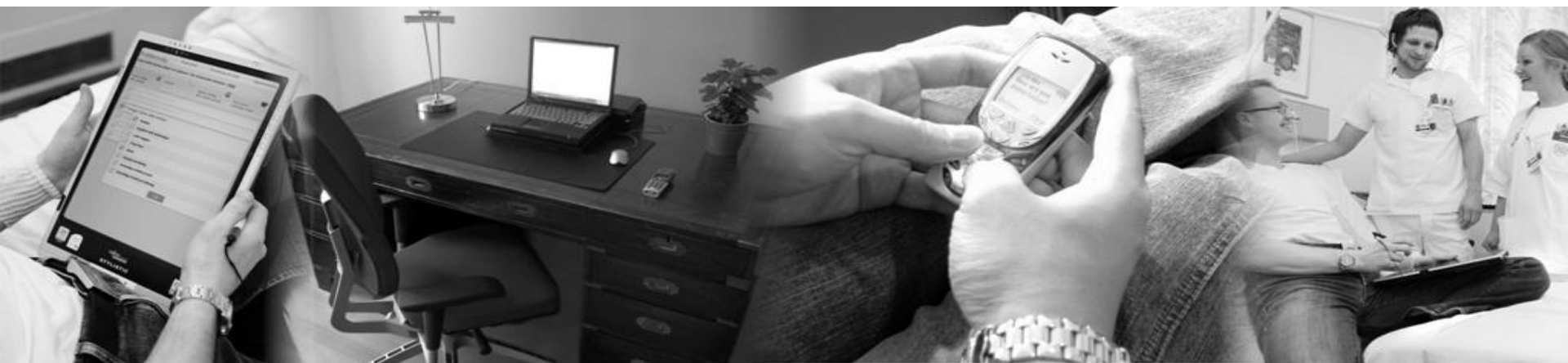


Elektroniske verktøy for samhandling og brukermedvirkning



Per Tømmer
Leder utviklingsseksjonen
Senter for pasientmedvirkning og samhandlingsforskning
Oslo universitetssykehus HF
29. September 2011

Utvikler og tester IKT verktøy for:

- Styrking av pasientens/brukernes rolle og egenkompetanse
- Styrking av pasient-sentrert behandling og samhandling

Utvikling gjennom brukermedvirkning



- Fokusgrupper
- Evaluering underveis
- Gjennntatte brukertester i brukertestingslab
- Moderne metoder for programvareutvikling

Helsepolitiske satsningsområder

- Økt nasjonalt og internasjonalt fokus på strategier for å støtte pasienter til å ta en mer aktiv rolle i forhold til egen helse (Teknologirådet 2010, Epstein et al 2010)
 - ▶ Styrke pasientens egen kompetanse og rolle
 - ▶ e-helse og elektronisk kommunikasjon som den normale måten å kommunisere på
 - ▶ Nå pasienten hjemme, bedre lokalt helsetilbud
- Samhandlingsreformen
- Kortere sykehusinnleggelser og økt krav om effektivitet fordrer nye måter og tenke helsetjenester på.
- Evidens for at Web-støtte har positiv effekt for pasienter med ulike helseproblemer (Gustafson et al 2002, Wantland et al 2004, Murray 2005, Samoocha et al 2010, Griffiths et al 2010,)

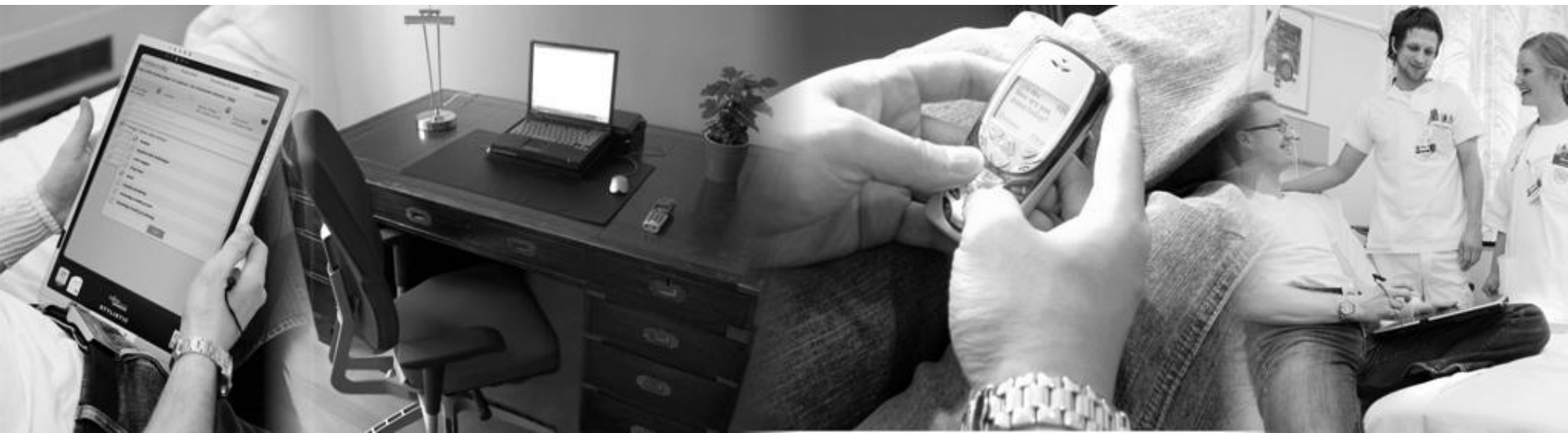
Ulike verktøy for kommunikasjon og samhandling

