

## Bakgrund

Inom rättspsykiatrin möter vi patienter med komplexa vårdbehov, ofta med lång vårdtid och diagnoser såsom schizofreni eller andra psykosjukdomar. Enligt Socialstyrelsens nationella riktlinjer rekommenderas psykoedukativa insatser som en viktig del av behandlingen för denna patientgrupp.

**Illness Management and Recovery (IMR)** är ett evidensbaserat program som syftar till att stärka individens kunskap om sin sjukdom, förbättra förmågan att hantera symtom samt främja återhämtning. Programmet har utvecklats i USA och har visat goda resultat både inom öppenvård och slutenvård. Eftersom vi saknade ett strukturerat arbetssätt för att möta dessa behov, fattades beslut om att införa IMR i vår verksamhet.

## Syfte

Syftet med att implementera IMR på vår rättspsykiatriska avdelning var att erbjuda ett strukturerat och individanpassat stöd för i första hand patienter med psykosjukdom. Genom programmet ville vi:

- Öka patientens förståelse för sin diagnos och behandling
- Stärka deras förmåga att hantera symtom och stress i vardagen
- Främja hopp, motivation och delaktighet i den egna återhämtningsprocessen
- Skapa en mer aktiv vårdmiljö där patientens mål står i centrum

## Metod

**IMR-programmet (Illness Management and Recovery)** består av elva moduler som behandlar centrala teman inom psykisk hälsa och återhämtning. Dessa teman inkluderar bland annat strategier för återhämtning, läkemedelshantering, stresshantering, utveckling av sociala färdigheter, fysisk och psykisk hälsa samt metoder för att hantera problem och psykiska besvär. Programmet kan genomföras både individuellt och i grupp, vilket ger flexibilitet att anpassa insatsen efter patientens behov och förutsättningar. De elva modulerna omfattar totalt cirka 40 sessioner, där varje session är en timme lång och hålls en gång i veckan. Denna struktur möjliggör ett kontinuerligt och långsiktigt stöd i patientens återhämtningsprocess.

För att implementera programmet på ett effektivt sätt utbildades en majoritet av personalgruppen i IMR-metodiken. Syftet med utbildningen var att säkerställa att personalen hade tillräcklig kompetens för att kunna genomföra programmet tillsammans med de patienter de var kontaktpersoner för. Genom denna satsning skapades goda förutsättningar för att integrera IMR som en del av det ordinarie behandlingsarbetet.

## Konklusion

Sammanfattningsvis ser vi att IMR-programmet har goda förutsättningar att bidra till ökad kunskap och insikt hos de patienter vi vårdar, samt till att förbättra både vårdrelationen och patientens delaktighet i sin behandling. Genom att erbjuda ett strukturerat och återhämtningsinriktat stöd kan IMR fungera som ett värdefullt komplement till den medicinska och psykologiska behandlingen inom rättspsykiatrin. En viktig lärdom från införandet är vikten av att det finns ett tydligt stöd från chef och ledning vid implementeringen. För att programmet ska kunna genomföras enligt plan krävs att personalen ges möjlighet att hålla sessionerna regelbundet och att IMR integreras i det dagliga vårdarbetet. Ett långsiktigt engagemang från hela verksamheten är avgörande för att skapa kontinuitet och kvalitet i insatsen.

Nästa steg i utvecklingen är att undersöka möjligheten att erbjuda IMR i gruppformat, som ett alternativ eller komplement till individuella sessioner. Vi tror att gruppbaserat arbete kan ge patienter möjlighet att dela erfarenheter, känna igen sig i andras berättelser och få nya perspektiv på många av programmets teman. Det kan också bidra till ökad samhörighet och stärkt motivation i återhämtningsprocessen.

## Resultat/Förväntat resultat

Även om IMR-programmet fortfarande är relativt nytt hos oss och all personal ännu inte har genomgått utbildning, ser vi redan positiva tendenser. Flera patienter som har deltagit uttrycker en ökad förståelse för sin sjukdom, större motivation att engagera sig i vården och upplever programmet som meningsfullt. Programmet bidrar till en mer strukturerad och engagerande vårdmiljö, där patientens mål och återhämtning står i centrum. Det skapar även en gemensam grund för samtal mellan patient och personal, vilket stärker relationen och främjar samarbete i vården.

På sikt förväntar vi oss:

- Förbättrad symtomhantering och minskad risk för återfall
- Ökad delaktighet i vårdplanering
- Förbättrad livskvalitet och återhämtningsförmåga
- Minskad användning av tvångsåtgärder och stärkt allians mellan patient och personal