hvor vi jobbe videre med å utvikle løsninger som kan svare på disse behovene.

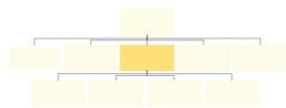
Kompetansetreet for tidlig oppdagelse og behandling ved psykose

- En innovativ læringsplattform for deg som er særlig interessert i kunnskap om psykose.

Våren 2021 fikk vi midler til tjenesteinnovasjon og prosjektet "Kompetansetreet for tidlig oppdagelse og behandling ved psykose" fra Helse Sør-Øst. Bakgrunnen for prosjektet er at vi opplever økt etterspørsel etter supplerende undervisnings- og kompetansehevingstiltak fra både primær- og spesialisthelsetjenestene, samt fra utdanningsinstitusjonene. Det etterlyses samlet og lik informasjon og kunnskap om: utforming, vedlikehold og formidling av tidlig intervensjonstjenester samt hvordan oppdage, behandle og samarbeide med pasient og pårørende. Det er usikkerhet i fagmiljøene om hvordan man former, bemanner, drifter og vedlikeholder slike tjenester. Opplysningsarbeid og kompetanseheving er vesentlig for å oppdage psykose tidlig.

Prosjektet har som mål å utvikle en ny ressurs i form av en digital læringsplattform som retter seg mot helsesykepleiere, allmennleger og andre i kommunetjenestene, og mot fagfolk i spesialisthelsetjenesten. Læringsplattformen skal være et bindeledd mellom tjenestenivåene og ambisjonen er å tilføre praktisk kunnskap som eksisterende ressurser og verktøy ikke tilbyr, ved bruk av filmer, virtual reality (VR) og spillteknologi, i kombinasjon med «state of the art» e-læring.

Høsten 2021 startet vi med å etablere en prosjektgruppe på 10 personer fra ulike deler av landet, vi har med prosjektmedarbeidere med egenerfaring med psykose og med erfaring som pårørende, i tillegg til fagpersoner. En referansegruppe er også etablert. Høsten har bestått av å planlegge og starte opp innsiktsarbeidet der vi kartlegger behov for faglig innhold samt erfaringer med bruk av digitale verktøy for læring og holdninger til dette. Innsiktsarbeidet skal være ferdig våren 2022. Parallelt har vi arbeidet med tjenstedesign av en modul som handler om «Praksis for veien inn».



Refleksjon

Denne modulen argumenterer ikke for hvorfor tidlig intervensjon er viktig. Resten av læringsplattformen vil presentere bakgrunnsinformasjon og forskning som støtter opp under anbefalt praksis.



LANDINGSSIDE MODUL

Praksis for veien inn til behandling

Her beskrives anbefalt praksis for å vurdere mistanke om alvorlig psykisk lidelse. Målet er få mennesker som viser tidlige tegn til psykose inn til behandling så fort som mulig.

Under kan du finne informasjon om anbefalt organisering av et proaktivt vurderingsteam, med tilhørende støtteverktøy for lokal tilpasning. Organiseringen og anbefalingene gjelder innsatsen med å **få pasienter inn til behandling**, og adresserer ikke utredning og behandling av psykose.

PRINSIPPER Hva er hovedtrekkene i praksisen og hva skal den oppnå?	BYGGEKLOSSER Hvilke byggeklosser kreves for å følge anbefalte praksis?	PROSEDYRE Hvordan ser arbeidsflyten ut steg for steg?	BYGG SELV Hvordan kan praksisen tilpasses og implementeres lokalt?
--	--	---	--

En skisse foreligger av denne modulen og vil være et rammeverk for den videre utviklingen av det vi skal lage. I tillegg har vi startet innspillingen av fem læringsvideoer om tidlig oppdagelse og behandling som vil lanseres som et ledd i prosjektet våren 2022.

Prosjektet skal ferdigstilles høsten 2023.

TIPS-tjenesten: Evaluering

Formålet med dette prosjektet er å evaluere effekten av å innføre en TIPS-telefon på OUS ved å sammenligne registrerte data før og etter implementering. Har de implementerte forbedringstiltakene innen tidlig intervensjon ved psykoselidelser ved OUS ført til tidligere oppdagelse, målt gjennom varighet av ubehandlet psykose (VUP) eller eventuelle andre endringer i tjenestetilbudet og veien inn i behandling? Vi vil også undersøke hvordan løsningen fungerer i den kliniske hverdagen og få frem eksempler på god klinisk praksis.

Prosjektet ble godkjent hos Personvernombudet i 2019 og forankret i ledelsen. Det ble opprettet et kvalitetsregister for prosjektet hvor det ble samlet inn informasjon fra journaler ved Seksjon for tidlig psykosebehandling, Nydalen DPS og Mortensrud DPS. Studien inkluderer førstegangspsykosepasienter som kom til behandling i OUS 6 måneder før implementering og 6 måneder etter implementering. Ved hjelp av journalgjennomgang er målet å kartlegge veien inn til behandling og VUP før og etter implementeringen av TIPS-telefonen. Journalgjennomgangen ble fullført første halvår 2020. De planlagte fokusgruppeintervjuene med klinikerne som arbeider med pasientgruppen og TIPS-telefonen ble utsatt grunnet COVID-19 pandemien og er ikke gjennomført. Foreløpige analyser er gjennomført og delvis formidlet i internt notat til bruk i planlegging av tjenestetilbudet. I løpet av våren 2022, vil det utvikles en presentasjon som skal brukes som et underlagsdokument for arbeidet med et TIPS-Oslo nettverk.

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

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

Prosjektet er tredelt: Første del er gjennomført og resulterte i tre artikler om bedring og stigma 1 år etter start av behandling for en psykoselidelse basert på kvantitative data fra 1-års oppfølgingen i TOP (1. *Early clinical recovery*; 2. *Self-rated disability*; 3. *Perceived and experienced stigma*). Andre del av prosjektet er et Phd prosjekt der vi undersøker bedring 10 år etter behandlingsstart for en psykoselidelse basert på kvantitative og kvalitative data fra TOP 10-års oppfølging. Dette består av tre artikler: 1. *The time is ripe for a consensus definition of clinical recovery in first-episode psychosis: Suggestions from a 10-year follow-up*. 2. *What is the proportion in personal recovery, with or without clinical recovery, and how do these different aspects of recovery relate to each other and to life satisfaction?* 3. *From the perspective of the participants; what is experienced important to attain and sustain recovery?* 4. *Relationship between psychosocial treatment and recovery: a mixed-methods study*. I 2019 fikk vi tildelt midler fra Stiftelsen Dam til en Phd stilling for å gjennomføre prosjektet. Medforskning er en viktig og integrert del av prosjektet. I 2020 fikk vi midler fra Klinikk psykisk helse og avhengighet i OUS til å lønne en medforsker i 20% stilling. Medforskeren Sindre Kruse startet opp samtidig som stipendiaten i 01.01.20 og har blitt sentral del av forskningsgruppen. Dette gir oss også mulighet til å undersøke hvordan medforskning fungerer i praksis. De kvantitative dataene er allerede samlet inn, mens innsamling av de kvalitative dataene ble samlet inn ila av 2021, med noen resterende intervjuer som skal gjennomføres i begynnelsen av 2022. Den første artikkelen er skrevet og sendt til et tidsskrift der den er under review. Analysen av det eksisterende kvalitative datamaterialet er påbegynt. Ansatte fra TIPS Sør-Øst er med i prosjektets Advisory board. Tredje del av prosjektet vil undersøke hva deltakerne synes er viktig i behandling, og personlig stigma 10 år etter behandlingsstart, også basert på data fra TOP 10-års oppfølging. Det er planlagt to artikler som er under arbeid: 1. *Aspects of treatment considered particularly helpful to recovery in first-episode psychosis: a 10-year follow-up study*; 2. *Internalised stigma and its relationship with recovery in first-episode psychosis: a 10-year follow-up study*.

