

## Årsmelding 2020

### 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
Ny strategi 2020 – 2022 .....	5
Organisasjon og bemanning 2020.....	5
Bemanning.....	5
TIPS-konsulenter .....	6
Implementering.....	6
Styringsinstanser, nettverk og samarbeid.....	7
Referansegruppe .....	7
Idépanel.....	7
Regionalt TIPS-nettverk.....	7
Nasjonalt TIPS-nettverk.....	8
Forskningsnettverk.....	8
Nasjonalt nettverk – psykoedukativt familiesamarbeid .....	8
Spredningstall for 2020 .....	8
Undervisning og forskningsformidling: Hovedaktiviteter i 2020 .....	9
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. ....	10
Veiledning.....	10
Undervisning mot høyskole og universitet.....	10
Synlighet og digitale tjenester: Hovedsatsinger 2020.....	10
Forskning og fagutvikling: Hovedaktiviteter 2020.....	13
iTandem – et digitalt samhandlingsverktøy .....	13
REACT-NOR: Relatives Education and Coping Toolkit - Norway - akutthjelp under pandemien .....	14
Kompetansetreet for tidlig oppdagelse og behandling ved psykose (Fase 0).....	14
TIPS-tjenesten: Evaluering.....	15
Kartlegging av nettvaner hos unge nysyke.....	15
Recovery, wellbeing og stigma ved psykoselidelse: Betydningen av tidlig intervensjon.....	16
Kreativ skriving .....	16
Fokus på søvn ved psykose.....	17
COPE psykose – bipolar .....	17

Ta vare 2020 – en nasjonal spørreundersøkelse til pårørende til personer med psykose eller bipolar lidelse. ....	18
Satsing på TIPS Oslo i 2020.....	18
Bedre pårørendesamarbeid ved psykose.....	18
Extreme challenges - Nasjonal kartlegging av pasienter med svært alvorlig selvskading og omfattende institusjonsbehandling .....	19
Alvorlig psykisk lidelse og affekter .....	19
Bipolarenhet ved Nydalen DPS - forskningsklinikk for pasienter med bipolar lidelse .....	20
Prospektiv studie om psykoserisiko og forstyrrelser i selvopplevelse .....	20
Vitenskapelige publikasjoner 2020 .....	20
Vitenskapelige publikasjoner 2020 .....	21
Lokalt arbeid i regionen: Hovedaktiviteter 2020.....	22
Vestre Viken: TIPS Asker.....	22
Vestre Viken: TIPS Drammen, Lier og Sande (i Holmestrand kommune) .....	23
Sykehuset Innlandet.....	25
Sykehuset i Vestfold .....	27
Sykehuset Østfold.....	28
Akershus universitetssykehus .....	30
Sykehuset Telemark .....	32

## Leder

### Kjære leser

Nå er 2020 over, et merkelig år på mange måter. Arbeidet ved TIPS Sør-Øst har vært svært påvirket av pandemien, på godt og vondt. Vi har lagt om alt arbeid for å kunne imøtekomme oppfordringen om å jobbe hjemmefra. Dette har resultert i en omlegging der all undervisning nå kjøres digitalt via Skype eller Helsenet. Vi har også klart å organisere og gjennomføre flere forskningsprosjekter fra våre ulike provisoriske kontorløsninger.

Det har vært en utfordrende tid, men jeg synes vi har kommet rustet ut av det. Den digitale kompetansen ved TIPS Sør-Øst er et resultat av en utrolig bratt læringskurve, og teamarbeidet har vært nøkkelen til suksessen. Det er krevende å undervise via nettbaserte løsninger og det er krevende å følge denne typen undervisning. God assistanse og høy kompetanse hos den gruppen som står for undervisningsopplegget er derfor viktig, og det mener jeg vi har tilegnet oss.

Videre vil jeg nevne de koronarelaterte studiene *TaVare* som rettet seg mot pårørende, og *COPE* som ble rettet mot personer med bipolar lidelse og psykose. Dette er viktige studier som sier noe om hvordan disse gruppene har hatt det under pandemien. Dette er viktig kunnskap for å være bedre forberedt neste gang en krise rammer som påvirker tjenestenes kapasitet i vesentlig grad. Kunnskap om hvordan en krise rammer gjør det lettere å treffe presist med tiltak. Resultatene fra disse studiene vil komme i løpet av 2021.

Videre vil jeg benytte sjansen til å trekke frem *REACT-NOR* som vi fikk satt på agendaen igjen da landet stengte ned i mars. Pandemien gjorde arbeidet rettet mot pårørende enda mer presserende. De ble sittende med et større ansvar enn tidligere på grunn av redusert kapasitet i helsetjenesten. Det har vært morsomt å se hvordan dette prosjektet har blomstret og hvordan kunnskapen har vært formidlet og mottatt. Vi håper dette prosjektet kan videreutvikles i løpet av året som kommer.

For oss som organisasjon, er kanskje det beste som har kommet ut av denne perioden at de nye prosjektene i kombinasjon med større bruk av videotjenester har brakt kompetansetjenestens mange satellitter nærmere hverandre. Jeg vil tørre å påstå at TIPS Sør-Øst med alle de ulike foretakene vi jobber med, aldri har jobbet så godt sammen som det vi gjør nå. «Nå jobber vi sammen, ikke bare med det samme!», kom det fra en av våre TIPS-konsulenter under et zoom-møte. Dette er en gledelig utvikling, og det merkes på stemningen og engasjementet. Det er så mye lettere å jobbe godt sammen når man «ser» hverandre jevnlig, selv om det kun er gjennom en skjerm. Vi gleder os til å ta dette med oss videre, også etter pandemien.

Når det gjelder hjemmekontor, er det likevel min klare oppfatning, at det duger på mange vis, men vi må også se hverandre ansikt til ansikt. For oss som sitter på Gaustad, er det helt klart et savn og ikke se hverandre, og vi håper det blir muligheter for et litt mer sosialt liv i 2021. Ikke for å fornærme noen, men jeg savner de dårlige vitsene rundt kaffemaskinen!

Mvh Kristin

## 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.

## Ny strategi 2020 – 2022

Det ble utarbeidet en ny strategi for TIPS Sør-Øst i 2020. Innsatsområder er tydeligere definert, sammen med strategiske mål og valg.

Vi vet at tidlig intervensjon (tidlig oppdagelse og behandling) er sentralt for forløp og bedring ved psykose, likevel mangler et godt tidlig intervensjonstilbud mange steder i landet. Vårt mandat er å understøtte implementering av kunnskapsbasert praksis i spesialisthelsetjenesten. Videre skal vi initiere forskning og innovasjon for å fremme oppdagelse, utredning, god behandling og oppfølging av pasienter med tidlig psykose og personer med risikotilstander.

Som en regional kompetansetjeneste skal vi utnytte potensialet som ligger i å kunne spre kunnskap på tvers av ulike HF ved hjelp av nettverksbygging. Dette skal bidra til utforming av likeverdige tilbud uavhengig av geografisk tilhørighet.

I perioden er vårt mål at TIPS Sør-Øst (TIPS SØ) skal fortsette å være en foretrukket ressurs og samarbeidspartner for å skape gode tjenester som ivaretar behovet for tidlig oppdagelse, god utredning og optimalisert, fasespesifikk behandling. For å nå dette målet, vil vi benytte oss av konkrete, kompetansehevende tiltak internt og eksternt, fungere som rådgivere i regionen, bedrive klinikknær forskning og fagutvikling, ha et tydelig fokus på tjenesteutvikling og være tett på de pasientgruppene vi arbeider for.

## Organisasjon og bemanning 2020

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 2020» 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 2020 var 11,4 millioner.

## Bemanning

I 2020 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/ spesialpsykepleier (50 % - 20 % fast og 30 % engasjement).

Alle faste stillinger i kjernen er besatt.

### **TIPS-konsulenter**

I 2020 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:**

I 2020 har Sørlandet fått tilbud om å etablere tettere samarbeid og inngå en avtale om TIPS-konsulent. Det har blitt utarbeidet samarbeidsavtaler, og vi venter at disse skal underskrives og iverksettes i løpet av 2021.

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 2020 har dette arbeidet vært videreført, og målet er å samle TIPS-arbeidet i Oslo sektor. Arbeidet videreføres i 2021.

### **Implementering**

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 etablert 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 årlige møtet ble avholdt 11. november via Norsk Helsennett der vår nye strategiplan ble lagt fram og drøftet.

## Idépanel

TIPS Sør-Øst har etablert et eget brukerråd, «Idépanelet», som blir involvert på ulike måter, i de fleste prosjekter ved tjenesten. Gruppen består av personer med egenerfaring med psykose eller bipolar lidelse. Panelet inviteres inn til to faste møter i året, men dette har ikke latt seg gjennomføre i 2020.

