



Såkaldte sociale henvisninger nyder stor popularitet i det engelske sundhedssystem. Henvisningerne kan blandt andet være til sociale aktiviteter som kortspilklubber. Foto: Bea Vallejo/unsplash

En særlig sundhedsordning har givet gode resultater i England. Nu prøves den af i Danmark

I England investeres der i disse år massivt i såkaldt social prescribing, og de gode erfaringer taler for sig selv. Fællesskab løfter en stor gruppe socialt udsatte borgere ud af ensomhed, giver hjælp til selvhjælp hos kronisk syge og letter presset på et i forvejen hårdt presset sundhedssystem. Nu afprøves modellen på dansk jord – og foreløbig tegner resultaterne lovende.

TENDENS Kiri Kim Lassen Jensen

Når man føler sig sløj, går man til sin praktiserende læge. Her bliver man undersøgt, og på baggrund af symptomerne og sygdomsforløbet stilles en diagnose. Derefter sætter lægen sin krusedulle på en recept på medicin, der vil gøre borgeren rask, og så er den potte forhåbentlig ude. Men i nogle tilfælde er det mere kompliceret end som så.

»Nogle gange er sygdomstegnene og smerterne så diffuse, at det i virkeligheden handler om noget andet. At der er nogle andre omstændigheder i borgerens liv, som skal rettes op, for at borgeren kan få det godt igen. Menneskeliv er komplekse, men vores sundhedsvæsen har tradition for kun at se på den biologiske del af helbredet og ikke hele mennesket bag, og det betyder, at borgeren ikke altid får den rette hjælp til at få det godt igen,« siger Ulla Toft, der er professor og afdelingschef ved Steno Diabetes Center Copenhagen – og samtidig en af fortalere for en ny måde at håndtere mennesker i sundhedsvæsenet på. En metode,

der lige nu viser lovende resultater på de britiske øer: såkaldte sociale henvisninger.

»Tager man for eksempel ensomhed og social isolation. Det kan man ikke bare udskrive en pille mod, selvom forskningen taler sit tydelige sprog. Langvarig svær ensomhed gør alvorlig skade på helbredet, både psykisk og fysisk, og kan føre til sygdom og for tidlig død. Men noget tyder på, at sociale henvisninger gør en positiv forskel,« siger professor Ulla Toft.

Fra rickshaws til vandrekubber

I Sydhavnen og på Vesterbro i København har man siden sommeren 2024 gjort tingene på denne lidt anderledes facon. Her går borgerne godt nok stadig til egen læge, når helbredet skranter, men lægerne er nu særlig opmærksomme på, om personen i stolen over for mangler overskud til at klare hverdagen, føler sig isoleret eller har svært ved at deltage i fællesskaber.

Det kan være, fordi de er langtidssygemeldte, føler sig ensomme eller lider af en kronisk sygdom eller et handicap og derfor ikke har overskud til at yde egenomsorg i tilstrækkelig grad. I disse tilfælde lader lægen receptblokken ligge i traditionel forstand.

I stedet sender lægen en elektronisk henvisning til en brobygger ved Projekt Social Henvisning Vesterbro-Sydhavnen. Herefter går arbejdet i gang med at finde et passende fællesskab, aktivitet eller tilbud, som borgeren kan blive en del af, og forhåbentlig på den længere bane også kan hjælpe vedkommende med at finde sig bedre tilpas i tilværelsen.

»Det er vigtigt at forstå, at det her ikke er en pakkeløsning, hvor vi uden videre kan putte borgerne i de samme kasser. Det er et skræddersyet forløb, som både tager tid til at tale med borgeren og spore sig ind på, hvilke ønsker og behov der er, og som kræver et overblik over, hvilke både civile og kommunale tilbud med fokus på enten motion,



Ulla Toft er professor og afdelingschef ved Afdeling for Forebyggelse, Sundhedsfremme og Samfund under Steno Diabetes Center Copenhagen. Foto: PR

kost eller fællesskab der findes i lokalområdet, som borgeren kunne få gavn af,« forklarer Claus Rendtorff.

Han er speciallæge i almen medicin og medlem af projektledelsen for pilotprojektet, som er blevet til i et samarbejde mellem de praktiserende læger i Sydhavn-Vesterbro, Ældre Sagen og Frivilligcenter VSV med økonomisk støtte fra en række donorer, blandt andre TrygFonden, Social- og Boligstyrelsen og Novo Nordisk Fonden.

Fællesskaber blomstrer

Per dags dato har 170 borgere over 18 år fået udskrevet fællesskab på recept gennem projektet, og præcis ligesom mennesker er forskellige, har det også vist sig at være vidt forskellige aktiviteter, som brobyggerne efter samtaler med borgeren har måttet trække op af skuffen.