Kreativ skriving

Prosjektet Kreativ skriving er et samarbeid mellom TIPS Sør-Øst /Oslo universitetssykehus, Universitetet i Oslo og VID vitenskapelige høyskole. Vi tilbød et kurs for pasienter i behandling for psykose, våren 2019. Kurset bestod av ukentlige møter på 2 timer hvor vi gikk gjennom ulike genre og øvet på å skrive tekst i disse genrene. Formålet med studien var å analysere tekstene som ble produsert og undersøke hvordan pasientene opplevde et slikt tilbud.

De første resultatene av dette arbeidet ble publisert i 2020 der vi undersøkt tekstene som ble skrevet i lys av to teoretikere, Paul Ricoeur og Julia Kristeva. I 2021 har vi jobbet videre med materialet vi fikk etter å ha intervjuet fem av deltagerne om deres opplevelser. Denne artikkelen er p.t. til review. Vi

ønsker å se på alternative måter å oppnå en følelse av mestring og vekst på, og undersøker også hvordan bruk av mer tverrfaglige intervensjoner blir mottatt av våre brukere.

Fokus på søvn ved psykose

Folkehelseinstituttet skrev i sin rapport om psykisk helse i 2011 at søvnproblemer kanskje er det mest utbredte og undervurderte helseproblemet i den norske befolkningen. Det er derfor verdt å merke seg at forekomsten av søvnforstyrrelser er mye høyere blant personer med psykoselidelser sammenlignet med befolkningen generelt.

TIPS Sør-Øst gjennomførte i 2017 en spørreundersøkelse blant klinikere i Helse Sør-Øst om deres oppfatninger om søvnproblemer ved psykose, hvordan søvnproblemene utredes og behandles, og evt. hva som hindrer dem i å behandle søvnproblemer hos personer med psykose. De viktigste funnene var at alle klinikere rapporterte søvnproblemer blant sine pasienter med psykose. De utredet imidlertid søvnproblemer i liten grad systematisk, og de benyttet sjelden anbefalte behandlingsmetoder. Den største hindringen for søvnbehandling syntes å være manglende kunnskap. Resultatene ble publisert i tidsskriftet *Comprehensive Psychiatry* i 2020. Dette prosjektet representerer grunnlaget for videre arbeid med å implementere utredning og behandling av søvnforstyrrelser ved psykose i klinikken i Helse Sør-Øst.

TIPS Sør-Øst er i planleggingsfasen av et forsknings- og implementeringsprosjekt for søvnbehandling ved døgnposter for personer med psykoselidelser på Avdeling for spesialpsykiatri ved Akershus universitetssykehus, i samarbeid med Department of Psychiatry, Oxford University. Vi vurderer også andre mulige forskningsprosjekter på søvnproblemer ved psykose.

COPE psykose – bipolar

For å hindre spredning av covid-19 viruset stengte Regjeringen ned Norge og innførte fysiske og sosiale restriksjoner den 12.mars 2020. Fra tidligere pandemier vet vi at slike situasjoner kan påvirke befolkningens psykisk helse negativt. Personer med alvorlige psykiske lidelser som psykose- og bipolar lidelse er bl.a. sensitive for stress og har mindre og mer sårbare sosiale nettverk. Endringer som følge av en pandemi kan derfor muligens ha enda mer alvorlige konsekvenser for deres psykiske helse. TIPS Sør-Øst ønsket å undersøke dette og eventuelt bidra med kunnskap for å redusere negative konsekvenser av pandemien. Vi sendte derfor ut en spørreundersøkelse i juni – juli 2020, og personer med psykose og bipolar lidelse ble invitert til å delta. Vi ville undersøke psykisk helse (livskvalitet og symptomer) under pandemien og sammenlignet med før pandemien. Vi spurte om faktorer som muligens var blitt påvirket av pandemien og som potensielt kunne påvirke psykisk helse (bekymringer, mestring, bo- og skole/arbeidssituasjon, økonomi, sosialt liv, rusbruk, søvn, medisinerbruk og behandlingstilbud) for å undersøke om disse faktorene faktisk påvirket psykisk helse. Sist, men ikke minst spurte vi deltagerne om hva de mente helsevesenet kunne gjøre annerledes eller bedre for å være til hjelp under en pandemi. TIPS Sør-Øst utformet spørreundersøkelsen i samråd med personer med brukererfaring fra TIPS Sør-Øst sitt «Idepanel». Den ble spredd vidt, inkludert via Facebook og Instagram, og i samarbeid med Stavanger Universitetssykehus, derfor potensielt til hele Norge. Så mange som 520 personer valgte å delta i spørreundersøkelsen.

Vi planla to artikler basert på denne undersøkelsen. Den første artikkelen er basert på de lukkede spørsmålene i spørreundersøkelsen. Disse kvantitative dataene er ferdig analysert, artikkelen er skrevet og er nå under review i et internasjonalt tidsskrift. Vi håper derfor på publisering i løpet av våren 2022. Den

andre artikkelen er basert på de åpne spørsmålene i spørreundersøkelsen. Dette kvalitative materialet er kodet og analysert med tematisk analyse. Artikkelen er påbegynt og skal skrives ferdig og sendes inn til et internasjonalt tidsskrift i løpet av våren 2022.

Ta vare 2020 – en nasjonal spørreundersøkelse til pårørende til personer med psykose eller bipolar lidelse.

I forbindelse med spredningen av COVID-19 viruset stengte regjeringen fra og med den 13. mars 2020 ned samfunnet og innførte fysiske og sosiale restriksjoner. Også tjenestetilbudet i kommuner og spesialisthelsetjenester ble redusert i den påfølgende perioden. Fra tidligere vet vi at pandemier kan påvirke befolkningens psykiske helse negativt og at personer med alvorlig psykisk lidelse kan være særlig sårbare (se COPE undersøkelsen). Vi vet imidlertid svært lite om hvordan situasjonen for de pårørende til personer med alvorlig psykisk lidelse påvirkes når samfunnet stenges ned under en pandemi. TIPS Sør-Øst, i samarbeid med TIPS Stavanger og NORMENT gjennomførte derfor i perioden 15. mai -15. juni 2020 en spørreundersøkelse på nett rettet mot pårørende til personer med psykose eller bipolar lidelse. Vi ønsket svar på følgende spørsmål:

- Hvordan har COVID-19 pandemien påvirket situasjonen til pårørende til personer med psykose eller bipolar lidelse?
- Hvordan opplevde de pårørende helsetjenestene når Norge stengte ned?
- Hva kan vi ta med oss i planleggingen av mulige fremtidige pandemier?

