



**Enginn veit hvað átt hefur fyrr en misst hefur**



**Nóvember 2024**

**Ágúst Ólafur Ágústsson**

## Markmið og niðurstaða skýrslunnar

Markmið með þessari skýrslu er að draga saman helstu tölur um starfsemi Ljóssins og hagrænt umfang hennar. Í skýrslunni verður lagt mat á beint og óbeint framlag þessarar starfsemi til hagkerfisins og samfélagsins. Árangur af starfseminni verður metinn og litið er m.a. til aukinna lífsgæða, virkni mannauðs, endurkomu á vinnumarkað og skatttekjur og aðra þætti sem máli skipta.

Þá verður m.a. lagt mat á hvað virði starfsemi Ljóssins er fyrir hið opinbera og ekki síst hvað sú starfsemi myndi kosta hið opinbera og samfélagið ef ekki nyti við starfsemi Ljóssins.

- **Niðurstaðan af því mati er að starfsemi Ljóssins skapar um eins milljarðs króna árlegan ávinning fyrir hið opinbera.**
- **Ávinningur ríkisins af starfsemi Ljóssins er því þrisvar sinnum hærri en sú upphæð sem Ljósið fékk frá ríkinu árið 2024 sem var um 330 mkr.**

Að sjálfsögðu er ávinningur samfélagsins mun meiri en sem nemur ávinningi hins opinbera enda stuðlar endurhæfing Ljóssins að bættum lífsgæðum og virkni þúsunda landsmanna.

Loks er markmið með skýrslunni ekki síst að opna augu stjórnvalda fyrir mikilvægi þeirrar starfsemi sem Ljósið stendur að.

- **Eitt er ljóst: Ef starfsemi Ljóssins myndi hætta rynni fljótt upp fyrir stjórnvöldum máltækið: „Enginn veit hvað átt hefur fyrr en misst hefur.“**

## Eina sérhæfða endurhæfingarmiðstöðin

Endurhæfing krabbameinsgreindra er lykilþáttur í bataferli þeirra og stuðlar að bættri líkamlegri, andlegri og félagslegri heilsu. Á Íslandi gegnir **Ljósið, endurhæfingar- og stuðningsmiðstöð** fyrir fólk sem hefur fengið krabbamein og aðstandendur þeirra, afar mikilvægu hlutverki í þessu samhengi.

**Ljósið er viðurkennd heilbrigðisstofnun** samkvæmt lögum og heyrir undir eftirlit Embættis landlæknis. Ljósið er **eina sérhæfða endurhæfingarmiðstöðin** fyrir krabbameinsgreinda á Íslandi og hefur verið starfrækt í 20 ár.

Hérlendis greinast að meðaltali 1.700–1.800 manns með krabbamein á hverju ári og er krabbamein algengasta orsök dauðsfalla á Íslandi. Krabbamein snertir okkur öll, þar sem einn af hverjum þremur Íslendingum getur vænst þess að greinast með krabbamein á lífsleiðinni.

Það er enginn vafi á mikilvægi starfsemi Ljóssins fyrir fólk sem hefur fengið krabbamein og aðstandendur þess.

### Mikilvægi endurhæfingar fyrir krabbameinsgreinda:

- **Líkamlegur ávinningur:** Regluleg hreyfing og þjálfun geta dregið úr þreytu, aukið vöðvastyrk og bætt almenna líkamlega heilsu, sem er sérstaklega mikilvægt fyrir þá sem hafa gengist undir krabbameinsmeðferð.
- **Andlegur stuðningur:** Endurhæfing veitir einstaklingum tækifæri til að vinna úr tilfinningalegum áskorunum sem fylgja greiningu og meðferð, sem getur dregið úr kvíða, vanlíðan og þunglyndi og haft áhrif á bata.
- **Félagsleg tengsl:** Þátttaka í hópum og námskeiðum eykur félagslega virkni og dregur úr einangrun og einmannaleika, sem er mikilvægur þáttur í bataferlinu.

Markmið Ljóssins er því að fólk fái sérhæfða endurhæfingu og stuðning, þar sem fagfólk aðstoðar við að byggja upp líkamlegt og andlegt þrek sem eykur virkni og lífsgæði til muna.

Þjónusta Ljóssins er þverfagleg og einstaklingsmiðuð og felst m.a. í iðjuþjálfun, sjúkraþjálfun, sálfræðiþjónustu, næringarráðgjöf, félagsráðgjöf og félagslegri virkni. Fagfólk þar aðstoðar fólk við að byggja upp andlegt, líkamlegt og félagslegt þrek.

Allir nýir þjónustugegar fara í grunnviðtal hjá fagaðilum sem fylgja svo einstaklingnum eftir í endurhæfingarferlinu. Endurhæfingarþarfir eru metnar og grunnur lagður að endurhæfingaráætlun sem er endurskoðuð reglulega.

Í Ljósinu starfar því þverfaglegt teymi sérfræðinga. Má þar nefna iðjuþjálfara, sjúkraþjálfara, m.a með sérhæfingu í sogæðanuddi, félagsráðgjafa, íþróttufræðinga, sálfræðinga, næringarfræðing, markþjálfara/heilsufræðing, heilsunuddara, snyrtifræðing og listmeðferðarfræðingur og handverksfólk.

