**Utarbeidet av**: STHF, ST-Betanien og HSØ RHF

**Plan ID:** 1019 **Versjon:** 1.0

**Revideres innen dato**: 01.01.2024

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **VIPS Funksjonsområder (FO)** | | | | | |
| 1. | Kommunikasjon | 6. | Hud/Vev | 11. | Psykososialt |
| 2. | Kunnskap/Utvikling | 7. | Aktivitet/ADL | 12. | Åndelig/Kulturelt |
| 3. | Respirasjon/Sirkulasjon | 8. | Søvn/Hvile | 13. | Sikkerhet |
| 4. | Ernæring/Matinntak | 9. | Smerte/Sanseinntrykk | 14. | Sammensatt status |
| 5. | Eliminasjon | 10. | Seksualitet/Reproduksjon |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **FO** | **Diagnoser** | ICNP | **Resultatmål** | ICNP | **Intervensjoner** | ICNP |
| **2** | **Fatigue** | 10000695 | **Redusert fatigue** | 10029390 | **Vurdere fatigue** (1,2) | 10026086 |
|  |  |  |  |  | **Undervise om fatigue** (1,3) | 10050996 |
|  |  |  |  |  | **Undervise om å bevare energi** (1) | 10043515 |
|  |  |  |  |  | **Håndtere energisparing** (1,3) | 10035991 |
|  |  |  |  |  | **Vurdere bruk av alternativ terapi** (1,4) | 10024320 |
|  |  |  |  |  | **Fremme helsefremmende atferd** (2) | 10032465 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **2** | **Problem med mestring** | 10001120 | **Tilfredsstillende mestring** | 10022378 | **Vurdere mestring** (1) | 10002723 |
|  |  |  |  |  | **Fremme tilfredsstillende mestring** (2) | 10035936 |
|  |  |  |  |  | **Undervise om symptomkontroll** (1) | 10038080 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **4** | **Problem med næringsinntak** | 10023009 | **Bedret ernæringsstatus** | 10035569 | **Håndtere ernæringsstatus** (5) | 10036013 |
|  |  |  | **Næringsinntak innenfor normalområdet** | 10037572 | **Vurdere ernæringsstatus** (3,5) | 10030660 |
|  |  |  |  |  | Se nasjonal VP: Ernæringssvikt underernæring |  |
|  |  |  |  |  | [VAR: Kartlegging av ernæringsstatus](https://www.varnett.no/portal/procedure/7488) |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **8** | **Problem med søvn** | 10027226 | **Tilstrekkelig søvn** | 10024930 | **Fremme søvn** (1,3) | 10050949 |
|  |  |  |  |  | Se NVP: Søvnforstyrrelser |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **2** | **Manglende kunnskap om sykdom** | 10021994 | **Kunnskap om sykdom** | 10023826 | **Vurdere kunnskap om sykdom** (1) | 10030639 |
|  |  |  |  |  | **Undervise om fatigue** (3) | 10050996 |
|  |  |  |  |  | **Undervise om sykdom** (3) | 10024116 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **7** | **Aktivitetsintoleranse** | 10000431 | **Tilfredsstillende aktivitetstoleranse** | 10027634 | **Undervise om trening** (1,4) | 10040125 |
|  |  |  |  |  | **Håndtere treningsregime** (1,4) | 10023890 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **8** | **Smerte** | 10023130 | **Mestrer smerte** | 10040749 | **Vurdere smerte** (1,2) | 10026119 |
|  |  |  |  |  | Se NVP: Smerte - akutt |  |
|  |  |  |  |  | Se NVP: Smerte - kronisk |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**Referanser**