Undersøkelsen ble spredt i sosiale medier, gjennom brukerforeninger og våre faglige nettverk. 279 pårørende leverte svar i spørreundersøkelsen. Datamaterialet er analysert og 2 artikler er sendt til fagfelleevaluering i løpet av 2021. Analysene peker blant annet på at det er av stor betydning å finne alternative måter å drive pasient- og pårørendearbeid i situasjoner hvor fysisk oppmøte er vanskelig. TAVARE har i så måte bidratt til å underbygge satsningen på digitale verktøy, som REACT NOR, til å understøtte det nasjonale pårørendearbeidet.

Satsing på TIPS Oslo i 2020

Planer om å etablere et nettverk for helsepersonell som arbeider med tidlig intervensjon ved psykose (TIPS-arbeid) i Oslo ble i 2020 forpurret av covid-19 pandemien, men gjenopptatt i 2021. Hensikten med et slikt nettverk er overordnet mer systematisk fokus på TIPS-arbeid i Oslo – behov, utfordringer og potensiale. Arbeid med dette vil videreføres i 2022. Vi vil presentere nettverkets hensikt og struktur på seminaret Psykose og Storbyen for helsepersonell i Oslo i februar 2022. Videre vil vi ta kontakt med de enkelte behandlingsenheter som arbeider med personer i tidlig fase av psykoselidelse og invitere dem med i nettverket.

Bedre pårørendesamarbeid ved psykose

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

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

- Kartlegge i hvilken grad utvalgte anbefalinger for pårørendesamarbeid ved alvorlige psykiske problemer blir brukt.
- Undersøke hemmere og fremmere for godt pårørendesamarbeid på ulike nivå.
- Utforske de viktigste etiske utfordringene og hvordan disse kan håndteres.
- Forbedre implementeringen av de utvalgte anbefalingene
- Undersøke betydningen av bedre implementering av familiesamarbeid for brukerne, pårørende, ansatte og tjenestene.
- Undersøke om gevinstene ved bedre familiesamarbeid står i forhold til kostnadene.

Deltakende enheter fra Vestfold, Telemark, Vestre Viken, Oslo og Ahus. 8 DPS enheter utgjør intervensjonsenheter og deltok fra våren 2018 til høsten 2020. 7 DPS enheter utgjør kontrollenheter og vil få opplæring og veiledning fra våren 2021. Enhetene er trukket ut ved loddrekning. Ved hver enhet er noen pasienter med deres nærmeste pårørende inkludert i studien etter informert samtykke.

TIPS Sør-Øst er med som partner ved å bidra med all opplæring i psykoeduktivt familiesamarbeid (PEF), veiledning og implementeringsstøtte til deltakende helseforetak/DPS/enheter, og vil bidra som medforfattere.

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 er det gjennomført et webinar for klinikere i prosjektet og prosjektet er presentert på konferanse. Datainnsamlingen ble avsluttet i juni 2021. Arbeidet med analyser og skisser til de første artiklene fra prosjektet ble påbegynt høsten 2021. TIPS Sør-Øst vil i det kommende året være involvert i sammenskrivingen av resultatene.

Alvorlig psykisk lidelse og affekter

I dette prosjektet som gjøres i samarbeid med klinisk gruppe på NORMENT undersøkes forholdet mellom genetisk risiko for bipolar lidelse (målt ved såkalt polygen risiko) og affektilabilitet hos pasienter med bipolar lidelse. I tillegg utforskes i hvilken grad barndomstraume spiller inn på dette forholdet. Det gjennomføres dessuten en systematisk litteraturgjennomgang og metaanalyse over forekomsten av psykose i bipolar lidelse generelt, samt i forskjellige undergrupper av bipolar lidelse. Metaanalysen har

vært utvidet og omarbeidet etter innspill fra fagfelleevaluering og skal sendes tilbake til Psychological Medicine ila første kvartal av 2022.

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

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

Prospektiv studie om psykoserisiko og forstyrrelser i selvopplevelse

Intervensjon før første psykoseepisode er gunstig prognostisk, kan styrke effekten av behandling, og utsette eller forhindre utvikling av psykose. Fokus på selvforstyrrelser (SF) i schizofrenispekteret og i psykoserisikotilstander er økende internasjonalt. Forskningsbasert kunnskap om SF kan bidra til å forbedre tidlig oppdagelse av personer med økt risiko for psykose, øke kunnskap om psykopatologi, og ha klinisk relevans for behandling. Kun én studie er tidligere utført prospektivt på forløpet av SF hos personer med økt psykoserisiko. Det er derfor behov for flere studier som undersøker slike forløp.

I et forskningsprosjekt ved TIPS Sør-Øst, som også er en del av TOP-studien ved NORMENT (OUS/UiO), ble det undersøkt om SF hos pasienter med definerte psykoserisikotilstander (clinical high-risk for psychosis) var assosiert med positive og negative symptomer, desorganiseringssymptomer, generelle symptomer, psykososial funksjon, diagnoser, fungering under oppvekst og barndomstraumer, både ved «baseline» og ved ettårsoppfølging. Det ble også foretatt hjerneavbildningsundersøkelser, gen- og biologiske prøver, og nevrokognitive tester. Instrumentet EASE ble benyttet i kartleggingen av SF.

Inklusjonen startet august 2012 og ble avsluttet desember 2015. 38 pasienter, alder 15-30 år, ble inkludert fra fem TIPS-sentra, samt fra psykoseteam og poliklinikker i Oslo, A-hus og Vestre Viken. Ettårsoppfølging ble ferdigstilt februar 2017. 32 pasienter gjennomførte alle oppfølgingsundersøkelsene. Fire artikler er publisert fra i dette forskningsprosjektet, i 2018 og 2019 og 2021. Høsten 2021 leverte psykologspesialist ved TIPS Sør-Øst sin doktorgradsavhandling for graden dr. philos til Medisinsk fakultet, UiO, på bakgrunn av dette forskningsprosjektet og disse artiklene.

Vitenskapelige publikasjoner 2020

Lunding SH, Simonsen C, Aas M, Rødevand L, Werner MCF, Laskemoen JF, Hjell G, Ringen PA, Lagerberg TV, Melle I, Andreassen OA, Ueland T, Steen NE *Childhood trauma and cardiometabolic risk in severe*

mental disorders: The mediating role of cognitive control. Eur Psychiatry 2021 03 29;64(1):e24. Epub 2021 mar 29

Gjerde PB, Simonsen CE, Lagerberg TV, Steen NE, Andreassen OA, Steen VM, Melle I *Sex-Specific Effect of Serum Lipids and Body Mass Index on Psychotic Symptoms, a Cross-Sectional Study of First-Episode Psychosis Patients.* Front Psychiatry 2021;12():723158. Epub 2021 okt 21

Laskemoen JF, Aas M, Vaskinn A, Berg AO, Lunding SH, Barrett EA, Melle I, Simonsen C *Sleep disturbance mediates the link between childhood trauma and clinical outcome in severe mental disorders.* Psychol Med 2021 10;51(14):2337-2346. Epub 2020 apr 23

O'Connell KS, Frei O, Bahrami S, Smeland OB, Bettella F, Cheng W, Chu Y, Hindley G, Lin A, Shadrin A, Barrett EA, Lagerberg TV, Steen NE, Dale AM, Djurovic S, Andreassen OA *Characterizing the Genetic Overlap Between Psychiatric Disorders and Sleep-Related Phenotypes.* Biol Psychiatry 2021 11 01;90(9):621-631. Epub 2021 jul 14

