

## **Endurhæfingardeild St. Franciskusspítala Stykkishólmi 40 ára.**

### **Háls-og bakdeild 25 ára.**

Árið 1976, er ákveðið tímamóta ár í sögu sjúkraþjálfunar og endurhæfingar á Ísland, og það á ekki síst við hér í Stykkishólmi. Þetta ár komu fyrstu lögin um sjúkraþjálfun og einnig voru lögð drög að því að flytja endurhæfingar frá Félagsmálaráðuneyti til Heilbrigðisráðuneytis, að frumkvæði Magnúsar Kjartanssona alþingismanns,

Þetta sama ár 1976, kom ný hjúkrunkona, sr. Lidwina, til starfa á St.Franciskusspítalanum í Stykkishólmi. -Sr Lidwina. Eða Wilhelmina Barnas eins og hún heitir fullu nafni, hafði kynnst æfingameðferð, þegar hún var við framhaldsnám í heimahjúkrun í Hollandi. Hún áttaði sig fljótt á því að vöntun væri á slíkrri þjónustu í Stykkishólmi. Þjónustu sem gæti orðið til mikillar heilsubótar fyrir bæði skjólstaðinga spítalans, og eins fólk úti í bæ.

Ég sendi sr.Lidwinu bréf sl. haust og spurði hana nokkura spurninga um upphaf endurhæfinga deildarinnar. Spurningar eins og hvernig, hvenær, hvar og afhverju? Hún var svo góð að skrifa mér skemmtilegt bréf til baka, sem mig langar að lesa fyrir ykkur. Ég gerir mér þó grein fyrir því, að flest ykkur skilja ekki Hollensku, svo ég þýddi bréf hennar eins vel og ég gat (með smá aðstoð).

### **Bréfið frá systir Lidwinu.**

*Tilburg juni 2017*

*Kæra Lucia*

*Fyrirspurn þin er móttækin og ég skal reyna að segja þér frá endurhæfingu á SFS í Stykkishólmi. Ég kom til Íslands í sept 1976 og varð mér fljótlega ljóst að það var ekkert gert í sambandi við endurhæfingu. Eftir mína menntun sem hjúkrunarfræðingur ( með sérhæfingu í ummönnum ungbarna) fór ég til Enschede til þess að fara í 2 ára heimahjúkrunar nám í Social academia. Á þessu tímabili fékk ég tækifari til að kynnst ýmsu, sérstaklega var það verklega reynslan á endurhæfingarstöðinni "de Roessingh", sem er líka í Enschede. Þessa þekkingu vildi ég nota fyrir fólkið okkar í Stykkishólmi og nágrenni, en það vantaði allt. Þess vegna setti ég mig í samband við "Memisa" í Rotterdam, hvort þau væru tilbúin til að hjálpa sjúkrahúsinu okkar af stað, sem þau gerðu. En svo var það að finna stað! Eftir samræður varð litla herbergið uppi á 4.hæð fyrir valinu og er það þar sem ég byrjaði. Til að byrja með komu flestir sjúklingana úr fiskivinnslunum, þar sem margir unnu við færiband og vegna einhæfna hreyfinga fundu margir fyrir handleggjum, hálsi og baki, flestir vegna vöðvaverkja. Smám saman komu fleiri og aðrir sjúklingar með alls konar kvilla. Þau sem unnu í fiski vildu helst mæta eftir vinnu ( til þess að missa ekki tekjur) sem var mjög erfitt fyrir mig, en eftir nokkrar viðræður komumst við að góðum niðurstöðum og gátum hjálpað öllum sem vildu komast að. En það komu stöðugt fleiri sjúklingar og flóknari tilfelli. Svo ég þurfti að setjast niður og taka ákvörðun um hvað ég vildi: "Ætla ég að vinna áfram sem hjúkrunarfræðingur eða fer ég að sérhæfa mig og mennta mig sem sjúkraþjálfara, bæði á Íslandi og erlendis ( ef ég man rétt þá var hún Caroline fyrsti sjúkraþjálfarinn okkar) Síðan þá hefur deildin vaxið og dafnað í það sem hún er í dag og við getum öll horft til baka með ánægju og þakklæti.*

*Lucia, vonandi nýtist þetta og óska ég þér og öllum hinum góðs gengis um ókomna tíð.*