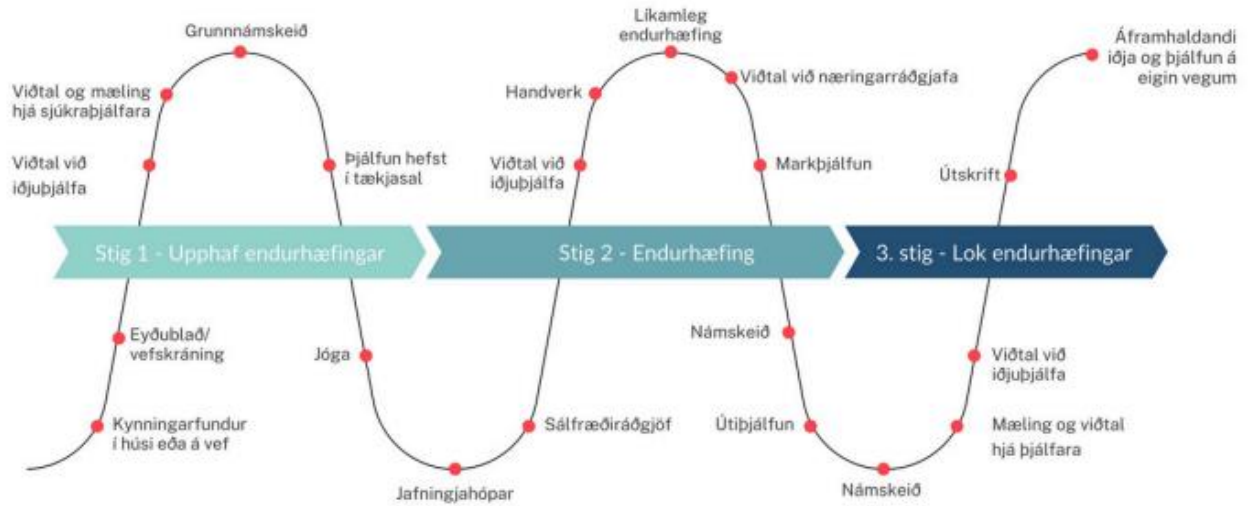
Auk þess kemur að starfinu fjölbreyttur hópur fagaðila með fyrirlestra, m.a frá Landspítalanum. Fjölbreytt dagskrá endurhæfingarúrræða stendur því þjónustugegum til boða meðan á þeirra endurhæfingu stendur.

Fólk getur komið á eigin forsendum til Ljóssins og þarf ekki beiðni frá lækni. En það eru ekki einungis krabbameinsgreindir sem geta nýtt sér Ljósið heldur geta aðstandendur krabbameinsgreindra einnig sótt stuðningsviðtöl og sérhönnuð námskeið. Þjónustan er endurgjaldslaus.

Í samtölum við skýrsluhöfund staðfestu krabbameinssérfræðingar Landspítalans að endurhæfing Ljóssins væri í raun hluti af krabbameinsmeðferð viðkomandi og að því fyrir sem einstaklingur hæfi endurhæfingu því betra. Þá sögðu þessir sérfræðingar Landspítalans að endurhæfing á vegum Ljóssins drægi úr innlögnum inn á spítalann og starfsemi Ljóssins væri í raun nauðsynleg heilbrigðisþjónusta sem Landspítalinn gæti ekki verið án.

Neðangreind mynd sýnir ferli í sérsniðinni endurhæfingu hjá Ljósinu:

## SÉRSNIÐIN ENDURHÆFING Í LJÓSINU



## Dæmi um líkamlega endurhæfingu hjá Ljósinu:



### EFTIR BRJÓSTAADGERÐ

Uppbyggjandi æfingar fyrir konur sem hafa farið í aðgerð eftir krabbamein í brjósti, 2-4 vikum eftir skurð.



### FÓLK Á ALDRINUM 16-45 ÁRA

Tímar fyrir fólk á aldrinum 16-45 ára þar sem tekið er á því!



### JÓGA

Boðið er upp á jóгатíma á miðvikudags- og föstudagsmorgnum.



### JAFNVÆGISÆFINGAR

Boðið er upp á jafnvægisæfingar í Ljósinu tvisvar sinnum í viku.



### POLÞJÁLFUN

Polþjálfun hentar þeim sem vilja byggja upp þol sitt samhliða eða eftir meðferðir.



### STOÐFIMI

Léttar alhliða æfingar í hóptíma undir handleiðslu þjálfara.



### GÖNGUÞJÁLFUN

Gönguþjálfun er í boði alla þriðjudaga og fimmtudaga kl. 11:00



### HREYFIFLÆÐI

Hreyfiflæði er æfingakerfi sem hefur áhrif á hreyfingar og innri ró líkamans.



### VÖÐVATEYGJUR

Í tímanum er gerðar teygjur fyrir alla helstu vöðvahópa líkamans.



### POL OG STYRKUR

Hóptími þar sem blandað er saman æfingum sem bæta þol og styrk.



### SLÖKUN

Slökun er endurnærandi fyrir líkama og sál.



### MYNDBÖND

Haltu áfram heima! Hér eru nokkrar æfingar fyrir flest getustig sem auðvelt er að gera heimfyrir.



### BANDVEFSLOSUN

Bandvefslosun er sjálfsnudd með boltum og mjúkum hreyfiteygjum ásamt slökun í lokin. Endurnærandi hóptími þar sem lögð er áhersla á að róa taugakerfið, slaka á spenninum vöðvum, auka blóðflæði og mykja bandvefina.

## Dæmi um námskeið og fræðslu í Ljósinu:

Ýmis námskeið eru í boði á vegum Ljóssins fyrir þá sem hafa greinst með krabbamein



### GRUNNFRÆÐSLA KONUR 46 ÁRA OG ELÐRI

Fræðslu- og stuðningshópur fyrir konur sem eru að greinast í fyrsta skipti og/eða greindust á undanförmu ári.



### GRUNNFRÆÐSLA KONUR 16-45 ÁRA

Ert þú 16-45 ára og varst að greinast með krabbamein?



### FRÆÐSLA FYRIR KARLMENN

Vikulegir fundir fyrir karlmenn sem greinst hafa með krabbamein.



### FRÆÐSLA Í STREYMI

Fræðslunámskeið fyrir fólk á öllum aldri sem er að greinast í fyrsta skipti og/eða greindust á síðastliðnu ári.



### AFTUR TIL VINNU EÐA NÁMS

Lokað námskeið fyrir fólk sem er að ljúka eða hefur nýlokið krabbameinsmeðferð og er að fara aftur í vinnu eða nám.



### TÍMAMÓT - NÝ HLUTVERK

Námskeið fyrir þá sem ekki stefna til vinnu eftir endurhæfingu og vilja vera betur í stakk búin til að viðhalda virkni og vellíðan



### FÓLK MEÐ LANGVINNT KRABBAMEIN

Námskeið fyrir fólk sem greinst hefur með langvinnt krabbamein með það að markmiði að auka jafnvægi í daglegu lífi, virkni, vellíðan og von



### PRAUTSEIGJA OG INNRI STYRKUR

Lærðu aðferðir til að efla sjálfan sig í andlegri þrautseigju og að auka innri styrk með gagnreyndum aðferðum frá sálfræðinni.