Lagerberg TV, Ickick R, Aminoff SR, Nerhus M, Barrett EA, Bjella TD, Olsen SH, Høegh MC, Melle I *Substance Misuse Trajectories and Risk of Relapse in the Early Course of Bipolar Disorder.* Front Psychiatry 2021;12():656912. Epub 2021 mai 4

Høegh MC, Melle I, Aminoff SR, Haatveit B, Olsen SH, Huflåtten IB, Ueland T, Lagerberg TV *Characterization of affective lability across subgroups of psychosis spectrum disorders.* Int J Bipolar Disord 2021 Nov 04;9(1):34. Epub 2021 nov 4

Værnes TG, Røssberg JI, Melle I, Nelson B, Romm KL, Møller P *Basic self-disturbance in subjects at clinical high risk for psychosis: Relationship with clinical and functional outcomes at one year follow-up.* Psychiatry Res 2021 06;300():113942. Epub 2021 apr 18

Jalbrzikowski M, Hayes RA, Wood SJ, Nordholm D, Zhou JH, Fusar-Poli P, Uhlhaas PJ, Takahashi T, Sugranyes G, Kwak YB, Mathalon DH, Katagiri N, Hooker CI, Smigielski L, Colibazzi T, Via E, Tang J, Koike S, Rasser PE, Michel C, Lebedeva I, Hegelstad WTV, de la Fuente-Sandoval C, Waltz JA, Mizrahi R, Corcoran CM, Resch F, Tamnes CK, Haas SS, Lemmers-Jansen ILJ, Agartz I, Allen P, Amminger GP, Andreassen OA, Atkinson K, Bachman P, Baeza I, Baldwin H, Bartholomeusz CF, Borgwardt S, Catalano S, Chee MWL, Chen X, Cho KIK, Cooper RE, Croyley VL, Dolz M, Ebdrup BH, Fortea A, Glenthøj LB, Glenthøj BY, De Haan L, Hamilton HK, Harris MA, Haut KM, He Y, Heekeren K, Heinz A, Hubl D, Hwang WJ, Kaess M, Kasai K, Kim M, Kindler J, Klaunig MJ, Koppel A, Kristensen TD, Kwon JS, Lawrie SM, Lee J, León-Ortiz P, Lin A, Loewy RL, Ma X, McGorry P, McGuire P, Mizuno M, Møller P, Moncada-Habib T, Muñoz-Samons D, Nelson B, Nemoto T, Nordentoft M, Omelchenko MA, Oppedal K, Ouyang L, Pantelis C, Pariente JC, Raghava JM, Reyes-Madrigal F, Roach BJ, Røssberg JI, Rössler W, Salisbury DF, Sasabayashi D, Schall U, Schiffman J, Schlagenhaut F, Schmidt A, Sørensen ME, Suzuki M, Theodoridou A, Tomyshev AS, Tor J, Værnes TG, Velakoulis D, Venegoni GD, Vinogradov S, Wenneberg C, Westlye LT, Yamasue H, Yuan L, Yung AR, van Amelsvoort TAMJ, Turner JA, van Erp TGM, Thompson PM, Hearn D *Association of Structural Magnetic Resonance Imaging Measures With Psychosis Onset in Individuals at Clinical High Risk for Developing Psychosis: An ENIGMA Working Group Mega-analysis.* JAMA Psychiatry 2021 07 01;78(7):753-766.

Værnes TG, Røssberg JI, Melle I, Nelson B, Romm KL, Møller P *Basic self-disturbance trajectories in clinical high risk for psychosis: a one-year follow-up study.* Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci 2021 Nov 16. Epub 2021 nov 16

Ihler HM, Lagerberg TV, Lyngstad SH, Melle I, Romm KL *Exploring the relationship between recency and frequency of cannabis use and diminished expression and apathy as two dimensions of negative symptoms in first episode psychosis. A one-year follow-up study.* Schizophr Res 2021 10;236():89-96. Epub 2021 aug 25

Synnes O, Romm KL, Bondevik H *The poetics of vulnerability: creative writing among young adults in treatment for psychosis in light of Ricoeur's and Kristeva's philosophy of language and subjectivity.* Med Health Care Philos 2021 Jun;24(2):173-187. Epub 2021 jan 16

Lokalt arbeid i regionen: Hovedaktiviteter 2021

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

Vestre Viken: TIPS Asker

TIPS-konsulentens stillingsandel er 20 % av en behandlerstilling i TIPS Asker, et poliklinisk lavterskel- og tidlig intervensjonstilbud til unge mellom 15-30 år. Teamet var tidligere en egen seksjon, men nå organisert som et team u /seksjonsleder for Poliklinikk for rus og psykisk helse i Asker DPS, Klinikk psykisk helse og rus. TIPS-teamet er tverrfaglig sammensatt og har oppsøkende, utrednings- og behandlingsfunksjon. Det har vært holdt innlegg for ny seksjonsleder/ ny avdelingssjef om bakgrunn og historikk for TIPS tilbud i Vestre Viken, og rasjonale for tidlig intervensjon ved psykose samt viktigheten av å opprettholde et spesialisert tidlig intervensjonstilbud.

I 2021 har det, som i 2020, vært mindre kapasitet til oppsøkende- og undervisningsvirksomhet. En periode har teamet hatt pålegg om å avhjelpe almen psykiatrisk poliklinikk og ta inn pasienter med annen problematikk. Etter nedleggingen av 11 døgnplasser for unge med psykose eller annen alvorlig lidelse ved ADPS (Seksjon Hvalstadåsen og Utredningsseksjon for Unge) er den nye døgnseksjon USUH med 6 plasser primært for målgruppen i Asker og Bærum godt etablert. I tillegg til døgntilbud har seksjonen mulighet til noe ambulant oppfølging og kan ta imot et begrenset antall dagpasienter. En psykologspesialist er nå ansatt i 100 % stilling som deles mellom TIPS-teamet og USUH.

Det har i løpet av 2021 fra ledelsen i foretaket vært et ønske å slå USUH sammen utredningsseksjonen for unge på sykehusnivå (USEK), Blakstad Sykehus. Det har vært nedsatt en arbeidsgruppe som har jobbet med forslag til utforming av og plassering for en slik avdeling. Sammenslåingen har blitt utsatt da det ikke er egnede lokaler i den eksisterende bygningsmasse som er til rådighet pr. nå. Foreløpig opprettholdes dermed plassene ved begge døgnavdelinger.

Ved Bærum DPS er det nylig opprettet et TIPS-team med fokus på utredning og behandling. Det har vært 2 møter i høst/vinter med gruppen som kommer fra ulike enheter (Fact-team og psykoseteam) ved Bærum DPS med drøfting av mandat/design og kartlegging av kompetanse- behov. Dette samarbeide videreføres.

Det er fremdeles henvendelser på TIPS telefonen med ønske om veiledning/drøfting fra samarbeidspartnere samt fra pårørende /venner, men det er sjeldnere, noe som antakelig må ses i sammenheng med mindre utadrettet informasjonsvirksomhet

Kompetansehevende tiltak /kurs/undervisning

Det årlige seminar for fagfolk i Vestre Viken (fra alle tjenestenivåer) om tidlig intervensjon og psykose/bipolar lidelse ble gjennomført med oppmøte i Drammen kommunes lokaler, i 21.11. Seminaret arrangeres i samarbeid med FOU VV, TIPS Sør-Øst og BUPA).

