



Årsmelding for TIPS Sør-Øst 2022

Regional kompetansetjeneste for tidlig intervensjon ved psykose

Forsknings- og innovasjonsavdelingen
Klinikk psykisk helse og avhengighet

Leder.....	4
Om TIPS Sør-Øst	5
Organisasjon og bemanning 2022.....	5
Bemanning.....	5
TIPS-konsulenter	5
Organisering som implementeringsstøtte	6
Styringsinstanser, nettverk og samarbeid.....	6
Referansegruppe	6
Brukermedvirkning.....	6
Regionalt TIPS-nettverk.....	7
Nasjonalt TIPS-nettverk.....	7
Forskningsnettverk.....	7
Internasjonalt	7
Nasjonalt nettverk – psykoedukativt familiesamarbeid	8
Spredningstall for 2022	8
Undervisning og forskningsformidling: Hovedaktiviteter i 2022	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.	9
Veiledning.....	10
Undervisning mot høyskole og universitet.....	10
Synlighet og digitale tjenester: Hovedsatsinger 2022.....	10
Forskning og fagutvikling: Hovedaktiviteter 2022.....	14
iTandem – et digitalt samhandlingsverktøy	14
REACT-NOR: Relatives Education and Coping Toolkit - Norway - akutthjelp under pandemien	14
Psykosekompetanse.no.....	15
Recovery, wellbeing og stigma ved psykose- og bipolar lidelse.....	16
Kreativ skrivning	18
Fokus på søvn ved psykoselidelser	18
COPE psykose – bipolar	Feil! Bokmerke er ikke definert.
Ta vare 2020 – en nasjonal spørreundersøkelse til pårørende til personer med psykose eller bipolar lidelse.	Feil! Bokmerke er ikke definert.

TIPS Oslo – en felles arena for samarbeid om tidlig oppdagelse og behandling ved psykose.....	19
Bedre pårørendesamarbeid ved psykose.....	21
Extreme challenges - Nasjonal kartlegging av pasienter med svært alvorlig selvskading og omfattende institusjonsbehandling	22
Alvorlig psykisk lidelse og affekter	22
Bipolarenhet ved Nydalen DPS - forskningsklinikk for pasienter med bipolar lidelse	22
Prospektiv studie om psykoserisiko og forstyrrelser i selvopplevelse	23
Nasjonalt TIPS nettverk	23
Drift av lettvekts-IKT	24
Vitenskapelige publikasjoner 2022	25
Lokalt arbeid i regionen: Hovedaktiviteter 2022.....	28
Vestre Viken	28
Sykehuset Innlandet.....	30
Sykehuset i Vestfold HF	31
Sykehuset Østfold.....	33
Akershus universitetssykehus	36
Sykehuset Telemark	36
Sørlandet Sykehus	39

Leder

Kjære leser

Det er lett å være glad for å få lede en seksjon som TIPS Sør-Øst når det kommer til oppsummeringen av fjorårets aktiviteter. Vi er ikke en stor enhet, men vi makter å spre kunnskap om viktigheten av tidlig intervensjon ved alvorlig psykisk lidelse, og bidra til utformingen av helsetjenestene i regionen. Dette er ikke dårlig. Grunnen til dette, er at flere hoder tenker så uendelig mye bedre enn et.

Nettverk som begrep, høres kanskje kjedelig ut. Men som funksjon gir det oss muligheter til å overføre kunnskap og handlekraft langt utover det vi klarer alene. TIPS Sør-Øst har tatt nettverkstanken på alvor, og de siste årene har vist at den mentale avstanden mellom enheter i vår region har blitt mindre.

Vi har gode medarbeidere og kollegaer i alle helseforetak som jobber for pasientens beste. Det er ikke en lett oppgave. Tungrødde systemer og minimale ressurser skaper uro. Likevel, vi opplever klinikere som er dedikerte, kunnskapstørste og kreative. For at de skal få de best mulighetene til å utøve sitt virke, må vi bli mer opptatt av hvordan tilbudet fyller behovet, og hvilke rammer som omgir det.

TIPS Sør-Øst har fått et øket fokus på tjenesteutvikling, og jobber målrettet mot et helsevesen som setter pasientens behov i sentrum. Misforstå oss rett, vi fantaserer ikke om luftslott. Det er hevet over enhver tvil at vi skal spare penger i årene som kommer. Det er varslet om at det blir tøft. Ikke desto mindre mener vi at et recoveryorientert helsevesen med digitale verktøy i kofferten, vil være i stand til å tilby gode spesialiserte tjenester, om vi tenker klokt og tar vare på hverandre. Vi må legge til rette for gode tjenester der alle kan trives – det betyr høy faglighet, gode arbeidsforhold og imøtekommende tjenester.

Jeg mener TIPS Sør-Øst bidrar i riktig retning. Vi har fokus på oppgaver innen kompetanseheving, forskning, innovasjon og kommunikasjon som underbygger målsetningen. TIPS-konsulentene bidrar både i eget foretak, men også som støtte og inspirasjon på tvers av foretakene. Undervisning og ulike kompetansehevende tiltak ligger på et høyt nivå basert på de svært gode tilbakemeldingene.

Vi har god spredning gjennom flere kommunikasjonskanaler. Psykose-bipolar rettet mot pasienter, har eksempelvis hatt 280 000 unike sidevisninger i 2022! Dette er overveldende og svært hyggelig. Hatten av for de som har bidratt til dette. Vi er i gang med nye prosjekter som vil øke tilgjengeligheten av godt læringsmaterieell, også for klinikere.

Vår forskning er klinikknær og recoveryorientert. Det gjenspeiles i pågående prosjekter og artikler. Et ekstra fokus på familiearbeid har gjort seg gjeldende, og dette vil fortsette i 2023. Vi mener det er viktig å se våre brukere som del av et økosystem, de er også en del av et nettverk som må pleies for å få optimal effekt. Gode verktøy som under bygger dette er viktig for klinikere, for å nå flest mulig.

Til sist vil jeg nevne vårt økte fokus på innovasjon og designtenkning. Digitale støtteverktøy kommer til å bli en del av hverdagen. Men utvikling av nye teknologiske løsninger, er ikke interessante før vi vet hvordan de kan integreres og nyttiggjøres. TIPS Sør-Øst vil ha fokus på dette i året som kommer. Det er først da vi går fra en artig dings til innovasjon!

Mvh Kristin Lie Romm

Om TIPS Sør-Øst

Visjonen vår er at alle pasienter med tidlige tegn eller symptomer på psykose møtes av et lett tilgjengelig og individuelt tilpasset utrednings- og behandlingstilbud.

TIPS Sør-Øst skal være en brobygger mellom forsknings- og praksisfeltet. Tjenesten skal bidra til kompetanseheving i klinikken når det gjelder systemtenkning, utredning og behandling for personer i målgruppen.

Organisasjon og bemanning 2022

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 2022» 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 2022 var 11,4 millioner.

Bemanning

I 2022 har kjernen i TIPS Sør-Øst vært bemannet med en seksjonsleder som er spesialist i psykiatri (100 %) og førsteamanuensis ved UiO (20 %), en administrasjonsrådgiver (100 %), og en kommunikasjonsrådgiver (100 %). Den øvrige faglige bemanningen har bestått av fem psykologspesialister/PhD (100 %), en fagrådgiver/ spesialsykepleier (50 % - 20 % fast og 30 % engasjement).

Alle faste stillinger i kjernen er besatt.

TIPS-konsulenter

I 2022 har følgende helseforetak hatt TIPS konsulenter som har vært økonomisk støttet av kompetansetjenesten:

Akershus universitetssykehus
Sykehuset Innlandet
Sykehuset Østfold
Vestre Viken HF
Sykehuset i Vestfold
Sykehuset i Telemark
Sørlandet Sykehus

Oslo universitetssykehus, Diakonhjemmet Sykehus og Lovisenberg Diakonale Sykehus:

Når det gjelder Oslo universitetssykehus og Osloregionen (Diakonhjemmet Sykehus og Lovisenberg Sykehus) anser vi å ha et ansvar for å etablere en samarbeidsarena 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 tjenestene TIPS Sør-Øst kan tilby, og vi mener derfor det bør være mulig å ha drive en slik TIPS arena i Oslo til tross for manglende økonomiske ressurser.

I 2022 har dette arbeidet vært videreført, og målet er å samle TIPS-arbeidet i Oslo sektor. Arbeidet videreføres og intensiveres i 2023.

Organisering som implementeringsstøtte

TIPS Sør-Øst har vært særlig opptatt av implementering av ny og/eller forbedret praksis innen tidlig intervensjonsfeltet/psykosefeltet. Vår organisering er en nøkkel her: Ved å ha etablert TIPS-konsulenter i helseforetakene i regionen, har vi sørget for å ha forbindelser ut i alle klinikker som skal jobbe med tidlig intervensjon og psykose.

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

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

Styringsinstanser, nettverk og samarbeid

Retningslinje for regionale kompetansetjenester i Helse Sør-Øst er styrende for driften av tjenesten, samt egen strategiplan og handlingsplaner.

Referansegruppe

TIPS Sør-Øst har en egen referansegruppe med representanter fra alle helseforetakene, UiO, NAPHA (kommunalt nivå), brukerorganisasjoner (LPP og Mental helse ungdom), OsloMET og Ung Arena Oslo.

Referansegruppen møtes en gang årlig og gir tilbakemelding på virksomheten og diskuterer planer, fokusområder og strategier for videre arbeid.

26. april ble det avholdt møte med referansegruppen der man diskuterte hvordan **TIPS Sør-Øst kan jobbe helsepolitisk for å støtte helseforetakene i utformingen av sine tjenester**. Medlemmene i gruppa ga oss nyttige innspill som vi tar med oss i videre planer og strategier.

Brukermedvirkning

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

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

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

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

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

I 2022 formaliserte vi et samarbeid med **Bipolarforeningen** om å bidra med å dele informasjon i våre respektive kommunikasjonskanaler, samt å bidra faglig med rådgivning, veiledning og undervisning.

Regionalt TIPS-nettverk

TIPS Sør-Øst organiserer og inviterer til *TIPS-regionsamlinger* – en møteplass for alle TIPS team/miljøer i helseregionen. Hensikten med dette er erfaringsutveksling og utvikling og forbedring av tjenester. Nettverket samles årlig og diskuterer problemstillinger på tvers av regionen.

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

Vi gjennomførte ikke samling med regionalt TIPS nettverk i 2022, fordi vi planlegger for en større satsing med en klinisk rettet konferanse desember 2023 der alle miljøene vil inviteres inn.

Nasjonalt TIPS-nettverk

I desember 2019 hadde vi et arbeidsmøte med TIPS miljøet i Stavanger om å starte et samarbeid for å etablere et nasjonalt nettverk for TIPS arbeid. Vi besluttet å gjennomføre en nasjonal kartlegging ved å ringe til aktuelle enheter i Norge og kartlegge på hvilken måte de jobber og hvilke ressurser de har tilgjengelig. Et nasjonalt nettverk vil kunne styrke kunnskapen i dette feltet, samt bidra til å samle gode erfaringer for drift og vedlikehold av slike tjenester med nødvendig tilpasning til lokale forhold. Kartleggingen ble gjennomført i 2022 og arbeidsgruppen jobber med en artikkel på bakgrunn av funnene etter kartleggingen som vil ferdigstilles i 2023.

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 (Norsk senter for forskning på mentale lidelser) ved Oslo universitetssykehus/UiO, men også forskere internasjonalt, spesielt innen familiearbeid ved psykose, og kognitiv terapi ved psykose. Vi samarbeider også med nasjonale forskere ved andre helseforetak i og utenfor regionen. TIPS-miljøet i Stavanger er spesielt viktig. Eller samarbeider vi med Senter for medisinsk etikk (UiO), Institutt for helse og samfunn (UiO), VID vitenskapelige høyskole

Internasjonalt

I 2022 besøkte vi Fiona Lobban og hennes forskerteam i ved Lancaster University. Vi samarbeider med Lobban rundt reactoolkit som er utviklet av henne og medarbeidere. Ved Manchester University hadde vi gleden av å møte psykolog og Dr. Filippo Varese og et par av hans kolleger. I tillegg møtte vi Sandra Bucci, forsker og professor i klinisk psykologi, og et par av hennes kolleger. For TIPS Sør-Øst er det særlig

hennes interesse for å utvikle digitale tjenester, og å bruke digitale verktøy og intervensjonsmetoder for å forbedre oppdagelse og behandling av alvorlig psykiske lidelse som har vært spennende å diskutere.

I tillegg har vi i en årrekke hatt et samarbeid med Douglas Turkington og Helene Spencer, som også i 2022 var invitert til å holde en todagers workshop om kognitiv terapi ved psykose.

Trust Saidi ved Centre for technology, innovation and culture (UiO) og Maastricht University samarbeider rundt delprosjekter.

Nasjonalt nettverk – psykoedukativt familiesamarbeid

Nasjonal gruppe for psykoedukativt familiesamarbeid ble etablert i 2018, og er forankret i TIPS Sør-Øst. Også i 2022 har vi gjennomført en digital samling med nettverket med over **80 deltakere**. Hensikten er å løfte kompetansens på familiesamarbeid som klinisk fagområde i psykosefeltet.