### HVER ER ÉG?

Berðu kennsl á ný gildi og önnur hlutverk og forsendur í kjölfar greiningar og meðferðar



### NÁMSKEIÐ Í NÚVITUND

Lærðu að nýta náttúrulega eiginleika hugans til að vera meðvitaður hér og nú um það sem er að gerast á meðan það er að gerast



### SAMTALIÐ HEIM

Fræðsluröð fyrir þjónustuþega og aðstandendur þeirra. Fræðslan fer fram mánaðarlega í húsalöngnum Ljóssins.



### AÐ GREINAST Í ANNAÐ SINN

Námskeið fyrir þá sem eru að greinast með krabbamein í annað sinn.



### KENNSLA Á ZOOM

Lærðu á samskiptaforritið Zoom og vertu í stakk búin fyrir námskeið Ljóssins á netinu!



### SNYRTINÁMSKEIÐ

Snyrtinámskeið fyrir konur sem hafa greinst með krabbamein.



### PARA OG HJÓNANÁMSKEIÐ

Þér fá tækifæri til að ræða og fræðast um áhrif veikinda á parasambönd og læra hvernig hægt er að vinna með þessi áhrif þannig að þau skapi ekki fjarlægð heldur nánd og vöxt.



### ROUTINES AND REHABILITATION – COURSE IN ENGLISH

Four part course for those who have been diagnosed with cancer.



### SUMAR - SPJALL & STYRKING - FRÆÐSLA FYRIR NÝGREINDA

Fræðslufundir fyrir fólk sem nýlega hefur greinst með krabbamein

## NÁMSKEIÐ OG FRÆÐSLA FYRIR AÐSTANDENDUR

## Dæmi um hópa í Ljósinu:

Á vegum Ljóssins eru nokkrir hópar sem hittast reglulega, ýmist með eða án starfsmanns frá Ljósinu.



### KONUR 46 ÁRA OG ELDRÍ

Jafningjahópur fyrir konur á aldrinum 46 ára og upp úr sem greinst hafa með krabbamein. Starfar undir leiðsögn fagfólks.



### KARLMENN 46 ÁRA OG ELDRÍ | STRÁKARNIR

Jafningjahópur fyrir karlmenn á aldrinum 46 ára og eldri sem greinst hafa með krabbamein.



### KONUR 16-45 ÁRA

Jafningjahópur fyrir konur á aldrinum 16-45 ára og upp úr sem greinst hafa með krabbamein. Starfar undir leiðsögn fagfólks.



### KARLMENN 16-45 ÁRA

Jafningjahópur fyrir karlmenn á aldrinum 16-45 ára sem greinst hefur með krabbamein.



### BLÖÐRUHÁLSAR

Mánaðarlegir fundir fyrir karlmenn, upp að 65 ára, með krabbamein í blöðruhálskirtli.



### FÓLK MEÐ LANGVINNT KRABBAMEIN

Jafningjahópur fyrir langveika er ætlaður þeim sem þurfa að lifa með krabbamein.



### LESHÓPUR

Leshópur Ljóssins er tilvalinn fyrir þá sem njóta þess að hitta aðra bókaorma og vilja hvatningu til að lesa örlítið meira en venjulega.



### PEER GROUP IN ENGLISH

Peer group for people that live in Iceland but were born elsewhere. The group is conducted in English but the participants originally come from all over the world.



### UNGT FÓLK

Jafningjahópur fyrir mjög ungt fólk sem greinst hefur með krabbamein. Aldursbilið er ekki þröngt skilgreint en fagaðilar meta með hverjum og einum hvort hópurinn gæti hentað þeim.



## Ábyrgðin liggur hjá stjórnvöldum

Mikilvægi starfsemi Ljóssins í endurhæfingu þúsunda einstaklinga verður seint ofmetin. Tæplega 20 þúsund landsmenn á lífi hafa greinst með krabbamein og um 1.700 einstaklingar leita til Ljóssins árlega.

Spáð er mikilli aukningu á nýgreiningum krabbameina á heimsvísu vegna mannfjöldabreytinga, hækkandi meðalaldurs og hækkandi krabbameinsáhættu. Í nýlegri spá fyrir Ísland er áætlað að fjöldi nýrra krabbameinstilfella frá árinu 2022 muni aukast um 53–57% til ársins 2040 og að lifendum, þ.e. fólki sem er á lífi og hefur fengið krabbamein, fjölgi um 54% til ársins 2040.

Stjórnvöld birtu nýverið ný drög heilbrigðisráðuneytis að tillögu til þingsályktunar um aðgerðaáætlun í krabbameinsmálum fyrir árin 2025-2029. Í þessum drögum segir að „krabbameinsendurhæfing getur verið nauðsynleg áður en meðferð hefst, á meðan á henni stendur og eftir að henni lýkur. Þörfin getur einnig komið fram og/eða aukist löngu eftir að meðferð lýkur“.

Stjórnvöld bera því mikilvæga ábyrgð á að tryggja aðgengi krabbameinsgreindra að viðeigandi endurhæfingarþjónustu. Þessi ábyrgð felur í sér stefnumótun, fjármögnun og eftirlit með framkvæmd þjónustunnar til að stuðla að bættem lífsgæðum og virkni einstaklinga sem hafa greinst með krabbamein.

Rétt er að minnast ráðleggingar WHO til stjórnvalda um að endurhæfing sé samtvinnuð þjónustu á öllum stigum heilbrigðiskerfisins með „skýrri ábyrgð stjórnvalda á málaflokknum“.

Þessu til viðbótar segir í fimm ára aðgerðaráætlun stjórnvalda til 2025 um heilbrigðistengda endurhæfingu að hið opinbera sem „þjónustukaupandi endurhæfingar beri ábyrgð að endurhæfingarþörfum sé sinnt“.

Í drögunum að tillögu til þingsályktunar um aðgerðaáætlun í krabbameinsmálum fyrir árin 2025-2029 er jafnframt ítrekað fjallað um nauðsynina á endurhæfingu enda er hún sögð vera eitt af markmiðum með þessari aðgerðaráætlun.