Familiesamarbeid

Det har i 2021 vært et spesielt stort fokus på familie og pårørendesamarbeid i TIPS Vestre Viken. Dels har hele foretaket vært involvert i forskningsprosjektet

«BedrePårørendesamarbeid (BPS)»

Teamleder i TIPS Asker, Bente Solbakken fått rolle som pårørendekoordinator ved hele Asker DPS. TIPS-konsulenten har dels deltatt i det digitale kurs for kontrollgruppen og dels bidratt ved SIM – dager og vært involvert som veileder u/kurs og i etterkant av kurs.

Det ble gjennomført 6 dagers Metodekurs i psykoedukativt familiesamarbeid høsten 2021 i regi av FOU Vestre Viken. På disse kurs (vanligvis 2 gange årlig) bidrar TIPS-konsulentene som kurs- og/eller veiledningsansvarlig. I etterkant av disse tilbys gruppeveiledning lokalt for alle som har gjennomført kurset.

Mye tid har blitt prioritert til REACT NOR. Konsulentene har gjennomført kurs og har gitt 2 pårørende digital oppfølging/veiledning. En av disse ble med i følgeforskningen ved TIPS Sør-Øst.

Utover deltakelse og kollegaveiledning i både sentrale og lokale – REACT nettverkssamlinger har TIPS konsulentene bidratt i 2 digitale undervisningsseminarer om grunnleggende CBT for REACT veiledere ved TIPS SØ i januar og i september 2021.

Annet

REACT Nettverket i Vestre Viken har utarbeidet en skriftlig rapport /m mandatbeskrivelse. Rett før jul fikk TIPS-konsulentene og leder av nettverket fra FOU Vestre Viken laget nyhetssak i Vestre Vikens digitale nyhetsbrev, der vi prøver å rekruttere flere til å bli REACT- veiledere.

Vestre Viken: TIPS Drammen, Lier og Sande (i Holmestrand kommune)

Mot slutten 2021 ble det tilknyttet en ny TIPS konsulent i Drammen/ Vestre Viken da forrige TIPS konsulent gikk av med pensjon. Derfor har vi ikke full årsrapport for dette området for 2021, men vi vet at aktiviteten har vært høy og som tidligere år har TIPS konsulentene hatt fokus på oppgaver knyttet til TIPS tilbudet i foretaket. Den nye konsulenten er nå organisert i FoU avdelingen i Vestre Viken og sitter derfor i en annen posisjon til å utføre arbeidet, noe vi tenker er gunstig. Vi ser fram til å berette mer om dette i meldingen for 2022.

Undervisning og informasjonsarbeid som er utført i 2021

- Informasjon om psykose og betydning av tidlig intervensjon, TIPS-telefon og behandlingstilbud i TIPS Drammen (for Drammen, Lier, Nedre Eiker, Sande og Svelvik)

- Fokus på personale/samarbeidspartnere som ser unge mennesker jevnlig og kan fange opp bekymring tidlig: lavterskeltilbud i kommunene, helsesøstre, pedagoger, elever i videregående skole, NAV. Begrenset aktivitet grunnet pandemirestriksjoner.
- Rådgivning og veiledning i enkeltsaker via TIPS-telefonen og henvendelser fra klinikere via andre kanaler. Tilbud om veiledning til klinikere gis ad hoc eller ved at man avtaler tid i TIPS behandlingsmøte. Møtet er åpnet for klinikere fra andre enheter for å kunne tilby tverrfaglig drøfting og veiledning, evt. også utredningsbistand. Det har vært mulig å møte fysisk gjennom størstedelen av året når det har vært ønskelig. Det synes som om antall henvendelser på TIPS-telefonen har gått ned i denne perioden og at det samtidig kommer desto flere henvendelser fra behandlere i allmenpsykiatriske team. Det er rimelig å anta at dette har sammenheng med mindre utadrettet informasjonsarbeid.
- Videreformidling av artikler og kompetansehevingstilbud ved TIPS Sør-Øst. Bistått med rekruttering til forskning.
- Informasjon om nettsiden psykose-bipolar som arbeidsredskap med praktisk gjennomgang av strukturen til behandlere i spesialisthelsetjenesten og kommune, studenter i veiledning og aktuelle samarbeidspartnere
- Informasjon om antistigmakampanjen @psyktgodvenn: i forbindelse med all undervisning, møter og veiledning.
- Arrangert internundervisning om PANSS v. bruk av undervisningsmaterieell fra TIPS Sør-Øst i samarbeid med psykologspesialist.
- Internundervisning om REACT-NOR til behandlere og ledere med tanke på rekruttering av veiledere og pårørende. Formidling av tilbudet til andre enheter.

Sykehuset Innlandet

TIPS Innlandet mot nytt storsykehus

TIPS Innlandet og konsulenten har, på grunn av utsettelse av omorganiseringen, rettet oppmerksomheten mot å opprettholde det kliniske tilbudet, samarbeidet på tvers i divisjonen og å forberede til endelig omorganisering 1/1 -22. Fra denne dato består TIPS Innlandet av en poliklinikk og døgnerhet med 8 sengeplasser på Sanderud sykehus. 2 senger på Reinsvoll sykehus er disponible plasser for unge mennesker i behov av skjermet behandling. I 2021 er det bygget opp ambulant team i tillegg til et familieteam bestående av fagpersoner ansatt i døgn og poliklinikk. Familieteamet har, i tillegg til vokseninnsats, inkludert barne- og søskenansvarlige. TIPS Innlandet har utdannet over 10 REACT veiledere og drifter lokal REACT veiledningsgruppe for regionen.

Fagteam

Det har blitt etablert et nytt fagteam som TIPS konsulent er en del av, og målet har vært å konsolidere det nye teamet. Arbeidet videreføres inn i første halvår av 2022. Fagpersoner fra fagteamet var representert på TIPS regionsamling i regi av TIPS Sør-Øst.

Innovativ kompetanseformidling

Innovasjonsprosjektet «Kompetansetrete for tidlig oppdagelse og behandling ved psykose» har etablert prosjekt- og referansegruppe. TIPS konsulenten samarbeider om prosjektlederarbeidet med prosjektleder fra TIPS Sør-Øst. Fokus har vært å sette seg inn i hensikten med prosjektet, etablere kunnskap om innovasjonsprosesser samt utarbeide og planlegge innsiktsarbeidet. I tillegg har det blitt etablert samarbeid med tjenestedesignere som har levert forslag til en modul i «Kompetansetrete». Prosjektet går inn i en fase med innsiktsarbeid til annet innhold på plattformen.

Forskning-, opplysning- og kompetansehevende arbeid

TIPS opplysningsteamet har rettet informasjons- og opplysningsarbeidet mot digitale plattformer for å nå ut til befolkningen generelt og ansatte i kommune- og spesialisthelsetjenesten.

Det har vært gjennomført syv TIPS webinarer om hva tidlige tegn er og hvilken betydning tidlig oppdagelse har for den enkelte. Webinarene har hatt samme tema og varigheten har vært 30 minutter. Invitasjon sendes ut på sosiale medier og retter seg mot alle. Det er laget korte opplysningsfilmer og lengre opptak av forelesninger som er delt på TIPS Innlandet sin vimeo konto og facebook.