Idépanelet har i 2020 bidratt med testing av det digitale samhandlingsverktøyet iTandem. I tillegg er en deltaker ansatt som medforsker i «Recoveryprosjektet». Medforskeren skal være delaktig i alle ledd av prosjektet.

Videre har deltakere fra panelet vært involvert i «julekalenderen» i kampanjen #psyktgodvenn der hele desember ble viet brukerstemmen. Dette var en fin erfaring, og gav mye positiv respons.

## 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.

I 2020 har vi som andre vært preget av pandemien. Vi gjennomførte likevel en regional samling via Norsk Helsennett 8. desember. Her formidlet vi foreløpige funn fra de to studiene vi har gjennomført i 2020:

- *Ta Vare – en spørreundersøkelse til pårørende til personer med psykose – eller bipolar lidelse om hvordan de har hatt det under koronapandemien og*
- *COPE psykose-bipolar – en spørreundersøkelse til personer med psykose- eller bipolar lidelse om hvordan de har hatt det under koronapandemien*



## Nasjonalt TIPS-nettverk

I desember 2019 hadde vi et arbeidsmøte med TIPS miljøet i Stavanger om å starte et samarbeid om etablering av et nasjonalt nettverk for TIPS arbeid. Vi besluttet å gjennomføre en nasjonal kartlegging ved å ringe til aktuelle enheter i landet og kartlegge på hvilken måte de jobber, og hvilke ressurser de har tilgjengelig. Vi tenker at et nasjonalt nettverk vil 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, men videreføres i 2021.

## 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 forskere ved andre helseforetak i regionen.

## Nasjonalt nettverk – psykoedukativt familiesamarbeid

Nasjonal gruppe for psykoedukativt familiesamarbeid ble etablert i 2018, og er forankret i TIPS Sør-Øst. I år har vi gjennomført en digital samling med nettverket med nærmere hundre deltakere, der hensikten er å løfte kompetansens på familiesamarbeid som klinisk fagområde i psykosefeltet.

## Spredningstall for 2020

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 primærhelsetjenestene 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:

<https://forskningsprosjekter.ihelse.net/senter/rapport/R-OUS-12/2020>

Nettportalen [www.psykose-bipolar.no](http://www.psykose-bipolar.no) har hatt **130 000 unike brukere** i løpet av 2020, noe som er en ytterligere økning på 55 000 siden 2019. Deler av innholdet er i løpet av 2020 blitt oppdatert og revidert.

Kampanjen [@psyktgodvenn](https://www.instagram.com/psyktgodvenn) på Instagram og facebook har henholdsvis **nådd over 6500 og 1200** følgere i hver sine kanaler i løpet av 2020, en økning på over 1500 personer. Målet er kunnskapsspredning om psykiske lidelser generelt og alvorlige psykiske lidelser spesielt. Ønsket effekt er også mindre stigmatisering av psykiske lidelser i samfunnet. Publiseringfrekvens: tre poster pr uke, mandag, onsdag og fredag.

TIPS Sør-Østs [facebook-kanal](#) hadde ved utgangen av 2020 i overkant av **1600** følgere – en økning på 200 personer siden 2019. Vi publiserer med en frekvens på to ganger i uken: tirsdag og torsdag. Målgruppen er hovedsakelig fagpersoner, men innholdet er også relevant for allmennheten.

På [twitter](#) har TIPS Sør-Øst pr. 2020 **860** følgere. Kanalen brukes begrenset, og er mest i bruk for å følge med på andre forskere og publikasjoner innen våre fagområder.



Den viktigste kanalen ut mot våre sentrale målgrupper er det **månedlige nyhetsbrevet**. Ved utgangen av 2020 hadde vi **over 1000 abonnenter**, noe som er en **økning på over 200 abonnenter**. Åpningsraten ligger på mellom 30 – 40 prosent, noe som er et høyt tall for nyhetsbrev.

**Over 1000 personer** har til sammen sett våre **FagTIPS seminarer** som er gjennomført i 2020. Dette er en betydelig økning fra tidligere år, og vi ser det i sammenheng med behov for faglig påfyll tilgjengelig via digitale kanaler under pandemien som en mulig forklaring.

## Undervisning og forskningsformidling: Hovedaktiviteter i 2020

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.

TIPS Sør-Øst har i sin strategiplan definert spesifikke fokusområder for kompetansespredning, og strategier og tiltak for å oppnå dette. I 2020 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 Helsenett (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 gruppeleder kursene 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 2020 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 gjennomført oppfriskningsseminar for to av de seks intervensjonsenhetene. Fire av intervensjonsenhetene har villet vente pga smittevernsrestriksjoner.

### Opplæring av veiledere i [www.reacttoolkit.no](http://www.reacttoolkit.no)

Den største satsingen i 2020 har vært prosjektet REACT-NOR ([www.oslo-universitetssykehus.no/react-nor](http://www.oslo-universitetssykehus.no/react-nor)). Gjennom det nettbaserte verktøyet [www.reacttoolkit.no](http://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 **har over 60 personer** fått opplæring og veiledning i dette verktøyet. Les med 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.

I 2020 har vi ikke gjennomført seminarer innen dette fagområdet, grunnet pandemien. Nye seminarer er under planlegging for 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 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 2020

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](http://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 2020 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 200 abonnenter som har mottatt informasjon, nyheter og forskningsstoff fra kompetansetjenesten i 2020. Vi sendte ut 18 nyhetsbrev i 2020, og i desember var det over 1000 abonnenter som mottok dette fra oss.

### Fag til fag: Webinarer direkte og i opptak

I 2020 har vi gjennomført alle fagseminarer (FagTIPS) via direktesendte webinarer. Vi opplever at dette vokser i popularitet, og vi har sett en betydelig økning i antall brukere som kobler seg på når vi har webinarer. På årets siste FagTIPS i oktober hadde vi over 300 deltakere som fulgte foredraget live.

De fleste seminarene er også godkjente som opptak, og ligger derfor tilgjengelig for alle via nettsidene våre. Statistikk viser at disse opptakene har blitt sett av flere hundre personer i løpet av 2020.

Tidligere FagTIPS webinarer ligger tilgjengelig som opptak fra vår fagressurs [www.tips-kompetansesenter.no](http://www.tips-kompetansesenter.no)

Gjennomførte FagTIPS 2020:

**"Økt risiko for psykose i et transdiagnostisk perspektiv – hva ser vi etter og hvorfor?"**

**112 visninger (21 live – 90 i opptak)**

Foreleser: Psykologspesialist/ PhD-stipendiat Tor Gunnar Værnes ved TIPS Sør-Øst.

**«Rus og psykose»**

**280 visninger (188 live – 92 i opptak)**

Foreleser: Eline Borger Rognli, psykologspesialist med doktorgrad på temaet rus og psykose. Seksjon for Klinisk rus- og avhengighetsforskning (RusForsk) ved Oslo Universitetssykehus

**«Barndomstraume og psykose: Risikofaktorer, diagnostiske utfordringer og behandling»**

**579 visninger (317 live – 262 i opptak)**

Foredragsholder: Akiah Ottesen Berg, psykologspesialist med doktorgrad på temaet psykose hos innvandringspopulasjonen. Klinikk for psykisk helse og avhengighet ved Oslo Universitetssykehus og NORMENT.

**Fag til fag: Samarbeid om 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 møtesteder for både forskning og klinikk, og binder også TIPS Sør-Øst sammen med miljøer som er opptatt av samme tematikk i de andre regionene. I 2020 ble alle planlagte konferanser avlyst på grunn av pandemien.

**Nasjonal nettverkskonferanse PEF**

19. oktober gjennomførte vi nasjonalt seminar over Skype for gruppeledere i psykoedukativt familiesamarbeid, ledere som skal implementere psykoedukativt familiesamarbeid i sin tjeneste og andre med interesse for familiesamarbeid i helsetjenesten. Det var hundre deltakere og evalueringen ga oss gode tilbakemeldinger.

**Fag til pasient og pårørende: Nettportalen [www.psykose-bipolar.no](http://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 130 000 brukere inne på nettportalen i løpet av 2020. Vi ser at det er flest brukere i aldersgruppen 25 – 34 (30 prosent) og at 60 prosent er kvinner. Andelen **mannlige brukere har økt med 10 prosent** siden 2019.

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 2020 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.