CHOICE: Forberedelse ifm konsultasjon

SISOM: Kommunikationsverktøy for barn ifm konsultasjon

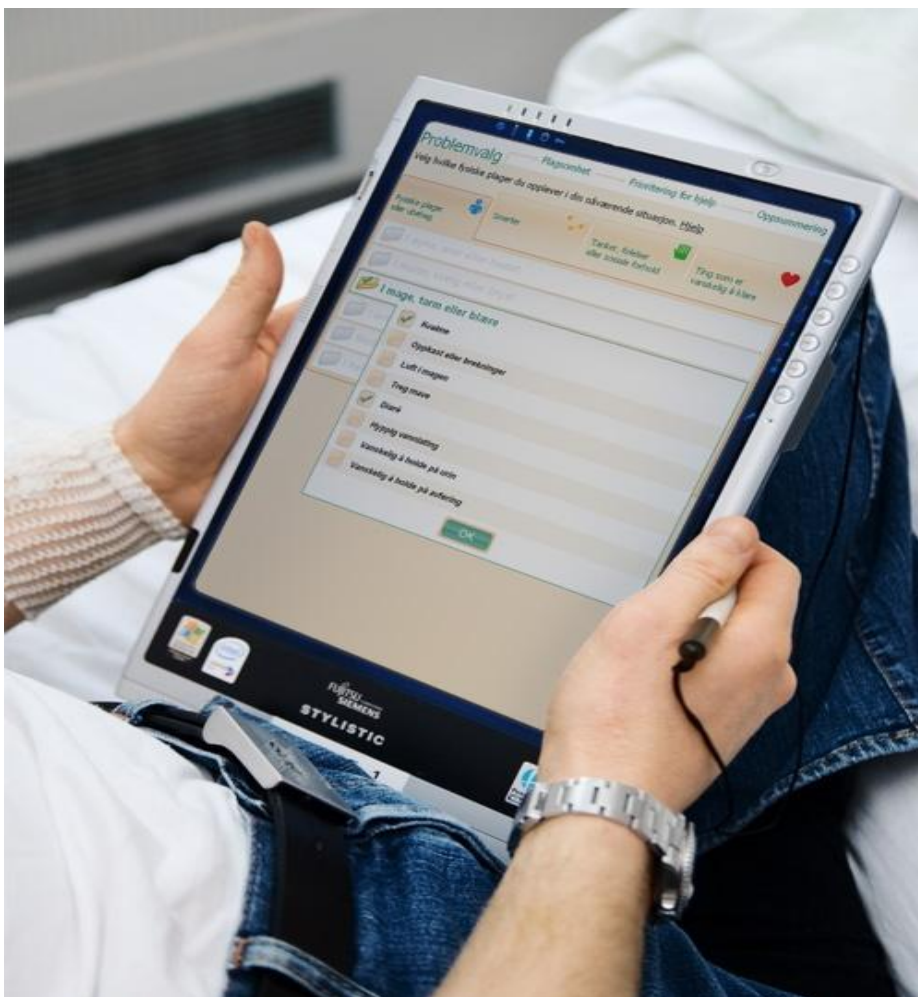
WebChoice: Skreddersydd hjelp og oppfølging via Internett

Connect: Samhandling på tvers av tjenestene



CHOICE:

Kartlegging, monitorering av helseproblemer og forberedelse til konsultasjon



Problemvalg

Plagsomhet

Prioritering for hjelp

Oppsummering

Velg hvilke fysiske plager du opplever i din nåværende situasjon. [Hjelp](#)

Fysiske plager
eller ubehag



Smerter



Tanker, følelser
eller sosiale forhold



Ting som er
vanskelig å klare



I øyne, ører eller hodet



I munn, svelg eller bryst



I mage, tarm eller blære



I armer, ben eller muskler



Med hud, slimhinner eller hår



I hele kroppen

FORRIGE

NESTE



Oslo
universitetssykehus



Velg hvilke fysiske plager du opplever i din nåværende situasjon. [Hjelp](#)

Fysiske plager
eller ubehag



Smerter



Tanker, følelser
eller sosiale forhold



Ting som er
vanskelig å klare



I øyne, ører eller hodet



I munn, svelg eller bryst



I mage, tarm eller blære



I ar



Me



I he



Kvalme



Oppkast eller brekninger



Luft i magen



Treg mave



Diaré



Hyppig vannlating



Vanskelig å holde på urin



Vanskelig å holde på avføring

OK



Oslo
universitetssykehus



Oppgi hvor plagsomme dine problemer er for deg. [Hjelp](#)

HVOR PLAGSOMT?	Ikke	Litt	En del	Mye	Svært
<i>Fysiske plager eller ubehag</i>					
Kvalme	0	1	2	3	4
Diaré	0	1	2	3	4
Kløe eller utslett	0	1	2	3	4
<i>Smerter</i>					
Smerter i mage eller tarm	0	1	2	3	4
Smerter i muskler eller ledd	0	1	2	3	4
<i>Tanker, følelser eller sosiale forhold</i>					
Engstelig	0	1	2	3	4
Humørsvingninger	0	1	2	3	4
Økonomiske bekymringer	0	1	2	3	4
Redd for å være til bry	0	1	2	3	4
Usikker på videre behandling	0	1	2	3	4
<i>Ting som er vanskelig å klare</i>					

FORRIGE
RULLE OPP
RULLE NED
NESTE



Prioriter dine problemer for å få hjelp fra helsepersonell. [Hjelp](#)

DIN PRIORITERING FOR Å FÅ HJELP	Ikke viktig ...	... Svært viktig
<i>Fysiske plager eller ubehag</i>	0	10
Kvalme		
Diaré		
Kløe eller utslett		
<i>Smerter</i>	0	10
Smerter i mage eller tarm		
Smerter i muskler eller ledd		
<i>Tanker, følelser eller sosiale forhold</i>	0	10
Engstelig		
Humørsvingninger		
Økonomiske bekymringer		
Redd for å være til bry		
Usikker på videre behandling		
<i>Ting som er vanskelig å klare</i>	0	10

FORRIGE

RULLE OPP

RULLE NED

NESTE

Vennligst kontroller at opplysningene stemmer. [Hjelp](#)

Prioritering for hjelp	Symptomer	Plagsomhet
10	Kvalme	Svært mye
	Økonomiske bekymringer	Svært mye
	Usikker på videre behandling	Svært mye
9	Smerter i muskler eller ledd	Mye
8	Søvnproblemer	Svært mye
	Får ikke i meg nok drikke	Mye
	Får ikke i meg nok mat	Mye
	Diaré	En del
5	Vanskelig å håndtere medisinene	Mye
	Kløe eller utslett	En del
4	Smerter i mage eller tarm	Lite
2	Engstelig	Mye
	Humørsvingninger	En del

