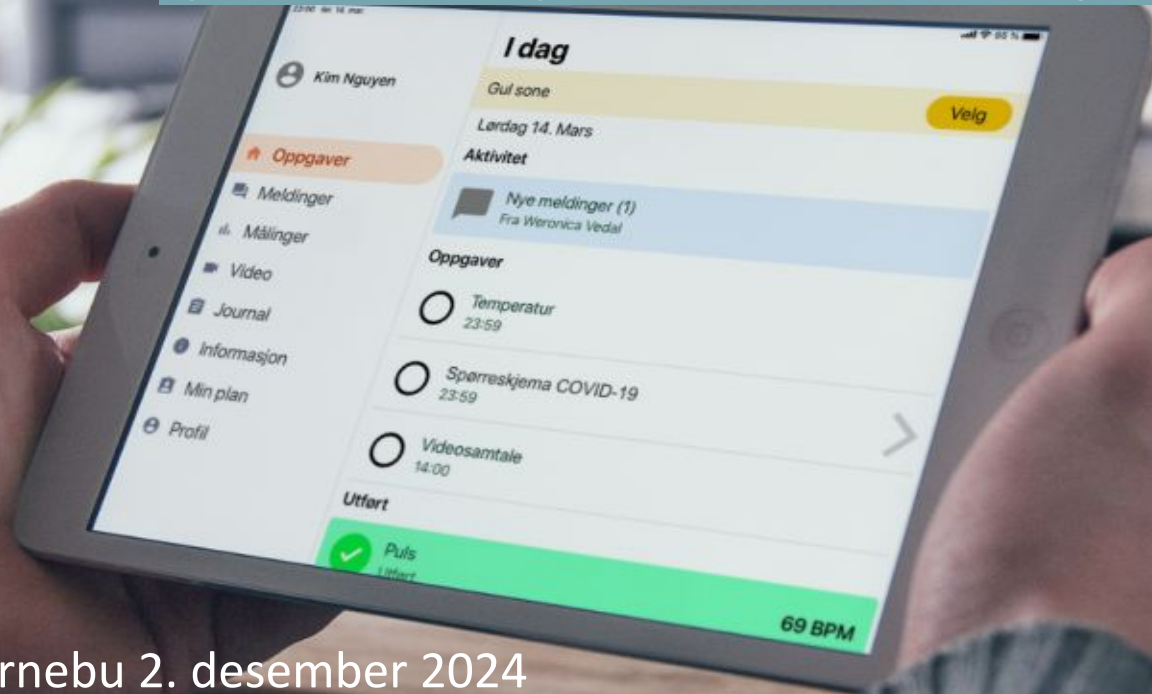


# Digital hjemmeoppfølging -på vei mot pasientens helsetjeneste...?



Faglig forum, Fornebu 2. desember 2024

Linda Nilsen Augland, spesialist i klinisk allmennsykepleie, Larvik kommune

# Organisering Larvik



Larvik  
kommune

## Helsehjelpen

41 pasienter uten  
andre tjenester

## Hjemmetjenesten

25 pasienter med  
vedtak om  
hjemmetjenester



Temperatur



Oksygenmetning



Blodsukker



Blodtrykk



Vekt

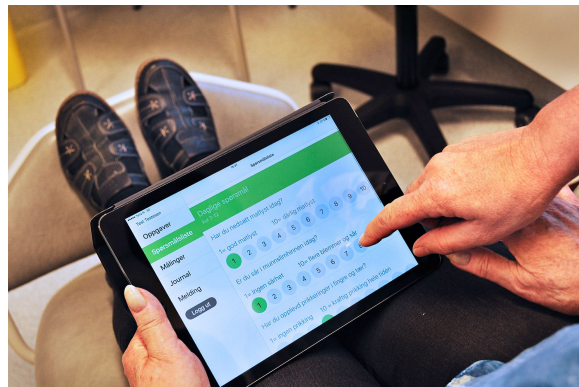


Lungefunksjon og -kapasitet

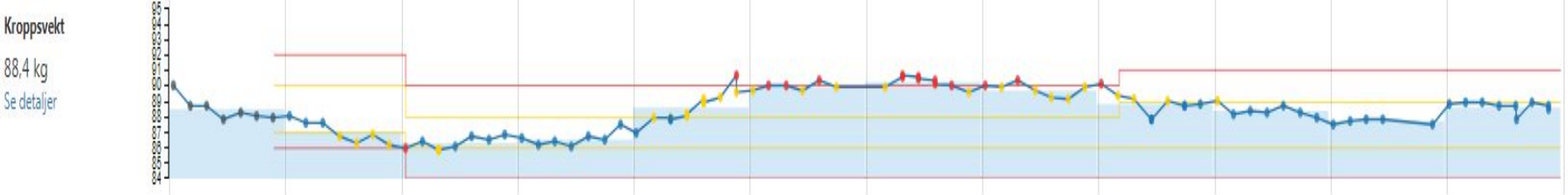
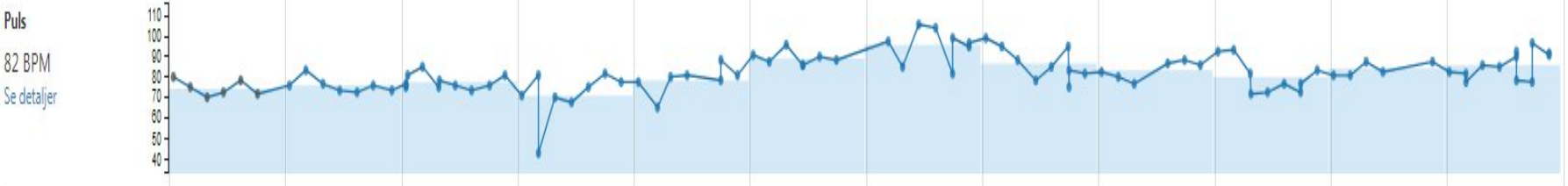
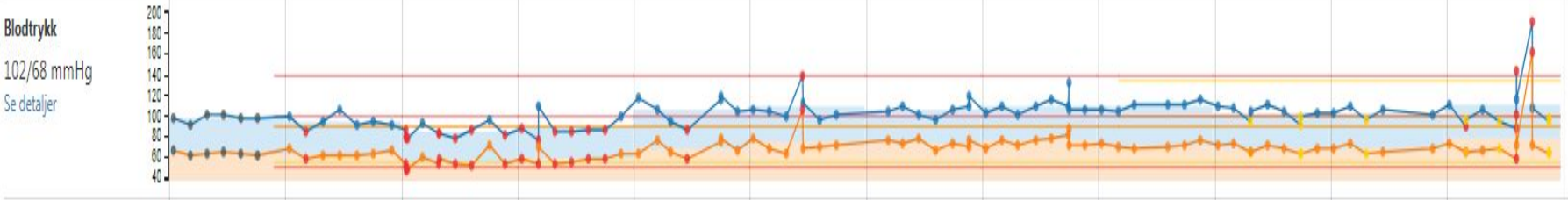
Oppfølging av kroniske syke, for eksempel KOLS, diabetes, kreft eller hjertesvikt

Oppfølging via nettbrett / app på telefonen og tilkoblet relevant utstyr

Hensikt å øke egenmestring, sykdomsinnsikt og selvstendighet og begrense ressursbruk



tir. 6.7      tir. 13.7      tir. 20.7      tir. 27.7      tir. 3.8      tir. 10.8      tir. 17.8      tir. 24.8      tir. 31.8      tir. 7.9      tir. 14.9      tir. 21.9      tir. 28.





Ole Boss Bossensen



I dag



Meldinger



Målinger



Video



Journal



Informasjon



Min Plan



Profil

[< I dag](#)

## Daglige spørsmål hjertesvikt

Disse spørsmålene svarer du på daglig eller etter avtale

I hvilken grad har bena dine vært mer hovne det siste døgnet?



Lite eller ingen grad

Mer enn vanlig hovne

I stor grad hovne

Har vekten din endret seg mye de siste dagene?