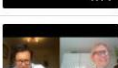
I 2020 ble det publisert innhold tre dager i uken gjennom hele året med unntak av desember der vi hadde innhold hver dag i hele måneden fram mot jul. Innholdet utformes hovedsakelig av fagpersoner ved TIPS Sør-Øst, mens i desember inviterte vi for første gang brukere til å dele via sine stemmer. Dette fikk veldig god respons blant våre følgere, og det var stor spredning på dette innholdet. Ved årets slutt hadde kontoen over 6500 følgere på Instagram, og om lag 1200 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

Det er etablert en egen YouTube-kanal under navnet TIPS Sør-Øst med tilgjengelige opplysnings- og undervisningsfilmer. Kanalen har kun 89 abonnenter. Vi har ikke jobbet strategisk for å bygge denne kanalen, men har den mer som et arkiv- og delingssted. Her ligger det også undervisningsvideoer til kurs som kun blir delt i kurssammenheng.

I 2020 har vi **produsert en rekke nye videoer** som brukes aktivt i opplæring og undervisning:

	Identifisering av stress og mestringsstrategier TIPS Østfold Legg til en beskrivelse	Offentlig	Ingen	15. des. 2020 Publisert	43
	TIPS Innlandet 20. års jubileum: Tidlig intervensjon ved psykose, hvorfor... Legg til en beskrivelse	Ikke oppført	Ingen	4. des. 2020 Lastet opp	35
	Veiledning av react-veiledere I denne videoen får du se hvordan man får veiledning i gruppe for å bli veileder i www.reacttoolit.no	Offentlig	Ingen	2. des. 2020 Publisert	30
	REACT - NOR - Et verktøy for avstandsoppfølging av pårørende til perso... Legg til en beskrivelse	Offentlig	Ingen	1. des. 2020 Publisert	177
	Sorteringsfilteret I undervisningen du gir som gruppeleder i psykoedukativt familiesamarbeid, er det nyttig å formidle kunnskap om sorteringsfilteret. Vi har alle et...	Offentlig	Ingen	6. okt. 2020 Publisert	241
	Kommunikasjonsreglene KOMMUNIKASJONSREGLER For å bedre kommunikasjonen er det viktig for gruppeledere som driver psykoedukativt familiesamarbeid, å vite hvordan...	Offentlig	Ingen	6. okt. 2020 Publisert	200
	CBT Informed caring for Schizophrenia final NO sub Dette er en læringsvideo som viser prinsipper fra kognitiv terapi som metode, og hvordan disse kan brukes som hjelp til familier som har et familiemedle...	Offentlig	Ingen	22. sep. 2020 Publisert	175
	Kurs for å bli REACT-veileder Legg til en beskrivelse	Offentlig	Ingen	10. jul. 2020 Publisert	29
	Covid 19 challenges Videoforelesning med professor Douglas Turkington om bruk av kognitiv terapi som støtte til pårørende under koronapandemien.	Offentlig	Ingen	8. jun. 2020 Publisert	292

Illustrasjon: Oversikt over publiserte videoer i 2020, dato og antall visninger

### Fag til allmennheten: Oppslag i massemedier 2020

Dato	Kanal	Innhold
5. juni	Napha.no	Spør personer med psykoselidelse og bipolar lidelse om koronautbruddet:

		<a href="https://www.napha.no/content.ap?thisId=24245">https://www.napha.no/content.ap?thisId=24245</a>
17.04	Tidsskriftet	Intervju med Kristin Lie Romm <u>Hvordan opplever pasienter behandling med nevroleptika?</u>
30. november	Dagsavisen	Beklager, men det koster visst for mye å hjelpe pårørende til alvorlig psykisk syke mennesker.: <a href="https://www.dagsavisen.no/debatt/2020/11/30/paorende-nedprioriteres/">https://www.dagsavisen.no/debatt/2020/11/30/paorende-nedprioriteres/</a>

## Forskning og fagutvikling: Hovedaktiviteter 2020

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 er et digitalt verktøy for behandlingstøtte for pasienter med psykose- eller bipolar lidelse og deres behandlere. Prosjektet er knyttet til helseinnovasjon, og fikk støttet i form av innovasjonsmidler fra Helse Sør-Øst. Tanken er at verktøyet skal kunne støtte behandling gjennom å tilby skreddersydde tjenester for den enkelte pasient. Pasienten laster ned verktøyet på mobilen sin i en time med behandleren. Deretter innstiller man iTandem sammen.

## iTandem - Brukerreise



iTandem inneholder moduler som støtter ulike problemstillinger man kan tenkes å jobbe med i løpet av et behandlingsforløp; søvn, medisiner, aktivitet, bivirkninger, recovery, psykosesyntomer 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](http://www.psykose-bipolar.no).

iTandem skulle være klar for første kliniske test høsten 2020. Dette har vært forsinket, delvis grunnet korona. Vi satser derfor på en gjennomføring av pilot i løpet av 2021. I tillegg har vi fått nye midler fra Helse Sør-Øst til en studie ved Sykehuset Innlandet, der iTandem vil være del av en konseptutredning for avstandsoppfølging av pasienter med alvorlig psykisk lidelse. Arbeidet med det digitale verktøyet gjøres i samarbeid med Universitetets senter for informasjonsteknologi, USIT ved Universitetet i Oslo.

## **REACT-NOR: Relatives Education and Coping Toolkit - Norway** **- akutt hjelp under pandemien**

REACT-NOR er en digital verktøykasse for pårørende til personer med en psykoselidelse. Den skal bidra til en bedret forståelse av hva psykose er, og hjelpe familiemedlemmer og nære pårørende til å kunne mestre de utfordringene som ofte følger med det å ha et sykt familiemedlem. Pårørende tilbys å bruke hjemmesiden i samarbeid med helsepersonell som kan psykoedukativt familiesamarbeid eller har utdanning i kognitiv terapi ved psykose. REACT-NOR er utviklet i samarbeid med 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 for noen år siden i forbindelse med pilotering i Vestfold.

Under koronapandemien har det vært et stort behov for å ivareta pårørende som ble sittende med mye ekstra ansvar da helsevesenet ble nødt til å lukke delvis ned. Vi var så heldige å få lov til å gjenåpne REACT, og vi har under pandemien kunnet tilby dette som et supplement til familiearbeid. Smittefritt og effektivt, skal vi tro de foreløpige tilbakemeldingene. En ting er i alle fall sikkert, helsepersonell fra alle foretak i regionen har ved hjelp av REACT-NOR vært i stand til å yte en innsats overfor pårørende der dette har vært tilgjengeliggjort. Følgforskningen som er heftet på vil gi oss mer innsikt i hvordan dette har vært opplevd av de pårørende og veiledere.

I kjølvannet av dette arbeidet som er pågående, har det blitt mer klart for oss hva som skal til for at vi bedre skal tilrettelegge for godt pårørendesamarbeid. Dette jobber vi nå aktivt med sammen med Pårørendealliansen. Vi håper å se de første resultatene av studien og dette samarbeidet i løpet av 2021.

## **Kompetansetreet for tidlig oppdagelse og behandling ved psykose (Fase 0)**

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

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.

Derfor har vi som mål å utvikle en ny ressurs i form av en innovativ, digital læringsplattform som retter seg mot helsesykepleiere, allmennleger og andre i kommunetjenestene, og mot fagfolk i spesialisthelsetjenesten.



Vi har kalt læringsplattformen «Kompetansetreet for tidlig oppdagelse og behandling ved psykose» og vil samle og systematisere tilgjengelig informasjon, tilby ulike kursmoduler og skape grunnlag for trening på, og implementering av, kunnskapsbasert praksis. Vi ønsker å bygge bro mellom tjenestenivåene, og tror det vil kunne bryte ned barrierer og bidra til implementering av metoder for raskere oppdagelse, og riktigere behandling ved psykose.

I 2020 har vi jobbet med å utvikle dette prosjektet, søkt innovasjonsmidler via Helse Sør-Øst samt startet et arbeid med en «fase 0» der vi forsøker å etablere gode metoder for å innhente innsikt og utvikle innhold.

### **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, 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 førstegangpsykosepasienter 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. Dataene fra journalgjennomgangen er analysert og delvis formidlet i internt notat til bruk i planlegging av tjenestetilbudet. Fullføring av prosjektet med utskriving av resultater, rapport og formidling er forventet i løpet av 2021.

### **Kartlegging av nettvaner hos unge nysyke**

Forskning de siste tiårene har vist at både innhold og timing på første behandling for personer med alvorlig psykisk lidelse er viktig. Det er klare indikasjoner på at forsinket behandling er forbundet med dårligere forløp, og tidlig intervensjon med bedre forløp. Likevel er det mange unge pasienter med alvorlig psykisk lidelse som ikke møter opp i klinikken.