»For eksempel havde vi fire ældre kvinder, der alle var fysisk udfordret af enten kronisk sygdom eller handicap og derfor ikke passede ind i andre motionsgrupper, men ville få det bedre med regelmæssig motion. De blev hjulpet i gang med at danne en vandregruppe sammen med en af brobyggerne i projektet. De mødes nu og vandrer sammen et par gange om måneden,« siger Claus Rendtorff.

Det kan også være, at en borger er god til at bruge hænderne, og så bliver han eller hun tilbudt at komme ned i et af værkstederne i det gamle posthus, hvor man både kan strikke og arbejde med træ. For dem, der skal have hjælp til at komme i gang med at bevæge sig mere, kan projektet Cykling Uden Alder være svaret. Her cykler frivillige borgere fra for eksempel plejehjem rundt i rickshaws. Frisk luft, motion i naturskønne områder og fællesskab – tre i en.

»Vi har også henvist kronisk syge med risiko for at udvikle svær ensomhed til Sydhavns Compagniet. Her bliver de både en del af et fællesskab, og for et lille beløb kan de købe et sundt og nærende måltid mad i stedet for at sidde derhjemme alene og spise frysepizza igen,« siger Claus Rendtorff.

Forebyggende og helbredende indsats

Filosofien bag sociale henvisninger er kort og godt, at alle mennesker har brug for at være en del af et fællesskab, og det gavner mærkbart vores sundhed at være sammen med andre. På den måde kan fællesskab både være forebyggende og afgørende for, at borgeren får bedre helbred, sin sygdom under kontrol og oplever mening med tilværelsen.

Selvom projektet endnu er for ungt til, at forskerne på Hvidovre Hospital, der følger projektet, kan måle de direkte konsekvenser af indsatsen, er der allerede nu små tegn, der peger i den rigtige retning.

»Vi har syv borgere, der af den ene eller anden grund blev henvist til et fællesskab, til nu at have meldt sig som frivillig og være noget for andre. Den ene kører for eksempel andre medborgere rundt i den føromtalt rickshaw. Det må man sige er en succes,« siger Claus Rendtorff.

Skeler man derimod til England, har det britiske sundhedssystem, NHS England, de sidste ti år udskrevet sociale henvisninger, og her taler statistikkerne sit tydelige sprog. Siden 2019 er 2,7 millioner briter blevet henvist til fællesskab på recept, og blandt de mest hyppige britiske svingdørspatienter ses der et fald i antallet af indlæggelser, færre

konsultationer og færre besøg på skadestuen. Derfor har NHS England netop investeret 500 millioner pund i ordningen, og planen er at tredoble antallet af link workers – på dansk brobyggere – over de næste 15 år.

En god forretning

Spørger man professor Ulla Toft, er det tilmed en god forretning. Hun har selv besøgt England for at lære mere om systemet og har set, hvordan indsatsen både hjælper den enkelte, styrker lokalsamfundet og i sidste ende reducerer det massive pres på sundhedssystemet.

»Ved at være proaktiv og tilbyde en mere helhedsorienteret indsats for at håndtere sociale faktorer, der påvirker helbredet, i stedet for kun at symptombehandle, vil man kunne mindske presset på sundhedsvæsenet. Især fra den voksende gruppe ældre, der er i risiko for at udvikle kroniske sygdomme og ensomhed, og som allerede nu koster mange penge. Hvis det lykkes at tage de ikke-medicinske udfordringer i opløbet, kan sociale henvisninger være både sygdomsforebyggende og helbredende. En mønt med to sider,« siger hun og konkluderer:

»Vi mangler stadig de danske tal, men potentialet er der helt bestemt.«

Tal fra England viser da også, at for hvert pund investeret i sociale henvisninger sparer sundhedsvæsenet mellem £2,14 og £8,56. Det er kort sagt en god forretning, mener speciallæge Claus Rendtorff. Derfor håber han også, at det bliver muligt at finde flere penge til ordningen i Danmark.

»Som det er nu, har vi kun fondsmidler frem til første måned af 2027, og det er super ærgerligt, hvis vi ikke kan køre videre, nu hvor vi for alvor er ved at finde fodfæste. I sidste ende er det ikke kun de udsatte borgere, vi hjælper. Vi styrker også lokalsamfundet og fungerer som paraply for alle de her små civile fællesskabstilbud, der tidligere ikke har snakket sammen. Så på alle fronter er fællesskab på recept givende, når det bliver gjort professionelt.«



På alle fronter er fællesskab på recept givende, når det bliver gjort professionelt.

CLAUS RENDTORFF,

Speciallæge i almen medicin og medlem af projektledelsen i Projekt Social Henvisning Vesterbro-Sydhavnen