Ja



Nei

I hvilken grad har du følt på økende tretthetsfølelse det siste døgnet?



Lite eller ingen endring

Noe økt tretthetsfølelse

Sterkt økende tretthetsfølelse

I hvilken grad har du vært mer tungpusten det siste døgnet?



Lite grad

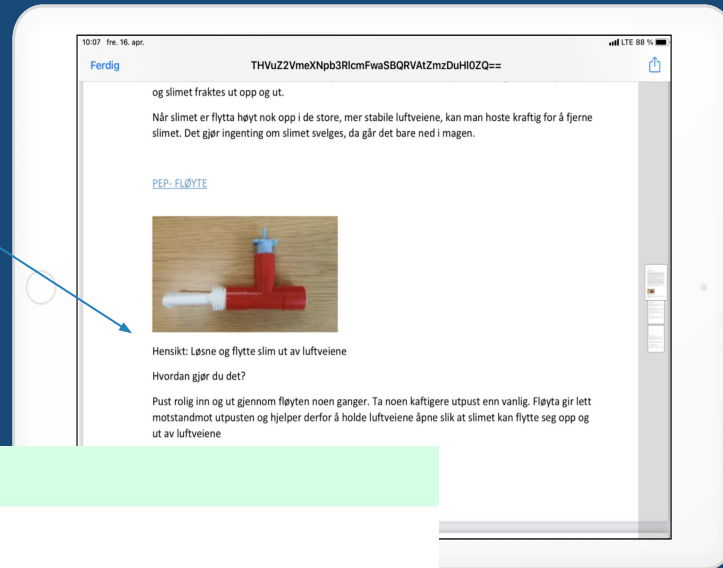
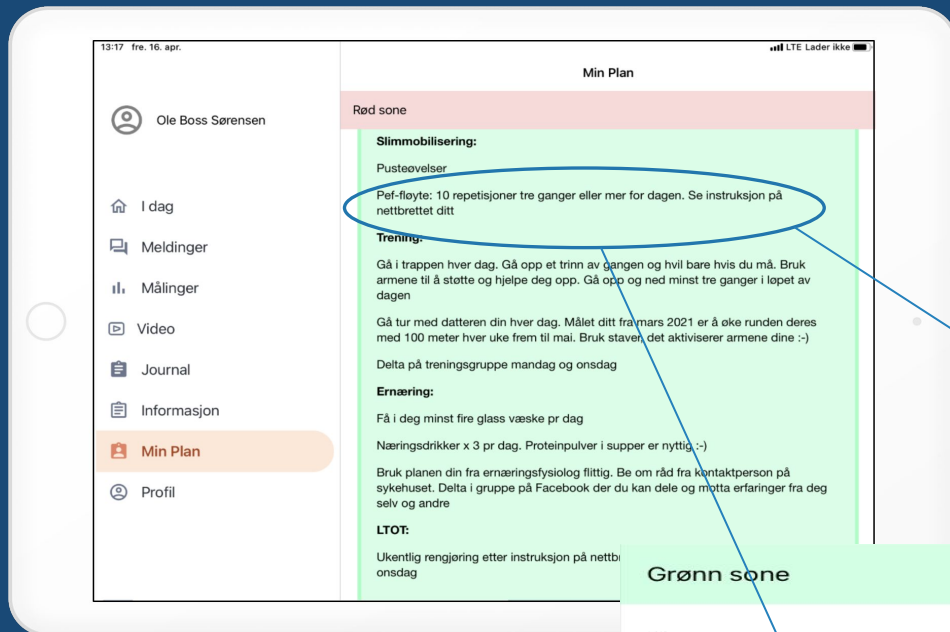
Noe grad

Sterk grad

# Bruk av egenbehandlings plan

- **Grønn tilstand** er habituell tilstand med en beskrivelse av hvordan pasienten føler seg til vanlig.
- I **gul tilstand** kan pasienten være i en forverringsfase, med målinger og symptomer som beskriver en dårligere tilstand enn normalt
- **Rød tilstand** beskriver en klar forverring hvor helsepersonell må vurdere tiltak