*Veel groeten. Dag, Lidwina*

Það er merkilegt að endurhæfingarmeðferð skuli hafa hafist svo snemma á litlu sjúkrahúsi úti á landi, í ljósi þess að einungis var liðinn einn og hálfur áratugur frá því að Reykjalundur hóf alhliða endurhæfingastarfsemi, og einungis voru 3 ár liðin frá því að Greinsásdeild hóf sína starfsemi 1973. Þar við bætist að sjúkrahjálfun sem slík var frekar nýlegt fag svona á heimsvísu, „og ekki til síðs að stunda endurhæfingu á sjúkrahúsum“

Í frumvarpi til laga um um flutning endurhæfingar á milli ráðuneyta árið 1976, rekur Magnús Kjartansson alþingismaður, lauslega sögu endurhæfingar í Evrópu. Þar kemur fram að greinin hafi í raun orðið til í núverandi mynd í seinni heimsstyrjöldinni, en þá urðu meðal annars til fjölmörg góðgerðarsamtök sem sáu um að sinna þeim sem þurftu endurhæfingu, bæði andlega og líkamlega vegna hörmungar stríðsins. Ein af þessum samtökum ráku einmitt endurhæfingarstöðina Roessingh þar sem systir Lidwina kynntist æfingameðferðinni í sínu námi.

Eftir að ákvörðun hafði verið tekin um að sinna endurhæfingu á spítalanum, þurfti að finna stað fyrir starfseminu og afla nauðsinlegs tækjabúnaðar. Þá var ekki búið að reisa nýbygginguna, og gamli spítalinn með starfsemi á öllum hæðum, nema uppi á 4 hæð. Þar höfðu áður verið innréttuð herbergi ásamt salernis og bað aðstöðu, fyrir sumardvalarbörn af höfuðborgarsvæðinu, sem hingað komu í áraraddir í samstarfi við Rauða kross Íslands. Nú var sú starfsemi flutt í nýju leikskóla bygginguna og því voru tvö þessara herbergja sem nú voru á lausu, tekin undir endurhæfingar starfseminu. Endurhæfingartæki og búnaður var keyptur með tilstyrk frá Memisa samtökunum í Hollandi, að beiðni sr.Lidwinu.

Í sambandi við Memisa.

Það var merkileg upplifun þegar ég áttaði mig á því, að það sem ég hafði gert sem barn, er tengt starfstöð þeirri sem ég vinn hjá í dag, í allt öðru landi, á allt öðrum tíma, án þess að ég hafi haft hugmynd um það alla starfs-æfina hingað til.

Móðir mín hefur alltaf verið mjög athafnasöm í sjálfboðastörfum og er enn. Henni var sagt upp störfum sem ritara hjá ráðhúsinu í Rotterdam, þegar hún giftist og var þar með komin með eiginmann sem myndi sjá um hana (jafnréttislög voru ekki til þá). En menntun hennar nýttist áfram í störfum fyrir góðgerða stofnanir innan kaþólsku kirkjunnar. Við krakkarnir fengum að hjálpa henni við að dreifa bæklingum og að safna peningum í kirkjunni. Þetta er kallað collecta. -Collecta fyrir Memisa samtökin var einn af þessum árlegu söfnunum sem móðir mín var að vasast í. Memisa samtökin voru kaþólsk hjálparsamtök sem í upphafi voru stofnuð til þess að efla heilbrigðis starfsemi á trúboðsstöðvum.

Einn af fyrstu skjólstaðingum endurhæfingardeildarinnar, og eitt af þessum „flóknari tilfellum“ sem systir Lidwina nefnir í bréfi sínu var Anna Traustadóttir, og hefur hún góðfúslega deilt með okkur sögu sinni og elstu minningum sínum um komu til sjúkrahjálfa.

Anna Traustadóttir veiktist alvarlega sumrið '76, þá 8 ára, og var flutt suður til meðferðar og síðan í aðgerð. Eftir það fór hún á Grensás í endurhæfingu. Hún fékk ekki að fara heim í Stykkishólm, fyrr en það væri klárt að hún mundi fá áframhaldandi endurhæfingu á staðnum. Haustið 1977 var loksins komið að því og var það sr Lidwina sem tók það að sér. Síðan tók sr Josee við frá henni þangað til fyrsti menntaði sjúkrahjálfarinn var ráðinn til starfa ágúst 1979. Hún heitir Caroline Bekker ( það var sem sagt rétt í bréfinu hjá Lidwinu) og hafði Anna kynnst henni aðeins áður á Grensás. Caroline starfaði þar sem sjúkrahjálfari, áður en hún kom hingað í Hólminn.