Spredningstall for 2022

Gjennom undervisning, formidling, veiledningsaktivitet, kurs og konferanser når vi flere tusen personer i løpet av året. Dette er hovedsakelig fagpersoner som jobber med psykose og bipolar lidelse på de ulike helseforetakene i regionen, men også noen fra primærhelsetjenesten og skoler. Det har blitt undervist, veiledet og formidlet innenfor et bredt spekter av tema knyttet til blant annet psykose, behandling, utredning, tidlig intervensjon og e-helse.

For en fullstendig og detaljert oversikt over all vår undervisnings-, forsknings- og formidlingsaktivitet henviser vi til den elektroniske rapporten hos [Helse Sør-Øst: Regionalt kompetansesenter for tidlig intervensjon ved psykoser \(TIPS\) - 2022 - Forskningsprosjekter \(ihelse.net\)](#)



Nettportalen www.psykose-biplolar.no har hatt **280 000 unike sidevisninger** i løpet av 2022, noe som er en ytterligere økning på 60 000 siden 2021. Den største brukergruppen er: 25-34 år (25%).

Kjønnsfordeling: 59 % kvinner. I 2022 har vi også **lansert en forbedret versjon** av nettportalen med økt brukervennlighet og med søkbart innhold.

Kampanjen [@psyktgodvenn](#) på Instagram og facebook har henholdsvis **nådd over 10 000** følgere i hver sine kanaler i løpet av 2022. Publiseringfrekvensen har vært: tre poster pr uke, mandag, onsdag og fredag. I løpet av 2022 har denne kampanjen blitt satt på pause da vi har hatt behov for å bruke ressurser på nye, prioriterte oppgaver.

TIPS Sør-Østs **facebook-kanal** hadde ved utgangen av 2022 i underkant av **2000** følgere – en økning på omtrent 200 personer siden 2021. Vi publiserer med en frekvens på to ganger i uken: tirsdag og torsdag. Målgruppen er hovedsakelig fagpersoner, men innholdet er også relevant for allmennheten.

Den viktigste kanalen ut mot våre sentrale målgrupper er det **månedlige nyhetsbrevet**. Ved utgangen av 2022 hadde vi **over 1500 abonnenter**, noe som er en **økning på 200 abonnenter**. Åpningsraten ligger på mellom 30 – 40 prosent.

Over 800 personer har til sammen sett våre **FagTIPS seminarer** som er gjennomført i 2022.

Undervisning og forskningsformidling: Hovedaktiviteter i 2022

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

TIPS Sør-Øst har i sin strategiplan definert spesifikke fokusområder for kompetansespredning, og strategier og tiltak for å oppnå dette. I 2022 har vi hatt spesielt fokus på:

Kurs i diagnostikk og utredning

Dette gjelder spesielt symptommål som PANSS og SIPS. Vi har gjennomført **digitale kurs i PANSS og SIPS** via Norsk Helsnett (Join.nhn.no), med til sammen rundt **200** deltakere. Vi har administrert gruppearbeid digitalt med skåringer i digitale grupperom og tilpasset undervisningen slik at det har vært gjennomførbart over nettet. Vi har jobbet aktivt med informasjon om kurs og teknologien i forkant, sørget for administrativ og teknisk support under gjennomføringer, og fått gode evalueringer fra deltakerne.

Opplæring, veiledning og implementering av psykoedukativt familiesamarbeid (PEF).

Opplæringen blir planlagt i samarbeid med lokalt helseforetak og tilhørende kommuner. I gruppelederkursene inngår veiledning i etterkant ved oppmøte eller via digitale løsninger.

I 2022 har **126 deltakere** fått opplæring i metoden gjennom TIPS Sør-Øst.

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 2022 har fulgt vi opp kursdeltakerne fra BPS, fra spesialisthelsetjenesten, i gruppeveiledning.

Opplæring av veiledere i www.reacttoolkit.no

Den største videreføringen i 2022 har vært prosjektet REACT-NOR (www.oslo-universitetssykehus.no/react-nor). Gjennom det nettbaserte verktøyet www.reacttoolkit.no kan familiebehandlere gi avstandsoppfølging av pårørende til personer med psykose. All undervisning og veiledning har blitt gitt digitalt, og har nådd fagpersoner i hele landet. I løpet av året er det gjennomført 2 kurs der **33 personer** fått opplæring og veiledning for å bli REACT-veiledere. Les mer om REACT-NOR under seksjonen «Forskning og fagutvikling»

Seminarer og kurs i kognitiv atferdsterapi ved psykose.

TIPS Sør-Øst har tidligere undervist i grunnleggende kognitiv atferdsterapi ved psykose for store deler av regionen. Vi har nå gått et skritt videre og tilbyr etterutdanning på ekspertnivå. Det vil si at vi forutsetter at de som kommer på våre kurs har grunnleggende kunnskaper. Vi har vært så heldige å samarbeide med eksperter på feltet fra England som er førende internasjonalt på dette området.

I desember 2022 holdt professor Douglas Turkington og Dr. Helen Spencer to dagers workshop i kognitiv terapi ved psykose. **100 fagpersoner** deltok. Seminaret ble godkjent som 12 timers vedlikeholdsaktivitet for både leger og psykologer.

Veiledning

Det drives utstrakt veiledningsvirksomhet ved TIPS Sør-Øst. Fagpersoner i kjernen og TIPS-konsulenter bruker mye tid på å veilede andre fagpersoner i både utredning og behandling. Det gis veiledning både individuelt og i grupper, både i forbindelse med spesialistløp, i forhold til drøftinger av kasuistikker og differensialdiagnostiske utfordringer, i bruk av utredningsverktøy, i forbindelse med kognitiv terapi og psykoedukativt familiesamarbeid som anbefalte behandlingsmetoder. Det gis også veiledning på organisering og implementering av tidlig intervensjonsarbeid. I tillegg får flere stipendiater og masterstudenter veiledning fra kompetansetjenesten, både hoved- og bi-veiledning.

Undervisning mot høyskole og universitet

Det siste året har ansatte ved TIPS Sør-Øst undervist studenter både på OsloMet, Psykologisk institutt og Klinisk medisin ved UiO om psykose og tidlig intervensjon og SEPREP ved Høyskolen VID. Tjenesten har bidratt til at kunnskap om psykose og tidlig oppdagelse tydeligere er integrert i utdanningsplanene ved disse institusjonene. Til sammen er det gitt **110 timers** undervisning til høyskole- og universitetssektoren.

Synlighet og digitale tjenester: Hovedsatsinger 2022

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

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

Denne nettsiden er utformet hovedsakelig med tanke på fagpersoner, men er også relevant for pasienter og pårørende. Her deler vi relevant og oppdatert fagstoff, formidler tilbud om kurs, seminarer og faglige fora. I 2022 publiserte vi 20 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 2022. Vi sendte ut 12 nyhetsbrev i 2022, og i desember var det over 1500 abonnenter som mottok dette fra oss.

Fag til fag: Webinarer direkte og i opptak

I 2022 har vi gjennomført fem fagseminarer (FagTIPS) via direktesendte webinarer. Noen av seminarene er godkjente som opptak og ligger tilgjengelig for alle via nettsidene våre og vår YouTube-kanal. De to seminarene som ble godkjent for opptak hadde flere hundre deltakere live, og er sett nærmere 600 ganger i løpet av 2022.

Tidligere FagTIPS webinarer ligger tilgjengelig som opptak fra vår fagressurs:

www.tips-kompetansesenter.no

Gjennomførte FagTIPS 2022:

4. mars:

Om psykose og vold (deltakere: **132**. Sett i opptak: **495** ganger)

Foredragsholder: Christina Bell er psykiater med lang klinisk erfaring fra sikkerhetspsykiatriske enheter.

21. april:

Mistanke om psykoseutvikling hos barn og ungdom. Hvordan jobber vi i TIPS Ung, Oslo Syd?

Foredragsholdere: Ellen Sofie Hovland Austad, psykologspesialist. Cecilie Sollihagen, Overlege.

(Deltakere: **56**. Ikke opptak)

17. juni:

Om utredning ved psykose (deltakere: **124**. Sett i opptak: **171**)

Utredning av personer der det er spørsmål om psykose kan by på utfordringer. Hvordan kan disse utfordringene møtes?

Foredragsholder: Anne Kristine Nesje Walseth, overlege og seksjonsleder ved Seksjon tidlig psykosebehandling (TPB) ved Oslo universitetssykehus.

16. september:

Bedre søvn på akuttpsykiatrisk avdeling"*

Foredragsholdere: Erling Andreas Fyhn, psykologspesialist og Lill Britt Olsen, psykiatrisk sykepleier.

(Deltakere: **47**. Ikke opptak)

21. oktober

Religion og psykose

Foredragsholdere: Hilde Hanevik, overlege. Johannes Høyvik prest og terapeut.

(Deltakere: **39**. Ikke opptak)

Fag til fag: Digitalt kurs om «Tidlig oppdagelse og behandling ved psykose og psykoserisikotilstander: Hva, hvordan og hvorfor»

Det er produsert og publisert 5 undervisningsvideoer/kurs om tidlig oppdagelse og behandling. Kurset er tilgjengelig i HSØ Læringsportalen + ligger åpent tilgjengelig i vår YouTube kanal. Kurset har hatt over **700** avspillinger på YouTube.

Fag til fag: Undervisningsvideo med rollespill av første alliansesamtale knyttet til opplæring i metoden Psykoedukativt familiesamarbeid (PEF)

Denne videoen ble publisert 28. januar 2022 og har hatt nærmere **600** avspillinger.

Fag til fag: Samarbeid om og bidrag på konferanser

En viktig oppgave er samarbeid om konferanser med andre fagmiljøer i landet og internasjonalt. De viktigste konferansene for fagpersoner i vår målgruppe er *Bergen Tidlig Psykosesymposium* BTPS, *ISPS konferansen* på Hamar, *Den internasjonale traume, dissosiasjon og psykosekonferanse i Kristiansand* og *Inspirasjonskonferansen* til Norsk Forening for Kognitiv Terapi (NFKT). Dette er viktige 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.

Fag til fag: Nasjonal nettverkskonferanse Psykoedukativt familiesamarbeid 3. november (digitalt)

Nasjonalt seminar for gruppeledere i psykoedukativt familiesamarbeid, ledere som skal implementere

psykoedukativt familiesamarbeid i sin tjeneste og andre med interesse for familiesamarbeid i helsetjenesten. Det var over **80 deltakere** og gode tilbakemeldinger.

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

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

Analyser viser at det har vært **280 000 unike sidevisninger** i løpet av 2022, noe som er en ytterligere økning på 60 000 siden 2021. Den største brukergruppen er: 25-34 år (25%). Kjønnfordeling: 59 % kvinner.

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

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

Kampanjen, eller opplysningsarbeidet, har løpt gjennom hele 2022 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 2022 fortsatte vi å publisert innhold tre dager i uken gjennom hele året. Innholdet utformes hovedsakelig av fagpersoner ved TIPS Sør-Øst. Nytt i år er bidrag fra en person med brukererfaring som skriver poesi og har ønsket å dele sine dikt via vår konto en gang i uken. Dette har fått veldig god respons blant våre følgere, og vi ser god spredning på dette innholdet også. Ved årets slutt hadde kontoene over **10 000 følgere**

Tiltaket ble satt på pause ved utgangen av 2022 da vi har behov for å bruke ressurser til nye oppgaver i tjenesten, deriblant utvikling av Psykosekompetanse.

Fag til fag og allmennheten: Video- og undervisningsfilmer

Vår YouTube-kanal under navnet TIPS Sør-Øst presenterer tilgjengelige opplysnings- og undervisningsfilmer. I 2022 har kanalen hatt over **20 000** avspillinger. Aldersgruppen vi når her er størst i gruppen 25 – 34, men vi når også yngre målgrupper her. Kanalen når i større grad **menn, med en prosentandel på 52,7 %**.

Kanalen har **334** abonnenter. Det er ikke et veldig høyt tall, men med **en liten økning på 70 abonnenter** i 2022 er dette relativt sett en god økning. Vi har ikke jobbet strategisk for å bygge denne kanalen, men benytter den mer som et arkiv- og delingssted. Vi legger også ut undervisningsvideoer til kurs og annen opplæring som blir benyttet i undervisningssammenheng.