FORRIGE

RULLE OPP



RULLE NED

AVSLUTTE



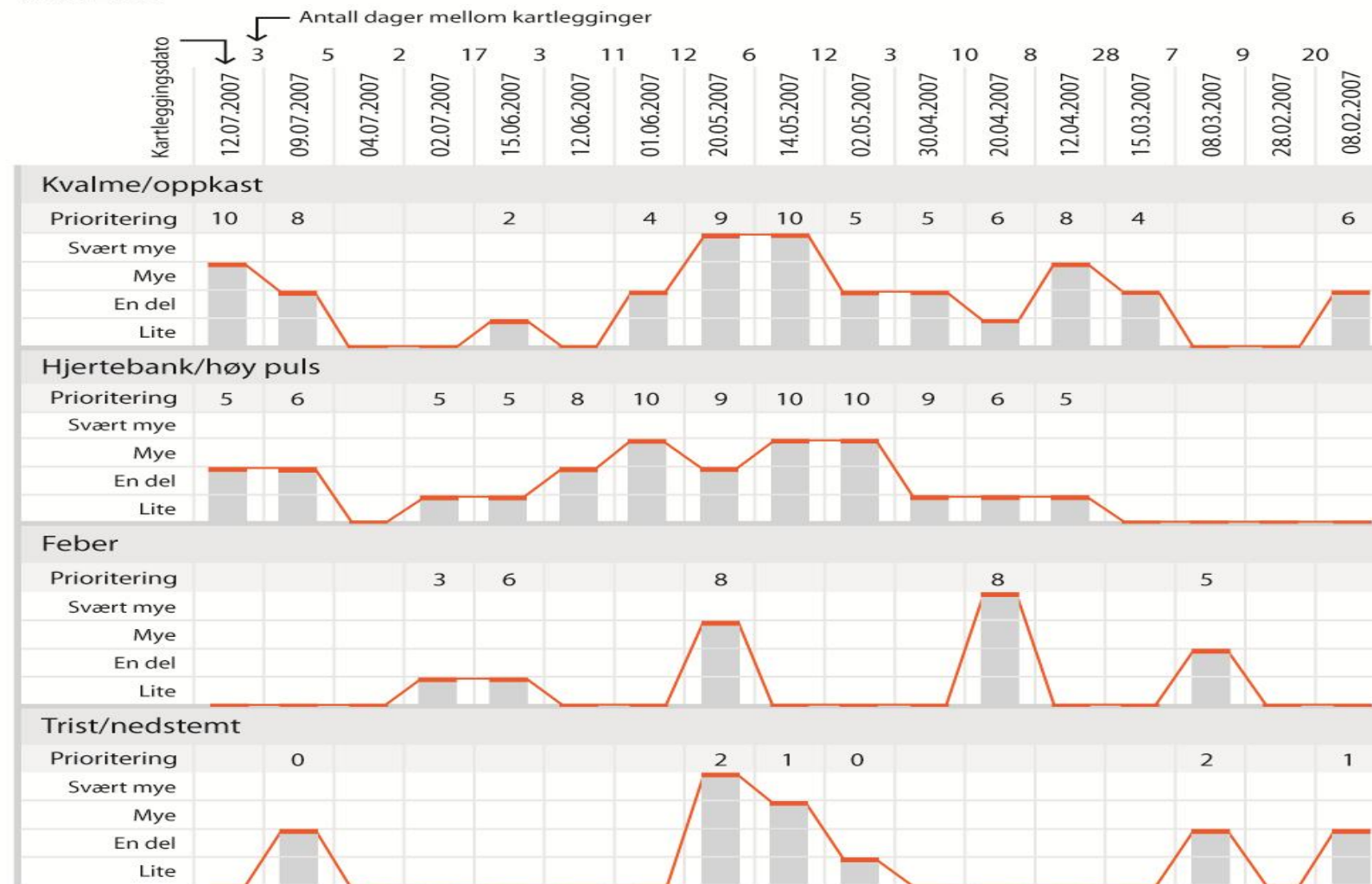
Oslo universitetssykehus



Trendrapport

Ola Nordmann

07.08.2008





Forskningsresultater CHOICE

Randomisert studie, 145 pasienter med leukemi eller lymfom ble fulgt ett år:

- Signifikant reduksjon av symptomer og plager gjennom behandlings- og rehabiliteringsforløpet
- Signifikant mindre behov for hjelp gjennom forløpet
- Bedre livskvalitet og mestring
- Indikasjon på kostnadseffektivt tiltak

(Ruland et al, JAMIA 2010)

Forskningsresultater forts.

- Effektivt verktøy for å fremme kommunikasjon mellom pasient og helsepersonell *(Heyn et al, patient Educ Couns 2011)*
- Pasienter rapporterer at bruk av Choice øker bevisstgjøring og innsikt i egen helsetilstand, øker kommunikasjon og informasjonsutveksling med helsepersonell, øker forutsigbarhet og styrker opplevelse av å ha kontroll *(Sandbæk, Duo 2009)*

Pasienter

- Føler seg bli tatt på alvor
- Bedre innsikt og perspektiv på egen tilstand
- Hva som er ”normalt” - Mer kunnskap
- Lettere å håndtere problemene
- Lettere å vite hva man skal spørre om
- Bedre forberedt til konsultasjon
- Tar mer initiativ



Helsepersonell

- Bedrer kommunikasjon med pasienten
- Mer effektiv– rett på sak
- ”Å løse det viktigste løser det meste”
- Fanger opp problemer som ellers lett blir oversett
- Pasientens rolle endrer seg – tar mer ansvar
- Choice overførbar til mange pasientgrupper

