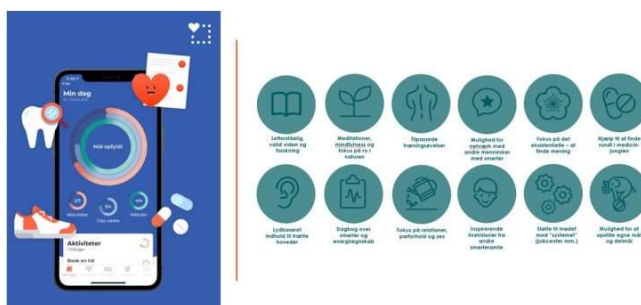


## Bestyrelsens beretning 2023

2023 blev et år med mange forskellige aktiviteter og projekter – og som altid måtte vi prioritere, hvilke vi havde ressourcer til. Men der skal ikke herske tvivl om, at FAKS er involveret i mange relevante og spændende projekter.

### Mit liv – mestring, motivation og smertehåndtering - MeMoS



FAKS store projekt i 2023 var færdiggørelse af app'en "Mestring, motivation og smertehåndtering" (MeMoS), som er et digitalt redskab til personer, som lever med kroniske smerter. Forløbet er en del af 'Det digitale sundhedscenter – Mit liv Min sundhed'.

Forløbet i app'en er udviklet med fokus på mikrolæring og høj fleksibilitet og består af flere moduler, som giver den smerteramte viden og redskaber indenfor forskellige temaer (viden om smerter, søvn, bevægelse, brug af medicin m. fl.). App'en er relevant for både patienter som er i behandlingsforløb, men også smerteramte som er udredt, og nu skal til at finde sig selv i et liv med kroniske smerter.

MeMoS er resultat af et tværgående samarbejde mellem 'Det Digitale Sundhedscenter', kommuner, jobcentre, patientforeninger som FAKS og Gigtforeningen samt offentlige smertecentre. Syddansk Sundhedsinnovation (SDSI) har haft den koordinerende rolle. [Læs mere om projektet](#)

### Smertebehandlingsplanen

I juli 2022 udgav Sundhedsministeriet efter mange års ventetid "Strategi for smerteområdet – en handlingsplan målrettet mennesker med kroniske smerter" Strategien indeholder fem initiativer som skal udføres mellem 2022 – 2024. I 2023 har der været stor aktivitet i flere af initiativerne

Strategien skal skabe øget fokus på smerteområdet og de mange indsatser, som allerede findes i dag, ligesom der med strategien iværksættes nye initiativer til gavn for kroniske smertepatienter. Der er forskellige initiativer i selve planen - og FAKS har siddet med hele vejen i flere initiativer.

- Initiativ 1. Faglige anbefalinger om organisering og indsatser på smerteområdet
  - FAKS sidder som en af de ganske få patientforeninger i arbejdsgruppen "Anbefalinger for organisering og indsatser på smerteområdet"
- Initiativ 2. Nationale kliniske anbefalinger til udredning og behandling af mennesker med smerter
  - FAKS deltager i følgende arbejdsgrupper "NKA – Nationale kliniske anbefalinger for farmakologisk behandling af smerter" og "NKA – Faglige anbefalinger for udredning af personer med kroniske smerter i almen praksis"

- Initiativ 3. Styrket patientinddragelse for patienter med kroniske smerter
  - FAKS samarbejder her med PRO Sekretariatet og udarbejdelsen af et nationalt smerte spørgeskema, som skal bruges på tværs af forskellige offentlige behandlingstilbud
- Initiativ 4. Oplysningsindsats om kroniske smerter
  - FAKS har bidraget til dele af kampagnen
- Initiativ 5. Styrket kvalitet via faglige samarbejder

At kunne deltage i dette arbejde kræver en kæmpe indsats (og mange mandetimer). FAKS bestyrelse vil meget gerne sige stort tak for det kæmpe stykke arbejde, som de tilknyttede frivillige har bidraget med - og forsat bidrager med. [Læs mere om smertebehandlingsplanen](#)

## Arrangementer, initiativer og projekter

Nedenfor et uddrag af vores aktiviteter - listen er bestemt ikke komplet.

### Projekter og initiativer

- FAKS på national TV (TV2 News) med emnet "kronikere på arbejdsmarkedet"
- MeMos
- FAKS repræsenteret på EFIC smertekongres, Budapest + Pain Awareness, Europaministeriet, Bruxelles
- Oplæg om kroniske smerter (kommuner, uddannelsesinstitutioner mv.)
- Pixibogen; "Forklar kroniske smerter"
- KAB og kroniske smerter (viden om omfanget/karakteren af samt erfaringerne med brug af komplementær og alternativ behandling (KAB) i Danmark med særligt fokus på mennesker med kroniske smerter)
- Smerteforskning i partnerskab med patienter og pårørende (OUH)
- "Chronic non-cancer pain issues in Denmark: epidemiological aspects, prevention and intervention" (Rigshospitalet)
- LDN - dobbelt blindet randomiserede kliniske studie (OUH)
- Oplæg ved seminar: akutte smerter hos den kroniske smertepatient" (Grünenthal)
- Evaluering af smerteskolet (Rigshospitalet)
- SIP (Societal Impact of Pain) er et europæisk partnerskab styret af European Pain Federation (EFIC) og Pain Alliance Europe (PAE) i samarbejde med en række interessenter på smerteområdet. Målet er at øge kendskabet til kroniske smerter og forbedre politik på området.
- Integrate pain - Et internationalt projekt hvor formålet var at finde frem til et overordnet sæt af kerne-outcomes COS (Core Outcome set) for smerteområdet for henholdsvis akut, akut til kronisk, tilbagevendende/episodiske smerter og kroniske smerter. Dette kan forbedre smertebehandling og sammenligneligheden og generaliserbarheden af forskningsresultater
- Outcome domains that matter to people Chronic Musculoskeletal Pain, Informal Caregivers, and Health-care professionals: An international online survey and online preference ranking study
- Fagligt online oplæg for patientforeninger: Patientinddragelse i sundhedsforskning (Pfizer)
- Udgivelse af forskningsartikel: "Factsheet - High impact chronic pain (Lars Bye Møller)