Þar segir m.a.: „Krabbameinsendurhæfing verði skilgreind og aðgengi að henni verði greint svo endurhæfing verði aðgengileg í samræmi við einstaklingsbundnar þarfir sjúklinga“ og að ábyrgðaraðilinn sé heilbrigðisráðuneytið.

Jafnframt segir þarna að helstu samstarfsaðilar stjórnvalda í þessum efnum skuli vera „veitendur krabbameins- og endurhæfingarþjónustu“ og í ljósi þess að ljósið er

eina sérhæfða endurhæfingarmiðstöð krabbameinsgreindra á Íslandi, má ætla Ljósínu mikilvægu hlutverki í innleiðingu á þessari aðgerðaráætlun.

Hins vegar er Ljósið, sem er sjálfseignarstofnun, augljóslega að sinna margvíslegri endurhæfingarþjónustu sem hið opinbera ber skylda að sé sinnt. Ljósið er um leið að spara hinu opinbera talsverða fjármuni með hagkvæmri og árangursríkri þjónustu.

Til að endurhæfingarúrræði séu aðgengileg og árangursrík þurfa stjórnvöld hins vegar að tryggja nægilegt fjármagn til heilbrigðisstofnana og samtaka sem veita þessa þjónustu.

Þrátt fyrir að ábyrgðin á endurhæfingu liggi óumdeilanlega hjá stjórnvöldum hefur hins vegar stór hluti af þessari nauðsynlegri heilbrigðisþjónustu verið rekin af óútreiknanlegu sjálfaflafé Ljóssins. Það gengur ekki lengur.

Í tillögum um endurhæfingastefnu stjórnvalda frá árinu 2020 kom fram að sú endurhæfing sem á sér stað hjá Ljósínu er á sama stigi og sú endurhæfing sem Heilsustofnun NLFÍ í Hveragerði og Reykjalundur veita.

Mikilvægt er að hafa í huga að endurhæfingarúrræði Ljóssins, Heilsustofnunar NLFÍ í Hveragerði og Reykjalundar eru öll mikilvæg fyrir einstaklinga sem þurfa á endurhæfingu að halda, en þau hafa mismunandi áherslur og sérhæfingu.

Hins vegar kemur fram í framlögðu fjárlagafrumvarpi að endurhæfing Heilsustofnunar NLFÍ í Hveragerði fær um 1,2 milljarð kr. á fjárlögum eða um **fjórum sinnum hærri upphæð en Ljósið**.

Reykjalundur endurhæfingarmiðstöð er með um 2,7 milljarð kr. í fjárlagafrumvarpinu sem er **tæplega 10 sinnum hærri upphæð** sem fyrirhuguð er í Ljósið. Mestur hluti þjónustunnar á Reykjalundi er á dagdeild en nokkur göngudeildarþjónusta er þar einnig.

Á hverju ári fara um það bil 1.300 manns í gegnum endurhæfingarmeðferð á Reykjalundi. Heilsustofnunin í Hveragerði er að veita 1.350 einstaklingum endurhæfingu á ári. Til samanburðar fara um 1.700 manns í gegnum endurhæfingarþjónustu Ljóssins á ári, sem eru fleiri en hjá fyrrgreindum stofnunum.

## Mikilvægi endurhæfingar fyrir atvinnuþátttöku

Endurhæfing hefur í auknum mæli orðið æ mikilvægari í bataferli krabbameinssjúklinga, þar sem rannsóknir undirstrika mikilvægi hennar til að bæta bæði lífsgæði og virkni.

Rannsóknir hafa ítrekað bent á ávinning endurhæfingar, sérstaklega fyrir þá sem vilja fara aftur til vinnu eftir meðferð eða í aðra virkni í samfélaginu.

Jafnframt segir í nýjum drögum heilbrigðisráðuneytis að tillögu til þingsályktunar um aðgerðaáætlun í krabbameinsmálum fyrir árin 2025-2029 að „krabbameinsendurhæfing hafi það að markmiði að viðhalda bestu mögulegu virkni og lífsgæðum, fyrirbyggja færniskerðingu og gera einstaklingnum kleift að vera virkur þátttakandi í samfélaginu þrátt fyrir afleiðingar krabbameins og krabbameinsmeðferðar.”

Krabbameinsmeðferðir, svo sem skurðaðgerðir, krabbameinslyfjameðferð og geislun, leiða oft til ýmissa kvilla og áskorana.

Endurhæfing dregur úr þessum aukaverkunum og er í raun hluti af krabbameinsmeðferðinni samkvæmt krabbameinssérfræðingum LSH sem skýrsluhöfundur ræddi við.

Rannsóknir sýna að sjúklingar sem taka þátt í endurhæfingu upplifa minni vanlíðan, þreytu og verki, sem beinlínis stuðlar að betra þreki og líkamlegri getu og um leið betri árangri í meðferðinni sjálfri.

Andleg heilsa og tilfinningalegur stuðningur er mikilvægur í bata krabbameins. Endurhæfing hjálpar m.a. til við þunglyndi, kvíða og tilfinningalegri streitu, sem allt getur haft áhrif á getu sjúklings til að ná bata á áhrifaríkan hátt.

Sjúklingar með aðgang að sálrænum stuðningi í endurhæfingu hafa tilhneigingu til jákvæðra viðhorfs til að fara aftur í venjulegar venjur, þar á meðal vinnu.

Áhrif endurhæfingar á endurkomu til vinnu meðal krabbameinssjúklinga hafa verið rannsökuð, þar sem rannsóknir sýna að skipulögð endurhæfingarátlanir gegna

mikilvægu hlutverki við að hjálpa sjúklingum að komast aftur út á vinnumarkaðinn fyrir, sem hefur verulegan efnahagslegan ávinning.<sup>1</sup>

Rannsóknir þar sem krabbameinssjúklingar sem gengust undir skipulagða endurhæfingu eru bornir saman við þá sem ekki gerðu, haft sýnt marktækan mun á endurkomu til vinnu og tímaramma. Sýnt hefur verið fram á að endurhæfing dregur úr þeim tíma sem það tekur að snúa aftur til vinnu um 20-30% að meðaltali.

Þá leiddi önnur rannsókn í ljós að sjúklingar sem fengu endurhæfingu voru líklegri til að snúa aftur til vinnu innan sex mánaða, á meðan þeir sem voru án endurhæfingarstuðnings tóku oft allt að ár eða lengur að ná því sama.