<b>Grønn sone</b>
<b>Symptomer</b> Som vanlig, eller noe variasjon fra dag til dag. <b>Puls</b> er mellom 60 – 90 <b>Oksygenmetningen</b> er over 90 <b>Vekt</b> er over 50kg
<b>Tiltak</b> <b>MÅLINGER</b> Ta puls og oksygenmetning hver dag Vekt x 1 pr uke
<b>Gul sone</b>
<b>Symptomer</b> <b>Symptomer du kan oppleve:</b> Begynnende forkjølelse Økende tungtust i hvile og aktivitet <b>Lav puls:</b> mellom 50 - 60 <b>Høy puls:</b> mellom 90 - 120 <b>Lav oksygenmetning:</b> mellom 85 - 90
<b>Tiltak</b> <b>MEDISINER</b> Spesifiser om noen av de faste medisinene kan økes. <b>Behovsmedisiner:</b> Husk å skylle munnen etterpå! <b>MÅLINGER</b> Ta puls og oksygenmetning hver dag, morgen og kveld til du er i grønn sone igjen. Har du feber, mål temperaturen morgen og kveld.
<b>Symptomer</b> Du har ikke blitt bedre av behandlingen i GUL sone etter 2 dager. Du har økt sykdomsfelelse med feber, og gul eller grønt slim. <b>LAV puls:</b> under 50 <b>HØY puls:</b> over 120 <b>LAV oksygenmetning:</b> under 85
<b>Tiltak</b> <b>MEDISINER</b> Ta inhalasjonsmedisiner som i GUL sone. Ta umiddelbart XX mg Prednisolon og deretter XX mg hver morgen i X dager til.
<b>AKUTT FORVERRING</b> <b>RING ambulans på 113</b> <b>Trykk på trygghetsalarmer ditt</b> Du har ingen effekt av medisinene dine. Du er betydelig dårligere i pusten og føler deg generelt MYE dårligere!



**Grønn sone**

**Oppgaver**

- Gå i trappen daglig  
Innen 09:00
- Bruke PEF-fløyte minst tre ganger pr dag :-)  
Innen 16:00
- Ta inhalasjonsmedisiner morgen og kveld  
Innen 20:00







Ole Boss Sørensen



KIROPRAKTORGRUPPEN

I dag

Meldinger

Målinger

Video

Journal

Informasjon

Min Plan

Profil

### ØVELSER FOR SKULDER

Nedenfor ser du forslag til øvelser for å styrke og stabilisere muskulatur rundt skulderleddet.