SiSOM

Kommunikasjonsverktøy for barn



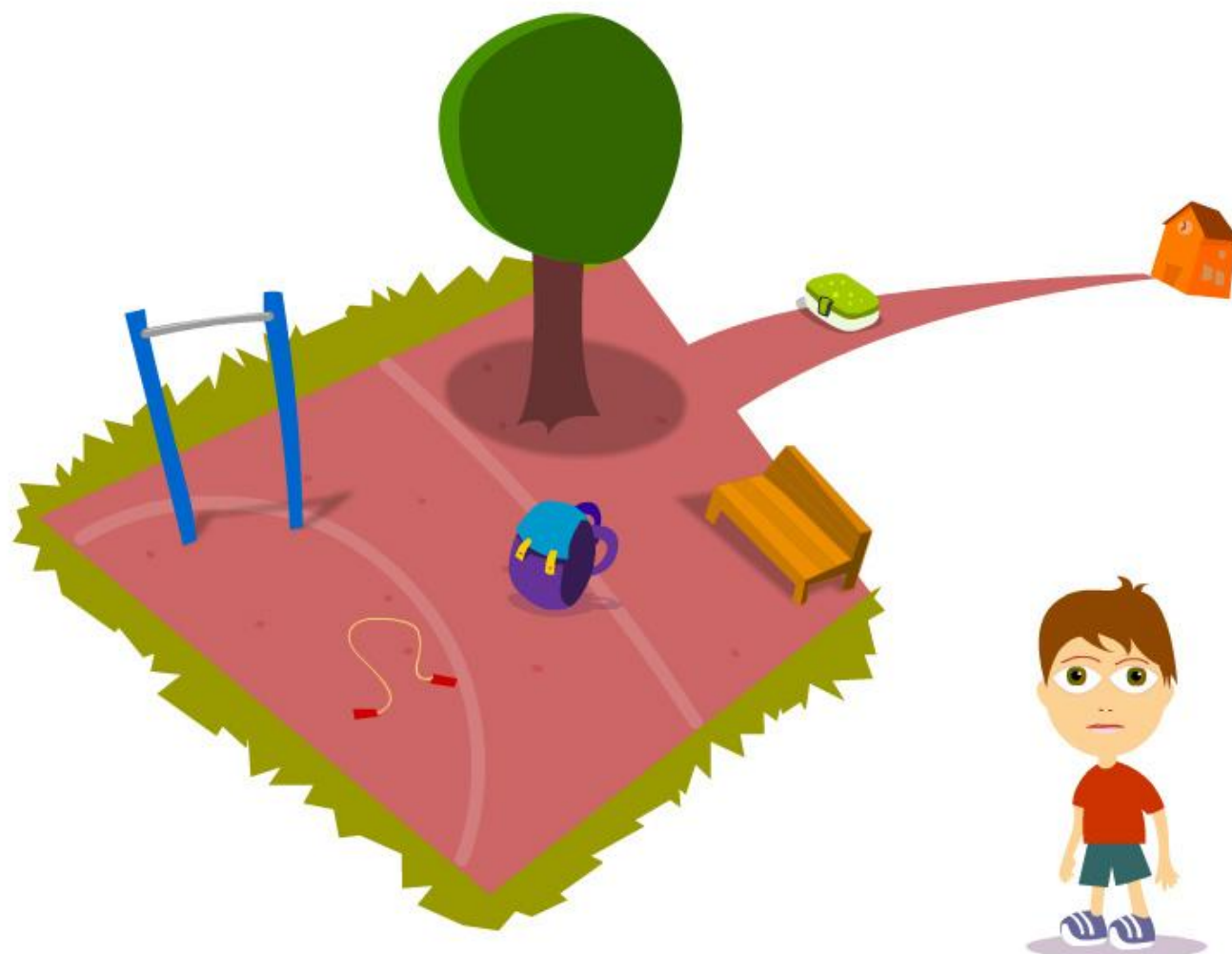
www.sisom.org













**Føler meg ofte
utenfor**



Har du
opplevd
dette siste
måned?



Mye



En del



Litt



Ikke i det
hele tatt



Vet ikke



Hele rapporten!

informasjon
om pasienten



Vis rapport:

[Vis det som er vanskelig](#)

[Vis det som går bra](#)

[Vis hele rapporten](#)

 [Skriv ut](#)

[Tilbake til øyene](#)

Har du
opplevd
dette siste
måned?



I stor grad



En del



Litt



Ikke problem



Vet ikke



**Tanker
og
følelser**



Er lite samme med barn på min alder



Vanskelig å overnatte hos andre



Andre tror at jeg har det bedre enn jeg har det



Tror at andre bekymrer seg for meg



**Ting
man
kan være
redd for**



Redd for at jeg plutselig kan bli dårlig



Redd for at jeg må opereres



Redd for å være alene

[Avslutt](#)



Rapport type:

[Vis det som er vanskelig](#)

[Vis det som går bra](#)

[Vis hele rapporten](#)

Skriv ut / Lagre

Tilbake til øyene

Avslutt

Vis Det som går Bra

Barnets
fornavn:
undefined



På sykehuset



Vanskelig å ta medisiner



Ubehagelig å ta blodtrykk



Om å klare
ting



Vanskelig å spise



Vil ofte ha mat



Trenger hjelp til å stelle meg



Vanskelig å holde på med ting alene



Tanker og
følelser



Føler meg dum



Ingen ting er morsomt lenger



Tror at andre er lei seg på grunn av meg



Studieresultater: med og uten SiSom

- Signifikant flere symptomer og problemer tatt opp i konsultasjonen
- Signifikante bedring i kommunikasjonen:
 - Barnet deltok mer
 - Helsepersonell: flere oppfølgende spørsmål, mer forklaringer, mer empatisk kommunikasjon (*Vatne et al, under review*)

Anvendelig for mange barnegrupper, eks. diabetes, adferdsvansker, overvekt, mm

WebChoice

Internettstøtte i pasienters hjem



Velkommen **Line Linesen (linus)**

Oversikt

Aktivitetskalender



Kartlegging

Registrering av egne plager og problemer

[Les mer](#)

Tiltak

Råd og hjelp for dine plager og problemer

[Les mer](#)

Melding

Kommunikasjon mellom deg og helsepersonell

[Les mer](#)

Forum

Diskusjoner med andre i samme situasjon som deg

[Les mer](#)

Dagbok

Notater og påminnelser for privat bruk

[Les mer](#)

Blogg

Pasienters egne blogger

[Les mer](#)

Lenkesamling

Kvalitetssikret informasjon om ulike temaer knyttet til kreft

[Les mer](#)

Aktuelt i din WebChoice

3 nye innlegg i blogg

Nyeste blogginnlegg

Linus

29.08.2011

Mitt andre blogginnlegg

Jeg fikk diagnosen brystkreft for en måned siden, og siden har alt gått i ett. Men nå har...

Metteflette

05.03.2010

Da er jeg også blitt blogger.. :)

Hvem er jeg? Jeg er 44 år søring som er bosatt i Finnmark, gift, 3 barn, sykepleier av...

Linus

05.03.2010

Første blogginnlegg!

Det er en første gang for alle ting... Jeg har aldri skrevet blogg før, hverken egen...