I 2022 har vi **produsert og publisert 9 nye videoer** som brukes aktivt i opplæring og undervisning:

Fag til allmennheten: Oppslag i massemedier, blogg & podcast 2022

Dato	Kanal	Innhold
06.02.22	Aftenposten	Hva er psykose, og hva er det ikke? (aftenposten.no)
13.05.22	NRK Helgemorgen. Om hvordan oppdage bipolar lidelse	Helgemorgen TV – 13. feb. 2022 kl. 09:00 – Helgemorgen – NRK TV
23.05.22	Intervju Erfaringskompetanse.no	Pårørende under pandemien - Erfaringskompetanse.no
24.08.22	Blogg, Ekspertsykehuset	Eksisterer jeg? - Oslo universitetssykehus (oslo-universitetssykehus.no)
29.08.22	Blogg, Ekspertsykehuset	Hvordan være åpen om psykose- og bipolar lidelse? - Oslo universitetssykehus (oslo-universitetssykehus.no)
29.08.22	Blogg, Ekspertsykehuset	Ny studie om psykose ved bipolar lidelse - Oslo universitetssykehus (oslo-universitetssykehus.no)
19.09.22	Intervju om TIPS arbeid. Legeforening.no	Pulverkaffe og formidling (legeforening.no)
25.09.22	Kronikk i Dagens Medisin	TIPS må inn i opptrappings-planen for psykisk helse (dagensmedisin.no)
27.09.22	Intervju ifm sak i Aftenposten	– Jeg oppførte meg som om jeg var på LSD og amfetamin (aftenposten.no)
28.11.22	Podcast: Psykopoden UiO	Episode 47: Stigma og psykiske lidelser - Det medisinske fakultet (uio.no)

Forskning og fagutvikling: Hovedaktiviteter 2022

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

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

iTandem – et digitalt samhandlingsverktøy

iTandem (www.oslo-universitetssykehus.no/itandem) er et digitalt verktøy (en mobilapplikasjon) for behandlingstøtte for pasienter med psykose- eller bipolar lidelse og deres behandlere. Den skal brukes som et samhandlingsverktøy, og være en del av behandlingen. iTandem har 8 moduler som tillater logging av; søvn, medisiner, aktivitet, bivirkninger, recovery, psykosesymptomer og humør.



Som pasient velger du selv hvilke moduler du vil benytte deg av. I tillegg henter iTandem relevant informasjon fra nettsiden www.psykose-bipolar.no. Loggede data kan tas ut som en rapport av behandler. Det er et tett samarbeid mellom TIPS Sør-Øst og Universitetets senter for informasjonsteknologi som utvikler iTandem.

I løpet av 2022 piloterte vi iTandem sammen med et lite antall pasienter og klinikere i OUS. Intervjuer med brukere og klinikere ble gjennomført i etterkant, og ga viktig informasjon om iTandem, men ikke minst om implementering. Denne kunnskapen har vi brukt når vi har lagt til rette for et nytt prosjekt ved Sykehuset Innlandet i 2023, der vi tester iTandem sammen med video. Dette prosjektet har vi kalt ViTandem. Målet er å bruke tjenestedesign som metode, i tillegg til intervjuer og innsamling av kvantitative data på bruk. Dette skal munne ut i et konsept for avstandsoppfølging. Vi jobber også sammen med Arkitektur- og designhøgskolen omkring ritualer ved videokonsultasjoner.

Vi planlegger å skrive en tidlig metodevurdering på dette materialet sammen med Center for connected care, C3. Prosjektet er basert på innovasjonsmidler fra Helse Sør-Øst.

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

REACT-NOR (www.oslo-universitetssykehus.no/react-nor) er et veiledet nettbasert verktøy for pårørende til personer med en psykoselidelse. REACT-NOR skal bidra til en bedret forståelse av hva psykose er, og hjelpe familiemedlemmer og nære pårørende til å kunne mestre de utfordringer som følger med det å ha et familiemedlem med en psykoselidelse. Pårørende tilbys å bruke hjemmesiden i samarbeid med helsepersonell som har kompetanse i psykoedukativt familiesamarbeid eller har utdanning i kognitiv terapi ved psykose. REACT-NOR er utviklet i samarbeid mellom pasienter og familiemedlemmer til personer med psykoselidelser og forskere ved Lancaster Care NHS Foundation Trust i England. Programmet ble oversatt til norsk av TIPS Sør-Øst og brukt i et pilotprosjekt ved Sykehuset Vestfold for noen år siden. TIPS Sør-Øst gjenopptok REACT-NOR programmet våren 2020 da

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

I løpet av 2022, har vi nådd å utdanne nesten 150 veiledere i REACT-NOR. En rekke veiledningsgrupper er i drift, en referansegruppe med pårørende, klinikere og forskere er etablert, flere nettressurser er tilgjengeliggjort og en serie med digitale nettverkssamlinger er gjennomført. Datainnsamlingen ble ferdigstilt sommeren 2022. Samarbeidet med TIK (Centre for Technology, Innovation and Culture) ble i 2021 utvidet med en kvalitativ del-studie i et samarbeid mellom TIPS Sør-Øst og postdoktor Trust Saidi fra TIK. I dette delprosjektet ser vi på hvorvidt REACT-NOR verktøyet kan fungere som et «boundary object» mellom de pårørende og klinikken. Artikkelen fra dette, er snart klar til å sendes inn.

Ved utgangen av 2022 ble det jobbet med utvidelse av modulene i REACT til også å omfatte bipolar lidelse, rus og kognitiv svikt. Vi håper å få dette på plass i løpet av 2023. Mer kortfattet materiell som kan tilbys tidlig i kontakten med psykisk helsevern er under utarbeidelse, og er planlagt å foreligge i mars 2023.

Psykosekompetanse.no

I samarbeid med Sykehuset Innlandet gjennomføres et innovasjonsprosjekt med ambisjon om å utvikle en nyskapende, digital læringsarena for fagfolk på tvers av tjenestene som jobber med tidlig oppdagelse og behandling ved psykose. Prosjektet heter "Psykosekompetanse.no" (www.psykosekompetanse.no)



Gjennom et omfattende innsiktsarbeid har prosjektgruppen identifisert behov for praktisk kunnskap om psykose, tidlig oppdagelse og behandling hos fagpersoner i ulike deler av helsetjenestene. Vi har intervjuet over tretti personer fra både primær- og spesialisthelsetjeneste, i tillegg til personer i barnevern, politi, lærere, helsesykepleiere, fastleger og annen kommunehelsetjeneste. Innsikten har gitt oss kunnskap om både erfaring med, og bruk av digitale tjenester for å hente praktisk kunnskap og støtte til utøvelse av arbeid, samt identifisert barrierer for bruk av slike verktøy. Vi har også funnet ut hva slag type behov for praktisk kunnskap personer i våre målgrupper har om dette fagområdet.

Videre har vi i samarbeid med tjenestedesignere og ux-designere fra Designit, utviklet et rammeverk for hvordan innhold skal organiseres og presenteres på nettstedet psykosekompetanse.no.

Rammeverket består av syv moduler:

- 1) Hvordan forstå psykose
- 2) Hvordan oppdage psykose
- 3) Hvordan samarbeide med pårørende
- 4) Hvordan møte personer med psykose eller mistanke om psykose
- 5) Hvordan kartlegge og utrede psykose
- 6) Hvordan behandle og bidra til bedring
- 7) Hvordan lage en god tjeneste for tidlig oppdagelse

Rammeverket er designet for å kunne tilby støtte til behandleres/fagpersoner praksis, organisert i ulike faser av et pasientforløp. Det er formet med tanke på å få oversikt over innhold, og rask tilgang til innholdet i læringsarenaen. Det er laget et godt søkeverktøy, og menyer som skal gjøre det lett å finne det man trenger.

Det er ellers utviklet visuelle og grafiske elementer man kan ta i bruk når innholdet skal presenteres, slik at det framstår engasjerende og støttende for brukeren. Det er også designet med tanke på å raskt kunne laste ned materiell til bruk som støtte til egen utrednings- og behandlingspraksis, samt som støtte til kommunikasjon og psykoedukasjon med pasienter og pårørende. Rammeverket har fortløpende blitt brukertestet og justert løpende etter hvert som behovene har oppstått og forståelse for bruk og atferd blitt etablert.

I neste fase skal vi produsere konkret innhold, og ulike arbeidsgrupper har nå fått hovedansvar for å utvikle innhold til de syv modulene. Vi vil knytte til oss leverandører som kan bidra med pedagogisk smart utforming og sørge for at alt får en gjennomgående design og stil.

Målet er å lansere psykosekompetanse.no i desember 2023, hvor en god del av innholdet vil være på plass. Målet er å få innpass på flere fagkonferanser for å markedsføre læringsarenaen der våre målgrupper befinner seg. Andre spredningstiltak vil også gjennomføres, blant annet gjennom en reklamevideo.

Innholdsproduksjon vil være et pågående arbeid, sannsynligvis i flere år framover. Vi har lagt en plan for spredning og implementering, og er i dialog med det nyopprettede senteret i HSØ; Regionalt senter for digital læring og kompetanseutvikling om bidrag til økt produksjon av læringselementer, høyere kvalitet og mer innovasjon innen digital læring.

Prosjektet skal ferdigstilles høsten 2023.

Recovery, wellbeing og stigma ved psykose- og bipolar lidelse



Hovedmålet med dette prosjektet er å øke kunnskap om bedring (recovery) ved psykose- og bipolar lidelse. Det vil si hvordan vi forstår det, hvor mange som oppnår det, hva som påvirker det, og hva slags betydning dette får for tidlig intervensjon. Økt kunnskap om hva bedring innebærer (symptom- og funksjonsbedring (klinisk recovery) vs. positiv psykisk helse (personlig recovery og wellbeing), og hvor mange som oppnår bedring er viktig for personer med en psykose- eller bipolar lidelse og deres pårørende fordi det vil kunne bidra

til økt håp og redusert stigma. Økt kunnskap om hva som påvirker bedring, deriblant recovery-orienterte tjenester, redusert personlig stigma og økt bruk av erfaringskompetanse, vil ha betydning for behandling. Medforskning er en viktig og integrert del av prosjektet. Temaene og kunnskapen fra dette prosjektet (recovery, wellbeing og stigma) er integrert i flere TIPS Sør-Øst prosjekter: *iTandem*, *COPE*, *Åpen om psykose- og bipolar lidelse: bruker til bruker*, og *psykosekompetanse.no*.

Prosjektet har tre deler:

Første del av prosjektet omhandler recovery og stigma 1 år etter behandlingsstart for en psykoselidelse basert på kvantitative data fra TOP 1-års oppfølging. Denne delen er gjennomført og resulterte i tre artikler:

- Simonsen et al. *Early clinical recovery in first-episode psychosis: a 1-year follow-up study*. *Psychiatry research*. 2017.
- Simonsen et al. *Self-rated disability in first treatment psychosis: a 1-year follow-up study* *Compr Psychiatry*. 2018.
- Simonsen et al. *Perceived and experienced stigma recovery in first-episode psychosis: a 1-year follow-up study*. *Compr Psychiatry*. 2019.

Andre del av prosjektet omhandler recovery, wellbeing og stigma 10 år etter behandlingsstart for en psykose- eller bipolar lidelse basert på kvantitative og kvalitative data fra TOP 10-års oppfølging og TIPS 20-års oppfølging. Alle data er samlet inn. Denne delen av prosjektet består av fire artikler som inngår i et Phd prosjekt med stipendiat Gina Åsbø:

- Åsbø et al. *The Time is Ripe for a Consensus Definition of Clinical Recovery in First-episode Psychosis: Suggestions Based on a 10-Year Follow-up Study*. *Schizophr Bull*. 2022. (publisert)
- Simonsen et al. *A Good Life despite Psychosis: the Rate of Personal recovery, Emotional wellbeing and Clinical recovery in a First-episode psychosis 10-year follow-up study*. (under arbeid)
- Åsbø et al. *“Why shouldn’t I expect things from life?”: what people with lived experience from psychosis highlight as important to their personally defined long-term recovery process*. (under arbeid)
- Åsbø et al. *Relationship between psychosocial treatment and recovery: a mixed-methods study*. (under arbeid)

I tillegg arbeides det med to artikler til fra dette datamaterialet som ikke inngår i Phd prosjektet:

- *Aspects of treatment considered particularly helpful to recovery in first-episode psychosis: a 10-year follow-up study*.
- *Internalised stigma and its relationship with recovery in first-episode psychosis: a 10-year follow-up study*.

Tredje del av prosjektet omhandler utvikling av behandlingsintervensjoner som kan bidra til å øke personlig recovery og redusere personlig stigma. Dette er intervensjoner som inngår i andre TIPS Sør-Øst prosjekter, derav:

- *iTandem*. I bedringsmodulen har vi lagt inn mål av personlig recovery (QPR) og wellbeing (WEMWBS og Tilfredshet med livet), samt to oppgaver (‘tre gode ting’ og ‘personlige egenskaper’) som kan bidra til økt positiv psykisk helse adaptert fra «Positive psychotherapy for psychosis» (Slade et al 2017).
- *Åpen om psykose- og bipolar lidelse: bruker til bruker*. Vi fikk midler fra Stiftelsen Dam i juni 2022 til et 2,5 års prosjekt der vi tilpasser en amerikansk gruppe intervensjon (Honest Open Proud) med fokus på å lette vansker knyttet til stigma og åpenhet, til norske forhold. Personer med egenerfaring skal lede gruppene og være med på arbeidet med tilpasning av manualen.
- Gruppeintervensjonen «*Positive psychotherapy for psychosis*» (Slade 2017) planlegges å oversettes og tilpasses norsk forhold - ikke søkt om midler til enda.