Ég bað Önnu að rifja upp fyrir mig hvernig það var að koma í æfingarmeðferð, á þessum tíma.

„Ég fékk fyrsta reiðhjólíð mitt þegar ég var 11 ára (1979) og hjólaði ég sjálf inn á spítala. Ég hjólaði upp að leikskólabygginguni og geymdi hjólíð undir svölunum á prestsbústaðnum. Þaðan gekk ég með fram veggnum upp brekkuna og fór inn um gamla aðal innganginn. Svo gekk ég upp stigann alla leið upp á 4. hæð (því ég fór sko ekki ein í þessa lyftu). Upp á 4 hæð beygði ég til vinstri inn ganginn og þar í endanum voru 2 lítil meðferðar herbergi. Sem sagt: Ég var búin að æfa mig helling áður en meðferðin hófst.“

Svo spurði ég hana hverju hún myndi best eftir af dótinu þarna uppi.

"STÝRISHJÓL!" kom strax upp í hugann og stiginn, stór bekkur með dýnu, Svínaleikur leir. Stór og þungur leðurbolti, og stór spegill. Svo voru þarna blá handlód úr járn sem Tryggvi Ólafsson föðurafi Önnu, sem var rennismiður, steypiti fyrir hana. Allur þessi búnaður, nema leirinn, er enn til, þó ekki sé hann allur lengur í notkun.

Ég færi Önnu bestu þakkir fyrir þessa skemmtilegu upprifjun.

Mannaskipti voru mjög ör fyrstu árin. Eins og áður segir var Caroline Bekker fyrsti menntaði sjúkraþjálfarinn sem starfaði við deildina. Hún kom 1 ágúst 1979 og fór í lok janúar 1980. Á eftir henni kom Hanneke Knol og stoppaði í 9 mánuði. Petra Irene de Ruiter, betra þekkt sem Pim, byrjaði janúar 1981 og var næstu tvö árin. Frá þeim tíma og þangað til að ég hóf störf þann 1. apríl 1990 komu og fóru um 11 manns.

Þegar ég kem til starfa á spítalanum vorið 1990 var þessi upphaflega aðstaða á háaloftinu ekki lengur til, heldur komin ný og rúmgóð endurhæfingardeild á jarðhæðinni. Sú aðstaða var tekin í notkun þann 17. september 1988.

Árið 1988 þegar styttest í að þetta nýja endurhæfingar húsnaði væri tilbúið til notkunar, kom í ljós að framkvæmdafé var búið og því ekki hægt að taka deildina í notkun vegna þess að ekkert fé var eftir til kaupa á nauðsinlegum tækjum og búnaði. Einungis var komið í hús stórt og mikið baðkar, sem varð að kaupa og bera inn áður en innveggirnir voru hlaðnir. Þá fór af stað stórmerkilegt framtak í því skini að afla fjár til tækjakaupa. Iðnmeistararnir, Ásgeir Gunnar Jónsson, Andrés Kristjánsson og Sigurþór Guðmundsson, ýttu úr vör fjársöfnum meðal iðnaðarmanna í Stykkishólmi, og var afraksturinn um 300.000 krónur, sem dugði ekki til. Í framhaldi af því leituðu þeir félagar til sjúkrasjóðs iðnsveinafélagsins og leituðu eftir fjárframlagi. Eftir aðhafa fengið jákvæð svör þaðan, var leitað til fleiri sjúkrasjóða fagfélaga undir slagorðinu „Hjálpum fólki að hjálpa sér sjálft“ Það er skemmst frá því að segja að fyrir söfnunarfé þetta og önnur framlög, var hægt að kaupa öll þau tæki og tól sem þáverandi sjúkraþjálfari stofnunarinnar taldi þörf á að hafa við hendina. Og það var afgangur sem var settur til hliðar til að greiða kostnað við viðhald og viðgerðir. Síðar þegar Iðnsveinafélag Stykkishólms var lagt niður, var Endurhæfingardeildinni afhent það sem eftir var í sjóði félagsins, og var það nýtt til kaupa á æfingatækjum og leikföngum fyrir börn.

Ég vil nota þetta tækifæri, til að þakka öllum þeim sem hafa styrkt endurhæfingardeildina í gegnum tíðina.