Som et ledd i en satsning som ønsker å undersøke hvorvidt IKT-løsninger kan gjøre avstanden mellom pasient og klinikk kortere, har TIPS Sør-Øst gjennomført en rekke intervjuer og fokusgrupper om digitale vaner hos nysyke pasienter med alvorlig psykisk lidelse, pårørende og behandlere. Målet med intervjuene var å utforske digitale vaner hos unge mennesker med alvorlig psykisk lidelse, erfaringer med da tilgjengelige informasjonskilder, hvordan symptomer registreres i tilgjengelige smarttelefonapplikasjoner fra det private markedet og hvordan kriser ble håndtert.

Vi ønsket å identifisere mulige barrierer eller mangler, og se på hva som kan bedres med utviklingen av digitale verktøy som støtte til å forbedre samhandlingen mellom nysyke pasienter, pårørende og helsevesenet. Intervjuene ble gjort som forarbeid til det som endte opp med nettsiden [www.psykose-bipolar.no](http://www.psykose-bipolar.no) og utvikling av samhandlingsverktøyet iTandem.



Det er nå planlagt å sammenstille resultatene fra disse intervjuene i en kvalitativ artikkel. De transkriberte intervjuene har blitt delvis analysert i 2019 og artikkelen ventes ferdigstilt i løpet av 2021.

## **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. Prosjektleder er Carmen Simonsen. 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. Is clinical recovery from an early intervention setting (TIPS 10-year) translated to a regular clinical setting (TOP 10-year) across schizophrenia spectrum and bipolar disorder?
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?

I 2019 fikk vi tildelt midler fra Stiftelsen Dam til en Phd stilling for å gjennomføre prosjektet. Psykolog Gina Åsbø er ansatt som stipendiat siden 01.01.20, Carmen Simonsen er hovedveileder og PI, Ingrid Melle og Torill Ueland er biveiledere. 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 datene er allerede samlet inn, mens innsamling av de kvalitative datene har kommet i gang og skal samles inn 1. halvdel av 2021 i samarbeid med Professor Emerita Hanne Haavind. Fra TIPS Sør-Øst er Kristin Lie Romm, Elizabeth Barrett og Sofie med i prosjektets Advisory board. Tredje del av prosjektet vil undersøke i hvilken grad recovery henger sammen med behandling (inkl tidlig intervensjon), stigma og wellbeing 10 år etter behandlingsstart, også basert på data fra TOP 10-års oppfølging. Det er planlagt tre artikler: 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; 3. Wellbeing in first-episode psychosis and its relationship to recovery: a 10-year follow-up study.

## **Kreativ skriving**

Prosjektet er et samarbeid mellom TIPS Sør-Øst /Oslo universitetssykehus, Universitetet i Oslo og VID vitenskapelige høyskole. Prosjektet bestod av et kurs i kreativ skriving for unge voksne med psykose.

Formålet med studien var å undersøke hvordan pasientene opplever å få et slikt tilbud mens de var i behandling ved Oslo Universitetssykehus.

De første resultatene av dette arbeidet er nå publisert. Vi har sett på tekstene som ble skrevet og undersøkt dem i lys av to teoretikere Paul Ricoeur og Julia Kristeva. Vi opplevde at pasientene som gjennomførte kurset opplevde det som nyttig og spennende, og de produserte mange utrolig flotte tekster som vitnet om store ressurser. Forhåpentligvis vil kunnskap om alternative måter å oppnå en følelse av mestring og vekst på, gjøre oss bedre i stand til å tilby recoveryorienterte helsetjenester i fremtiden.

## Fokus på søvn ved psykose

Folkhelseinstituttet 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.

Ved TIPS Sør-Øst ønsket vi å kartlegge hvilke oppfatninger klinikere i Helse Sør-Øst har om søvnproblemer ved psykose, hvordan søvnproblemene utredes og behandles, og evt. hva som hindrer dem i å behandle søvnforstyrrelser hos personer med psykose. Spørreundersøkelsen ble gjennomført i 2017. Resultatene ble publisert i tidsskriftet *Comprehensive Psychiatry* i 2020. Dette prosjektet representerer også grunnlaget for videre arbeid med å implementere utredning og behandling av søvnforstyrrelser ved psykose i klinikken i Helse Sør-Øst.

TIPS Sør-Øst har siden 2020 også vært del av prosjektgruppen på en av psykosepostene på Akuttpsykiatrisk avdeling ved Oslo Universitetssykehus, som innebærer implementering av søvnbehandling på posten. På tross av forsinkelser grunnet covid-19 pandemien er prosjektet nå i gang.

TIPS Sør-Øst er også i planleggingsfasen av et forsknings- og implementeringsprosjekt for søvnbehandling ved døgnposter for personer med psykoselidelser på Avdeling for spesialpsykiatri ved Akershus universitetssykehus.

## 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 spredt vidt, inkludert via Facebook og Instagram, og i samarbeid med Stavanger Universitetssjukehus, derfor potensielt til hele Norge. Så mange som 520 personer valgte

å delta i spørreundersøkelsen. Resultatene er snart klare, og TIPS Sør-Øst planlegger å publisere resultatene i et internasjonalt tidsskrift innen kort tid. Vi har også resultater til en andre artikkel som kan komme personer med psykose- og bipolar lidelse til gode. Denne vil skrives og publiseres i løpet av våren 2021.

## **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 under utarbeidelse med tanke på publisering i internasjonale tidsskrift våren 2021. Erfaringene fra TAVARE vil bli formidlet på webinarer og andre faglige sammenhenger i 2021. Analysene så langt, 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. Arbeid med dette vil videreføres i 2021.

## **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 intervensjonsenheten og deltok fra våren 2018 til høsten 2020. 7 DPS enheter utgjør kontrollenhetene og vil få opplæring og veiledning fra våren 2021. Enhetene er trukket ut ved loddtrekning. 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 innleggelse 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 også innfor psykospekteret. 13 helseforetak er med i prosjektet og alle landets helseregioner er representert. Datainnsamlingen vil fortsette frem til 1. juni 2021.

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. Vi vil videre være involvert i analyse og sammenskriving av resultater.

### **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 affektlibilitet 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 ligger nå til fagfelleevaluering ved internasjonalt tidsskrift og den andre artikkelen planeres å ferdigstilles i 2021.

## **Bipolarenhet ved Nydalen DPS - forskningsklinikk for pasienter med bipolar lidelse**

Gjennom en samarbeidsprosess i 2017- 2019 har forskere ved SFF NORMENT, Seksjon for psykoseforskning, TIPS Sør-Øst og kliniske ledere ved Nydalen DPS laget en plan for etablering av en ny, spesialisert klinisk forskningsenhet for pasienter med bipolar lidelse ved Oslo universitetssykehus; *Bipolarteamet*. Hovedmålgruppen er nysyke pasienter med bipolar lidelse, samt pasienter med kompliserende tilleggslidelser og dårlig behandlingsrespons. I november 2017 vedtok ledelsen ved Klinik for Psykisk Helse og Avhengighet, OUS, at *Bipolarteamet* skulle opprettes ved NDPS.

TIPS Sør-Øst er inne som samarbeidspartner i prosjektet gjennom psykologspesialist/postdoktor som er ansatt ved TIPS Sør-Øst med en bistilling på NORMENT (UiO).

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 Vitenskapelige publikasjoner 2020**

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. I en gruppe av pasienter med definerte psykoserisikotilstander (clinical high-risk for psychosis) undersøkes om SF er assosiert med positive og negative symptomer, desorganiseringssymptomer, generelle symptomer, psykososial funksjon, diagnoser, fungering under oppvekst og barndomstraumer, både ved «baseline» og ved ettårsoppfølging. Det foretas også hjerneavbildningsundersøkelser, gen- og biologiske prøver, og nevrokognitive tester. Instrumentet EASE benyttes 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. To artikler er foreløpig publisert på bakgrunn av analyser av baselinedata, i 2018 og 2019. I løpet av 2020 har to artikler til fra dette prosjektet blitt skrevet, på bakgrunn av analyser av forløpsdata sammenlignet med baselinedata. De to siste artiklene har blitt sendt inn til internasjonale tidsskrift, men foreløpig ikke publisert.