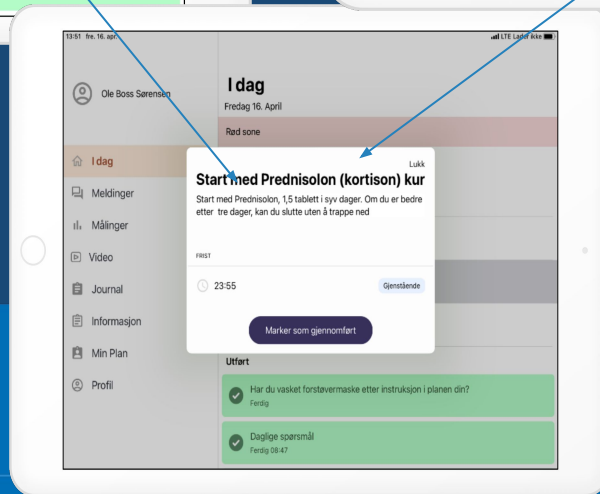
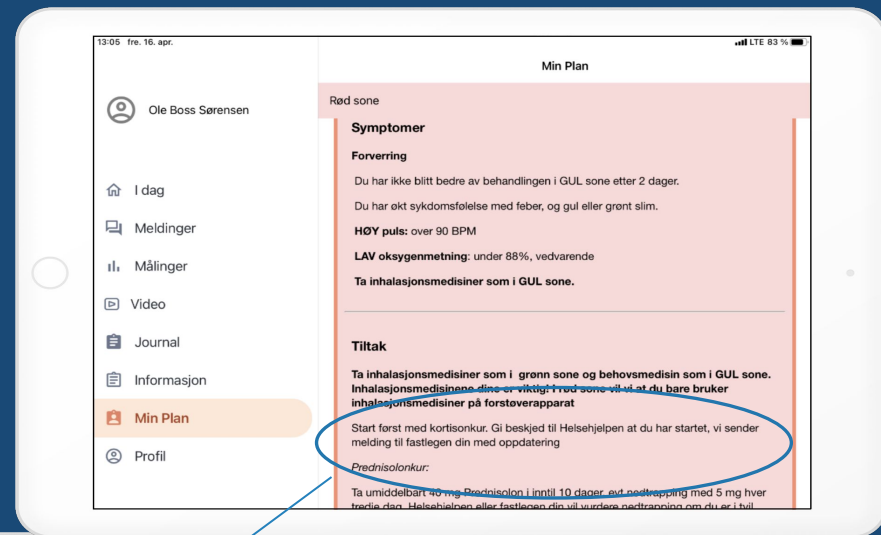
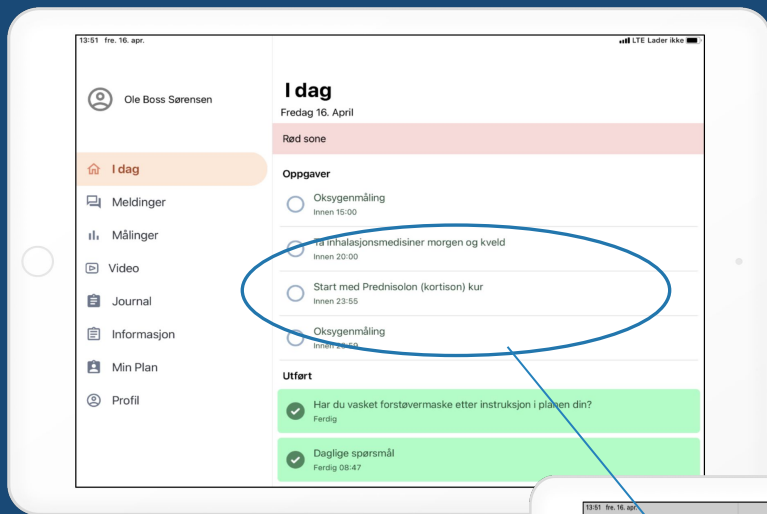
Knesittende skulderrotasjon opp med strikk



Personvern







# Erfaringer

Kortere tid til behandling som igjen gir raskere bedring og kortere sykdomsforløp

Kunnskapsoverføring og bedre sykdomsinnsikt (oversikt)

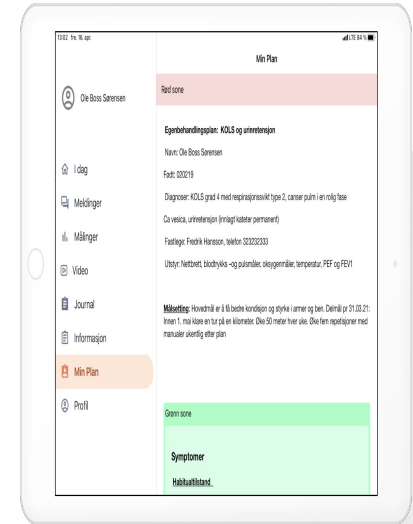
Ansvarliggjøring

Redusert bruk av helsetjenester

Mer fornuftig ressursbruk



Larvik  
kommune



# Resultater Helsehjelpen /tjenestene



Larvik  
kommune

1. Utarbeidelse av implementeringsplan	8. Informasjonsmøter hos tjenestekontor, Helsehus og Presteløkka
2. Informasjonsmøte i avdelingene	9. Innføring i egenbehandlingsplaner (ca 8. innføringer)
3. Utarbeidelse av prosedyrer	10. Statuslunsjer (gj.snitt to i mnd)
4. Brukerkartlegging m/Dignio	11. Informasjon til fastleger
5. Innføring teori/prosedyrer (fordelt på tre dager med alle spl/vpl)	12. Midtevaluering
6. Innføring teknisk opplæring (fordelt på to dager med alle spl/vpl)	13. Daglig drift
7. Oppstart pasienter	14. Sluttevaluering