1. Helsedirektoratet. Seneffekter etter kreftbehandling [Rapport]. 21. april 2020 [cited 2020 07.12]. Available from: <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/seneffekter-etter-kreftbehandling/Seneffekter%20etter%20kreftbehandling.pdf/_/attachment/inline/3d984c2a-7926-4d1a-a5f0-06d48fe7c95f:f3e498d059734ff34b013c1c206877e488e95600/Seneffekter%20etter%20kreftbehandling.pdf>
2. Multiple sclerosis in adults: management [Clinical guideline [CG186]]. NICE11 November 2019 [cited 2020 07.12]. Available from: <https://www.nice.org.uk/guidance/cg186/chapter/Recommendations#providing-information-and-support>.
3. Escalante C. P. Cancer-related fatigue: Treatment [Database]. UpToDate; May 21, 2020 [cited 2020 07.12]. Available from: <https://www.uptodate.com/contents/2813>
4. Baraniuk J. N. Chronic fatigue syndrome (Myalgic encephalomyelitis): BMJ; Sep 11, 2018 [cited 2020 07.12]. Available from: <https://bestpractice.bmj.com/topics/en-gb/277>
5. Nasjonale faglige retningslinjer for forebygging og behandling av underernæring 2013 [cited 2020 07.12]. Available from: <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/underernaering/Forebygging%20og%20behandling%20av%20underern%C3%A6ring%20%E2%80%93%20Nasjonal%20faglig%20retningslinje.pdf/_/attachment/inline/a69263ff-b40e-4d23-a7c6-67acce28a88e:48ba11770eaa7f7a1d18145aa0e1f30086ca5dcd/Forebygging%20og%20behandling%20av%20underern%C3%A6ring%20%E2%80%93%20Nasjonal%20faglig%20retningslinje.pdf>.

**Metoderapport**

|  |  |
| --- | --- |
| **AVGRENSNING OG FORMÅL** | |
| **1** | **Overordnede mål for VP:**  Utarbeide en kunnskapsbasert Regional VP Fatigue.  Hvordan kan sykepleier bidra til økt mestring av fatigue. |
| **2** | **Hvem gjelder VP for (populasjon, pasient):**  Gjelder voksne pasienter i sykehus. |
| **3** | **Navn, tittel og arbeidssted på medlemmer av arbeidsgruppen som har utarbeidet VP-en**:  Desember 2020: Annika Brandal, spl. SSHF, innleie HSØ, har satt planen inn i riktig format og satt inn referanser. Det ble også lagt til en sykepleiediagnose, *smerte*, når dette arbeidet ble utført, dette på bakgrunn av litteratur.  Februar 2020: Tove Ausland Støyva, Assisterende avdelingssykepleier/fagansvar Betanien Hospital- (ortopedi; øye, revmatologi).  Aslaug Vassbotn, fagutviklingssykepleier. Betanien Hospital.  Anita Markseth Søli, sykepleier kreftavdelingen STHF.  Elisabeth Dahler Lien, kreftsykepleier palliativ enhet STHF.  Arbeidsgruppen har jobbet parallelt i klinisk praksis, og det har derfor gått tid mellom hver gang vi har møttes for å arbeide med planen. Dette har påvirket kontinuiteten med arbeidet. |
| **INVOLVERING AV INTERESSENTER** | |
| **4** | **Synspunkter og preferanser fra målgruppen som VP-en gjelder for:**  Gjelder alle voksne pasienter med fatigue (kronisk fatigue) uavhengig av grunndiagnose. |
| **METODISK NØYAKTIGHET** | |
| **5** | **Systematiske metoder ble benyttet for å søke etter kunnskapsgrunnlaget**:  Kunnskapsgrunnlaget er bygd på søk i kunnskapspyramiden.  Det er prioritert å søke i øverste del av pyramiden.  Gjort systematiske søk i ulike databaser i samarbeid / med råd fra bibliotekar.  Arbeidsgruppen tok utgangspunkt i eksisterende VP fatigue lokalt og gjort endringer /tilpasninger etter funn i litteratur |
| **6** | **Kriterier for utvelgelse av kunnskapsgrunnlaget er**:  Vi har i utgangspunktet fokusert på forskning ikke eldre enn to år, men eldre artikler av god kvalitet som underbygger nyere funn er også tatt med. Det er lagt stor vekt på nasjonale føringer, nasjonale faglige råd og internasjonale guidelines.  Arbeidsgruppen har vurdert hvert enkelt tiltak/forordning sammen med erfaringer fra praksis, og kommet frem til at de tiltak/forordninger som er valgt er til det beste for pasienten. |
| **7** | **Det fremgår tydelig hvordan anbefalingene henger sammen med kunnskapsgrunnlaget:**  Ja. Alle anbefalinger er knyttet opp til konkrete kilder med tallreferanser. |
| **8** | **Styrker og svakheter ved kunnskapsgrunnlaget:**  Svakheter er at begrepet fatigue brukes om en hel rekke ulike tilstander, og brukes noe ulikt til de ulike diagnosene.  Utfordring å velge i stort materiale.  Styrker ved kunnskapsgrunnlaget er at mye forskning om tilstanden både nasjonalt og internasjonalt er av nyere dato. Mye av innholdet konkluderer likt.  Innholdet i artiklene og rådene i de ulike brukerorganisasjonene samsvarer (norsk revmatikerforbund, kreftforeningen). |
| **9** | **VP er blitt vurdert internt/eksternt av relevante fagressurser (tittel, navn, arbeidssted)**:  VP vil bli vurdert eksternt av regional gruppe. |
| **ANSVAR** | |
| **10** | **Tidsplan og ansvarlige personer for oppdatering av VP-en er**:  Oppdateres hvert 3. år koordinert av regional KDS-gruppe. Oppdateringen skal fortrinnsvis gjøres i de samme HF-ene hvor VP-en er utarbeidet og godkjennes internt i HF-et og gjennom regional VP-gruppe. |