Stedlige TIPS nettverksmøter har blitt digitalisert og heter TIPS aktuelt. Målgruppe er helsepersonell. Alle digitale forelesninger deles av www.kompetansebroen.no, de andre TIPS tilbudene i HSØ og TIPS Sør-Øst. Vi ser også at ytterligere organisasjoner deler TIPS Innlandet sine faglige tilbud i sine organer. Tema for TIPS aktuelt har vært «Selvforstyrrelser. Hva er det og hvordan påvirker det personen?»

Årets pårørendenettverk ble utvidet til å inkludere flere ansatte som har ulikt engasjement inn i pårørendesamarbeidet i divisjonen. Hensikten er i større grad å vite mer om hvilke tilbud som finnes i divisjonens avdelinger og enheter, og på den måten kunne samarbeide bedre om pårørendesamarbeid generelt og spesielt.

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

Det er gjennomført antistigma Digital Uke for elever i videregående skoler, og TIPS Innlandet har opprettet Instagram konto med den hensikt å gi ungdom innsyn i hvordan hverdagen er på en sengepost.

TIPS konsulenten er prosjektleder sammen med prosjektleder ved TIPS Sør-Øst om å lede innovasjonsprosjektet «Kompetansetreet for tidlig oppdagelse og behandling ved psykose», og deltar i arbeidsgruppen med utprøving og implementering av pårørendeprogrammet REACT. TIPS konsulenten er i gang med å publisere artikkel om VR-basert simulering som metode for ferdighetstrening.

Implementering og forbedring

SI DPH har en pågående satsning om økt implementeringskompetanse. TIPS konsulenten er trukket inn i en arbeidsgruppe som skal utarbeide forslag til videre kompetansebygging i divisjonen. Arbeidet sammenfaller med implementeringsarbeidet som til enhver tid pågår i forhold til TIPS.

Sykehuset i Vestfold

TIPS Vestfold består av psykiatrisk sykepleier, overlege (ca 10 %) og TIPS Sør-Øst-konsulent. TIPS Vestfold er et tidlig oppdagelsesteam som drifter en TIPS-telefon som innebærer lav terskel, lett tilgang til tidlig, rask og kompetent utredning og behandling. I tillegg formidler vi kunnskap om psykiske lidelser og viktigheten av tidlig oppdagelse og behandling, reduksjon av stigma og hvor søke hjelp til befolkningen generelt, skoler og fagpersoner innen primær- og spesialisthelsetjenesten i vårt sykehusområde.

Nettverksarbeid

TIPS-nettverket hadde en samling for TIPS-kontakter 22. januar der temaet var «Trenger vi tidlig intervensjon» med innlegg fra fagperson fra TIPS Sør-Øst om bakgrunn og innhold i tidlig intervensjon,

innlegg fra TIPS Vestfold om tidlig oppdagelsesarbeidet og drøfting om hvordan utvikle tidlig intervensjonstiltak på tvers av avdelinger og seksjoner i klinikk psykisk helse og avhengighet (KPA). 17. november arrangerte vi en digital halvdagssamling for TIPS-kontakter og interesserte fagpersoner fra KPA. Temaet var «Psykose og autismespektrumforstyrrelser» og et samarbeid med TIPS-kontakt ved autismeavdelingen på Glenne, som også tilbyr regionale tjenester i Helse Sør-Øst. Psykologspesialist fra Nasjonal Kompetansetjeneste for psykisk utviklingshemming og psykisk helse (NKUP), foreleste om psykose og autismespektrumforstyrrelser; forekomst, etiologi, symptomer, utredning/diagnostikk, komorbiditet/differensialdiagnostikk, behandling/tiltak. Det ble fra lokalt hold lagt frem en kasuistikk med påfølgende paneldrøfting med deltakere fra psykosefeltet i voksenpsykiatri, BUP, Glenne og NKUP. TIPS-nettverkssamling og fagdag om psykoselidelser og selvmordsforebygging som var planlagt 31. mars, ble dessverre avlyst på grunn av restriksjoner knyttet til smittevern og Covid 19. Utenom nettverkssamlinger har kontakt med TIPS-kontaktene vært opprettholdt via lokale «Nyhetsbrev» med informasjon og deling av aktuelle artikler og kurs / webinar.

Psykoedukativt familiesamarbeid

Nettverk for psykoedukativt familiesamarbeid (PEF) har hatt en samling i 2020 som har foregått digitalt. Planlagt samling i juni ble utsatt til september. Tema for samlingen, i tillegg til runde med statusrapport fra de ulike seksjonene, erfaringer med ny metodebok, utfordringer med å drive PEF i «stramme tider», orientering om status for pilotprosjekt med bruk av klinisk simulering i veiledning PEF-gruppeledere og orientering om REACT-NOR.

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

Kurs, undervisning, informasjonsarbeid

TIPS har arrangert to kurs i bruk av PANSS/SCI-PANSS i 2020. Et i juni og et i september, begge med fysisk oppmøte. Til sammen 56 deltakere som i all hovedsak var ansatte ved Sykehuset i Vestfold. Kursholder var lokal «PANSS-ansvarlig» ved DPS Vestfold.

Frem til medio mars 2020 da Norge og vår region ble preget av koronapandemi og smittevernrestriksjoner, fortsatte vi med den utadrettede virksomheten vår til videregående skoler i tidligere Vestfold fylke. Vi hadde regelmessige, månedlige «stands» på 8 ulike videregående skoler, der vi traff elever til uformelle samtaler om psykisk helse, hva de kan gjøre hvis de er bekymret for seg selv eller noen de kjenner, være en #psyktgodvenn. I tillegg delte vi ut brosjyremateriell, postere, penner m.m. og informerte om aktuelle nettsteder og kontoer på sosiale medier med oppfordring til å følge dem. Vi hadde også undervisning til lærere, rådgivere, miljøarbeidere og helsesykepleiere om psykisk helse, psykisk lidelse, viktigheten av tidlig hjelp, hvor søke hjelp og hvordan være en #psyktgodvenn. Etter mars 2020 har vi opprettholdt kontakt med helsesykepleiere ved de videregående skolene med «Nyhetsbrev» via e-post.

TIPS har vært involvert i undervisning om tidlig oppdagelse og behandling av alvorlig psykisk lidelse ved noen seksjoner i vår klinikk. I tillegg har vi undervist LIS-leger i voksenpsykiatri over flere ganger om samme tema.

TIPS er også involvert i kurs for pårørende til personer med psykoselidelser. Disse kursene arrangeres hvert semester, går over fem kvelder og er åpne for alle som ønsker å delta. I 2020 arrangerte vi kurs både med fysisk oppmøte og senere digitalt på grunn av koronapandemien.

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

Sykehuset Østfold

TIPS Østfold består av psykiater, to spesialsykepleiere TIPS Sør-Øst konsulent.

TIPS Østfold har et tidlig oppdager-fokus 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.

Til tross for koronapandemien har TIPS Østfold opprettholdt tilnærmet normal drift og på noen områder har vi økt aktiviteten på grunn av omstilling til digitale løsninger.