## Vitenskapelige publikasjoner 2020

Widing L, Simonsen C, Flaaten CB, Haatveit B, Vik RK, Wold KF, Åsbø G, Ueland T, Melle I, *Symptom Profiles in Psychotic Disorder Not Otherwise Specified*. Front Psychiatry 2020;11():580444. Epub 2020 nov 12

Gjerde PB, Simonsen CE, Lagerberg TV, Steen NE, Ueland T, Andreassen OA, Steen VM, Melle I *Improvement in verbal learning over the first year of antipsychotic treatment is associated with serum HDL levels in a cohort of first episode psychosis patients*. Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci 2020 Feb;270(1):49-58. Epub 2019 apr 27

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 2020 Apr 23. Epub 2020 apr 23

Lyngstad SH, Gardsjord ES, Engen MJ, Haatveit B, Ihler HM, Wedervang-Resell K, Simonsen C, Melle I, Færden A. *Trajectory and early predictors of apathy development in first-episode psychosis and healthy controls: a 10-year follow-up study*. Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci 2020 Sep;270(6):709-722. Epub 2020 mar 4

Engen MJ, Lyngstad SH, Ueland T, Simonsen CE, Vaskinn A, Smeland O, Bettella F, Lagerberg TV, Djurovic S, Andreassen OA, Melle I, *Polygenic scores for schizophrenia and general cognitive ability: associations with six cognitive domains, premorbid intelligence, and cognitive composite score in individuals with a psychotic disorder and in healthy controls*. Transl Psychiatry 2020 11 30;10(1):416. Epub 2020 nov 30

Barrett EA, Aminoff SR, Simonsen C, Romm KL *Opening the curtains for better sleep in psychotic disorders - considerations for improving sleep treatment*. Compr Psychiatry 2020 11;103():152207. Epub 2020 sep 15

Laskemoen JF, Büchmann C, Barrett EA, Collier-Høegh M, Haatveit B, Vedal TJ, Ueland T, Melle I, Aas M, Simonsen C, *Do sleep disturbances contribute to cognitive impairments in schizophrenia spectrum and bipolar disorders?* Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci 2020 Sep;270(6):749-759. Epub 2019 okt 5

Sönmez N, Romm KL, Østefjells T, Grande M, Jensen LH, Hummelen B, Tesli M, Melle I, Røssberg JI *Cognitive behavior therapy in early psychosis with a focus on depression and low self-esteem: A randomized controlled trial*. Compr Psychiatry 2020 02;97():152157. Epub 2019 des 26

Romm KL, Nilsen L, Gjermundsen K, Holter M, Fjell A, Melle I, Repål A, Lobban F, *Remote Care for Caregivers of People With Psychosis: Mixed Methods Pilot Study*. JMIR Ment Health 2020 Jul 28;7(7):e19497. Epub 2020 jul 28

Aas M, Bellivier F, Bettella F, Henry C, Gard S, Kahn JP, Lagerberg TV, Aminoff SR, Melle I, Leboyer M, Jamain S, Andreassen OA, Etain B *Childhood maltreatment and polygenic risk in bipolar disorders*. Bipolar Disord 2020 03;22(2):174-181. Epub 2019 nov 13

Tønnesen S, Kaufmann T, de Lange AG, Richard G, Doan NT, Alnæs D, Van der Meer D, Rokicki J, Moberget T, Maximov II, Agartz I, Aminoff SR, Beck D, Barch DM, Beresniewicz J, Cervenka S, Fatouros-Bergman H, Craven AR, Flyckt L, Gurholt TP, Haukvik UK, Hugdahl K, Johnsen E, Jönsson EG, , Kolskår KK, Kroken RA, Lagerberg TV, Løberg EM, Nordvik JE, Sanders AM, Ulrichsen K, Andreassen OA, Westlye LT ,



*Brain Age Prediction Reveals Aberrant Brain White Matter in Schizophrenia and Bipolar Disorder: A Multisample Diffusion Tensor Imaging Study.* Biol Psychiatry Cogn Neurosci Neuroimaging 2020 Dec;5(12):1095-1103. Epub 2020 jul 8

Høegh MC, Melle I, Aminoff SR, Laskemoen JF, Büchmann CB, Ueland T, Lagerberg TV, *Affective lability across psychosis spectrum disorders.* Eur Psychiatry 2020 05 06;63(1):e53. Epub 2020 mai 6

Lyngstad SH, Bettella F, Aminoff SR, Athanasiu L, Andreassen OA, Faerden A, Melle I, *Associations between schizophrenia polygenic risk and apathy in schizophrenia spectrum disorders and healthy controls.* Acta Psychiatr Scand 2020 05;141(5):452-464. Epub 2020 mar 18

## Lokalt arbeid i regionen: Hovedaktiviteter 2020

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

### Vestre Viken: TIPS Asker

Etter Røyken og Hurums kommunesammenslåing med Asker, er TIPS AHR blitt TIPS Asker.

TIPS-konsulentens stillingsandel er 20 %. TIPS Asker er et poliklinisk lavterskel- og tidlig intervensjonstilbud til unge mellom 15-30 år. Teamet er tverrfaglig sammensatt og har tidligere hatt fire hele behandlerstillinger og en sekretær. Teamet har oppsøkende, utrednings- og behandlings funksjon. I 2020 har det vært mindre kapasitet til oppsøkende- og undervisningsvirksomhet. Samtidig har det med ny konstituert avdelingsledelse i ADPS vært formulert nye føringer om nedprioritering når det gjelder oppsøkende virksomhet og undervisning av helse- og pedagogisk personell i førstelinjetjenesten.

Det har, som for alle, vært et krevende år grunnet covid19, men det polikliniske tilbud ved TIPS Asker har stort sett forholdt seg til grønt beredskapsnivå i PHR Vestre Viken og har opprettholdt tilbud om poliklinisk behandling og pårørendeoppfølging med oppmøte, parallelt med tilbud om video/telefonkonsultasjoner, bortsett fra en kortere periode på vårparten.

Den største endringen har vært organisatorisk. TIPS Asker har i 2020 ikke fungert som en egen seksjon, men som et team plassert under seksjonsleder ved ROP sammen med ROP poliklinikken, Forebyggende familieteam (FFT) og FACT-team i Asker. Dette har gitt enda et ledelses nivå. I løpet av året har to medarbeidere (psykologer) sluttet i deres stillinger i TIPS og ny medarbeider (psyk.sykepleier) begynt og fått teamlederrolle. Det har dessverre vært redusert kapasitet til å ta inn nye pasienter. Planlagt rigging av nytt team i oktober med avklaring av TIPS teamets mandat videre, ble avlyst og er utsatt til mars 2021. Da vil to nye psykologspesialister (150 % stilling) være på plass og dette kan bli bra. Sannsynligvis vil TIPS Asker skulle favne en bredere målgruppe.

Etter nedleggingen av 11 døgnplasser for unge med psykose eller annen alvorlig lidelse ved ADPS (Seksjon Hvalstadåsen og Utredningsseksjon for Unge) er den nye døgnsesksjon USUH med seks plasser primært for målgruppen i Asker og Bærum godt etablert. Seksjonen har i utgangspunktet tilbud om en liggetid på åtte uker. I tillegg til døgntilbud har seksjonen mulighet til noe ambulant oppfølging, og kan



ta imot et begrenset antall dagpasienter. Dette tilbudet har i 2020 naturligvis også vært berørt av covid19 og gitt et redusert tilbud. Psykoseavdelingen på DPS nivå (SIKTA) ble i løpet av året avvirket og ressursene overført til psykosepost ved Blakstad sykehus. Generelt ses altså en nedprioritering av spesialiserte tilbud til unge nysyke psykose/bipolar pasienter på DPS nivå over flere år.

### **Kompetansenettverk**

Felles fora for samarbeid og utveksling av faglig kompetanse mellom psykosekompetansegruppen i Asker BUP og TIPS Asker er nedlagt. Dette var en beslutning tatt av avdelingsleder i BUP, da innføring av pakkeforløp krevde flere ressurser.

Psykosenettverket i Vestre Viken, initiert av behandlere på Blakstad sykehus, har ikke vært operativt i 2020.

### **Pårørendearbeid**

#### Metodekurs:

I 2020 har TIPS-konsulenten bidratt som undervisnings- og veiledningsansvarlig i samarbeid med FoU på et seksdagers metodekurs i Psykoedukativt familiearbeid i september og oktober. Kurset er et tilbud til behandlere/ ansatte i spesialisthelsetjenesten i hele Vestre Viken både i barnepsykiatrien og voksenpsykiatrien. Det er også åpnet opp for fagpersoner som jobber med psykisk helse i kommunene. Kurset ble gjennomført med oppmøte, med smittevernhensyn i kurs/konferanse lokaler i Lier kommune.

Pårørendeseminar om psykose i regi av FOU VV ble gjennomført med oppmøte på kveldstid i lokaler på Blakstad sykehus med innlegg fra både TIPS SØ medarbeider og TIPS SØ konsulent.