**Dokumentasjon av litteratursøk for VP Fatigue**

|  |
| --- |
| Søk skal dokumenteres på en slik måte at de kan reproduseres nøyaktig slik de ble gjennomført. Dato for søk skal alltid oppgis. Antall treff oppgis der det er relevant. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Prosedyrens tittel** | VBP Fatigue regional |
| **Spørsmål fra PICO-skjema** | Hvordan kan sykepleier bidra til økt mestring av fatigue? |
| **Kontaktdetaljer prosedyremakere** | Navn: Karine Fjeld Johansen  E-post: karinf@sthf.no  Tlf: 91627819 |
| **Bibliotekar som utførte eller veiledet søket** | Navn: Stine Helene Dahl  Arbeidssted: Sykehuset Telemark HF v/Fagbiblioteket  E-post: sthdah@sthf.no  Tlf: 35003345 |

|  |
| --- |
| Obligatoriske kilder er merket (obligatorisk). Slett gjerne bokser for kilder det ikke er søkt i, og legg eventuelt til nye bokser for kilder som er søkt i tillegg. Nederst i skjemaet er en tom boks som kan kopieres og limes inn andre steder. |

****Retningslinjer og kliniske oppslagsverk****

|  |  |
| --- | --- |
| **Database/kilde** | [Fagprosedyrer som er godkjent i de enkelte helseforetak på fagprosedyrer.no](http://www.fagprosedyrer.no/) (obligatorisk) |
| **Dato for søk** | 25.11.19 |
| **Søkehistorie eller fremgangsmåte** | Fatigue, utmattelse |
| **Kommentarer** | Ingen relevante treff |

|  |  |
| --- | --- |
| **Database/kilde** | [Nasjonale faglige retningslinjer, veiledere, prioriteringsveiledere og pakkeforløp fra Helsedirektoratet](https://helsedirektoratet.no/retningslinjer)(obligatorisk) |
| **Dato for søk** | 25.11.19 |
| **Søkehistorie eller fremgangsmåte** | Sett gjennom listene til Nasjonale faglige retningslinjer, veiledere, prioriteringsveildere og pakkeforløp |
| **Kommentarer** | Rapport: Seneffekter etter kreftbehandling : Faglige råd [Seneffekter etter kreftbehandling : Faglige råd](https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/seneffekter-etter-kreftbehandling/Seneffekter%20etter%20kreftbehandling.pdf/_/attachment/inline/d773fe85-b9d7-4ad9-bc25-43268a6b6be1:391236444bada745bb3d8c6ad1a12a6a9e81c33a/Seneffekter%20etter%20kreftbehandling.pdf) |

