

**Problemstilling: Gir systematisk (organisert) trening bedre nytte enn vanlig behandling (Treatment as Usual) for personer med rusmiddelproblemer**

**Nedenfor vises arbeidsgruppens vurderinger når det gjelder ulike kriterier og begrunnelse for anbefalingen.**

**Tabellen nedenfor viser hvordan arbeidsgruppen har vurdert de oppnevnte kriteriene**

**IMPLIKASJONER FOR BESLUTNING**

Tiltak = Systematisk fysisk trening  
 Alternativet = Ingen systematisk trening

<b>Kriterium</b>	I favør av alternativet	Sannsynligvis i favør av alternativet	Vet ikke	Sannsynligvis i favør av tiltaket	I favør av tiltaket
Verdier	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x
Ønskede effekter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x
Uønskede effekter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	<input type="checkbox"/>
Balanse ønskede og uønskede effekter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x
Ressursbruk (hvor store er kostnadene som kreves for samfunnet?)	<input type="checkbox"/>	x	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Likhet (effekt på helsemessige ulikheter)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Akseptabilitet for tjenestene, klinikerne og brukerne)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x
Gjennomførbarhet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	<input type="checkbox"/>

**Anbefaling – tabellen nedenfor viser anbefalingen som arbeidsgruppen har kommet frem til, samt begrunnelse**

Tiltak = Systematisk fysisk trening  
 Alternativet = Ingen systematisk trening

Type anbefaling	Vi anbefaler alternativet (og fraråder tiltaket)	Vi foreslår tiltaket eller alternativet	Vi foreslår å bruke <u>enten</u> tiltaket eller alternativet	Vi foreslår tiltaket	Vi anbefaler tiltaket
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x
<b>Anbefaling</b>	Det foreslås bruk av systematisk fysisk aktivitet og treningsterapi som del av rusbehandling Pasienter med ønske og behov for treningskontakt kan tilbys dette				
<b>Begrunnelse</b>	Brukere rapporter om god effekt av fysisk aktivitet. Forskningen på nytten av fysisk aktivitet er stor, men sparsom opp mot rusmiddelavhengige. Noen studier støtter at fysisk aktivitet kan lindre abstinensplager. Systematisk bruk av fysisk aktivitet og trening kan muligens redusere rusmiddelbruk og forebygge tilbakefall. .				
<b>Prioritert forskning</b>	Det er behov for forskning på brukererfaringer når det gjelder nytten av fysisk aktivitet				
<b>Økonomiske vurderinger</b>	Tiltakene vil kreve personalressurser og kompetanse hos treningskontakter. Kan innebære etablering/utbedring av treningsfasiliteter				