### Arrangementer

- 3 delte webinarserie "Sådan bygger du et stærkt smerte-mindset"
- Foretagsrække om smerter
- Vejtrækning som smertelindring
- Rygproblemer og smerter
- Udfordr smerternes indflydelse på din hukommelse
- Temawebend for smerteramte (Middelfart)
- Lokale arrangementer bød på alt lige fra SaunaGus, afspænding, gymnastik, udflugter og mm.

Bestyrelsen har en stor respekt for denne indsats - og vi håber, at vi kan tiltrække flere personer, som kunne tænke sig at være en del af de forskellige tiltag som kommer i fremtiden.

## Temaweekend (Middelfart)

Teamweekenden blev for første gang afholdt på Brogaarden i Middelfart – der er god plads til alle, om end lidt specielle forhold. Programmet bød på oplæg fra Morten Høgh, SmerteSagen, paneldiskussion om kommunikation/dialog, oplæg om bevægelse og meget mere.



Det var bestemt en udbytterig weekend for alle med gode muligheder for at tale sammen – og at finde tryghed i at være sig selv blandt andre smerteramte og pårørende.

## Frivillige

### Frivillige

Vi er nu tæt på 100 frivillige i foreningen. Alle bidrager indenfor forskellige områder – og det er motiverende og inspirerende at mærke engagementet. Der er ligeledes blevet etableret et HR team bestående af 4 koordinatore, som har fokus rekruttering, onboarding, uddannelse og især fastholdelse. At rekruttere og introducere nye frivillige kræver en stor indsats, så derfor er fastholdelse af frivillige engagement så umådelig vigtig.

Det er et enormt vigtigt område for FAKS, da vores virke afhænger af den frivillige indsats. Det er også et ressourcekrævende område, så opbakning og yderligere assistance til teamets indsatser er af høj prioritet.

### Bestyrelsen og Advisory Board

2023 bød på implementering af Advisory Board, hvor medlemmerne er udpeget af bestyrelsen. De bidrager med specifikke kompetencer og viden indenfor forskellige områder relevante for FAKS videre udvikling. Konstellationen af en bestyrelse styrket af et AB har vist sig at være meget positiv.

Stabiliteten i bestyrelsen blev dog udfordret pga. sygdom og orlov – det er bestemt en udfordring, men også et dilemma, som vi altid vi have. Derfor var der i 2023 fokus på at identificere forskellige løsningsmodeller, som gør FAKS mindre sårbare overfor denne situation. Derfor igangsættes flere forskellige tiltag i 2024.

## Fællesskaberne i lokalafdelingerne

Fællesskaberne i lokalafdelingen er vigtige – og i 2023 kunne vi heldigvis byde velkommen til 2 nye afdelinger i hhv. Haderslev og Aalborg.

At tiltrække medlemmer til fællesskaberne er en udfordrende opgave, og det er et stort ansvar. Aktiviteterne i lokalafdelingerne er meget varierende. Det er et område, som der skal være endnu mere fokus på i fremtiden, da vi kan se, at fællesskaber netop får et større og større rolle i f.eks. krav for bevillinger og tildeling af fondsmidler. I 2023 var der bla. tilskud fra kommunerne, Velliv Fonden og Rotary.

De lokale fællesskaber er aktive i følgende byer:

<u>Region Nordjylland</u>	<u>Region Midtjylland</u>	<u>Region Syddanmark</u>	<u>Region Sjælland</u>	<u>Region Hovedstaden</u>
Aalborg	Horsens	Haderslev Odense Vejle	Hillerød Kalundborg Køge Slagelse Vordingborg	København og omegn København Ungdom

## SmerteLinjen [www.smertelinjen.dk](http://www.smertelinjen.dk)

2023 bød på store forandringer for smertelinjen. Midt på året tiltrådte en ny teamleder, Pia Lorentzen, og hun har sammen med andre rådgivere arbejdet på at videreføre tilbuddet samtidig med, at der blev kigget på, hvor vi kunne optimere bla. processer.

Bevilling blev igen givet fra Sundhedsministeriet - dog igen meget sent på året. Det betød at man ikke kunne afholde de nødvendige uddannelsesaktiviteter, og flere supervisioner måtte foregå online. Den usikkerhed - som kommer med at en bevilling bliver bekræftet meget sent på året - har store konsekvenser på motivationen men især planlægningen af de nødvendige aktiviteter.

Messestanden på LægeDagene var populær - og vi oplevede det højeste antal tilmeldinger end nogen sinde.

## Kommentar eller spørgsmål

Kommentar eller spørgsmål til beretningen kan stiles til FAKS bestyrelse.

På vegne af FAKS bestyrelse  
Iben Rohde, Albertslund, 3. marts 2024