Kurs

TIPS-teamet holder og bidrar ved flere kurs og fagdager:

- Gruppelederkurs i psykoedukativt familiesamarbeid (lokalt, BPS-prosjektet og TIPS Sør-Øst)
- Psykoseforståelse
- Kommunikasjonskurs
- LIS-undervisning
- Undervisning for Høgskolen i Østfold, Fagskolen og VID
- Undervisning Psykose/Utredning AAT i Østfold
- Undervisning BUPP
- PANSS Kurs to ganger i året
- PEF oppfriskningsseminar lokalt og BPS
- Veiledning psykoseteam DPS (faste møter)
- CBT for TIPS SØ (REACT) to ganger i året
- Pårørendeseminar to ganger i året i samarbeid med LPP, pårørendesenteret, pasient og brukerombudet
- Undervisning for NAV: involvering av pårørende
- Fagdag for psykosennettverket i Trøndelag
- TIPS aktuelt, Sykehuset Innlandet
- Regional nettverkssamling for TIPS-miljøene
- Internundervisning for andre HF i Helse Sør-Øst
- Kurs/opplæring for kursholdere i veiledning/undervisning PEF-kurs
- Nasjonal nettverkskonferanse for psykoedukativt familiesamarbeid
- PEF-kurs (psykoedukativt familiesamarbeid)
 - Vinderen (BPS)
 - Vestre Viken (BPS)

- Vestfold (BPS)
- Groruddalen (BPS)
- Vestmar, Stathelle og Telemark (BPS)
- BUP Møre- og Romsdal
- Bergen og Vestfold

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 i utredningsarbeidet og behandling. I tillegg er det noen pasienter som følges opp direkte av TIPS-teamet med utredning og behandling (CBT og PEF). Utredning av innmeldte til TIPS-telefonen har økt fra 38 i 2020, som var meget lavt, til 69 i 2021.

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 flere PEF (Psykoedukativt familiesamarbeid)-kurs, veileder i PEF fortløpende, holder oppfriskningsseminar på PEF metode. SIM har utgått pga pandemien. TIPS Østfold bistår andre helseforetak både i Helse Sør-Øst og ellers i landet på vegne av TIPS Sør-Øst. TIPS Østfold driver PEF-grupper, både egne og i samarbeid med BUP, DPS og kommuner. Vi gir også et tilbud til pårørende med REACT-veiledning. Vi bistår også i implementeringsarbeidet i spesialisthelsetjenesten og i kommunene i Østfold.

TIPS Østfold har laget flere PEF-filmer; demonstrasjon av metoden, til bruk i undervisning og veiledning.

Bedre pårørendesamarbeid (BPS)

TIPS Østfold er en av samarbeidspartnerne 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. Hovedmålet med dette prosjektet er å bedre samarbeidet mellom pårørende, brukere og de profesjonelle, og slik bedre den psykososiale helsen til brukerne og pårørende, samt kvaliteten på tjenestene. TIPS Østfold bidrar med opplæring, veiledning og oppfriskning av PEF i samarbeid med TIPS Sør-Øst.

<https://www.med.uio.no/helsam/forskning/prosjekter/paorendesamarbeid-ved-alvorlige-psykiske-probleme/>

REACT (Relatives Education And Coping Toolcit) har vært en viktig satsning for TIPS Østfold grunnet smittevernsrestriksjoner som har preget drift og oppfølging av pårørende. Vi erfarer at digitale verktøy er viktig og nødvendig for å opprettholde oppfølging av pårørende. Vi ser at 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, veileder på metoden til behandlere fra Østfold, Oslo, Trøndelag, Møre- og Romsdal og Nordland.

Konferanser

TIPS Østfold har bidratt på følgende konferanser i 2021

- ISPS 12. februar
- Nasjonal nettverkskonferanse for psykoedukativt familiesamarbeid 25. oktober

Annet

- Laget tiltakskort på psykiatriske utfordringer for somatisk avdeling ved utsatte operasjoner
- Hospitering B&U psyk Oslo/Mortensrud

Akershus universitetssykehus

TIPS arbeidet ved Ahus har vært preget av Covid-19 pandemien og omorganisering. Aktiviteten for TIPS-konsulenten har i 2021 har primært bestått i veiledningsstøtte ved oppbygging av TIPS team på Grorud DPS og organiseringsarbeid. Det har vært vanskelig å sette av tid til TIPS-arbeid, da pandemien har gitt økt antall sykmeldte spesialister.

TIPS i Ahus

Grorud DPS har i løpet av 2021 startet ett TIPS team, med nyansatt leder og spesialist som skulle arbeide dels i FACT og dels i TIPS. Organisatoriske utfordringer gjorde imidlertid at TIPS-arbeidet ble satt på pause, da FACT pasientene krevde mer kapasitet enn ventet. Arbeidet med å revitalisere TIPS nettverket har fortsatt. Det har vært stor utskifting av TIPS kontakter i TIPS nettverket ved sykehuset. Organisering av felles TIPS telefon er forsinket på grunn av en del omstrukturering i helseforetaket samt i forbindelse med pandemien.

Undervisning og prosjektarbeid

Nes kommune er per 01.01.21 lagt under Kongsvinger DPS. Det var i løpet av 2021 planlagt undervisning om psykose og vekten av tidlig intervensjon på Kongsvinger DPS som ble avlyst grunnet Covid-19 smitte. I tillegg er TIPS involvert i webbasert pårørendearbeid i REACT prosjektet ved TIPS Sør- Øst, og webkurs i psykoedukativt familiearbeid er forestående tiltak ved Groruddalen DPS. Pågående forskningsaktivitet gjennom det nasjonale psykoseprosjektet «Bedre Psykosebehandling» fortsettes i samme omfang som tidligere år.

Den pågående endringsprosessen i TIPS organiseringen ved Akershus universitetssykehus vektlegges således fortsatt tungt og videre samarbeides sentralt og lokalt kontinueres. Det er fortsatt den overordnede målsetningen for TIPS Ahus at det skal bli lettere for pasienter å komme til spesialisthelsetjenesten uansett bostedsadresse i sektoren.

Sykehuset Telemark

TIP Telemark – organisering og drift

Teamet i Telemark, TIP (Tidlig intervensjonspoliklinikken) med målgruppe «nysyke» med psykoseutvikling/lidelse i alderen 15-30 år, har bestått i sin helhet siden forrige årsmelding. Det består av tre behandlere (en psykolog, en overlege og psykologspesialist/TIPS konsulent) og der

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

I mai 2021 ble en planlagt omorganisering realisert i form av ny avdeling og seksjon (Avdeling for polikliniske tjenester innen psykose og TSB, med hhv. Seksjon for poliklinikk psykose og Seksjon for poliklinikk TSB), med dertil nye ledere. I kjølvannet av dette ble det satt i gang et ansattdrevet forbedringsarbeid med ulike prosessorienterte arbeidsgrupper, der konsulenten bidro aktivt inn i en av gruppene for å ivareta fokus på tidlig intervensjon og nysyke med psykoselidelse. Dette arbeidet har tatt mye tid og er fortsatt ikke avsluttet. Det vil bli en videre prosess i forbedringsarbeidet i 2022.

Deltakelsen i arbeidsgruppen har så langt ført til at ledelsen nå utlyser en psykologspesialist stilling til i seksjonen, med henblikk på utvidelse av TIP. I en stor seksjon der man har tenkt at mye skal være likt, så har konsulenten 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.