Krabbameinsgreindir sem taka þátt í endurhæfingu snúa því fyrr aftur til vinnu en þeir sem ekki fá slíka þjónustu. Þetta stytir þann tíma sem einstaklingar eru frá vinnumarkaði vegna veikinda.

Endurhæfing hjálpar jafnframt til við að endurheimta líkamlega og andlega færni, sem eykur getu einstaklinga til að sinna starfi sínu á fullnægjandi hátt.

Jafnframt felur endurhæfing oft í sér lífsstílsráðgjöf um næringu, hreyfingu og svefn, sem hjálpar þeim sem lifa af krabbameini að viðhalda heilbrigðum lífsstíl sem getur dregið úr hættu á endurkomu. Þetta á sérstaklega við um sjúklinga sem snúa aftur til vinnu þar sem góð líkamleg heilsa stuðlar að jafnvægi milli vinnu og heilbrigðis eftir krabbamein.

---

<sup>1</sup> 1. Study on Job Retention and Return to Work for Cancer Patients and Survivors, sjá

<https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/b6dd313d-8528-11ef-a67d-01aa75ed71a1>

2. Return-to-work intervention for cancer survivors: budget impact and allocation of costs and returns in the Netherlands and six major EU-countries, sjá <https://bmccancer.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12885-015-1912-7>

3. Return to work of cancer patients after a multidisciplinary intervention including occupational counselling and physical exercise in cancer patients: a prospective study in the Netherlands, sjá <https://bmjopen.bmj.com/content/7/6/e014746>

4. A multidisciplinary intervention to facilitate return to work in cancer patients: intervention protocol and design of a feasibility study, sjá <https://bmjopen.bmj.com/content/2/4/e001321>

5. Return-to-work interventions integrated into cancer care: a systematic review, sjá <https://oem.bmj.com/content/67/9/639>

6. A qualitative study of work and work return in cancer survivors, sjá <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/pon.913>

7. Return to Work Interventions for Cancer Survivors: A Systematic Review and a Methodological Critique, sjá <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6518012/>

Með því að koma fyrr aftur út á vinnumarkaðinn leggja krabbameinsgreindir sitt af mörkum til skatttekna hins opinbera. Því er um að ræða umtalsverðan efnahagslegan ávinning fyrir hið opinbera þar sem einstaklingar snúa fyrr aftur til vinnu, eykst skatttekjustofn ríkisins, þar sem fleiri greiða skatta af launatekjum sínum og neyslu.

Þessu til viðbótar leiðir styttri fjarvera frá vinnumarkaði til minni útgjalda vegna sjúkra- og örorkubóta, sem léttir á opinberum fjárhag og sjúkrasjóðum stéttarféлага.

## Hverju skilar Ljósíð?

Ef ekki nyti við starfsemi Ljóssins **myndi álag á aðra opinbera þjónustu** aukast til muna. Það er ljóst að fólk mun halda áfram að greinast með krabbamein og þurfa á endurhæfingu að halda hvort sem Ljósíð hættir starfsemi eða ekki.

Árangur af starfsemi Ljóssins liggur hins vegar ekki eingöngu í bættum lífsgæðum þúsunda einstaklinga heldur einnig í sparnaði á mun dýrari úrræðum annars staðar hjá hinu opinbera.

Nú er það þannig að Landspítalinn beinlínis vísar krabbameinsjúklingum í endurhæfingu hjá Ljósinu. Ljósíð er því í raun hluti af þjónustu sem Landspítalinn gerir ráð fyrir og getur ekki verið án. Þá hafa sérfræðingar í krabbameini innan Landspítalans metið það svo að mun dýrara væri að bjóða upp á sambærilega endurhæfingu og Ljósíð gerir núna, innan spítalans.

Í bréfi frá Landspítalanum frá 15. október 2024 segir:

**„Ekki er boðið upp á skipulega endurhæfingu innan Landspítala** þar sem það skortir bæði aðstöðu og fagfólk til að sinna öðrum en þeim sem eru inniliggjandi á spítalanum. **Öllum** sem koma til meðferðar á dag- og göngudeild blóð- og krabbameinsdeildar Landspítala **er vísað til endurhæfingar og stuðnings í Ljósíð...**“

Því til viðbótar er athygli vakin á því að hvorki Reykjalundur né Grensás bjóða upp á endurhæfingu sérstaklega fyrir krabbameinsgreinda.

Núverandi starfsemi Ljóssins dregur þannig óumdeilanlega úr aðsókn í aðra opinbera heilbrigðisþjónustu s.s. hjá bráðamóttöku, geðsviði, heilsugæslu, heimaþjónustu, sálfræðingum, sjúkraþjálfurum o.s.frv. og þar með kostnaði og biðtíma þessara aðila. Sérfræðingar LSH sem skýrsluhöfundur ræddi við töldu að endurhæfing Ljóssins einfaldlega drægi úr kostnaðarsömum innlögnum inn á spítalann.

Þá skilar endurhæfing fjölmargra einstaklinga sér einnig í frekari þátttöku og virkni þessa fólks á vinnumarkaði sem skilar síðan í auknum skatttekjum til hins opinbera eins og áður hefur verið nefnt.

Hér fyrir neðan er lagt mat á þann fjárhagslega ávinning og sparnað sem hið opinbera verður fyrir vegna þeirrar starfsemi sem Ljósíð stendur að. Að sama skapi er um að ræða aukinn kostnað fyrir hið opinbera ef ekki nyti við þeirrar starfsemi sem Ljósíð stendur núna að.

Auðvitað getur verið erfitt að leggja fjárhagslegt mat á virði aukinnar virkni fólks en það er alveg ljóst að aukin virkni og þátttaka fólks í samfélaginu með erfiðan sjúkdóm skilar sér margfalt tilbaka í minni þörf á kostnaðarsömum úrræðum ríkisins.

Við skulum hins vegar reyna leggja mat á þennan kostnað sem hið opinbera yrði fyrir ef starfsemi Ljóssins nyti ekki við eða hún yrði dregin saman til muna.