Carmen Simonsen er prosjektleder. Kristin Lie Romm, Elizabeth Ann Barrett og Sofie Aminoff er med i prosjektgruppen. Prosjektet er tilknyttet «Langtidsoppfølgingen i TOP prosjektet» (NORMENT), PI Ingrid Melle. Gina Åsbø er stipendiat i Phd prosjektet som inngår (finansiert Stiftelsen Dam). Medforsker Sindre Hembre Kruse er sentral i forskningsgruppen med en 25% stilling i tre år (2020-2022; finansiert av Frie forskningsmidler, Klinikk psykisk helse og avhengighet, OUS). Hanne Haavind veileder det kvalitative arbeidet. Mike Slade, Torill Ueland og Wenche Ten Velden Hegelstad er med i Advisory board.

Kreativ skriving



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

I 2022 har vi publisert en ny artikkel fra denne studien: “Creative writing as a means to recover from early psychosis- Experiences from a group intervention” (Arts and Health). Vi undersøkte hvordan deltagerne opplevde kurset og hva de fikk ut av det. Da vi tolket resultatene, tok vi utgangspunkt i et rammeverk for recovery, og undersøkte hvordan deltagernes opplevelser hang sammen med teorier om hva som er viktig ved tilfriskning. Resultatene er oppløftende. Vi tror det kan være noe å vinne ved å tenke på kreativ skriving som vi tenker på musikkterapi. Her er det behov for mer forskning.

Fokus på søvn ved psykoselidelser

Folkehelseinstituttet skrev i sin rapport «Psykisk helse i Norge» (2018) at søvnvansker er en av de vanligste plagene i befolkningen. Forekomsten av søvnforstyrrelser er mye høyere blant personer med psykoselidelser sammenlignet med befolkningen generelt; opptil 80% av personer med psykoselidelser har forstyrret søvn.

TIPS Sør-Øst har gjennomført en spørreundersøkelse blant klinikere i Helse Sør-Øst om deres oppfatninger, utredning og behandling av søvnproblemer ved psykose, samt eventuelle hindringer for søvnbehandling. Resultatene ble publisert i tidsskriftet *Comprehensive Psychiatry* i 2020. Hovedresultatene var at søvnproblemer i denne pasientgruppen sjelden utredes systematisk, og at anbefalte behandlingsmetoder i liten grad benyttes. Klinikernes opplevde barrierer for søvnbehandling var bl.a. manglende kunnskap. Denne undersøkelsen representerer grunnlaget for videre arbeid med å implementere utredning og behandling av søvnforstyrrelser ved psykose i klinikken i Helse Sør-Øst.

I 2022 har TIPS Sør-Øst arbeidet for å utvikle et forsknings- og implementeringsprosjekt for søvnbehandling ved døgnposter for personer med psykoselidelser på Avdeling for spesialpsykiatri ved Akershus universitetssykehus, i samarbeid med Department of Psychiatry, University of Oxford. Vi oversatte en behandlingsmanual fra engelsk til norsk for søvnbehandling på døgnpost. Samarbeidet om prosjektet ble imidlertid avsluttet i 2022 av formelle årsaker.

I 2022 søkte TIPS Sør-Øst via Rådet for psykisk helse om Helse-midler fra Stiftelsen Dam til profesjonell oversettelse av en behandlingsmanual for pasienter med psykose i poliklinisk behandling, som skulle prøves ut i kliniske enheter ved Oslo universitetssykehus. Søknaden ble imidlertid avslått, men det arbeides videre med å få gjennomført dette prosjektet.

TIPS Sør-Øst tok i 2022 initiativ til at undervisning om søvnbehandling ved psykose inkluderes som del av Psykosekurset på profesjonsstudiet for psykologi ved Universitet i Oslo, og undervisning blir videreført i 2023.

Det vil i 2023 arbeides videre med andre mulige forskningsprosjekter på søvnproblemer ved psykose og implementering av søvnbehandling i klinikk.

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. Undersøkelsen inkluderte både spørsmål med svaralternativer («lukkede» spørsmål) og spørsmål uten svaralternativer («åpne» spørsmål). 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, medisiner 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.

Vi planla to artikler basert på denne undersøkelsen. Den første artikkelen er basert på de lukkede spørsmålene (kvantitative data) i spørreundersøkelsen og ble publisert i tidsskriftet «Brain and Behavior» i 2022. Den andre artikkelen er basert på de åpne spørsmålene (kvalitative data) i spørreundersøkelsen. Dette kvalitative materialet er kodet og analysert med tematisk analyse. Artikkelen er påbegynt og skal skrives ferdig og sendes inn til et internasjonalt tidsskrift i løpet av våren 2023.

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

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

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

Undersøkelsen ble spredt i sosiale medier, gjennom brukerforeninger og våre faglige nettverk. 279 pårørende leverte svar i spørreundersøkelsen. Datamaterialet er analysert og 2 artikler er sendt til

fagfelleevaluering i løpet av 2022. Analysene peker blant annet på at det er av stor betydning å finne alternative måter å drive pasient- og pårørendearbeid i situasjoner hvor fysisk oppmøte er vanskelig. TAVARE har i så måte bidratt til å underbygge satsningen på digitale verktøy, som REACT NOR, til å understøtte det nasjonale pårørendearbeidet.

TIPS Oslo – en felles arena for samarbeid om tidlig oppdagelse og behandling ved psykose

Planer om å etablere et nettverk for helsepersonell som arbeider med tidlig intervensjon ved psykose (TIPS-arbeid) i Oslo ble i 2020 forpurret av covid-19 pandemien, men gjenopptatt i 2021. Hensikten med et slikt nettverk er overordnet mer systematisk fokus på TIPS-arbeid i Oslo – behov, utfordringer og potensiale. Nettverkets hensikt og struktur ble introdusert for helsepersonell i Oslo på seminaret Psykose og Storbyen i 2022.

Seminar: Psykose og Storbyen

I februar 2022 arrangerte TIPS Sør-Øst et heldagsseminar med tittelen «Psykose og storbyen» på Gaustad sykehus. Bakgrunnen for seminaret var et ønske fra klinikere i Oslo regionen om mer kunnskap om på storbyfenomener relatert til psykoselidelser. Seminaret ble gjennomført med begrenset antall deltagere (ca. 40) på grunn av restriksjoner som følge av den pågående covid-19 pandemien. Temaene i seminaret spente vidt. Avdelingsleder i stab for fag og kvalitet i Klinikk psykisk helse og avhengighet ved OUS, Cecilie Bhandari Hartberg, forleste om fremtidens psykosebehandling. Psykologspesialist Sofie Ragnhild Aminoff (TIPS Sør-Øst; NORMENT) presenterte en oversikt over forskningen på psykose og storbyfaktorer. Psykologspesialist Akiah Astral Ottesen (Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress; NORMENT) snakket om førstegangpsykose hos minoriteter. Psykologspesialist Eline Borger Rognli (Seksjon for klinisk rus- og avhengighetsforskning) holdt foredrag om cannabis som risikofaktor for schizofreni og grenseoppgangen mellom rusutløst psykose og schizofreni. Fra APAS teamet (Ambulant Psykose Avhengighet Sikkerhet) ved Lovisenberg diakonale sykehus kom psykologspesialist Lars-Andreas Kvisle og delte erfaringer fra deres arbeid med alvorlig psykisk syke med voldsrisiko og samarbeid med politiet. Seminaret ble avsluttet med politiebetjent 1 Kjetil Denvik og jurist Marthe Kvalsvik Rørstad som fortalte om samarbeid mellom psykisk helsevern og politi i Politiets psykiatrigruppe.

Temaene i seminaret er åpenbart ikke bare relevante for klinikere som jobber i «storbyen» Oslo. TIPS Sør-Øst kunne med fordel holdt dette seminaret på nytt og invitert helsearbeidere fra hele Helse Sør-Øst.

Samarbeid med retorikkstudenter

I 2022 samarbeidet TIPS Sør-Øst med en gruppe akademisk ansatt og masterstudenter fra studieretningen Retorikk og språklig kommunikasjon, Institutt for lingvistiske og nordiske studier ved Universitetet i Oslo om en formidlingsstrategi av nettverket, nå kalt *TIPS Oslo Arena - samarbeid om tidlig oppdagelse og behandling av psykose*. Arbeidet med TIPS Oslo Arena videreføres 2023. Vi vil rekruttere kontaktpersoner/ressurser fra behandlingssenheter som arbeider med personer i tidlig fase av psykoselidelse til arenaen og samles for å stake ut videre kurs.

Seminar for helsesykepleiere & helse- og elevtjenester i videregående skoler i Oslo

Som del av satsningen på TIPS-arbeid i Oslo begynte TIPS Sør-Øst i 2022 arbeidet med et seminar for helsesykepleiere i Oslo kommune. Bakgrunnen for dette arbeidet er at fleste personer som utvikler en

psykoselidelse debuterer i slutten av tenårene/begynnelsen av 20-årene, og de fleste 16-19 åringer går på videregående skole. Skolehelsetjenesten er derfor en potensielt viktig instans for å oppdage personer i tidlig fase av psykoselidelser. Seminaret planlegges i samråd med Helseetaten og Utdanningsetaten i Oslo kommune, som har formidlet behov for og ønske om økt kunnskap om psykose i primærhelsetjenesten. Hensikten med seminaret er derfor å formidle informasjon om tidlige tegn på psykose, veien til behandling o.l., for å bidra til økt kunnskap og potensielt raskere oppdagelse av psykose. Målgruppen er i første omgang helsesykepleiere i videregående skoler samt ansatte i skolenes elevtjenester, for å sikre forankring av kunnskapen i skolen. Vi vil vurdere om målgruppen skal utvides til å inkludere ansatte ved helsestasjoner for ungdom og psykologer i primærhelsetjenesten. Seminaret skal gjennomføres våren 2023.



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 kompetanse, ansvar for opplæring i psykoeduktivt familiesamarbeid (PEF), veiledning og implementeringsstøtte til deltakende helseforetak/DPS/enheter, og har bidratt som medforfatter i en artikkel om hemmere og fremmere

[Barriers and facilitators when implementing family involvement for persons with psychotic disorders in community mental health centres – a nested qualitative study \(springer.com\)](https://doi.org/10.1007/s12202-022-00400-0)

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 hos personer med psykoseerfaring. 13 helseforetak er med i prosjektet og alle landets helseregioner er representert.

Prosjektet er ledet av Nasjonal kompetansetjeneste for personlighetspsykiatri (NAPP), Seksjon for personlighetspsykiatri ved Oslo universitetssykehus. Det er finansiert en stipendiatstilling via Extrastiftelsen i prosjektet. TIPS Sør-Øst er del av den nasjonale prosjektgruppen og har bidratt i prosjektplanlegging og gjennomføring, i arbeidet med protokoll og med undervisning. I løpet av året er det gjennomført et webinar for klinikere i prosjektet og prosjektet er presentert på konferanse. Datainnsamlingen er avsluttet og arbeidet med analyser og skisser til de første artiklene fra prosjektet ble gjennomført i 2022. TIPS Sør-Øst vil i det kommende året være involvert i sammenskrivingen av resultatene.

Alvorlig psykisk lidelse og affekter

I dette prosjektet som gjøres i samarbeid med klinisk gruppe på NORMENT undersøkes variabler som potensielt kan forklare vansker med affektilabilitet hos pasienter med alvorlig psykisk lidelse, og da særlig ved bipolar lidelse. Vi utforsker i hvilken grad barndomstraume spiller inn på dette forholdet, og undersøker om genetisk risiko for bipolar lidelse (målt ved såkalt polygen risiko) spiller inn.

Det har i løpet av 2022 blitt publisert en systematisk litteraturgjennomgang og metaanalyse i Psychological Medicine over forekomsten av psykose i bipolar lidelse generelt, samt i forskjellige undergrupper av bipolar lidelse.

Bipolarenhet ved Nydalen DPS - forskningsklinikk for pasienter med bipolar lidelse

I november 2017 vedtok ledelsen ved Klinikk for Psykisk Helse og Avhengighet, OUS, at *Bipolarteamet* skulle opprettes ved NDPS. TIPS Sør-Øst er inne som samarbeidspartner i prosjektet gjennom psykologspesialist/forsker Sofie Aminoff.

Enheten tilbyr state-of-the-art utredning og behandling av bipolar lidelse, samt gir 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.

Det har i 2022 påbegynt en prosess om å sammen med Centre for Connected Care (C3) gjennomføre en tidlig metodevurdering med kost-nytteanalyse av modellen fra Bipolarteamet slik det ser ut i dag.

Prospektiv studie om psykoserisiko og forstyrrelser i selvopplevelse

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

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

Inklusjonen startet august 2012 og ble avsluttet desember 2015. 38 pasienter, alder 15-30 år, ble inkludert fra fem TIPS-sentra, samt fra psykoseteam og poliklinikker i Oslo, A-hus og Vestre Viken. Ettårsoppfølging ble ferdigstilt februar 2017. 32 pasienter gjennomførte alle oppfølgingsundersøkelsene. Fire artikler er publisert fra i dette forskningsprosjektet, i 2018 og 2019 og 2021. Høsten 2021 leverte psykologspesialist Tor Gunnar Værnes ved TIPS Sør-Øst sin doktorgradsavhandling for graden dr. philos til Medisinsk fakultet, UiO, på bakgrunn av dette forskningsprosjektet. Godkjent disputas ble avholdt 27.09.2022.