Larvik  
kommune

	Torstrand			Byskogen			Vollen		
<b>Antall månedlige besøk endret</b>	Endret hos 4 av 6 2 med mindre besøk 2 med mer besøk			Endret hos 4 av 7 4 med mindre besøk 0 med mer besøk			Endret hos 4 av 8 2 med mindre besøk 2 med mer besøk		
<b>Gevinst månedlige besøk</b>	48 besøk/mnd			116 besøk/mnd			20 besøk/mnd		
<b>Kjøretid spart ved mindre besøk</b>	792 min månedlig = 26 min daglig tur/retur			756 min månedlig = 25 min daglig tur/retur			824 min månedlig = 27 min daglig tur/retur		
<b>Endret ressursbruk</b>	Hos 3 av 6			Hos 3 av 7			Hos 2 av 9		
<b>Medisinske tiltak/ Spart legekontakt (grunnet EBP)</b>	1			11			5		
<b>Antatt sparte innleggelser pga oppdagelse av tidlig forverring</b>	0			4			4		
<b>Innleggelser SiV</b>	Før 6	Etter 3	Spart 3	Før 4	Etter 1	Spart 3	Før 13	Etter 6	Spart 7
<b>Innleggelser kommunen</b>	Før 0	Etter 1	Spart -1	Før 0	Etter 1	Spart -1	Før 5	Etter 1	Spart 4
<b>Avsluttede pasienter</b>	9	-Mestrer ikke x4 -MORS x2 -Ikke behov		4	-MORS -Manglende mestringsengstelse		1	-MORS	

Kategori	Totalt alle avdelinger
Antall pasienter i prosjektperioden:	35
Antall avsluttet:	14
Antall gjenværende pasienter ved sluttev.	21
Total kjøregevinst månedlig (I minutter) regnet tur/retur	2372 min
Total gevinst månedlig besøk	184
Antall pasienter med reduksjon i faglært til ufagl	8
Antall sparte sykehusinnleggelser	10
Antall sparte kommuneinnleggelser	2
Spart legekontakt	17



Larvik  
kommune

Tidsbruk			
Oppfølgingen: Varselhåndtering, pasientkontakt, oppgaver i kalender	Telefonkontakt	Røde varsler	Hjemmebesøk
Mellom 10 - 180 min	Mellom 2 - 60 min	Mellom 5 - 25 min	Mellom 40 - 90 min
Gjennomsnitt: 55 minutter	Gjennomsnitt: 17 minutter	Gjennomsnitt: 15 minutter	Gjennomsnitt: 60 minutter

# RESULTATER- SPØRREUNDERSØKELSE HELSEHJELPEN

## TRYGGHET



Digital hjemmeoppfølging gir **økt trygghet** for brukerne

## BESØK HOS FASTLEGE OG SYKEHUS

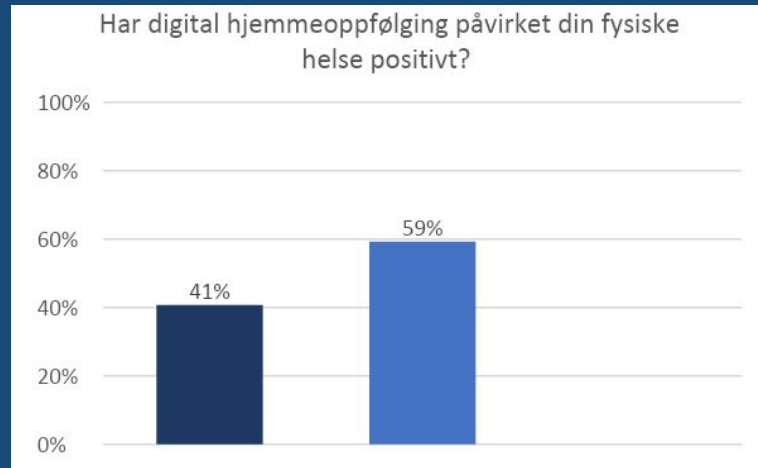
- **59%** opplevde redusert besøk til fastlege
- **36%** opplevde redusert antall innleggelses på sykehus