1. Ef endurhæfingarpjónusta Ljóssins væri ekki til staðar, **myndi álag á bráðamóttöku Landspítalans aukast verulega.** Ljósið veitir sérhæfða endurhæfingu fyrir krabbameinsgreinda og aðstandendur þeirra, sem stuðlar að bættri líkamlegri og andlegri heilsu og dregur úr þörf fyrir bráðapjónustu.

Án slíkrar þjónustu myndu fleiri einstaklingar leita til bráðamóttöku vegna fylgikvilla krabbameinsmeðferða, eins og þreytu, verkja og andlegrar vanlíðanar. Þetta myndi leiða til aukins álags á heilbrigðiskerfið, lengri biðtíma og meiri kostnaðar fyrir samfélagið.

Í bréfi frá Landspítalanum frá því 15. október 2024 segir: „Þá höfum við **fundið marktæka fækkun einstaklinga** með krabbamein sem **þurfa að leita á bráðadeild** vegna kvíða og angistar í kjölfar krabbameinsgreiningar þar sem fjöldi fólks **hefur fengið slíka hjálp í Ljósinu**“.

Því til viðbótar er alveg ljóst að hefðu sjúklingar og skjólstæðingar Ljóssins ekki möguleika á að leita til Ljóssins **með önnur úrlausnarefni sín** myndu fjölmargir þeirra leita inn á bráðamóttöku sem tilheyrandi kostnaði. Þá er talið að aðsókn á **geðsvið Landspítalans** myndi án efa aukast í einhverjum tilvikum ef ekki nyti við þjónustu Ljóssins.

- a. Hver nýkoma á bráðamóttöku Landspítalans kostar hið opinbera um **85.000 kr.**
- b. Nyti starfsemi Ljóssins ekki við má varlega áætla að meðaltali myndi sérhver einstaklingur (1.700) sem nú leitar til Ljóssins hugsanlega fjölga komum sínum á bráðamóttöku Landspítalans um eitt til tvö skipti á ári. Það þýddi að kostnaður hins opinbera vegna þessa ykist **um 150-300 milljónir kr á ári.**

2. Starfsemi Ljóssins dregur einnig úr aðsókn á aðra þætti heilbrigðiskerfisins s.s. **heilsugæsluna, heimaþjónustu, heilbrigðisstofnanir út á landi og á aðrar endurhæfingarstofnanir.**
  - a. Koma á heilsugæslustöð kostar hið opinbera a.m.k. um **13.000 kr.**
  - b. Ef við gerum ráð fyrir að skjólstæðingar Ljóssins myndu fjölga komum sínum á heilsugæslustöðvar um þrjú skipti á ári ef ekki nyti við starfsemi Ljóssins en það ylli kostnaði fyrir hið opinbera upp á **70 milljónir kr. á ári. Aukin aðsókn í aðra heilbrigðisþjónustu er metin upp á a.m.k. 30 mkr.**
3. Þá er ljóst að nyti starfsemi Ljóssins ekki við eða það þyrfti að draga hana verulega saman myndi aðsókn sjúklinga og skjólstæðinga Ljóssins í starfsemi **sjálfstætt starfandi heilbrigðisstéttir**, s.s. sálfræðinga, sjúkraþjálfara, iðjuþjálfara og félagsráðgjafa aukast að sama skapi. Að sjálfsögðu myndu **biðlistar** eftir þessari þjónustu aukast samhliða niðurskurði á þjónustu Ljóssins.
  - a. Miðað við þá starfsemi sem þessar stéttir sinna núna innan Ljóssins í dag er þessi kostnaður áætlaður **um 210-250 mkr.**
4. Rannsóknir sýna að endurhæfing eins og Ljósið sinnir getur dregið úr **aukaverkunum dýrrar krabbameinsmeðferðar, getur minnkað lyfjanotkun, s.s. vegna þunglyndis, verkja og kvíða og getur jafnvel minnkað líkur á að endurgreinast og lækkað dánartíðni vegna krabbameins.**
  - a. Hér er afskaplega erfitt að setja fjárhagslegt mat á þennan ávinning af starfsemi Ljóssins en væri eingöngu litið á aðeins minni lyfjanotkun þunglyndis- og kvíðalyfja en ella, má ætla að miðað við þann fjölda sem nýtir sér Ljósið og þann kostnað sem ríkið verður nú vegna þunglyndislyfja, væri um að ræða a.m.k. **10-20 mkr.** lægri lyfjakostnaði fyrir hið opinbera.
5. Ljósið hefur þróað sérstaka landsbyggðardeild til að mæta þörfum krabbameinsgreindra sem búa utan höfuðborgarsvæðisins. Þessi deild býður upp á fjarendurhæfingu, þar sem einstaklingar geta nýtt sér þjónustu Ljóssins



í gegnum rafrænar leiðir, svo sem fjarfundi og streymi. Þetta eykur aðgengi að sérhæfðri endurhæfingu óháð búsetu og **dregur úr þörf fyrir að ferðast til Reykjavíkur til að sækja þjónustuna.**

Með þessu stuðlar Ljósíð að bættri heilsu og lífsgæðum krabbameinsgreindra á landsbyggðinni, án þess að þeir þurfi að leita til annarra heilbrigðisstofnana í heimabyggð fyrir sambærilega þjónustu. Þetta dregur úr álagi á heilbrigðiskerfið á landsbyggðinni og tryggir að einstaklingar fái þá sérhæfðu aðstoð sem þeir þurfa í sínu nærumhverfi. Þá styður Ljósíð einnig fagfólk utan höfuðborgarsvæðis.

- a. Hér mætti ætla að ávinningur af Ljósinu næmi **ó fáum milljónum kr. á ári.** m.a. vegna minni ferðakostnaðar.
6. Þegar einstaklingur sem hefur greinst með krabbamein snýr fyrr aftur til vinnu eftir árangursríka endurhæfingu, hefur það **jákvæð áhrif á skatttekjur hins opinbera.** Með aukinni atvinnuþátttöku greiðir einstaklingurinn tekjuskatt og aðra skatta af launum sínum, sem eykur tekjur ríkis og sveitarfélaga. Auk þess dregur styttri fjarvera frá vinnumarkaði úr útgjöldum vegna sjúkra- og örorkubóta, sem léttir á opinberum fjárhag. Þannig stuðlar snemmbær endurkoma til vinnu að auknum skatttekjum og minni útgjöldum fyrir hið opinbera.