Nasjonalt TIPS nettverk

For å få oversikt over status for tidlig intervensjon ved psykose (TIPS) i Norge har TIPS Sør-Øst og TIPS Stavanger gjennomført en undersøkelse blant helseforetakene i Norge. Målet var også å etablere et nasjonalt nettverk for helsepersonell som arbeider med TIPS-arbeid. Hensikten med et slikt nettverk er å tilby et mer overordnet og systematisk fokus på, og støtte til TIPS-arbeidet i Norge.

Informasjonen til kartleggingsundersøkelsen ble innhentet i perioden mars 2021 til november 2022. 20 av 21 helseforetak besvarte invitasjonen og totalt 47 informanter har deltatt i et telefonintervju eller ved å fylle ut og returnere et spørreskjema. Resultatene viser at det er stor variasjon og mangler i TIPS-tilbudet i Norge. I 2022 har preliminaire funn vært presentert og diskutert på Bergen Tidlig Psykose Symposium, arbeidsgruppen har ledet arbeidet med å gi innspill til Regjeringens opptrappingsplan for psykisk helse og bidratt på en kronikk i Dagens medisin om behovet for å styrke dette arbeidet. Arbeidsgruppen startet arbeidet med en kommentarartikkel til fagfelleurdert tidskrift ultimo 2022 med planlagt innsending første halvdel 2023. En TIPS-dagskonferanse er under planlegging i desember 2023, hvor målet er å styrke dette arbeidet samt å bidra til å etablere et nasjonalt nettverk med basis i kontaktpersonene fra undersøkelsen.

Drift av lettvekts-IKT

Det har lenge vært et stort problem å gå fra innovasjon og pilotering til drift av såkalt lettvekts-IKT. Lettvekts-IKT er applikasjoner og lettere IKT-løsninger som ofte kan brukes på mobiler eller tablets. Universitetets senter for informasjonsteknologi, jobber mye med prosjekter i OUS, og har kompetanse på sikre løsninger. Vi ønsket å se på hvordan vi kunne bidra til å løfte frem verdien av et tettere samarbeid mellom UiO og OUS på dette området. TIPS Sør-øst mottok klinikkens innovasjonsmidler for å kunne gjennomføre en workshop omkring dette temaet.

Det ble i 2022 gjennomført en større workshop der sentrale parter var til stede fra ulike deler av OUS og UiO for å komme frem til et felles målbilde av dagens situasjon. Sopra Steria ble med som konsulenter for å tilrettelegge for workshopen og bidra med tolkning av data som kom frem. Det ble klart at Sykehuspartner og Helse Sør-Øst var viktige aktører i tillegg til IKT stab ved OUS. Ettersom de ikke hadde anledning til å møte, ble det gjennomført flere ekstra intervjuer.

Resultatet av arbeidet har vært fruktbart. Det er etablert en kommunikasjons – og samarbeidslinje mellom UiO og Sykehuspartner/Helse Sør-Øst. Målet er å utvikle standarder som kan brukes ved utvikling, og gjøre det lettere å drifte denne typen verktøy. Arbeidet vil videreføres i 2023.

Vitenskapelige publikasjoner 2022

[Åsbø G, Ueland T, Haatveit B, Bjella T, Flaaten CB, Wold KF, Widing L, Engen MJ, Lyngstad SH, Gardsjord E, Romm KL, Melle I, Simonsen C](#)

The Time is Ripe for a Consensus Definition of Clinical Recovery in First-episode Psychosis: Suggestions Based on a 10-Year Follow-up Study.

Schizophr Bull 2022 Jun 21;48(4):839.

PMID: 35419608

[Barrett EA, Simonsen C, Aminoff SR, Hegelstad WTV, Lagerberg TV, Melle I, Mork E, Romm KL](#)

The COVID-19 pandemic impact on wellbeing and mental health in people with psychotic and bipolar disorders.

Brain Behav 2022 May;12(5):e2559. Epub 2022 apr 6

PMID: 35385888

[Mork E, Aminoff SR, Barrett EA, Simonsen C, Hegelstad WTV, Lagerberg TV, Melle I, Romm KL](#)

COVID-19 lockdown - who cares? The first lockdown from the perspective of relatives of people with severe mental illness.

BMC Public Health 2022 Jun 02;22(1):1104. Epub 2022 jun 2

PMID: 35655294

[Aminoff SR, Mork E, Barrett EA, Simonsen C, ten Velden Hegelstad W, Lagerberg TV, Melle I, Romm KL](#)

Locked out during COVID-19 lockdown-an online survey of relatives of people with psychotic and bipolar disorders in Norway.

BMC Public Health 2022 Feb 13;22(1):294. Epub 2022 feb 13

PMID: 35151293

[Aminoff SR, Onyeka IN, Ødegaard M, Simonsen C, Lagerberg TV, Andreassen OA, Romm KL, Melle I](#)

Lifetime and point prevalence of psychotic symptoms in adults with bipolar disorders: a systematic review and meta-analysis.

Psychol Med 2022 Oct;52(13):2413. Epub 2022 aug 26

PMID: 36016504

[Widing L, Simonsen C, Flaaten CB, Haatveit B, Vik RK, Wold KF, Åsbø G, Ueland T, Melle I](#)

Premorbid characteristics of patients with DSM-IV psychotic disorders.

Compr Psychiatry 2022 May;115():152310. Epub 2022 mar 14

PMID: 35385814

[Engen MJ, Vaskinn A, Melle I, Færden A, Lyngstad SH, Flaaten CB, Widing LH, Wold KF, Åsbø G, Haatveit B, Simonsen C, Ueland T](#)

Cognitive and Global Functioning in Patients With First-Episode Psychosis Stratified by Level of Negative Symptoms. A 10-Year Follow-Up Study.

Front Psychiatry 2022;13():841057. Epub 2022 mar 25

PMID: 35401286

[Flaaten CB, Melle I, Gardsjord E, Bjella T, Engen MJ, Vaskinn A, Åsbø G, Wold KF, Widing L, Lyngstad SH, Haatveit B, Simonsen C, Ueland T](#)

Course of intellectual functioning in schizophrenia and bipolar disorder: a 10-year follow-up study.

Psychol Med 2022 Mar 08. Epub 2022 mar 8

PMID: 35256030

[Flaaten CB, Melle I, Bjella T, Engen MJ, Åsbø G, Wold KF, Widing L, Gardsjord E, Sæther LS, Øie MG, Lyngstad SH, Haatveit B, Simonsen C, Ueland T](#)

Domain-specific cognitive course in schizophrenia: Group- and individual-level changes over 10 years.

Schizophr Res Cogn 2022 Dec;30():100263. Epub 2022 jun 22

PMID: 35783460

[Pardiñas AF, Smart SE, Willcocks IR, Holmans PA, Dennison CA, Lynham AJ, Legge SE, Baune BT, Bigdeli TB, Cairns MJ, Corvin A, Fanous AH, Frank J, Kelly B, McQuillin A, Melle I, Mortensen PB, Mowry BJ, Pato CN, Periyasamy S, Rietschel M, Rujescu D, Simonsen C, St Clair D, Tooney P, Wu JQ, Andreassen OA, Kowalec K, Sullivan PF, Murray RM, Owen MJ, MacCabe JH, O'Donovan MC, Walters JTR, Ajnakina O, Alameda L, Barnes TRE, Berardi D, Bonora E, Camporesi S, Cleusix M, Conus P, Crespo-Facorro B, D'Andrea G, Demjaha A, Do KQ, Doody GA, Eap CB, Ferchiou A, Di Forti M, Guidi L, Homman L, Jenni R, Joyce EM, Kassoumeri L, Khadimallah I, Lastrina O, Muratori R, Noyan H, O'Neill FA, Pignon B, Restellini R, Richard JR, Schürhoff F, Španiel F, Szöke A, Tarricone I, Tortelli A, Üçok A, Vázquez-Bourgon J](#)

Interaction Testing and Polygenic Risk Scoring to Estimate the Association of Common Genetic Variants With Treatment Resistance in Schizophrenia.

JAMA Psychiatry 2022 Mar 01;79(3):260.

PMID: 35019943

[Smart SE, Agbedjro D, Pardiñas AF, Ajnakina O, Alameda L, Andreassen OA, Barnes TRE, Berardi D, Camporesi S, Cleusix M, Conus P, Crespo-Facorro B, D'Andrea G, Demjaha A, Di Forti M, Do K, Doody G, Eap CB, Ferchiou A, Guidi L, Homman L, Jenni R, Joyce E, Kassoumeri L, Lastrina O, Melle I, Morgan C, O'Neill FA, Pignon B, Restellini R, Richard JR, Simonsen C, Španiel F, Szöke A, Tarricone I, Tortelli A, Üçok A, Vázquez-Bourgon J, Murray RM, Walters JTR, Stahl D, MacCabe JH](#)

Clinical predictors of antipsychotic treatment resistance: Development and internal validation of a prognostic prediction model by the STRATA-G consortium.

Schizophr Res 2022 Dec;250():1. Epub 2022 okt 12

PMID: 36242784

[Bjella TD, Collier Høegh M, Holmstul Olsen S, Aminoff SR, Barrett E, Ueland T, Ickick R, Andreassen OA, Nerhus M, Myhre Ihler H, Hagen M, Busch-Christensen C, Melle I, Lagerberg TV](#)

Developing "MinDag" - an app to capture symptom variation and illness mechanisms in bipolar disorder.

Front Med Technol 2022;4():910533. Epub 2022 jul 22

PMID: 35935144

[Baldwin H, Radua J, Antoniadou M, Haas SS, Frangou S, Agartz I, Allen P, Andreassen OA, Atkinson K, Bachman P, Baeza I, Bartholomeusz CF, Chee MWL, Colibazzi T, Cooper RE, Corcoran CM, Croyley VL, Ebdrup BH, Fortea A, Glenthøj LB, Hamilton HK, Haut KM, Hayes RA, He Y, Heekeren K, Kaess M, Kasai K, Katagiri N, Kim M, Kindler J, Klaunig MJ, Koike S, Koppel A, Kristensen TD, Bin Kwak Y, Kwon JS, Lawrie SM, Lebedeva I, Lee J, Lin A, Loewy RL, Mathalon DH, Michel C, Mizrahi R, Møller P, Nelson B, Nemoto T, Nordholm D, Omelchenko MA, Pantelis C, Raghava JM, Røssberg JI, Rössler W, Salisbury DF, Sasabayashi D, Schall U, Smigielski L, Sugranyes G, Suzuki M, Takahashi T, Tamnes CK, Tang J, Theodoridou A, Thomopoulos SI, Tomyshv AS, Uhlhaas PJ, Værnes TG, van Amelsvoort TAMJ, van Erp TGM, Waltz JA, Westlye LT, Wood SJ, Zhou JH, McGuire P, Thompson PM, Jalbrzikowski M, Høraus D, Fusar-Poli P](#)
Neuroanatomical heterogeneity and homogeneity in individuals at clinical high risk for psychosis.

Transl Psychiatry 2022 Jul 26;12(1):297. Epub 2022 jul 26
PMID: 35882855

[Værnes TG, Røssberg JI, Melle I, Nelson B, Romm KL, Møller P](#)

Basic self-disturbance trajectories in clinical high risk for psychosis: a one-year follow-up study.
Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci 2022 Sep;272(6):1007. Epub 2021 nov 16
PMID: 34783878

[Icick R, Melle I, Etain B, Høegh MC, Gard S, Aminoff SR, Leboyer M, Andreassen OA, Belzeaux R, Henry C, Bjella TD, Kahn JP, Steen NE, Bellivier F, Lagerberg TV](#)

Preventive Medication Patterns in Bipolar Disorder and Their Relationship With Comorbid Substance Use Disorders in a Cross-National Observational Study.
Front Psychiatry 2022;13():813256. Epub 2022 mai 3
PMID: 35592382

[Høegh MC, Melle I, Aminoff SR, Olsen SH, Lunding SH, Ueland T, Lagerberg TV](#)

Affective lability and social functioning in severe mental disorders.
Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci 2022 Aug;272(5):873. Epub 2022 jan 27
PMID: 35084540

[Romm KL, Synnes O, Bondevik H](#)

Creative writing as a means to recover from early psychosis- Experiences from a group intervention.
Arts Health 2022 Oct 12. Epub 2022 okt 12
PMID: 36224522

Avlagte doktorgrader

[Tor Gunnar Værnes](#)

Anomalous self-experiences in subjects with increased risk of developing psychosis
Disputert: September 2022. Hovedveileder: [Paul Møller](#)

Lokalt arbeid i regionen: Hovedaktiviteter 2022

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

Vestre Viken

TIPS konsulent **Mia Iversen** avdeling FOU og TIPS konsulent **Lene H. Jensen** TIPS, Asker DPS

Tjenesteutvikling

TIPS konsulenten ved FoU-avdelingen har 100 % stilling som spesialrådgiver der om lag 25 % er TIPS Sør-Øst oppgaver.