Digital hjemmeoppfølging kan føre til **færre turer** til fastlege og sykehus for mange



# RESULTATER- SPØRREUNDERSØKELSE

## FYSISK HELSE



En vesentlig andel opplever **bedre fysisk helse** på grunn av digital hjemmeoppfølging

## KUNNSKAP

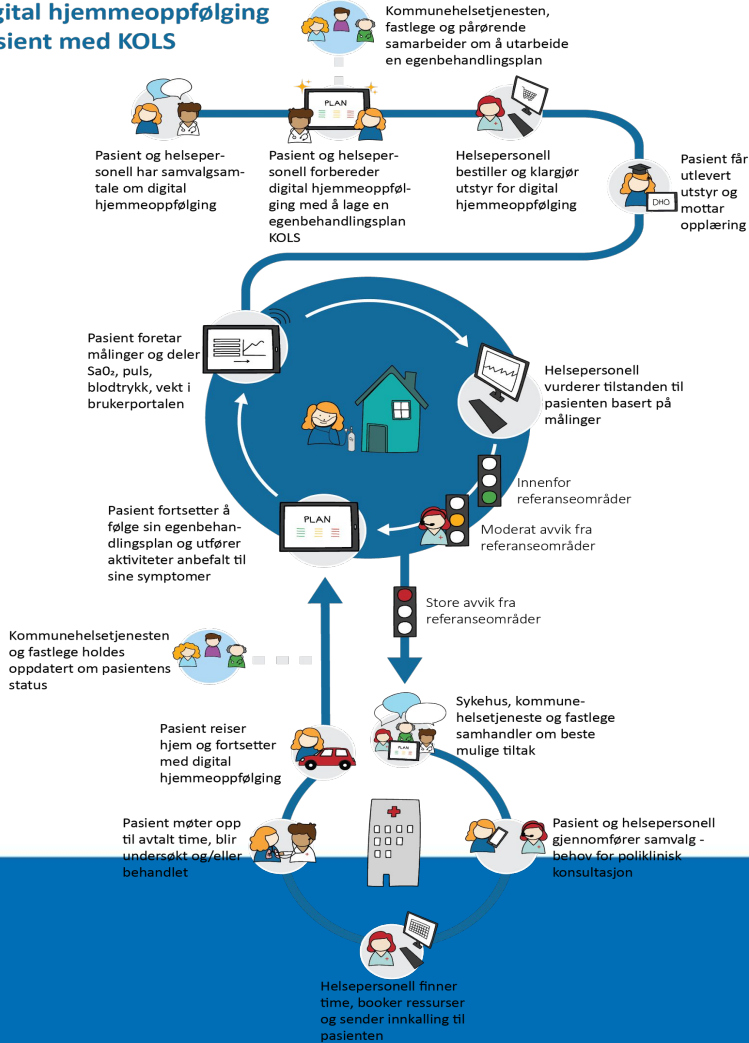
**89%** svarte at digital hjemmeoppfølging ga de en bedre forståelse av helseutfordringene sine

Digital hjemmeoppfølging **øker brukernes kunnskap** om egne helseutfordringer betraktelig





# Digital hjemmeoppfølging pasient med KOLS



SYKEHUSET I VESTFOLD



SYKEHUSET I VESTFOLD



«Omsorgskrisen skapes ikke av eldrebølgen, men av forestillingen om at ting ikke kan gjøres annerledes enn i dag»

Takk for oppmerksomheten! Ta gjerne kontakt  
[linda.nilsen.augland@larvik.kommune.no](mailto:linda.nilsen.augland@larvik.kommune.no)

