

Populärvetenskaplig sammanfattning för projekt finansierat av Ekhagastiftelsen

Populärvetenskaplig sammanfattning ska lämnas inom 2 månader efter anslag har beviljats.

Diarienummer:	2007 - 41
Projekttitel:	Energiskolan i Bohuslän – en integrativ behandlingsmetod vid stressrelaterad psykisk ohälsa
Anslagsmottagare:	Tina Arvidsdotter Mellberg 306 454 94 Brastad
Projektledare/Kontaktperson:	Tina Arvidsdotter
Projektstart:	2007-10-01
Projektslut:	2010-11-01
Totalt av Ekhagastiftelsen beviljade medel:	Planeringsbidrag 150.000:-

Sammanfattning: (max 150 ord)

Enligt sjukfallskartläggningen i Västra Götaland utförd den 1 oktober 2006 så står den psykiska ohälsan för cirka 38 procent av samtliga sjukfall. Cirka 650 000 människor intar varje dag psykofarmaka varav 500 000 intar antidepressiva. För att sänka den psykiska ohälsan kan komplementärmedicinska behandlingsalternativ, så kallad integrativ vård, vara en möjlighet att utveckla den vård som ges idag.

Syftet med projektet är att pröva och utvärdera effekterna av Energiskolan i Bohusläns psykosomatiska behandlingsmetod med kognitiv inriktning vid stressrelaterad psykisk ohälsa. Metoden är byggd på den legitimerade sjuksköterskans yrkesansvar utifrån ett helhetsperspektiv. Fokus är att stärka människors inneboende förmåga till självläkning.

Rehabiliteringstiden är 24 veckor med integrativ vård och omfattar;

- individuella sessioner med motiverande och stödjande samtal integrerat med kroppsterapi
- gruppträffar med kunskapsinriktade tema och existentiella samtal
- självstärkande egenvårdsmetoder

Resultatet kommer att utvärderas dels genom självskattade frågeformulär, dels genom halvstrukturerade intervjuer. Behandlingsmetodens effekter förväntas resultera i främjad Livskvalité och ökad Arbetsförmåga hos deltagarna