TIPS konsulenten ved Asker DPS har 100 % stilling som spesialkonsulent og jobber 80% behandlerstilling, mens 20 % av stillingen er viet til oppgaver for TIPS Sør-Øst.

TIPS-konsulenten ved Asker DPS (**Lene H. Jensen**)

TIPS Teamet i Asker har eksistert i 20 år i ulike organiseringer. Teamet har hatt et gjennomtenkt poliklinisk tjenstedesign med fokus på forebygging og fleksible, individualiserte intervensjoner for pasienter i risiko for psykoseutvikling /med etablert psykoseproblematikk og deres pårørende. Teamet har vært tverrfaglig sammensatt og har hatt oppsøkende, utrednings- og behandlingsfunksjon.

I 2022 har det, i likhet med de siste årene, ikke vært kapasitet til oppsøkende virksomhet og undervisningsvirksomhet initiert av TIPS Asker har vært kraftig redusert. Tross dette har det vært en del henvendelser på TIPS telefonen i Asker med ønske om veiledning/drøfting fra samarbeidspartnere samt fra pårørende. Bistand i utredning har også vært etterspurt.

Det har vært holdt innlegg i både 2021 og 2022 for ny seksjonsleder/ ny avdelingssjef ved Asker DPS i flere kontekster, sist ved FOU verksted, med representasjon fra kjernepersonell og TIPS-konsulentene. Her ble det orientert om bakgrunn og historikk for TIPS tilbudet i Vestre Viken, og med bakgrunn i oppdatert forskning, ble viktigheten av tidlig intervensjon ved psykose, samt viktigheten av å opprettholde et spesialisert tidlig intervensjonstilbud, kommunisert.

I løpet av 2022 har det vært varslet at ledelsen ved Asker DPS har besluttet å legge ned TIPS som et selvstendig team. Det vil heller ikke eksistere en TIPS telefon i Vestre Viken etter 2022.

TIPS konsulent i FoU-avdelingen (**Mia Iversen**)

Mia Iversen ble ønsket velkommen som ny TIPS Sør-Øst konsulent fra 2022 etter at Ellen Jakslund ved TIPS Drammen gikk av med pensjon i 2021. TIPS-konsulenten er nå ansatt i FoU-avdelingen med ansvar for en av kjerneoppgavene i avdelingen; å bygge og vedlikeholde kompetanse. TIPS-konsulenten har ansvar for kurs og veiledning i PEF, samt ansvar for administrering, gjennomføring av flerfamiliegrupper. TIPS konsulenten leder implementering av Bedre pårørendesamarbeid ved tre DPS og en avdeling på Blakstad.

Beskrivelse av TIPS arbeid i klinikken

I BUPA er det en utredningsseksjon med døgn og et ambulerende team.

Vår 2022 gjennomførtes en pilot med kurs i selvforstyrrelser ved psykose for behandlere ved DPS. Kurset var i regi av FoU-avdelingen.

Ved Bærum DPS er det nå et psykoseteam organisert under FACT med fokus på utredning og behandling. (FACT-team og psykoseteam) De har tilbud om veiledning fra TIPS Sør-Øst konsulent og tilbyr enkelt- familiegrupper.

Etter nedleggningen av 11 døgnplasser for unge med psykose eller annen alvorlig lidelse ved Asker DPS (Seksjon Hvalstadåsen og Utredningsseksjon for Unge) har døgnseksjon USU-Hvalstadåsen med 6 plasser primært for målgruppen i Asker og Bærum vært godt etablert. I tillegg til døgntilbud, har seksjonen hatt noe poliklinisk oppfølging og har i tillegg gitt tilbud om dagbehandling for et begrenset antall pasienter.

Denne avdelingen er nå bestemt organisatorisk og fysisk flyttet til Blakstad sykehus i påvente av sammenslåing i nye lokaler på Nye Drammen sykehus i 2027. Det blir spennende å følge med på utformingen av det planlagte tidlige intervensjons tilbud knyttet til denne nye avdelingen Vestre Viken. TIPS konsulenten fra FOU skal delta i dette arbeidet.

Det betyr at per nå er Vestre Viken som det eneste HF i Helse Sør-Øst regionen uten et spesialisert tidlig intervensjons tilbud til befolkningen. Slik vil det være i minst 2 år.

Satsingen på å systematisere pårørendesamarbeid i Vestre Viken videreføres. Implementeringen av Bedre pårørende samarbeid (BPS) i klinikken fortsetter, og i 2022 er det etablert en arbeidsgruppe for BPS ved alle psykose og sikkerhetsavdelinger. I 2022 har TIPS-konsulenten bidratt til utviklingen av en egen nettside for pårørende.

Kompetansehevende tiltak /kurs/undervisning

Det årlige seminar for fagfolk i Vestre Viken (fra alle tjenestenivåer) om tidlig intervensjon og psykose/bipolar lidelse hos unge, ble gjennomført med oppmøte i Drammen kommunes lokaler, 17.11.22. Seminaret arrangeres som et samarbeid mellom (FoU-avdelingen i Vestre Viken, TIPS Sør-Øst og BUPA).

Familiesamarbeid

Det ble gjennomført et seksdagers Metodekurs i psykoedukativt familiesamarbeid vår og høst i regi av FoU-avdelingen i Vestre Viken. På disse kursene har TIPS konsulenten fra FOU hovedansvar for gjennomføringen og veiledning i etterkant, mens TIPS konsulent fra ADPS deltar som gruppeveileder på kursdagene.

Fire seminarkvelder for pårørende har blitt gjennomført. Det var rundt 50 deltagere hver kveld. To av kveldene deltok foreleser fra TIPS Sør-Øst.

REACT

Mye tid har blitt prioritert til REACT NOR også i 2022. Lokalt har konsulentene utover deltakelse og kollegaveiledning i både sentrale og lokale – REACT nettverkssamlinger, forberedt et digitalt undervisningsseminar om grunnleggende CBT for REACT veiledere i regi av TIPS Sør-Øst. Seminaret ble avlyst og planlagt til februar 2023.

Konsulentene har i tillegg deltatt i arbeidsgruppe for å utvikle en ny modul i REACT om bipolar lidelse.

Rådgivende funksjon/Veiledning og forskning/fagutvikling

Det har blitt startet opp to flerfamiliegrupper under 2022. Konsulentene veileder gruppeledere og legger til rette for årlige undervisningsseminarer.

TIPS konsulentene har gjennomført systematisk, månedlige veiledninger ved fem lokasjoner med fokus på unge med alvorlig psykisk lidelse, og bidratt til igangsetting av familiegrupper.

I tillegg har TIPS konsulentene deltatt i planlegging av nettverkssamling for Nasjonalt nettverk for psykoedukativt familiesamarbeid, samt bidratt i utviklingsarbeid med en ny del til Metodeboken for psykoedukativt familiesamarbeid.

Sykehuset Innlandet

TIPS Innlandet (TIPS konsulent [Hilde Kristin Aam Szabo](#))

Ambulant tjeneste: TIPS Innlandet har over tid prøvd ut ambulant tilbud til pasienter som er i behov av et langtids- og sammensatt tilbud. Tilbudet består av oppfølging hjemme hos pasienten eller i dens nærområde, der miljøpersonalet kan ha en samtale, følge til møter, butikken, trening eller til skole. Ansatte følger til ulike tjenester for å være en trygghet i overgang til for eksempel kommunale- og eller lavterskeltilbud. Erfaringer viser at ambulant tjeneste bidrar til å fange opp tidlige tegn på mulig forverring eller tilbakefall. I noen pasientforløp er den ambulante kontakten eneste oppfølgingen de tar imot. I snitt følger TIPS Innlandet opp ca. 10 pasienter ambulant per uke.

Døgntilbud: Det er påbegynt utredning om å øke antall senger fra åtte til ni. Arbeidet er ikke ferdigstilt.

Pårørendearbeid: I 2022 har TIPS Innlandet lagt vekt å spisse sitt pårørendetilbud. Jenny Elin Pedersen leder pårørendeteamet og arbeidet. Teamet består av ansatte som følger opp foreldre, søsken, barn av eller andre signifikante pårørende. Det er gjennomført tre kveldsseminar til pårørende i «Psykoeforståelse». TIPS Innlandet har utdannet ti REACT veiledere. Ca. 20-25 familiemedlemmer har fått REACT tilbud og fire psykoedukative enfamiliegrupper til ungdommer med en psykosediagnose, og deres nærmeste, er fullført. I tillegg har det blitt startet opp «Veiledet selvhjelpsgruppe» til foreldre med ungdommer med psykoselidelse. Kollegaveiledning av gruppeledere i psykoedukativt familiesamarbeid ledes av Rita Halvorsen og Pedersen. Veiledning av REACT-veiledere ledes av Tor Anders Andersen og Pedersen. Søskengrupper arrangeres i samarbeid med BUP. Pedersen har bidratt, sammen med Gunn Henanger og Rita Halvorsen med veiledning til deltakere på PEF kurs i regi av TIPS Sør-Øst.

Utviklingsarbeid

REACT NOR: Jenny Elin Pedersen, sammen med TIPS konsulentene, har sittet som en del av arbeidsgruppen. TIPS Innlandet har samarbeidet om inkludering til prosjektet og andre arbeidsoppgaver knyttet til prosjektet.

ViTandem: TIPS Innlandet deltar i utviklingsprosjektet ViTandem om avstandsoppfølging. Lokal prosjektleder er Gina Engen Bryni ansatt i TIPS Innlandet. Målet med prosjektet er å innhente kunnskap om hvordan teknologi bør brukes i behandling av personer som har en psykisk sykdom og er i behandling i spesialisthelsetjenesten. Per nå er 11 klinikere fra ulike enheter i Avdeling for akutt og psykoesebehandling Sanderud og DPS bidrar til å rekruttere pasienter som er innlagt på døgn eller følges opp poliklinisk. Kickstart, kurs og workshop er gjennomført for å sikre et helhetlig konsept for

avstandsoppfølging med digitale hjelpemidler hvor både app og video prøves ut i behandling. Innlandet fylke er stort geografisk, og kan ha nytte av flere måter å kunne følge opp pasienter.

Psyko-sekompetanse.no: Er et innovasjonsprosjekt hvor målsetningen er å utvikle en praktisk digital læringsarena for ansatte i kommune- og spesialisthelsetjenesten. TIPS konsulent Innlandet er en av to prosjektledere. I tillegg deltar Gina Engen Bryni, ansatt ved TIPS Innlandet, som prosjektmedarbeider. Innsiktsfase med intervjuer er slutført. Workshop er gjennomført for å bearbeide data, og samarbeid med private tjenestedesignere har ført til digital lay out for læringsarenaen. Fase for innholdsproduksjon, pilotering og implementering er påbegynt.

Opplysnings- og kompetansehevende arbeid

TIPS aktuelt: Er gjennomført en gang med deltakere fra SI DPH. Tema «Psyko-se og selvforstyrrelser hos unge mennesker» ved Tor Gunnar Værnes, psykologspesialist, ved TIPS Sør-Øst.

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

Helsesykepleiere: Det er utarbeidet plan for opplysningsarbeid rettet mot helsesykepleiere tilknyttet de videregående skolene på Innlandet. To dialogundervisninger til helsesykepleiere og psykologer som arbeider med barn og unge i Hamar kommune er gjennomført. Ved flere anledninger er det gjennomført stands på Høgskolen i Innlandet med informasjonsmateriell, og det gjennomføres kontinuerlig undervisning og veiledning til boliger og samarbeidspartnere i kommunene rundt pasienter tilknyttet TIPS Innlandet.

Pårørendeforum: Jenny Elin Pedersen er med i nasjonal PEF gruppe og sammen med TIPS konsulenten, pårørendeforum, hvor målet er å forbedre pårørendetilbudet i SI DPH.

Implementering og forbedring

TIPS konsulenten sitter i SI DPH sin arbeidsgruppe som utarbeider håndbok for implementering. Håndboken utarbeides som en forlengelse av SI DPH sitt rolle- og ansvarskart ved forbedring og implementering. Det er bevilget SI midler til stipendiat til TIPS konsulenten innen implementeringsforskning. Kunnskapen som opparbeides i dette arbeidet kommer til nytte i pågående implementeringsarbeid knyttet til TIPS.

Sykehuset i Vestfold HF

TIPS Vestfold består av psykiatrisk sykepleier, overlege (ca 10 %) og TIPS Sør-Øst-konsulent, **Marit Holter**. TIPS Vestfold er et tidlig oppdagelsesteam som drifter en TIPS-telefon. Det innebærer lav terskel og lett tilgang til utredning og behandling. TIPS Vestfold tar imot direkte henvendelser og samarbeider med andre avdelinger i Klinikk Psykisk helse og Avhengighet (KPA) som DPS, BUPA, ARA, Autismeavdeling (Glenn), samt fastleger, helsesykepleiere og annen kommunehelsetjeneste om utredning, behandling og oppfølging. I tillegg driver TIPS Vestfold opplysningsarbeid og formidler kunnskap om psykiske lidelser, viktigheten av tidlig oppdagelse og behandling og informasjon om hvor en kan søke hjelp. TIPS Vestfold er opptatt av å bidra til reduksjon av stigma og formidler informasjon og kunnskap til befolkningen generelt, elever, lærere og elevtjeneste ved videregående skoler, samt fagpersoner innen primær- og spesialisthelsetjeneste i tidligere Vestfold fylke.