1



2



3



4

Problemvalg

Plagsomhet

Prioritering

Oppsummering

Avbryt kartlegging

Steg 1: Velg problemer [Mer info](#)

Neste steg

Smerter og
fysiske plagerTing som er
vanskelig å
klareTanker,
følelser eller
relasjoner til
andreSpørsmål/bekyr
ifm.
behandling/min
rettigheter
som pasientSist
registrerte
problemer

Søk

- ▶ Smerter
- ▶ I øyne, ører eller hodet
- ▶ I munn, svelg eller bryst
- ▶ I mage, tarm eller blære
- ▶ I arm, ben eller muskler
- ▶ Med hud, slimhinner, negler eller hår
- ▶ Generelt i kroppen

Steg 1: Velg problemer [Mer info](#)**Neste steg****Smerter og
fysiske
plager**Ting som er
vanskelig å
klareTanker,
følelser eller
relasjoner til
andreSpørsmål
ifm.
behandling
og pasient-
rettigheterProblemer
fra forrige
kartlegging

Søk



Smerter



I øyne, ører eller hodet



I munn, svelg eller bryst



I mage, tarm eller blære



Kvalme



Oppkast eller brekninger



Luft i magen



Treg mave



Diaré



Vanskelig å holde på avføring



Vanskelig å holde på urin



Vanskelig å late vannet



Steg 2: Plagsomhet [Mer info](#)

Forrige steg

Neste steg

Problemer

Hvor plagsomt oppleves problemet?

Smerter og fysiske plager

Ikke

Litt

En del

Mye

Svært
mye

Kvalme

0

1

2

3

4

Nummenhet eller prikking i hender eller føtter

0

1

2

3

4

Lymfødem

0

1

2

3

4

Ting som er vanskelig å klare

Ikke

Litt

En del

Mye

Svært
mye

Vekttap

0

1

2

3

4

Får ikke i meg nok mat

0

1

2

3

4

Blir fort sliten

0

1

2

3

4

Tanker, følelser eller relasjoner til andre

Ikke

Litt

En del

Mye

Svært
mye

Bekymret / redd

0

1

2

3

4

Humørsvingninger

0

1

2

3

4

Steg 3: Prioritering for hjelp [Mer info](#)

[Forrige steg](#)[Neste steg](#)

Problemer

Hvor viktig å få hjelp?

Smerter og fysiske plager

(0) Ikke viktig

Svært viktig (10)

Kvalme



Nummenhet eller prikking i hender eller føtter



Lymfødem



Ting som er vanskelig å klare

(0) Ikke viktig

Svært viktig (10)

Vekttap



Får ikke i meg nok mat



Blir fort sliten



Tanker, følelser eller relasjoner til andre

(0) Ikke viktig

Svært viktig (10)

Bekymret / redd



Humørsvingninger



Spørsmål ifm. behandling og pasient-rettigheter

(0) Ikke viktig

Svært viktig (10)

Bekymret for bivirkninger eller komplikasjoner



Bekymret for å bli avhengig av medisiner





Problemvalg



Plagsomhet



Prioritering



Oppsummering

[✕ Avbryt kartlegging](#)

Steg 4: Oppsummering

[Forrige steg](#)[Fullfør](#)Sortering: **Prioritering for hjelp**

Problemer	Plagsomhet	Prioritering for hjelp
Lymfødem	Svært mye	10
Kvalme	En del	10
Bekymret / redd	Svært mye	9
Nummenhet eller prikking i hender eller føtter	Mye	8
Humørsvingninger	Mye	7
Får ikke i meg nok mat	Lite	7
Bekymret for bivirkninger eller komplikasjoner	Lite	7
Vekttap	En del	5
Bekymret for å bli avhengig av medisiner	Lite	5
Bekymret for prøvesvar	Mye	4
Blir fort sliten	Svært mye	3
Vanskelig å konsentrere meg	Mye	3



Her kan du registrere dine problemer og følge med på utviklingen av disse over tid.

[Les mer](#)

Ny kartlegging

Mine kartlegginger

Trendrapport

Mine kartlegginger



10.11.2009
14 problem(er)



10.11.2009
17 problem(er)



10.11.2009
13 problem(er)



10.11.2009
14 problem(er)

 [Skriv ut siste kartlegging](#)

Oppsummerer plagsomhet og prioritering av problemene dine fra den siste kartleggingen (10.11.2009).

Denne kan være nyttig å bruke som utgangspunkt for samtale med lege.

Alle registrerte kartlegginger

Fødselsnr
4 kartlegginger

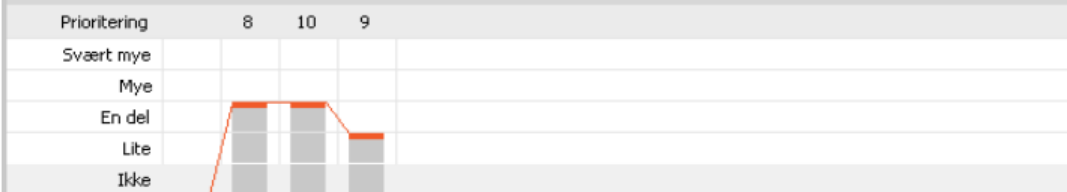
[Se liste over trendrapporter](#)

Kartleggingsdato

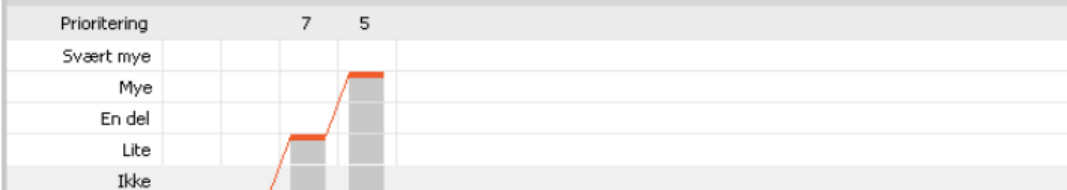
Antall dager mellom kartleggingene

0	0	0	0
10.11.2009	10.11.2009	10.11.2009	10.11.2009

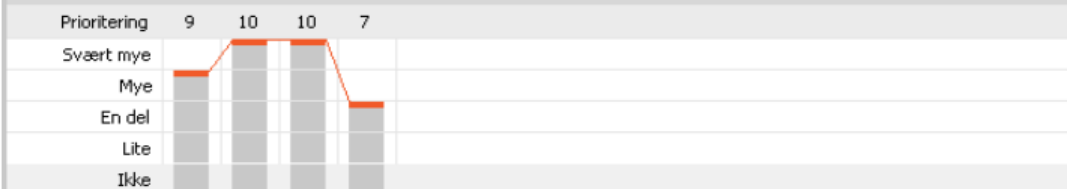
Hodepine



Endret smak eller luktesans



Kvalme



Diaré



Rediger trendrapport

Du kan lagre de valgte problemene som en gruppe for å overvåke dem videre

Valgte problemer:

- ☒ Hodepine
- ☒ Endret smak eller luktesans
- ☒ Kvalme
- ☒ Diaré
- ☒ Oppkast eller breknninger
- ☒ Manglende matlyst
- ☒ Vekttap
- ☒ Mye trøtt eller slapp
- ☒ Vanskelig for å sove gjennom natten
- ☒ Vanskelig for å sovne
- ☒ Irritabel
- ☒ Trist
- ☒ Redd for tilbakefall eller å ikke bli frisk
- ☒ Bekymret for bivirkninger eller komplikasjoner

Navn:

[Ny kartlegging](#)**Mine kartlegginger**[Tendrapport](#)

Mine kartlegginger >

Kartlegging fra 26.06.2010

[Utskriftsvennlig versjon](#)Sortering **Prioritering for hjelp** ▼

Problemer	Plagsomhet	Prioritering for hjelp	Finn tiltak
Lymfødem	Svært mye	10	Tiltak
Kvalme	En del	10	Tiltak
Blir fort sliten	Svært mye	8	Tiltak
Humørsvingninger	Mye	8	Tiltak
Bekymret / redd	Svært mye	7	Tiltak
Nummenhet eller prikking i hender eller føtter	Mye	7	Tiltak
Bekymret for prøvesvar	Mye	6	Tiltak
Får ikke i meg nok mat	Lite	5	Tiltak
Vanskelig å konsentrere meg	Mye	4	Tiltak
Bekymret for bivirkninger eller komplikasjoner	Lite	4	Tiltak
Vekttap	En del	3	Tiltak
Bekymret for å bli avhengig av medisiner	Lite	2	Tiltak

Tiltak : Lymfødem



Lymfødem

Lymfødem: Når bør jeg kontakte lege?

Fysioterapi ved lymfødem

Kostråd ved lymfødem

Fysisk aktivitet ved lymfødem

Hudpleie hvis du har lymfødem

Kompresjonsbehandling

Massasje og øvelser ved lymfødem

Flere tips hvis du har lymfødem

Mine kartlegginger

Kartlegging

Sortering

Plas

Problemer

Lymfødem

Blir fort sliten

Bekymret / red

Humørsvingninger

Nummenhet eller prikking i hender eller føtter

Bekymret for prøvesvar

Vanskelig å konsentrere meg

Kvalme

Vekttap

Får ikke i meg nok mat

Bekymret for bivirkninger eller komplikasjoner

Bekymret for å bli avhengig av medisiner

Mye

Mye

Mye

Mye

En del

En del

Lite

Lite

Lite

8

7

6

4

10

3

5

4

2

Tiltak

Tiltak

Tiltak

Tiltak

Tiltak

Tiltak

Tiltak

Tiltak

Tiltak

g version



Hudpleie hvis du har lymfødem

Hvis du har lymfødem er dette området mer utsatt for å få sår, på grunn av dårligere blodsirkulasjon og lymfedrenasjon. Sår kan ha vanskelig for å gro, og området er mer utsatt for infeksjon. Derfor er det ekstra viktig å observere og pleie huden.

▼ Hva kan jeg gjøre?

- Bruk en god og mild hudkrem daglig, slik at huden holder seg smidig. Daglig bruk av bandasjer og kompresjonsstrømper er med på å tørke ut huden. Hudkrem og såpe bør ha lav pH (5,5).
- Observer huden: Er det tegn til sår eller rødhet? Er huden øm?
- Beskytt huden mot skader/sår. Bruk hansker ved for eksempel oppvask og hagearbeid. Unngå stikk, også akupunktur og injeksjoner, på området.
- Unngå sterk varmepåvirkning fra varm dusj, badstue, sterk sol o.l. Vær oppmerksom på at huden tar lettere skade av sola ved lymfødem.
- Dersom du får sår som ikke vil gro eller som utvikler seg, eller ser tegn til infeksjon som rødhet og ømhet i området, bør du kontakte lege.

► Hva er tiltaket basert på?



Legg til i "Mine tiltak"



Utskriftbar versjon

Alle tiltak til dette symptomet

[Lymfødem: Når bør jeg kontakte lege?](#)

[Fysioterapi ved lymfødem](#)

[Kostråd ved lymfødem](#)

[Fysisk aktivitet ved lymfødem](#)

[Hudpleie hvis du har lymfødem](#)

[Kompresjonsbehandling](#)

[Massasje og øvelser ved lymfødem](#)

[Flere tips hvis du har lymfødem](#)

▼ Hva kan jeg gjøre?

- Bruk en god og mild hudkrem daglig, slik at huden holder seg smidig. Daglig bruk av bandasjer og kompresjonsstrømper er med på å tørke ut huden. Hudkrem og såpe bør ha lav pH (5,5).
- Observer huden: Er det tegn til sår eller rødhet? Er huden øm?
- Beskytt huden mot skader/sår. Bruk hansker ved for eksempel oppvask og hagearbeid. Unngå stikk, også akupunktur og injeksjoner, på området.
- Unngå sterk varmepåvirkning fra varm dusj, badstue, sterk sol o.l. Vær oppmerksom på at huden tar lettere skade av sola ved lymfødem.
- Dersom du får sår som ikke vil gro eller som utvikler seg, eller ser tegn til infeksjon som rødhet og ømhet i området, bør du kontakte lege.

▼ Hva er tiltaket basert på?

Tiltaket er basert på fagkunnskap og klinisk erfaring.

Lenke(r)

[Skin care and lymphoedema \(Cancer Backup, en\)](#)

[Lymfødem i arm \(Oncolex, nb\)](#)

Sist oppdatert

27.01.2010

Lymfødem: Når bør jeg kontakte lege?