De tidligere arrangerte «Familiekvelder», der foreldre/andre pårørende til pasienter i behandling på TIPS eller USUH, blir invitert, ble ikke gjennomført 2020.

### **Annet**

Veiledning av personalgruppen ved USUH (Utrednings seksjon for Unge) utgikk i 2020.

Det har vært flere telefonhenvendelser med ønske om veiledning/drøfting av psykoseproblematikk hos unge i konkrete (anonyme) saker fra poliklinikk og døgn fra flere kommuner i Vestre Viken, samt fra kommunehelsetjenesten.

TIPS konsulenten har deltatt i digital nettverkssamling PEF og påbegynte REACT-veileder kurset i regi av TIPS Sør-Øst i november 2020.

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

Mye av TIPS-konsulentens arbeid er langsgående prosjekter med liten endring fra år til år. Dette gjelder ikke minst informasjons- og undervisningsarbeid som må gjentas med jevne mellomrom for at kunnskap skal opprettholdes hos mennesker som arbeider på arenaer der unge ferdes, og som treffer unge som har utviklet alvorlig psykisk lidelse eller står i fare for å gjøre det.

TIPS Drammen er organisert som en del av Psykoseteamet ved Drammen DPS. Dette innebærer at noen behandlere er definert som medlem av TIPS-teamet, men at ingen er tilknyttet TIPS i noen bestemt stillingsandel, men også innehar andre oppgaver. Det betyr at fokuset på tidlig intervensjon alltid må konkurrere med andre oppgaver. Teamet har TIPS-telefon og tar imot pasienter i målgruppen på kort

varsel. Utadrettet virksomhet/informasjonsarbeid har imidlertid blitt nedprioritert, slik at konsulentene i all hovedsak har vært alene om dette.

Fra mars 2020 har restriksjoner knyttet til pandemisituasjonen vanskeliggjort utadrettet virksomhet, slik at planlagte arrangementer og avtaler har utgått eller har måttet ha en annen form. Det har ikke vært mulig å møte fysisk på videregående skoler, lavterskeltilbud for unge eller andre arenaer der det har vært naturlig å ha dialog med fagfolk som treffer unge i målgruppen. Samtidige endringer i kommunestruktur og -tilbud har vært en ekstra utfordring. Kommunikasjon har i hovedsak vært på telefon, men det er også gitt noe nettbasert veiledning på Join (Norsk helsenett). Det faste årlige undervisningsseminaret om psykose for fagfolk og samarbeidspartnere som har vært arrangert sammen med TIPS-konsulentene i Vestre Viken sammen med FOU og BUPA for inntil 100 deltakere ble dessverre avlyst. Det samme gjelder det faste pårørendeseminar. Ambisjonen er imidlertid å gjenoppta dette i 2021.

### **Undervisning og informasjonsarbeid**

- 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 behandlingstilbud. 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.

### **Implementeringsarbeid**

#### Nettverket KAT for Barn og Unge

Administrasjon av regionalt nettverk som samles to ganger per semester på TIPS Sør-Øst.

Målgruppen er behandlere i BUP og TIPS-team i Helse Sør-Øst. Nettverkets formål er å være en arena for erfaringsutveksling og et bidrag til styrket kompetanse og trygghet hos kognitive terapeuter i psykosebehandling av barn og unge. Deltagere drøfter kliniske saker med fokus på kognitiv terapi.

Kunnskap, artikler o.l. deles. Aktuelt fagstoff leses felles mellom samlingene og drøftes. Samling ble gjennomført i januar og planlegges gjenopptatt når det blir mulig å gjøre dette fysisk.

#### Arbeidsgruppe TIPS

Holder tak i organiseringen av TIPS-funksjonen i Drammen DPS og argumenterer for ressursbruk. Deltatt i arbeidsgruppe for revisjon av utredningspakke ved spørsmål om psykose. Høsten 2020 ble det kjent at vi står foran en ny omorganisering som både innebærer opprettelse av et nytt FACT-team og en foreløpig uavklart situasjon rundt lokalisering TIPS-konsulenten har derfor i samarbeid med TIPS Sør-Øst og kolleger bidratt med innspill knyttet til begrunnelse for tidligintervensjonsarbeid og nødvendige fysiske rammer for dette.

#### Søvnkurs for mennesker med psykoselidelse

I 2019 utviklet konsulenten søvnkurs basert på en evidensbasert protokoll for CBTi med tilpasning for mennesker med psykoselidelse og/ eller sårbarhet for psykose med bistand fra kolleger ved TIPS Sør-Øst og psykologspesialist Unni Winther ved Drammen DPS.

Søvnforstyrrelser, som er et vanlig problem, forekommer hyppigere hos personer med psykoselidelser enn i befolkningen for øvrig. CBTi er den behandlingen som har best dokumentert effekt ved søvnvansker. Deler av behandlingen i en typisk CBT-protokoll vil imidlertid ikke være anbefalt for mennesker med psykoselidelser (eller som står i fare for å utvikle dette). Det gjelder spesielt søvnrestriksjon, men et kurs må også ta hensyn til utfordringer som denne pasientgruppen har /kan ha, så som kognitive vansker, tretthet og noen grad av pågående psykosesyntomer.

Søvnkurset (pilot, intern rekruttering i seksjon PRA, DDPS i første omgang.) ble gjennomført over 6 samlinger à 1,5 time fra primo november 2019 sammen med psykologspesialist Unni Winther. Undervisning ble gitt til behandlere i forkant av kurset i forbindelse med rekruttering. Det var planlagt nytt kurs våren 2020. Dette utgikk, men det ble i stedet brukt tid på en grundig evaluering og omarbeiding av kurset med endringer og tillegg basert på erfaringer, evaluering fra kursdeltakerne og innspill fra kolleger. Kursrunde 2 ble gjennomført høsten 2020 og er videreført i 2021.

#### Pårørendearbeid, formidling

Deltatt i REACT-NOR som veileder for pårørende, deltaker i prosjektgruppa og med formidlingsarbeid med tanke på å rekruttere behandlere og pårørende.

## **Sykehuset Innlandet**

### **TIPS Innlandet mot nytt storsykehus**

TIPS konsulenten har deltatt i siste fase av arbeidet med å se på nye TIPS Innlandet sitt helsetilbud i Sykehuset Innlandet inn mot ny sykehusstruktur. Det er nedfelt et mandat fra divisjonsdirektøren om å sikre likt pasienttilbud til den aktuelle pasientgruppen, og at TIPS Innlandet skal være en ressursenhet for divisjonens avdelinger og dertil liggende enheter. Fra og med april -21 vil TIPS Innlandet dreie sitt helsetilbud fra døgn til utvidet poliklinisk og ambulant oppfølging. TIPS konsulenten har, i siste fase, hatt fokus på forbedring og spissing av pårørendetilbudet og forskning-, opplysning- og kompetansehevende tiltak som ligger som forventning i et kunnskapsbasert tidlig intervensjonstilbud. Arbeidet med å sikre samarbeidsarenaer med divisjonens avdelinger, og kartlegge og legge til rette for opplysning- og kompetansehevende tiltak prioriteres i 2021 og 2022.

## **Fagteam**

TIPS fagteam har i løpet av 2020 hatt fokus på fremtidig organisering av TIPS Innlandet og opprettelse av nye samarbeidsarenaer for videreføring av TIPS konsulentens sine fokusområder i TIPS arbeidet. Eget familieteam og opplysningsteam er etablert og vil videreutvikles gjennom 2021. Fagpersoner fra fagteamet var representert på TIPS regionsamling i regi av TIPS Sør-Øst.

## **Innovativ kompetanseformidling**

I samarbeid med TIPS Sør-Øst er TIPS konsulentens prosjektleder for utvikling av et nettbasert kompetanseprogram, kalt «Kompetansetreet for tidlig oppdagelse og behandling ved psykose». Prosjektet har som mål å utarbeide lett tilgjengelig kompetanseheving uavhengig av hvor du jobber i kommune- og spesialisthelsetjenesten i Norge. Kompetanseprogrammet søker å ta i seg e-læring, VR-basert simulering, spillteknologi og videoforidling. Tilknyttede samarbeidspartnere er SIMInnlandet og Kompetansebroen.no. 2020 ble brukt til å skrive prosjektsøknader og etablere ytterligere samarbeidspartnere som SI Forskningsavdelingen og HelseInn. Arbeidet går inn i en fase hvor det utvikles VR-scenarier og undervisningsfilmer, i tillegg til at det skal settes av tid til innovative workshops for å legge fram ideer til nettsidens form.

## **Forskning-, opplysning- og kompetansehevende arbeid**

Det er opprettet et TIPS opplysningsteam. Teamet har ansvar for å planlegge og å gjennomføre opplysning- og kompetansehevende tiltak til befolkningen generelt og ansatte i kommune- og spesialisthelsetjenesten.