Miðað við að um 500 manns séu útskrifaðir árlega frá Ljósinu og um 50% þeirra eru á vinnualdri má varlega áætla að 80% þeirra fari aftur til vinnu eða um 200 manns.

**Áætlaðar tekjuskatttekjur til ríkisins** af þessum hópi er **um 750 milljónir kr.** Því skiptir hið opinbera miklu máli að sá hópur sem getur farið aftur á vinnumarkaðinn geri það sem fyrst og þá skiptir endurhæfing á borð við það sem Ljósíð býður upp á talsverðu máli.

- a. Sem fyrr er farin varfærin leið til að meta ávinning af starfsemi Ljóssins en sé gert ráð fyrir að endurhæfing Ljóssins **flýti endurkomu viðkomandi aðila inn á vinnumarkaðinn** um 20-30% eins og rannsóknir sýna að gerist, er um að **ræða um 200-250 mkr. ávinning fyrir hið opinbera af starfseminni.**

7. Margvíslegur annar kostnaður yrði fyrir hið opinbera ef ekki nyti við starfsemi Ljóssins eða það þyrfti að draga saman seglin. Í því sambandi má nefna að starfsemi Ljóssins hefur haft bein áhrif á **atvinnuþáttöku aðstandenda** sem getur verið meiri en ella vegna þeirra þjónustu sem hinn krabbameinsgreindi nýtur.

Þegar einstaklingur sem greinist með krabbamein fær viðeigandi endurhæfingu, eykst líkamleg og andleg heilsa hans, sem getur dregið úr álagi á aðstandendur. Þetta getur leitt til þess að aðstandendur þurfi síður að draga úr vinnu eða hætta störfum til að annast sjúklinginn, sem viðheldur eða eykur atvinnumöguleika þeirra. Þannig stuðlar endurhæfing ekki aðeins að bata sjúklingsins heldur einnig að betri starfsgetu og atvinnuþáttöku aðstandenda.

8. Loks hafa erlendar rannsóknir sýnt fram á að velheppnuð endurhæfing fyrir krabbameinssjúklinga hefur skilað sér í lægri útgjöldum á öðrum sviðum velferðarþjónustunnar, s.s. vegna örorku og annarra bóta. **Erfitt er að leggja fjárhagslegt mat á slíkt en ljóst er að slíkt hleypur á milljónum króna.**

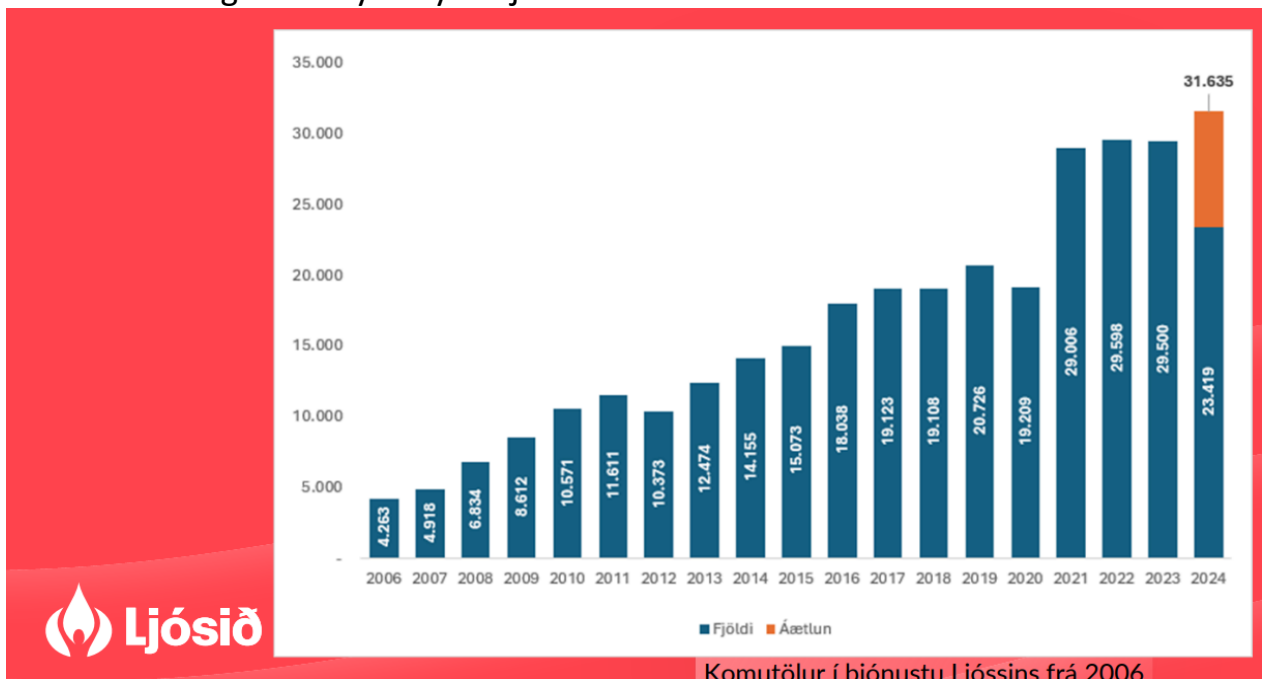
**Samanlagt er um að ræða allt að 1 milljarði króna í árlegum ávinningi fyrir hið opinbera af þeirri starfsemi sem Ljósið sinnir nú.**

**Ávinningur ríkisins af starfsemi Ljóssins er því þrisvar sinnum hærri en sú upphæð sem Ljósið fékk frá ríkinu árið 2024 sem var um 330 mkr.**

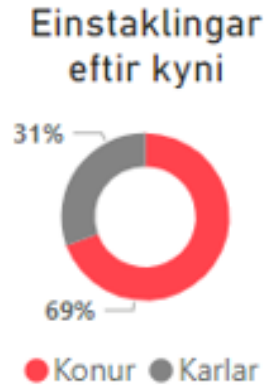
**Að sjálfsögðu er ávinningur samfélagsins mun meiri en sem nemur ávinningi hins opinbera enda stuðlar endurhæfing Ljóssins að bættum lífsgæðum og virkni þúsunda landsmanna.**