[Fysioterapi ved lymfødem](#)

[Kostråd ved lymfødem](#)

[Fysisk aktivitet ved lymfødem](#)

[Hudpleie hvis du har lymfødem](#)

[Kompresjonsbehandling](#)

[Massasje og øvelser ved lymfødem](#)

[Flere tips hvis du har lymfødem](#)

[Finn tiltak](#)**Mine tiltak**[Avsluttede tiltak](#)[Ofte valgte tiltak](#)

Min tiltaksliste

Nedenfor finner du en liste med tiltak du har lagt i 'Mine tiltak'.

Dato	Tiltak	Problem	
02.04.2011	Muskelavslapning	Blir fort sliten	Fjern fra listen
02.04.2011	Mål opp det du drikker	Får ikke i meg nok drikke	Fjern fra listen
02.04.2011	Kostråd ved kvalme	Kvalme	Fjern fra listen
02.04.2011	Massasje og øvelser ved lymfødem	Lymfødem	Fjern fra listen
02.04.2011	Hudpleie hvis du har lymfødem	Lymfødem	Fjern fra listen
06.01.2011	Legemidler ved diaré	Diaré	Fjern fra listen
17.11.2010	Kostråd ved vektøkning under kreftbehandling	Vektøkning	Fjern fra listen
25.05.2010	Kostråd ved sår i munn eller svelg	Sår i munn eller svelg	Fjern fra listen
05.03.2010	Fiberrikt kosthold ved treg mage	Treg mave	Fjern fra listen
05.03.2010	Flere tips ved sår i munn eller svelg	Sår i munn eller svelg	Fjern fra listen

[Forum](#) > Gode råd mot kvalme etterlyses!

Gode råd mot kvalme etterlyses!

[Skriv nytt innlegg](#)

#1

05.03.2010, 10:31

**Linus**[Profil](#)

Lurer på hvordan andre takler bivirkninger ved cellegiftbehandling. Da tenker jeg først og fremst på kvalmen. Den første kuren gikk noenlunde greit, men neste var forferdelig. Nå står jeg foran 3. kur og gruer meg så ille at jeg lurer nesten på å avbryte behandlingen. Er det noen som har noen gode råd å gi meg. Kvalmestillende jeg bruker er Zofran og Afipran. Så ut til å ha liten effekt andre gangen. Noen som har god erfaring med andre kvalmestillende? Er veldig takknemlig for svar.

En annen ting er at jeg 6-7 dager etter cellegiftbeh (FEC) får smerter i muskler og ledd. Noen andre som har det slik?

Hilsen Line

[Sitér dette](#)

#2

05.03.2010, 10:40

**Metteflette**[Profil](#)

Hei Line.

Jeg fikk cortison i tillegg til medikamentene som du nevner og syntes det hjalp godt. Sykepleierne ga råd om å holde seg i ro dagene jeg fikk kur, og det fulgte jeg. De mente de som gjorde det tålte behandlingen bedre enn andre! Føler med deg. Mvh Mette

[Sitér dette](#)

#3

05.03.2010, 10:56

**Lea**[Profil](#)

Kvalmen har vært det verste ved behandlingen, syns jeg også. Har hatt god hjelp av de medikamentene dere nevner, og hadde ikke klart meg uten. Man mister jo helt livslysten når man er på det kvalmeste. Problemer med smerter etter cellegift som du nevner Line, har ikke jeg opplevd. Det ville jeg tatt opp med legen. Kan hende det er naturlig, men du kan sikkert få råd om smertestillende. Lykke til!

Blogg [Les mer](#)[Min blogg](#)[Fulgte blogger](#)[Alle blogger](#)[Søk](#)[Blogg](#)[Retningslinjer](#)**Metteflettes blogg**[Følg bloggen](#)[Vis profil](#)

Antall innlegg vist (1)

[Utskriftsvennlig](#)

fredag - 5. mars 2010

Da er jeg også blitt blogger.. :)

Hvem er jeg?

Jeg er 44 år søring som er bosatt i Finnmark, gift, 3 barn, sykepleier av yrke..... og så har jeg brystkreft - derfor er jeg jo her. Jeg fikk diagnosen sommeren 09, og da gikk det slag i slag med operasjon, strålebehandling og cellegiftbehandling. Det har gått noenlunde greit. (kan man i hvertfall si etterpå).

Nå er jeg i gang med antihormonbehandling --- og det er noe herk spør du meg! Hetetokterne merker jeg så det rekker. Men det verste er de smertefulle leddene. Og at det ikke er noen hjelp å få. "Slik er det med disse tablettene men det er vel bedre enn å få kreften tilbake?" Sier fastlegen og trekker nærmest på skuldrene. Selvsagt, mye skal tåles for ikke å få kreften tilbake! Men man skal faktisk leve med dette i hele 5 år. Det føles av og til uutholdelig. Men det skal/må gå...

Ja ja, det var dagens (itt minusdag i dag). Tenkte jeg skulle bruke bloggen min til å skrive av meg litt

**Arkiv**[Alle \(1\)](#)[2010 \(1\)](#)[mars \(1\)](#)**Brukere som følger denne bloggen**

Linus

Personlig kommunikasjon med helsepersonell [Les mer](#)

Mottatte (1 uleste)

Skriv ny

Sendte

Kladd (1)

Søk

Skriv melding

Fra **Kari Nordmann**Til **Post A3**Emne **Magesmerter**

Innhold

Den siste uka har jeg hatt mye vondt i magen. Jeg startet jo med en ny tablett sist jeg var inne til kontroll. Kan det være bivirkning av denne? Det er verst når jeg ikke har spist på en stund.