Nettverksarbeid

I etterkant av covidpandemien har TIPS-nettverket i Vestfold hatt ny giv og rekruttert nye TIPS-kontakter. Det ble arrangert en «Kick-off»-samling i mai. Der var Kristine Gjermundsen og Carmen Simonsen tilstede. De presenterte TIPS Sør-Øst som kompetansetjeneste, hva de kan bidra med og formidlet ny kunnskap innen tidlig oppdagelse og bedring/recovery ved psykoselidelse. Det var godt oppmøte av engasjerte TIPS-kontakter. I samarbeid med TIPS-kontaktene er det avklart behov for kompetanseheving i form av kurs og fagdager. Utenom nettverkssamlinger opprettholdes kontakt via lokale «Nyhetsbrev» med informasjon om kurs, konferanser og deling av aktuelle artikler fra vårt fagfelt.

Familiesamarbeid

Familiesamarbeid er en viktig oppgave for TIPS Vestfold. Vi er med å arrangere kurs for pårørende to ganger i året. Kurset går over fem kvelder. Vi samarbeider med LMS-koordinator i klinikk psykisk helse og avhengighet, Rådgiver for brukererfaring- og involvering/ barnekoordinator ved DPS Vestfold, Pasient- og brukerombudet, Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse (LPP) Pårørendesenteret LPP Vestfold og Telemark (PIVETE) og lokal kompetansebank med personer med egen pårørende- og pasienterfaring. Kurset er åpent for alle som ønsker det, krever ikke henvisning.

Vi har bidratt på kurs i psykoedukativt familiesamarbeid (PEF) i regi av TIPS Sør-Øst ved å lede øvingsgrupper for lokale kursdeltakere. I 2022 har vi bidratt i to kurs med til sammen 27 deltakere fra ulike avdelinger i vår klinikk, både VOP og BUP.

TIPS-konsulent samarbeider med ressurspersoner i klinikken om månedlige veiledninger for gruppeledere i PEF. Annenhver veiledning består av øvelser i konkrete ferdigheter der vi benytter metoden klinisk simulering (SIM-trening).

I Vestfold tilbys oppfølging av pårørende ved hjelp av det digitale verktøyet REACT (Relatives Education And Coping Toolkit). TIPS-konsulent bidrar på TIPS Sør-Øst kurs i REACT og sammen med ressurspersoner i egen klinikk gis månedlig fellesveiledning til REACT-veiledere lokalt, Sørlandet Sykehuset og Sykehuset Telemark.

Kurs, undervisning, informasjonsarbeid

TIPS Vestfold har arrangert to kurs i bruk av PANSS/SCI-PANSS i 2022, i mars og september. Kursholder er lokal «PANSS-ansvarlig» som har fått opplæring og kursmaterieell fra TIPS Sør-Øst. Deltakere på kursene er hovedsakelig ansatte ved Sykehuset i Vestfold, men også fra andre foretak i regionen. Til sammen 45 deltakere.

TIPS Vestfold har vært arrangør og medarrangør av to fagdager i høsten 2022. I november arrangerte ble det arrangert en fagdag om pårørendesamarbeid der målgruppen var ansatte egen klinikk, kommunal psykiatritjeneste og andre interesserte. Program for dagen var utarbeidet i samarbeid med LMS-koordinator i klinikken, LPP/PIVETE, Rådgiver for brukererfaring- og involvering/ barnekoordinator DPS og TIPS Vestfold. Det var eksterne og interne forelesere over temaer som bl.a. «Hva sier pårørendeforskningen?», erfaringer fra «Bedre pårørendesamarbeidsprosjektet», erfaringer fra Pasient- og brukerombudet og PIVETE. Fagdagen hadde 70 deltakere og fikk god evaluering.

I desember arrangerte vi fagdagen «Psykose – hvorfor oppdage tidlig og hvordan? Utredning, diagnostikk og behandling». Målgruppen var ansatte med pasientkontakt ved psykoseseksjonene i DPS Vestfold, men åpent for andre interesserte i KPA. Målet med dagen var å skape en felles faglig plattform,

felles grunnlagstenkning for tidlig oppdagelse og behandling av psykoselidelser. Programmet var utarbeidet i samarbeid med TIPS-kontakter, ledere i de aktuelle seksjoner, avdelingssjef ved DPS Vestfold og TIPS Sør-Øst. Carmen Simonsen og Sofie Aminoff var forelesere. Fagdagen var godt besøkt, over 100 deltakere fra DPS, BUPA og sykehuspsykiatri. Tilbakemelding og evaluering var svært god.

TIPS Vestfold har undervist om tidlig oppdagelse og behandling av alvorlig psykisk lidelse ved flere seksjoner i KPA i 2022. Vi har vært involvert i undervisning av LIS 2 og 3 i Sykehuset i Vestfold om pårørendeinvolvering/opplæring.

TIPS Vestfold har fortsatt med regelmessige månedlige «stands» ved videregående skoler i Vestfold. Der treffer vi elever til uformelle samtaler om psykisk helse, hva de kan gjøre hvis de er bekymret for seg selv eller noen de kjenner, hvordan være en #psyktgodvenn. Vi er synlige i fellesareal og treffer også lærere, helsesykepleiere, miljøarbeidere og elevtjeneste. På «stand» har vi roll-ups, deler ut brosjyremateriell, TIPS-Vestfold «merchandise» som pinner og refleksbånd, og informerer om aktuelle nettsteder og konti på sosiale medier som kan være verdt å følge. TIPS Vestfold har deltatt på «psykisk helse-uker» og markeringer av Verdensdagen for psykisk helse ved flere av de videregående skolene i Vestfold.

TIPS Vestfold har egne konti på sosiale medier (SOME); Facebook, Instagram og Twitter. Vi legger ut egenproduserte poster og deler relevante poster fra andre SOME-konti. Dette informasjonsarbeidet er en del av formidlingsarbeidet og antistigmaarbeidet ut mot «publikum» og følgere i skole- og helsetjenesten er i samarbeid med kommunikasjonsavdelingen ved Sykehuset i Vestfold. I tillegg har vi et samarbeid om nettsiden [TIPS – Tidlig intervensjon ved psykose - Sykehuset i Vestfold \(siv.no\)](https://www.siv.no) og brosjyre- og reklamemateriell.

Annet

TIPS Vestfold har arbeidet med å etablere et kvalitetsregister for TIPS-Vestfold i samarbeid med fagsjef i KPA og rådgiver for kvalitet i DPS Vestfold. Dette arbeidet er i slutfasen og søknad til Norsk Senter for Forskningsdata (NSD) og personvernombud ble sendt i desember 2022. Vi venter på svar og håper å kunne ta det i bruk tidlig i 2023.

TIPS-konsulent har deltatt i prosjektgruppen for «Ung Arena+ Vestfold. Ung Arena+ er et lavterskel tilbud for ungdom som sliter med psykososiale utfordringer og er en tjeneste der kommune og Sykehuset i Vestfold jobber sammen for å bedre ungdommers psykiske helse. Prosjektet er forankret i Utviklingsplanen for Sykehuset i Vestfold, vedtatt i juni 2018 og vedtatt planlagt gjennomført med Tønsberg kommune som pilotkommune mai 2021. Larvik kommune inkluderes i Ung Arena+ i arbeidet som integrerer andre tjenester. Planen blir etablering av to Ung Arena+ i Vestfold. Det er underveis i prosjektet levert flere rapporter. Siste rapport med løsningsbeskrivelse er nesten ferdig og planlegges sendt til oppdragsgiver i januar 2023. TIPS Vestfold er tenkt inn i Ung Arena+ og vi er spente på hva som skjer videre i beslutningsprosessen.

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

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

Kurs

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

- Gruppelederkurs i psykoedukativt familiesamarbeid PEF-kurs (lokalt og på vegne av TIPS Sør-Øst)
- REACT-kurs og veiledning
- Psykoseforståelse
- Kommunikasjonskurs
- LIS-undervisning
- Undervisning for Høgskolen i Østfold, Fagskolen og VID
- Undervisning Psykose/Utredning AAT i Østfold
- Undervisning BUPP
- PANSS Kurs 3 ganger i året
- PEF oppfriskningsseminar
- Veiledning psykoseteam DPS (faste møter)
- Pårørendeseminar to ganger i året i samarbeid med LPP, pårørendesenteret, pasient og brukerombudet
- Undervisning for NAV: involvering av pårørende
- Regional nettverkssamling for TIPS-miljøene
- Internundervisning for andre HF i Helse Sør-Øst
- Kurs/opplæring for kursholdere i veiledning/undervisning PEF-kurs
- Nasjonal nettverkskonferanse for psykoedukativt familiesamarbeid
- PEF oppfriskningsseminar for kontrollgrupper i BPS-prosjektet

Utredning og veiledning av psykoseproblematikk

De som henvender seg til TIPS-telefonen kontaktes innen to døgn og får time til første samtale innen 2 uker. Den første screeningen og registreringen gjøres av Seksjon for psykiatrisk utredning som besvarer TIPS-telefonen. Psykiater i TIPS-teamet gjør deretter videre screening, starter utredning og tar kontakt med tilhørende BUP eller DPS. Videre utredning og behandling drøftes og avklares med hensyn til oppfølging.

TIPS-teamet kan bistå DPS, BUP og sykehusavdelinger i utredningsarbeidet og behandling. I tillegg er det noen pasienter som følges opp direkte av TIPS-teamet med utredning og behandling (CBT og PEF) Utredning av innmeldte til TIPS-telefonen har vært stabil og det er en økning av unge med psykoseproblematikk blant henvendelsene.

Familiesamarbeid

Familiesamarbeid er en viktig satsning for TIPS Østfold. Vi holder psykoseseminar for pårørende to ganger i året i samarbeid med LPP, Pårørendesenteret og Pasient- og brukerombudet.

Vi holder flere PEF (Psykoedukativt familiesamarbeid)- kurs, veileder i PEF fortløpende, holder oppfriskningsseminar på PEF metode. TIPS Østfold var først med å innføre SIM i PEF (utdanning og vedlikehold) og nå har vi utvidet med å teste SIM-trening for PEF gruppeledere i siste fasen i å bli godkjent gruppeleder. TIPS Østfold bistår andre helseforetak både i Helse Sør-Øst og ellers i landet på vegne av TIPS Sør-Øst med PEF-kurs, oppfriskningsseminar og veiledning. TIPS Østfold driver PEF-grupper, både egne og i samarbeid med BUP, DPS og kommuner. Vi bistår også i implementeringsarbeidet i spesialisthelsetjenesten og i kommunene i Østfold.

Bedre pårørendesamarbeid (BPS)

TIPS Østfold har bidratt til en artikkel om hemmere og fremmere 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.

[Barriers and facilitators when implementing family involvement for persons with psychotic disorders in community mental health centres – a nested qualitative study \(springer.com\)](https://www.springer.com/journal/10788/10/11/12111)

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 har bidratt med kompetanse, opplæring, veiledning og oppfriskning av PEF i samarbeid med TIPS Sør-Øst.

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

REACT (Relatives Education And Coping Toolcit) har vært en viktig satsning for TIPS Østfold. Vi erfarer at digitale verktøy er viktig og nødvendig for å opprettholde oppfølging av pårørende. Spesielt der pasienten strever med samarbeid med sine pårørende. Vi ser at REACT reduserer stress og øker forståelse som kan bidra til at pasient og pårørende kan håndtere hverdagen på en bedre måte. TIPS Østfold bidrar til REACT-kursene, veileder på metoden til behandlere fra Østfold, Oslo, Trøndelag, Møre- og Romsdal og Nordland. TIPS Østfold har bidratt i arbeidsgruppene i prosjektene; «Kognitiv modul REACT-NOR» og «Utvikling av ressurs for pårørende til personer som henvises til psykisk helsevern med spørsmål om psykose eller bipolar lidelse». TIPS Østfold gir også et tilbud til pårørende med REACT-veiledning.

Konferanser

TIPS Østfold har bidratt på følgende konferanser og/eller opplæring i 2022

- SEPREP Trondheim, Skien, Narvik, Alta, Tromsø
- Fagdag om likeverdige helsetjenester, Kompetansebroen
- ACT og FACT nasjonalt opplæringsprogram
- Bergen Tidlig Psykose Symposium
- Mental Helse, Verdensdagen for psykisk helse
- PEF nasjonal nettverkskonferanse

Akershus universitetssykehus

Lill Kristine Bamre, TIPS konsulent og psykologspesialist har vært ansatt på DPS Groruddalen avdeling TIRe siden juni 2021, og overtok som TIPS konsulent for AHUS etter psykologspesialist Charlotte Fredslund Hansen i september 2022. Hun var TIPS konsulent fra 2019. TIPS konsulentstillingen er redusert fra 50% til 30% .