Arbeidsgruppene har også medført en økt bevisstgjøring rundt utredningskompetanse generelt i seksjonen, der seksjonsleder nylig har sendt ut tilbud om opplæringskurs i kliniske intervjuer (i første omgang SCI-PANSS). Videre har det blitt løftet frem et ønske om å styrke seksjonens kompetanse på traumebehandling. Det har derfor blant annet blitt sendt ut tilbud om EMDR-utdanning.

TIP-seminar 2021

Den 21. oktober arrangerte TIPS-konsulenten, i samarbeid med egen Fagavdeling og TIPS Sør-Øst, «TIP-seminaret» for andre 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 TIPS Stavanger. Temaene var moderne psykoseforståelse – fra hjernelidelse til stresslidelse, affektlabilitet på tvers av diagnoser – risikofaktorer og differensialdiagnostikk og psykose, emosjonsreguleringssvikt og selvdestruktivitet. Konsulenten åpnet seminaret med både å informere om TIPS Sør-Øst og TIPS (eget team) målgruppe og tilbud. Seminaret var fulltegnet med rundt 100 deltakere, hovedsakelig fra eget foretak, men også noen fra andre foretak og samarbeidspartnere i 1.linjen. Temaene engasjerte både under (paneldebatt) og etter seminaret, og det fikk en flott omtale i Nyhetsbrevet til TIPS Sør-Øst. 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

TIPS Sør-Øst konsulent har deltatt på samlinger i fagnettverket for psykoedukativ familiebehandling i Telemark. Videre har hun deltatt i møte med ledelsen ang implementering av denne metoden i alle seksjoner. Dette har medført at klinikkledelsen har frikjøpt en spesialsykepleier i 20% stilling for å jobbe

spesifikt med å styrke implementeringen av tilbudet i klinikken. TIPS Sør-Øst har bistått/bistår med opplæring. Veiledningsgrupper driftes lokalt.

Konsulenten har gjennomført REACT-NOR kurs og bidratt til at kollegaene i TIP også har gjennomført opplæringen, samt startet å tilby denne pårørendeoppfølgingen, som et supplement til tilbudet om PEF. Denne metoden har også blitt aktivt reklamert for via undervisning og møter i klinikken. Konsulenten deltar fortsatt i REACT-NOR veiledningsgruppe for Sørlandet, Vestfold og Telemark. Har også bidratt med data til forskningsprosjektet knyttet til implementeringen av REACT-NOR i Helse Sør-Øst, som TIPS Sør-Øst leder.

Det har blitt gitt veiledning for behandlere internt i klinikken om utredning og behandling hos pasienter med psykoselidelser, både regelmessig og uregelmessig. Dette arbeidet, sammen med henvendelser for drøfting av overføring/henvisning, har konsulenten 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.

Vi har regelmessige samarbeidsmøter med jobbmestrende oppfølging ved GREP, som er et tilbud i samarbeid med NAV og TIP/STHF.

Konsulenten har bidratt i undervisningen ved SEPREP-utdannelsen med fokus på tidlig intervensjon ved psykose og om egen drift i TIP ved STHF.

Det har blitt gjennomført et felles møte med ledelsen i TIPS Sør-Øst og egen ledelse (avdelingsleder og seksjonsleder), med mål om å forankre TIPS Sør-Øst samarbeidet hos egen ledelse. Konsulentens handlingsplan har blitt delt.

Arbeidet med å etablere et behandlingstilbud for søvnvansker hos pasienter med psykoselidelse er pågående. Deltakelse på inspirasjonskonferansen i regi av Norsk kognitiv forening med tema «Søvn og psykose» i oktober 2021, var et nyttig steg videre i prosessen.

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.

Sørlandet Sykehus

I Sørlandet Sykehus har TIPS konsulentfunksjonen av ulike grunner vært «sovende» noen år.

Det har fra våren 2019 vært en prosess mellom DPS Østre Agder og TIPS Sør-Øst med uformell kontakt. Formelt ble det opprettet en stilling som TIPS Konsulent fra mai 2021. Stillingen er på 20% men det er et ønske å få utvidet denne til 100%. TIPS konsulentfunksjonen ligger i FACT Ungteam Østre Agder og organiseres via DPS Østre Agder. FACT Ung teamet er en videreføring og utvidelse av FACT Nysyke teamet og vil ha en sentral rolle i tidlig intervensjonsarbeidet i Østre Agder. Plasseringen i dette teamet er således gunstig i en oppbyggingsfase av TIPS konsulentfunksjonen. TIPS konsulentfunksjonen skal egentlig omfatte hele Sørlandet Sykehus, og målet på sikt er å styrke arbeidet med tidlig oppdagelse og behandling av psykose i hele fylket.

TIPS konsulenten er ansatt i 100% stilling i FACT Ung Østre Agder. 20% som TIPS konsulent og 80% er klinisk jobbing i FACT Ung team.

TIPS konsulenten har opprettet god kontakt med de andre TIPS konsulentene i TIPS Sørøst. Har også vært med på flere nettverkssamlinger.

Kick off i FACT Ung

FACT Ung er et nytt team som er under oppbygging. Det var kick offsamling mai -21. Det var bl.a. forelesing fra overlege i TIPS ung. Leder fra ABUP, Arendal Kommune og DPS Østre Agder var tilstede.

Helsesykepleiere

Formålet er å styrke tidligoppdagelse og få oversikt over helsesykepleiere på videregående skoler. Siden TIPS konsulentstillingen er på 20%, har jeg startet med Arendal Kommune som har flest innbyggere i tidl. Aust Agder. Det er blitt gjennomført et «bli kjent» møte med alle helsesykepleiere i videregående skoler i Arendal og delt relevant info om tidlig oppdagelse. Alle viste engasjement og så på kontakten som veldig viktig.

Videreføring av informasjon

TIPS konsulenten har opprettet god kontakt med Enhet 2.1. for førstegangpsykose i Kristiansand. Videre sender mye relevant informasjon via mail. I tillegg er det kontakt med ABUP der også relevant informasjon videresendes.

TIPS konsulenten har også brukt tid på utforming av brosjyrer.

Styrke familiearbeidet - Opplæring i REACT

To ansatte i FACT Ung, inkludert TIPS konsulenten har vært gjennom opplæring i REACT. Dette blir benyttet til pårørende til pasienter i FACT Ung teamet. REACT er en flott verktøykasse og tilbakemeldingene er gode.

Arbeidsgruppe førstegangpsykose

Sørlandet Sykehus, klinikk for psykisk helse, bygger nytt sykehus som er ferdig 2023. I den forbindelse skal det lages funksjonsbeskrivelse for førstegangpsykose.

TIPS konsulenten ble innlemmet i arbeidsgruppe ang. Enhet 2.1 (førstegangpsykose) i Kristiansand. Her var det mye fokus på tidligintervensjon ved psykose. TIPS konsulenten kom med mange innspill. Dette kan være en unik mulighet slik at fokuset på TIPS sendes videre opp i systemet.

Om TIPS Sør-Øst

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

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

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

www.tips-kompetansesenter.no



TIPS Sør-Øst
Regional kompetansetjeneste
for tidlig intervensjon ved psykose