### *Kurs, nettverksmøter og forelesninger*

Målgruppe fagpersoner: PANSS kurs er gjennomført to ganger ved Elisabeth Haug, psykiater/ PhD. Siste kurs ble gjennomført på video og førte til deltakelse på tvers av foretak i hele Norge.

TIPS-konsulentens sitter i arrangementskomiteen til den årlige nasjonale ISPS konferansen. Konferansen er Norges eneste arena med fokus psykososial behandling, psykoterapi, miljøterapi, oppfølging, støtte m.m., av psykoselidelser. Konferansen i 2020 trakk over 200 deltakere. Det er gjennomført to TIPS nettverksmøter i 2020. Erlend Mork, psykologspesialist/ PhD, snakket om «Følelsesreguleringssvikt og selvdestruktiv atferd hos personer med psykose», og teamet «Tidlig intervensjon ved bipolar lidelse? Tidlige tegn og vanskelige grenseoppganger, ble presentert av Sofie Ragnhild Aminoff, psykologspesialist/ PhD. Begge er ansatt ved TIPS Sør-Øst. Årets to familienettverksmøter har lagt vekt på ny metodebok for gruppeledere i psykoeduktivt familiesamarbeid og tradisjonell PEF; introduksjon og oppfriskning i metoden ved Harald Marius Nybø, TIPS Østfold, informasjon om Familiestøtte ved Lise Hellum-Håkestad og Malin Taihaugen ansatt ved KoRus Øst, TIPS Innlandet mot nytt storsykehus; hvordan rigges tilbudet, inkludert familiearbeid ved Hilde Kristin A. Szabo og introduksjon av det nettbaserte pårørendeprogram, REACT, ved Jenny E. Pedersen, TIPS Innlandet.

### *Opplysningsarbeid*

Målgruppe ungdom: Antistigmadager på Sanderud sykehus for elever i videregående skole ble avlyst på grunn av COVID. Det er planlagt og klart for stand på videregående skoler. Startes så fort smittevernsreglement tillater det. Veiledet prosjektarbeid «Opplysningsarbeid rettet mot ungdom med vekt på tidlig oppdagelse av psykose». Startet planlegging av opprettelse av informasjon på sosiale medier rettet til og for ungdom.

Målgruppe voksne og kommunalt ansatte: Opprettet facebook side for TIPS Innlandet, tilby webinarer med opplysning om tidlige tegn på psykose, hvor og når de kan ta kontakt.

### *Forskning*

TIPS konsulenten er med i arbeidsgruppen med utprøving og implementering av pårørendeprogrammet REACT, og er i gang med masterforløp hvor hun undersøker hvordan helsepersonell i psykisk helsevern erfarer bruk av VR-basert simulering. Masterforløpet er et ledd av SI sin satsning på forskning på bruk av VR. Avhandlingen skal presenteres i form av artikkel og rammeberetning. Anslås publisert våren-22.

### **Familieteam**

Familieteamet har eksistert i ulike former over flere år. Endring av TIPS Innlandet har ført til en ny organisering, hvor det i første fase legges størst vekt på intern implementering av pårørendearbeid, som psykoedukativt familiesamarbeid og REACT. Gjennom arbeidet med nye TIPS Innlandet er det besluttet at TIPS konsulenten skal jobbe med implementerings av kunnskapsbasert familiearbeid ut i divisjonen. 2021 vies til planlegging av dette oppdraget. To fagpersoner i familieteamet er knyttet til nasjonal nettverksgruppe for psykoedukativt familiesamarbeid. I tillegg har det vært prioritert å utdanne de første REACT veilederne i TIPS Innlandet, og til å etablere tilbudet som en del av behandlingstilbudet.

### **Implementering og forbedring**

Som resultat av mange års erfaring med forbedrings- og implementeringsarbeid har TIPS konsulenten gjennom hele 2020 jobbet med å utarbeide SI DPH rolle- og ansvarskart for forbedrings- og implementeringsarbeid. TIPS konsulenten er prosjektleder og arbeidet er vedtatt videreført i 2021 som et divisjonsovergrepene innsatsområde, hvor målsetningen er å forankre strukturen hos avdelingssjefene.

### **Sykehuset i Vestfold**

TIPS Vestfold består av psykiatrisk sykepleier Tor Morten Rindsem, overlege Andreas Skaug Hansen (ca 10 %) og TIPS Sør-Øst-konsulent Marit Holter. 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. Kjersti Karlsen 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 Kjetil Horn, spesialsykepleier Yvonne Kristoffersen, spesialsykepleier Marius Nybø og TIPS Sør-Øst konsulent Inger Stølan Hymer.

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

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

### **Kurs**

TIPS-teamet holder flere kurs, fagdager og SIM:

- Gruppetlederkurs i psykoedukativt familiesamarbeid
- Psykoseforståelse
- Kommunikasjonskurs
- Seminar om PTSD og stemmehøring
- LIS-undervisning
- SIM-trening for LIS-leger; kommunikasjon ved mottak av pasient
- Undervisning for Høgskolen i Østfold, Fagskolen og VID
- Undervisning for brukerorganisasjoner (LPP og Mental Helse)

Alle kurs er gratis. Kursene har også deltakere fra andre helseforetak i Helse Sør-Øst RHF.

PEF-kurs i eget HF og andre sykehus, både i og utenfor Helse Sør-Øst og gjennomføring av veiledning i minimum et år etter endt kurs:

- DPS-ene i Østfold – et samarbeid med kommunene. Digitalt kurs.
- Trondheim (Østmarka, Brøset, Nidaros, Tiller, Orkanger, Levanger) Digitalt kurs
- To kurs ble avlyst grunnet koronarestriksjoner (TIPS Sør-Øst 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 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) Henvendelsene til TIPS-telefonen har vært relativt stabilt på oppunder 100 i noen år, men kun 38 i fjor: 15 fra DPS, 10 fra BUP, 5 fra kommunen, 4 fra Sykehuset Kalnes, 3 pårørende og en pasient. TIPS Østfold har arbeidet mye med kompetanseheving i spesialisthelsetjenesten slik at utredning og behandling skal kunne utføres i henhold til Helsedirektoratets nasjonale faglige retningslinjer for psykoselidelser, men vi tror likevel at det lave antallet henvendelser ikke kun speiler det, men heller at koronaepidemien er årsaken.

### **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 og gjennomfører SIM-trening på PEF metode. TIPS Østfold bidrar også med dette i andre helseforetak både i Helse Sør-Øst og ellers i landet på vegne av TIPS Sør-Øst. TIPS Østfold driver PEF-grupper, både på egen hånd og i samarbeid med BUP, DPS og kommuner. Vi bistår også i implementeringsarbeidet i spesialisthelsetjenesten og i kommunene i Østfold.

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/parorendesamarbeid-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 er i starten og 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.

### **Digitale løsninger**

TIPS Østfold har tatt i bruk digitale løsninger for å opprettholde tilbudet med kurs, oppfriskning, veiledning, pårørendeseminar, drift av PEF-grupper og REACT veiledning.

Vi har måttet tilpasse opplæringen, kursene og undervisningsmateriale til at det skal egne seg som digital opplæring. Mye av opplæringen er praktisk trening på scenario, det vil si praktiske øvelser og tilbakemeldinger på disse. Vi har laget dreiebok og tilpasset øvelsene nærmere SIM-metodikk for at det skal kunne gjennomføres digitalt med tilsvarende kvalitet som fysiske kurs. Vi har i tillegg produsert undervisningsfilmer til bruk i opplæring av PEF-metode. Vi erfarer at bruken av digitale løsninger har opprettholdt aktiviteten av kurs og vi har unngått avlysninger. Vi har gjennomført kurs og tilhørende rollespill der deltakerne har sittet på hjemmekontor grunnet restriksjoner. Siden mars har 90 % av veiledningene blitt gjennomført digitalt og vi har unngått avlysninger av grupper med pasienter og pårørende ved å gjennomføre møtene digitalt.

### **Konferanser**

TIPS Østfold har bidratt på følgende konferanser i 2020

- Nasjonal nettverkskonferanse for psykoedukativt familiesamarbeid 19. oktober
- EHIN 10. november

## **Akershus universitetssykehus**

TIPS arbeidet ved Ahus er fortsatt i en revitaliseringsperiode gjennom 2019-2020. Aktiviteten økte etter en periode med mindre aktivitet i de foregående årene etter TIPS-konsulent stillingen har i gått fra 20 % til 50 % igjen. Likevel har også TIPS arbeidet vært preget av Covid-19 pandemien. Innledningsvis har 2020-aktiviteten vært som følger: TIPS nettverkssamling, veiledningsstøtte i oppbygging av TIPS team, veiledning i risikogrupper samt tiltak, pårørende veiledning, informasjonsarbeid, og organiseringsarbeid.