TIPS i AHUS

Som TIPS konsulent for AHUS er en primær arbeidsoppgave å ha TIPS-arbeid i fokus og kunne være et bindeledd mellom helseforetaket og TIPS Sør-Øst. Det har derfor vært viktig for undertegnede å etablere kontakt med TIPS Sør- Øst som er lokalisert på Gaustad. Jeg deltar regelmessig i teammøter hvor også de andre TIPS-konsulentene er tilstede. Dette gir meg et godt innblikk i hvordan de andre helseforetakene er organisert og jobber med tidlig intervensjon.

Det jobbes nå med å få en oversikt over TIPS nettverket og TIPS kontakter i AHUS, da det planlegges et TIPS nettverksmøte høsten 2023. Psykologspesialist Sofie Aminoff er kontaktperson for AHUS ved TIPS Sør-Øst og bistår meg i organisasjonsarbeidet.

TIPS-arbeidet har en lengre stund ligget brakk i AHUS og det blir viktig i tiden fremover å kartlegge og støtte opp under dette arbeidet. Per i dag har vi derfor lite oversikt over hvordan det ser ut i de andre DPSene i AHUS (Nedre, Øvre, Follo og Kongsvinger), om de ha TIPS-kontakter eller om det har vært mye utskiftning siden siste TIPS nettverksmøte i mars 2020. På bakgrunn av ABUP-TIPS sin rapport fra 2016 fattet ledelsen et år senere (2017) et vedtak om etablering av TIPS team ved alle BUP poliklinikker. Dette vet vi heller ikke hva som er status på.

Det er per i dag ikke et eget TIPS team ved DPS Groruddalen, da det krevet at det avsettes tilstrekkelig med ressurser og tid til dette. Det er planlagt implementering av FACT team på DPS Groruddalen innen 2023. Det vil sannsynligvis bety omstrukturering og omorganisering i poliklinikken. Ledelsen er tydelig på at det vil være viktig at dette ikke vil gå på bekostning av TIPS arbeid.

Sykehuset Telemark

TIPS-teamet Telemark – organisering og drift

Teamet i Telemark, har nå skiftet navn til TIPS-teamet (Tidlig intervensjon ved psykose-team), og er tilknyttet Seksjon for poliklinikk psykose, ved Avdeling TSB og Psykose (ATP). Seksjonen har derfor i løpet av det siste året fått nytt navn i ny avdeling og vi er derfor ikke lenger tilknyttet DPS. Det har i denne omorganiseringsprosessen skjedd flere endringer og TIPS-konsulent **Ingerid Sauar** har deltatt i arbeidsgruppen for bedre «Flyt» i avdelingen, med oppstart høst 2021 og til og med vår 2022. Bidraget til konsulenten ble todelt, i form av både det å ivareta fokus på tidlig intervensjon og nysyke med psykoselidelse og det å jobbe mot å utvide/forbedre tilbudet. Dette arbeidet har tatt mye tid og er fortsatt ikke helt avsluttet, selv om de regelmessige møtene i arbeidsgruppen ble pauset etter sommeren 2022.

I løpet av høsten 2022 ble teamet utvidet med to nye psykologstillinger og teamet gikk fra tre behandlere (overlege, psykologspesialist og psykolog) til fem behandlere (psykologspesialist og psykolog). Dette var stillinger som ble hentet fra andre team i seksjonen da ledelsen ikke klarte å få disse besatt, men som da gjorde at TIPS-teamet også kunne utvide sin målgruppe og kunne bistå de andre teamene i større grad. I og med at vi dekker hele Telemark og det er usikkert hvor stort arbeidsomfang ny målgruppe konkret blir (endret fra 1. november 2022), vil det være behov for evaluering etter en viss tid knyttet til ny målgruppe. Vi utvider ved å tilby utredning av nysyke med psykose innen aldersspennet

15-45 år, til forskjell fra tidligere da vi satt grensen til 30 år. Nysyke defineres her som pasienter med debuterende psykose, som har eller gis en diagnose innen psykosespekteret i hht. ICD-10. Definisjonen av «nysyke» innebærer videre at det er maksimalt 2 år siden første adekvate behandlingstiltak for klart funksjonssvekkende psykose ble startet fra spesialisthelsetjenesten. Vi tilbyr behandling i inntil 1-2 år til de mellom 18 og 30 år, der de under 18 år får tilbud om behandling frem til 18 års alder (evt. lenger), mens de fra 31 år henvises videre for behandling ved de øvrige psykoseteamene i Telemark (fire andre team spredt geografisk).

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 de akutte sengepostene), samt gjennom undervisning i egen seksjon og på tvers av seksjoner (om TIPS-teamet, psykose, tidlig intervensjon og ulike behandlingsmetoder). Vi har også etablert og kontinuert ukentlig felles behandlingsmøte/fagmøte med Psykoseposten ved DPS Porsgrunn, som har 5 sengeplasser dedikert for nysyke. Teamet har flyttet base fra Porsgrunn til Skien, og vi har derfor nå kommet tettere på akutt postene, som vi samarbeider en god del med.

I en stor seksjon der man har tenkt at mye skal være likt, så har konsulenten kontinuerlig jobbet for å beholde eget team og funksjon, deriblant fortsette å være den som kontaktes ved overføringer og deltakelse i viktige overføringsmøter (FLYT-møter). Det er vesentlig å kunne beholde en synlig og aktivt utadrettet stilling, for å styrke samarbeid og mest mulig hensiktsmessig flyt av pasienter. Videre har vi fått beholde tilbudet om videre behandling etter stilt diagnose, og ikke blitt redusert til et rent utredningsteam. Ved å tilby både utredning og behandling vil vi kunne jobbe videre med å styrke et spesialisert tilbud for nysyke med psykoselidelse.

I høst 2022 ble det arrangert en felles fagdag for hele seksjonen med videre forbedringsfokus knyttet til tidlig intervensjon, til vold, til traumebehandling, brukermedvirkning og pårørendearbeid. Det var ut fra denne arbeidsgruppen at vi fikk utarbeidet en ny plan for målgruppe. Videre er det satsning på å utdanne flere innen traumebehandling (vi er også nå blitt deltakere i prosjektet til NKVTS om bedre traumebehandlere, som første psykosepoliklinikk i landet) og flere behandlere i Psykoedukativt familiearbeid (PEF), samt styrke utredningskompetansen på vold og psykose generelt sett. TIPS-konsulenten har bidratt til å utarbeide en ny mal for utredning. For å styrke et psykologfelleskap i seksjonen, ble det fremmet et ønske om å få til et psykologforum for kalibrering og skape økt tilhørighet. Dette er nå planlagt å bli et fast timesmøte annenhver fredag hos TIPS-teamet.

TIPS-seminar 2022

Den 20. oktober arrangerte TIPS-konsulenten, i samarbeid med egen Fagavdeling og TIPS Sør-Øst, «TIPS-seminaret» for tredje gang. Seminaret skal bidra til et særlig blikk på tidlig intervensjon ved psykose og nye behandlingstilnærminger ved psykose. Foredragsholdere kom fra TIPS Sør-Øst og eksternt ved psykologspesialist Kjersti Karlsen.

Det ble en sammensatt fagdag med fokus både på differensialdiagnostikk, forståelse (mer fenomenologisk perspektiv), et mer nyansert fokus på recovery/bedring og implikasjoner for behandling, samt implikasjoner knyttet til stigma og viktigheten av å ta dette på alvor.

Konsulenten åpnet seminaret med både å informere om TIPS Sør-Øst og TIPS-teamets målgruppe og tilbud. Seminaret hadde høy deltakelse med rundt 80 tilstedede, hovedsakelig fra eget foretak, men også noen fra andre foretak (deriblant Vestfold og Oslo) og samarbeidspartnere i 1.linjen. Temaene engasjerte både under (paneldebatt) og etter seminaret, og det fikk en flott omtale i Nyhetsbrevet til TIPS Sør-Øst. Avdelingen for «Jobbmestrende oppfølging» i GREP/NAV ble også invitert med for å holde

en «stand» der deltakerne kunne få med seg informasjon og brosjyrer om tilbudet (unikt tilbud for personer med psykoselidelse med hensikt å komme i ordinær jobb/skole).

Pårørendearbeid

I og med at seksjonen har satset på pårørendearbeid og frikjøpt en spesialsykepleier i større grad enn tidligere for å jobbe spesifikt med videre implementering av psykoedukativt familiararbeid, så har TIPS-konsulenten i mindre grad vært involvert i arbeidet. I første omgang blir det en større andel som utdanner seg til PEF-veiledere. Det vil videre bli aktuelt å jobbe for større grad av implementering av REACT-NOR. TIPS-teamet tilbyr både PEF og REACT-NOR, men tilbyr også mer usystematisk pårørendearbeid der det er det som ønskes/er behov for. Videre er TIPS-teamet involvert i et nytt tilbud i form av tre pårørendekvelder med undervisning om psykose/utredning/behandling/TPH m.m., som startet første gang høst 2022. Nytt kurs starter nå i vår.

Veiledning/formidling

Det har blitt gitt veiledning for behandlere internt i klinikken om utredning og behandling hos pasienter med psykoselidelser, både regelmessig og uregelmessig. Dette arbeidet, sammen med henvendelser for drøfting av overføring/henvisning, har konsulenten også dette året jobbet med å få dokumentert vha. et eget henvendelseskjema på ark (hentet fra TIPS Sør-Øst). Det å kunne vise til mer eksakte tall for tidsbruk, vil være nyttig innspill i videre forbedringsarbeid.

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

Konsulenten har bidratt i undervisningen internt ved klinikken med fokus på tidlig intervensjon ved psykose og om egen drift i TIPS-teamet. Videre regelmessig formidlet kunnskap internt i eget team (fra f.eks. konferanser/kurs).

Konsulenten har startet arbeidet med å opprette et TIPS-nettverk i eget foretak. Dette vil bli et pågående mål også for de neste årene. I første omgang har det vært gjennomført et møte med TIPS-konsulenten i Vestfold ved Marit Holter, samt Kristine Gjermundsen ved TIPS Sør-Øst, der konsulenten fikk verdifull informasjon om deres implementering og utfordringer ved vedlikeholdelse. Temaet har blitt drøftet videre internt i teamet og med Kristine Gjermundsen, samt tatt opp i drøftingsfora i felles møte med TIPS Sør-Øst og TIPS-konsulentene i Helse Sør-Øst i Oslo. Det å samle inn informasjon, gi informasjon og planlegge oppstart i første omgang med BUP-seksjonene, vil være et videre mål for konsulenten.

Konsulenten bidrar aktivt med å rekruttere abonnenter til TIPS Sør-Østs nyhetsbrev ved å ha en egen link til dette i sin signatur på mail, samt muntlig i samarbeidsforum. Videre reklameres det for aktuelle kurs og konferanser, samt deling av aktuelle artikler, internt i egen seksjon. For å få til kontinuerlig fokus og gi inspirasjon til økt kompetanse i både utredning og behandling av pasienter med psykoselidelser, er både nyhetsbrevet og nettsidene som TIPS Sør-Øst utarbeider, svært viktige ressurser.

Konsulenten har bidratt inn til TIPS Sør-Øst ved å delta på både fysiske og digitale workshops/samlinger knyttet til pågående prosjekter internt. Videre har konsulenten deltatt og blitt faglig oppdatert på konferanser og kurs der TIPS Sør-Øst har bidratt/vært arrangør.

Sørlandet Sykehus

TIPS konsulentfunksjonen ved Sørlandet sykehus har siden opprettelsen i mai 2021 ligget i FACT Ung team Østre Agder og organisert via DPS Østre Agder. Stillingen var på 20%, og er ved utgangen av 2022 vakant i forbindelse med at TIPS konsulenten gikk av med pensjon.

TIPS konsulenten har i 2022 blant annet arbeidet med å legge til rette for å iverksette en TIPS telefon for deler av/hele Agder og påbegynt arbeidet med å bygge et TIPS-nettverk i Agder. En annen viktig oppgave har vært å bidra i utredningsarbeid. Det bygges nytt sykehus i Kristiansand som er ferdig 2023. I den forbindelse har man arbeidet med en funksjonsutredning for klinikk psykisk helse og avhengighet som ble levert sykehusledelsen i 2022. TIPS konsulenten har deltatt i dette arbeidet tilknyttet førstegangpsykose og kommet med innspill. Arbeidet opp mot Helsesykepleiere i førstelinjen har fortsatt. Det samme har styrkingen av familiearbeidet i FACT Ung overfor personer med førstegangpsykose, bl.a gjennom å tilby REACT NOR.

Det pågår ved utgangen av året en prosess for å etablere en ny TIPS-konsulent ved Sørlandet sykehus. Det er endringer i organisering av tjenesten for førstegangpsykose ved Sørlandet sykehus som er viktige for hvordan det fremtidige TIPS-arbeidet vil være organisert. Det er ønskelig at TIPS konsulentfunksjonen skal omfatte hele Sørlandet Sykehus, og målet er å styrke arbeidet med tidlig oppdagelse og behandling av psykose i hele fylket. Det har derfor vært et ønske om å få utvidet TIPS konsulentrollen til en større stillingsandel. TIPS Sør-Øst er ved årsskiftet i dialog med Sørlandet sykehus rundt prosessen videreføring av TIPS-konsulentstillingen ved Sørlandet sykehus.

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