|  |  |
| --- | --- |
| **Database/kilde** | [UpToDate](http://www.uptodate.com) (obligatorisk) |
| **Dato for søk** | 25.11.19 |
| **Søkehistorie eller fremgangsmåte** | fatigue |
| **Patient Education** | - |
| **Kommentarer** | [Cancer-related fatigue: Treatment](https://www.uptodate.com/contents/cancer-related-fatigue-treatment?search=Cancer-related%20fatigue:%20Treatment&source=search_result&selectedTitle=1~30&usage_type=default&display_rank=1)  [Cancer-related fatigue: Prevalence, screening, and clinical assessment](https://www.uptodate.com/contents/cancer-related-fatigue-prevalence-screening-and-clinical-assessment?search=Cancer-related%20fatigue:%20Prevalence,%20screening,%20and%20clinical%20assessment&source=search_result&selectedTitle=1~150&usage_type=default&display_rank=1)  [Overview of managing common non-pain symptoms in palliative care](https://www.uptodate.com/contents/overview-of-managing-common-non-pain-symptoms-in-palliative-care?search=Overview%20of%20managing%20common%20non-pain%20symptoms%20in%20palliative%20care&source=search_result&selectedTitle=1~150&usage_type=default&display_rank=1)  [Approach to survivors of epithelial ovarian, fallopian tubal, or peritoneal carcinoma](https://www.uptodate.com/contents/approach-to-survivors-of-epithelial-ovarian-fallopian-tubal-or-peritoneal-carcinoma?search=Approach%20to%20survivors%20of%20epithelial%20ovarian,%20fallopian%20tubal,%20or%20peritoneal%20carcinoma&source=search_result&selectedTitle=1~150&usage_type=default&display_rank=1)  [Symptom management of multiple sclerosis in adults](https://www.uptodate.com/contents/symptom-management-of-multiple-sclerosis-in-adults?search=Symptom%20management%20of%20multiple%20sclerosis%20in%20adults&source=search_result&selectedTitle=1~150&usage_type=default&display_rank=1)  [Management of nonmotor symptoms in Parkinson disease](https://www.uptodate.com/contents/management-of-nonmotor-symptoms-in-parkinson-disease?search=Management%20of%20nonmotor%20symptoms%20in%20Parkinson%20disease&source=search_result&selectedTitle=1~150&usage_type=default&display_rank=1)  [Neuropsychiatric side effects associated with interferon-alfa plus ribavirin therapy: Treatment and prevention](https://www.uptodate.com/contents/neuropsychiatric-side-effects-associated-with-interferon-alfa-plus-ribavirin-therapy-treatment-and-prevention?search=Neuropsychiatric%20side%20effects%20associated%20with%20interferon-alfa%20plus%20ribavirin%20therapy:%20Treatment%20and%20prevention&source=search_result&selectedTitle=1~150&usage_type=default&display_rank=1) |

|  |  |
| --- | --- |
| **Database/kilde** | [BMJ Best Practice](http://bestpractice.bmj.com/) (obligatorisk) |
| **Dato for søk** | 25.11.19 |
| **Søkehistorie eller fremgangsmåte** | fatigue |
| **Patient leaflets** | [Assessment of fatigue](https://bestpractice.bmj.com/topics/en-gb/571/patient-leaflets)  [Fibromyalgia: what treatments work?](https://bestpractice.bmj.com/patient-leaflets/en-gb/pdf/1466427389253.pdf) |
| **Kommentarer** | [Chronic fatigue syndrome/Myalgic encephalomyelitis](https://bestpractice.bmj.com/topics/en-gb/277)  [Multiple sclerosis](https://bestpractice.bmj.com/topics/en-gb/140)  [Fibromyalgia](https://bestpractice.bmj.com/topics/en-gb/187) |