## **TIPS i Ahus**

Siden 2019 med begrenset aktivitet TIPS arbeidet, har hovedfokus vært på revitalisering av særlig TIPS nettverket. Det har vært stor utskifting av TIPS kontakter i TIPS nettverket ved sykehuset. Således ble det organisert og gjennomført TIPS nettverksmøte ved Groruddalen DPS 6. mars 2020. Dette ble avholdt rett før nedstenging, der nye TIPS kontakter ble presentert for TIPS arbeidet. I tillegg var det første TIPS nettverksmøte, nå første gang også med representanter fra Kongsvinger BUP og DPS. Programmet for TIPS nettverksmøtet hadde primært fokus på revitalisering.

TIPS konsulent orienterte om TIPS arbeid på Ahus siden 2014 og planer fremover. Stine Nørbech, kommunepsykolog fra Forebyggende Psykisk Helsetjeneste i Lørenskog holdt deretter innlegg om erfaringer med tidlig oppdagelsesorganisering i førstelinjetjenesten Lørenskog kommune. Psykologspesialist/forsker Sofie Aminoff, TIPS Sør-Øst kompetansesenter, gjennomgikk forskningsgrunnlag for behovet av tidlig intervensjon ved psykose. Aminoff er dessuten kontaktperson for Ahus, som bistår TIPS konsulenten i organisasjonsarbeid og representant og rett vei innad i TIPS kompetansesenteret for Ahus. Psykologspesialist Edyta Rodes hadde innlegg om mobilt team ved Øvre Romerike BUP, som ivaretar unge psykosepasienter og med psykoserisiko med fleksibelt organisering. Til slutt var det innlegg ved seniorforsker og prosjektleder ved FoU Kristin Heiervang om det pågående psykoseforskningsprosjektet Bedre Psykosebehandling. Prosjektet er et forbedringsprosjekt på ulike områder som fysisk trening, medikamentell behandling, familiearbeid og trening i livsmestring (IMR). Dessuten er det en implementeringsstudie. Ahus har iverksatt studien og leder i tillegg prosjektet nasjonalt.

Avslutningsvis drøftes omstruktureringer i organiseringen av TIPS kontakter og ledelsesstrukturer, for å styrke TIPS i Ahus både ut imot seksjoner og inn mot ledelsen. Dette arbeidet fortsettes.

Det har vært tett samarbeid mellom TIPS-konsulent og divisjonsledelsen ved Divisjons Psykisk Helsevern og Avhengighet for relevante TIPS kontakter. Det gjenstår aktivt arbeid for å få representanter fra alle relevante seksjoner i Ahus. Dette arbeid fortsettes også inn i 2021.

Organisering av felles TIPS telefon er forsinket på grunn av en del omstrukturering i forbindelse med pandemien. ABUP- TIPS rapport (2016) resulterte i at ABUP ledelsen fattet vedtak (2017) om etablering av TIPS-team ved alle BUP poliklinikker. Organiseringen av disse skulle bestemmes lokalt. På bakgrunn av målsetning om samorganisering av vakt og mottaksordning for TIPS telefonen mellom barne- og ungdomspsykiatrien (BUP) og Voksenpsykiatri (VOP), har videre organisering av nevnte TIPS-team i BUP stort sett vært avventende til praktisk gjennomføring siden vedtak. Mål for samkjøring av TIPS teams i BUP og VOP er fortsatt mål for videre TIPS organisering på lik linje med nevnte etablering og organisering av TIPS telefon er hovedsatsning i TIPS handlingsplan for 2021.

## **Undervisning og prosjektarbeid**

Samhandling med førstelinjen er et viktig element i TIPS arbeid og vil fortsatt være et satsningsområde i revitaliseringsprosessen utover 2021. Øvrig kontinuerlig TIPS aktivitet i Ahus sektor fortsettes, det gjelder særlig inkludering av Kongsvinger fra Sykehus Innlandet til Ahus sektor, der et eget TIPS team ved Kongsvinger DPS nå er betydelig lengre i oppbyggingsprosessen. Kunnskapsnivået er hevet og det er organisert team som skal motta egne psykosepasienter. Nes kommune er per 01.01.21 lagt under Kongsvinger DPS. 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 kontinuertes. 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

### Samarbeid og søvnkurs

I løpet av året 2020 har TIPS Sør-Øst-konsulenten blitt bedre kjent med de andre konsulentene og teamet ved TIPS Sør-Øst ved OUS. Dette har medført et økt samarbeid. Konsulenten avviklet spesialistpermisjon jan-april 2020, og i forbindelse med denne fordypet seg i søvnbehandling for psykosepasienter, etter modell fra Dr. Felicity Waite og Dr. Louise Isham ved University of Oxford. Hun hospiterte ved TIPS Drammen, hos TIPS-konsulent Ellen Jaksland, der de har laget et behandlingsopplegg etter samme modell. Planen er å få til et tilsvarende tilbud ved vår klinikk. Det er startet en prosjektgruppe på tvers av seksjoner internt og på tvers av foretak (OUS). Dette arbeidet er ikke ferdigstilt, men påbegynt og vi har en ambisjon om å starte opp høsten 2021. Klinikkledeisen er positiv til implementering og for et mulig forskningsprosjekt knyttet til denne behandlingen.

### Hospitering TIPS Vestfold

Videre fikk konsulenten anledning til å hospitere ved Tidlig oppdagelsesteamet hos TIPS Sør-Øst konsulent Marit Holter ved Sykehuset i Vestfold. Der fikk hun innblikk i deres arbeid med tidlig oppdagelse ved psykose. Erfaringer fra denne hospiteringen og hospiteringen ved TIPS Drammen ble både skriftlig og muntlig overlevert til klinikkledeisen, inkl. fagsjef.

### 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. Vi har erfart at det var en betydelig nedgang i antall henvisninger i korona-tiden (vinter/vår/sommer 2020). Dette ga inspirasjon til å starte arbeidet med vårt eget kampanjebrev, i samarbeid med TIPS Sør-Øst.

Vi har dog i løpet av høsten 2020 opplevd en økning i antall henvisninger igjen, særlig fra BUP. Majoriteten av henvisninger er interne, både fra barne- og ungdomsklinikken og voksenklinikken. Det har vært utfordringer under korona-epidemien med tanke på faste møter, men etter hvert har videomøter blitt godt implementert. 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).

Kampanjebrevet er fortsatt under vurdering/utarbeidelse. I og med at vi i løpet av våren 2021 går over i en ny avdeling og seksjon (Seksjon for psykose og sammensatte lidelser), med dertil nye ledere, har vi et ønske om et nytt fremstøt angående økt ressurser til tidlig intervensjonsarbeid. Kampanjebrevet forutsetter også et lavterskel-kontakt tilbud, og dette må forankres hos ny ledelse.

Det kan altså se ut som om vi lykkes med å fange opp majoriteten av de nysyke som allerede er i klinikken, men at vi i mindre grad fanger opp de nysyke fra førstelinjen.

### **TIP Seminar 2020**

TIPS konsulenten har tatt initiativ til å arrangere et TIP-seminar, som ble holdt i oktober 2020. Dette ble et mindre seminar enn først planlagt, grunnet restriksjoner knyttet til smittevern, men ble fulltegnet med 65 deltakere. Det har vært et ønske om å nå ut både internt og eksternt (førstelinjen) med et slikt seminar, der psykose og tidlig intervensjon er hovedfokus. Planlegging av nytt seminar høsten 2021 startet raskt etter gjennomføringen av første TIP-seminar. Seminaret i 2020 ble godt mottatt av de som deltok. Seminaret var et samarbeid med TIPS Sør-Øst (foredragsholdere) og egen fagavdeling.

### **Annet**

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. Det er lagt en fremdriftsplan for dette arbeidet.

Konsulenten har gjennomført REACT-NOR kurs og kollegaer i TIP har også nå snart gjennomført det samme, slik at vi alle kan tilby denne pårørendeoppfølgingen. Denne metoden har blitt reklamert for via undervisning og møter i klinikken.

Det har blitt gitt veiledning for behandlere internt i klinikken om utredning og behandling hos pasienter med psykoselidelser.

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

## 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](http://www.tips-kompetansesenter.no)



---

TIPS Sør-Øst  
Regional kompetansetjeneste  
for tidlig intervensjon ved psykose

**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.**