Það hefur ýmislegt breyst síðan ég hóf störf við endurhæfingardeildina. Eftir fyrstu 6 mánuðina fékk ég aðstoðarmann, til þess að sinna hinni síauknu pappírsvinnu vegna Tryggingastofnunar Ríkisins, og framan af aðstoðuð þær líka við þjálfun á inniliggjandi skjólstaðingum eftir forsögn sjúkraþjálfara. Í dag er ritarinn ómissandi hlekkur og held ég að ég tali fyrir hönd allra sem eru að vinna í tengslum við endurhæfingardeild, að við værum illa sett án hennar Kötú sem hefur mannað þessa stöðu síðustu tvo áratuginna.

Næsta stóra breytingin á starfi endurhæfingardeildarinnar (og í raun grundvallarbreyting) var stofnun Háls-og bakdeildar við spítalann haustið 1992, að frumkvæði Jóseps Blöndal sjúkrahúslæknis.

Jósep Blöndal hóf störf sem sjúkrahúslæknir hjá SFS, ca. tveimur mánuðum eftir að ég kom hingað, vorið 1990 . Hann hafði þá verið að mennta sig í London hjá Cyriaxsamtökunum í orthopedic medicine (OM). Þetta passaði vel við mína menntun. Sjúkraþjálfunar-námið mitt í Hollandi byggðist sína grunnskoðun og niðurstöður á sömu OM grunnhugsun . Við vorum því nokkuð jafn kunnug aðferðum Cyriax og notuðum sömu skráningar aðferðir við skoðanir. Við gátum s.s. talað saman!

Cyriax notaði þvernudd, hnik-, tog- og sprautumeðferð, vegna verkja í liðnum, en engar æfinga meðferðir. Hugmyndir um æfinga prógram var fengið frá Saalbræðrum í San Francisco og frá Hollandi. Ég bjó til prógram upp úr þeim grunni og byrjaði að nota það til reynslu.

Háls-og bakdeildin hóf starfsemi sína á 3.hæð spítalans, þann 11 nóvember 1992 og fór rólega af stað. Fyrst um sinn kom fólk aðallega til þess að fara í sprautu- og hnik meðferð til Jóseps vegna bak-og hálsverkja, en ég sá mest um togmeðferð, þvernudd og smá skammt af æfingum.

Á meðan deildin var að þróast áfram voru líka lagðir inn á hana, einstaklingar í endurhæfingu vegna annara kvilla en bakverkja.

Fyrsta innlögn sem skráð var sem "Bakprógram" en ekki "bakverkur" var skráð í byrjun nóvember 1993. Á árinu 1994 vorum við komnir á fulla ferð sem bakdeild með sprautu meðferð, fræðslu, hópæfingum, og smá skammti af bekkjameðferð. Þetta fyrirkomulag þróaðist síðan í það sem bakprógramið saman stendur af í dag: 2 x 5 daga æfingarprógram, bekkjameðferð og sprautur eftir þörfum, fræðslu hjá hjúkrunarfræðingi, sjúkraþjálfurum ásamt lækni. Þá er einnig hópmeðferð í sundlaug og slökun.

Þegar Háls-og bakdeildin tók að þróast má segja að endurhæfingardeildin hafi með tímanum orðið "hryggjarstykkið" í þeirri starfsemi. Tók nú sjúkraþjálfurum að fjölga hægt og bítandi og myndaðist með tímanum hinn stöðugi kjarni starfsfólks sem hér er í dag.

Árið 1998 fékk háls-og bakdeildin aðgang að geðhjúkrunarfræðingi, sem skjólstæðingar deildarinnar gátu leitað til ef svo bar undir. Því miður urðu aðstæður þannig fyrir einu ári að ekki var hægt að bjóða upp á þá þjónustu lengur. Ég vil þó taka fram að hún er þó enn til staðar fyrir skjólstæðinga okkar á hjúkrunardeildinni eða annari hæðinni eins og við köllum það.

Mig langar að enda þennan ræðustúf á því að láta mig dreyma upphátt um framtíð endurhæfingar deildarinnar. Draumur okkar er að gera teymið fjölbreyttara með aðkomu fleiri fagstétta sem taka á mismunandi þáttum endurhæfingarinnar. Það er marg sannað að mikilvægt er að hugsa heildrænt þegar kemur að endurhæfingu svo bestur árangur náist. Huga þarf að því líkamlega, því andlega, því félagslega og því næringarlega.

Við vonum því að hægt verði fyrr en síðar að efla tengingar við þessar stéttir og bæta aðgengi skjólstæðinga okkar að þeim.

Takk fyrir

Lucia de Korte, sjúkraþjálfari