|  |  |
| --- | --- |
| **Database/kilde** | [NICE Guidance](http://guidance.nice.org.uk/index.jsp?action=find)(UK) (obligatorisk) |
| **Dato for søk** | Ikke oppgitt |
| **Søkehistorie eller fremgangsmåte** | Chronic fatigue syndrome |
| **Kommentarer** | Søkt uten bibliotekar. - Chronic fatigue syndrome myalgic encephalomyelitis overview <https://pathways.nice.org.uk/pathways/chronic-fatigue-syndrome-myalgic-encephalomyelitis#path=view%3A/pathways/chronic-fatigue-syndrome-myalgic-encephalomyelitis/specialist-care-for-chronic-fatigue-syndrome-myalgic-encephalomyelitis.xml&content=view-index>  - Multiple sclerosis in adults: management  <https://www.nice.org.uk/guidance/cg186>  - Rheumatoid arthritis in adults: management (NG100) <https://pathways.nice.org.uk/pathways/rheumatoid-arthritis#path=view%3A/pathways/rheumatoid-arthritis/rheumatoid-arthritis-overview.xml&content=view-index> |

****Systematiske oversikter****

|  |  |
| --- | --- |
| **Database/kilde** | [The Cochrane Library](http://onlinelibrary.wiley.com/cochranelibrary/search/) (obligatorisk) |
| **Dato for søk** | 25.11.19 |
| **Søkehistorie** | #1 Fatigue:ti,ab,kw #2 Fatigue (MESH) #3 #1 OR #2 #4 Intervention\*:ti,ab,kw #5 #3 AND #4 |
| **Antall treff** | Cochrane Reviews (200) Clinical Answers (4) |
| **Kommentarer** | [Exercise for the management of cancer‐related fatigue in adults](https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD006145.pub3/full)  [Cognitive behaviour therapy for chronic fatigue syndrome in adults](https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD001027.pub2/full) |

|  |  |
| --- | --- |
| **Database/kilde** | [Epistemonikos](http://www.epistemonikos.org/en/advanced_search) (obligatorisk) |
| **Dato for søk** | 5/2-20 (uten bibliotekar) |
| **Søkehistorie eller fremgangsmåte** | Søkeord: fatigue Avgrenset til siste år |
| **Antall treff** | Broad Synthesis () Structured summary () Systematic review (89) |
| **Kommentarer** | Mest relevante treff: - Exercise therapy for chronic fatigue syndrome <https://www.epistemonikos.org/en/documents/b4bcdad22b85dc05a913ede1de91fe2acb61ccb0>  - Assessment of the scientific rigour of randomized controlled trials on the effectiveness of cognitive behavioural therapy and graded exercise therapy for patients with myalgic encephalomyelitis/chronic fatigue syndrome: A systematic review. <https://www.epistemonikos.org/en/documents/3f17a38ac0c179ff329daaecd989ae5e1b096401>  - Fatigue Measurements in Systemic Lupus Erythematosus. <https://www.epistemonikos.org/en/documents/2a6a9385bd49d413875c6418d3ccbd609fd1f8a2>  - Managing fatigue in patients with primary Sjögren's syndrome: challenges and solutions. <https://www.epistemonikos.org/en/documents/987b9e428859d7b850255b1cde6df5fd82308730>  - Yoga has a solid effect on cancer-related fatigue in patients with breast cancer: a meta-analysis. <https://www.epistemonikos.org/en/documents/1355a2c77cccbb6fd4aba888b57f5ec13a3aa946> |

Er det nå funnet svar på spørsmålet og informasjonen er av forholdsvis ny dato (ikke mer enn tre år gammel), kan man avslutte søket. Dersom man ikke finner oppsummert kunnskap som tilfredsstiller disse kravene, må det søkes i kilder for primærstudier.

**Pasient- og pårørendeopplæring**

Vi har ikke gjort systematiske litteratursøk etter pasient- og pårørendeopplæring. Men vi kjenner til de mest brukte brukerorganisasjonene og ønsker å legge ved gode kilder for fatigue.  
  
Norsk Revmatikerforbund: «https://www.revmatiker.no/lev-bedre-med-usynlig-sykdom/mestring-av-fatigue/»

Kreftforeningen: «https://kreftforeningen.no/om-kreft/senskader/fatigue-tretthet/»