## Helstu tölur um Ljósíð

1. Miðað við óbreytta starfsemi Ljóssins kostar starfsemin nú **524 mkr.**
  - a. Fjárlög nógildandi árs, 2024 gera ráð fyrir 329 mkr. til Ljóssins.
  - b. Fjárlagafrumvarp 2025 gerir hins vegar eingöngu ráð fyrir **279 mkr.** til Ljóssins **sem er 245 mkr. lægri en rekstrarkostnaðurinn er.**
2. **Um 29 stöðugildi** eru hjá Ljósínu.
  - a. Hver sérfræðingur hjá Ljósínu sinnir um 150-200 sjúklingum og skjólstæðingum.
3. Um **30.000 komur** eru nú í Ljósíð.
  - a. Árið 2020 voru komur í Ljósíð um 19.000 og hefur komum því **fjölgað um 50% á fjórum árum.**
  - b. Framlag ríkisins vegna hveðrar komu í Ljósíð hefur lækkað umtalsvert frá árinu 2020.
  - c. Neðanagreind mynd sýnir fjöldi koma einstök ár:

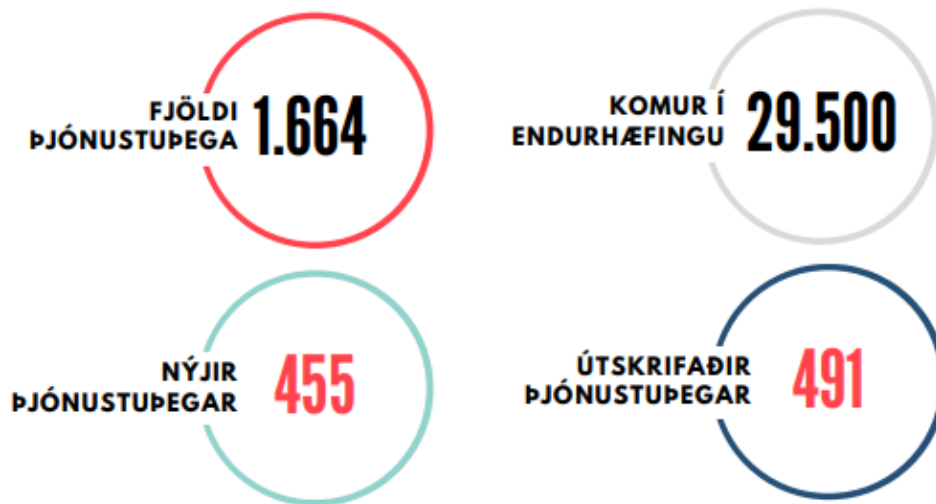


4. Um **1.700 einstaklingar** leita til Ljóssins árlega.
- Um **50% einstaklinga sem leita til Ljóssins eru yngri en 60 ára.**
  - Um 69% þeirra einstaklinga sem leita til Ljóssins eru konur og um 31% eru karlar.



5. Árlega **útskrifar Ljósið um 500 manns** úr þjónustu sinni, sem er hópur sem fór ýmist **aftur til vinnu** eða í aðra virkni í samfélaginu.

## STARFSEMISTÖLUR 2023



6. Nokkur **dæmi um starfsemi** Ljóssins á síðasta ári:

1. Um 3.600 komur í **sjúkráþjálfun**
2. um 5.900 komur í **iðjuþjálfun**
3. Um 1.300 komur til **sálfræðinga og markþjálfara**
4. Um 1.100 komur í **nudd**
5. Um 40 komur til **félagsráðgjafa**
6. Þessu til viðbótar voru yfir 12.000 komur í **hópatíma** og rúmlega 4.000 komur í **fræðslutíma**. Ýmisleg önnur þjónusta var veitt hjá Ljósinu.

7. Í þjónustukönnun Ljóssins, sem framkvæmd var vorið 2023, kemur fram að ánægja þeirra sem eru í þjónustu hjá Ljósinu er mjög mikil. Könnunin var lögð fyrir alla þá sem voru í þjónustu frá ársbyrjun 2022.

- a. Alls sögðust **94% vera mjög eða frekar ánægð með þjónustuna**.
- b. 86% sagði að þjónusta Ljóssins hefði haft jákvæð áhrif á sín lífsgæði.
- c. 83% sögðust ánægð með þjónustu við aðstandendur.

8. Í árslok voru **18.419 einstaklingar á lífi** á Íslandi sem höfðu greinst með krabbamein.

- a. Rúmlega **einn af hverjum þremur** greinist með krabbamein einhvern tíma á lífsleiðinni og nú greinast á hverju ári um **1.800 ný tilfelli**.
- b. Fimm ára lífshorfur hafa meira en tvöfaldast frá því skráning tilvika hófst hjá Krabbameinsfélagi Íslands.
- c. Gert er ráð fyrir **40% aukningu á krabbameinsgreiningum** á næstu 10 árum á sama tíma og þeir sem lifa krabbameinið af munu fjölga um **50%**.
- d. **Þrjú af fjórum sem fá krabbamein á Íslandi lifa**. Það eru tvöfalt fleiri en fyrir 50 árum.

## Gildi

Gildi Ljóssins eru *Gróska, Gleði, Heilindi og Fagmennska*.



### Gróska

Við viljum vaxa í starfi, erum sveigjanleg og tilbúin að gera breytingar. Við tökum vel í nýjungar og viljum blómstra í þeirri fjölbreyttu þjónustu sem veitt er.



### Gleði

Gleðin vekur lífskraft og von. Handverk, sköpun og almenn virkni veita gleði og jákvæðni sem við höfum að leiðarljósi í okkar starfi. Gleðin í Ljósinu er smitandi, fólk gleymir sér og finnur aukinn þrótt í gleðinni.



### Heilindi

Við erum vingjarnleg í fasi, sýnum samstöðu, traust, trúnað, virðingu og kærleik. Við erum heiðarleg, höfum opin samskipti, ræðum málin og leitum lausna. Við sinnum störfum okkar af alúð og trúmennsku og vinnum öll að sameiginlegu markmiði. Við samgleðjumst hvert öðru.



### Fagmennska

Við leggjum mikið upp úr þverfaglegri samvinnu, fylgjumst vel með nýjungum og leitumst við að vera fremst í flokki hvað starfsemina varðar. Við vöndum málfar, vinnubrögð og virðum þagnarheit.