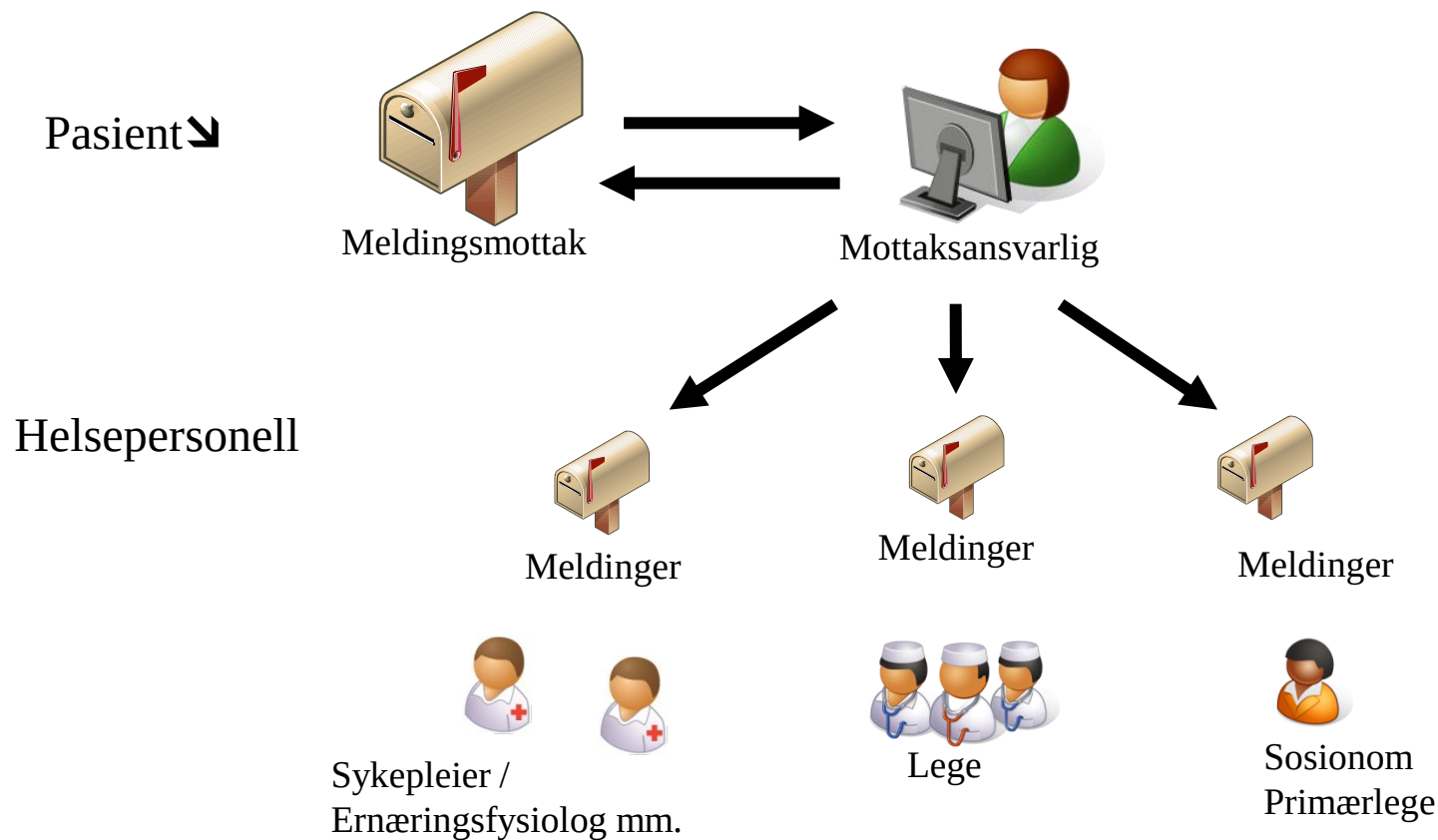
Meldingen sendes til sykepleier i meldingsmottaket.

Du vil få svar innen 2 virkedager. Dersom det tar lenger tid å gi deg et fullgodt svar, vil du få beskjed.

Meldingen ble autolagret: **Tue, 2 Feb 2010 14:44:31 UTC**

[Slett](#) [Lagre som kladd](#)[Send](#)

Samhandlingssystem for meldinger



Studieresultater WebChoice RCT

325 pasienter med bryst- og prostatakreft rekruttert fra hele landet

Intervensjonsgruppen:

- Signifikant mindre symptomer
- Minsket depresjon
- Opprettholdt livskvalitet og mestring, mens kontrollgruppen ble verre

Resultater forts.

- Pasienter benyttet kommunikasjon med sykepleier til å få svar på ubesvarte spørsmål og bekymringer i forhold til symptomer og **tilbakefall** (Grimsbø et al, Cancer nursing 2011, Andersen & Ruland, Stud Health Technol Inform 2009)



Mål

Utvikle, implementere og teste en Spørsmål- og Sværtjeneste for meldingsutveksling mellom pasienter og helsepersonell (mail i et sikkert system) som en del av klinisk praksis, hvor pasientene kan stille spørsmål til sykepleier, lege, sosionom og Helseøkonomiforvaltningen (HELFO)

- Kartlegge hva som skal til for vellykket implementering av elektroniske verktøyer i klinisk praksis
- Kartlegge omfang av bruk

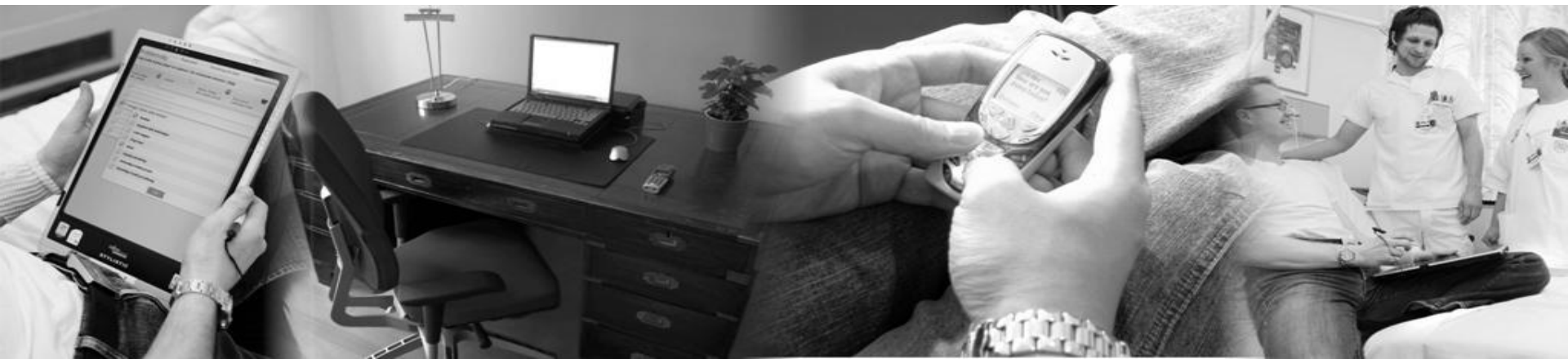


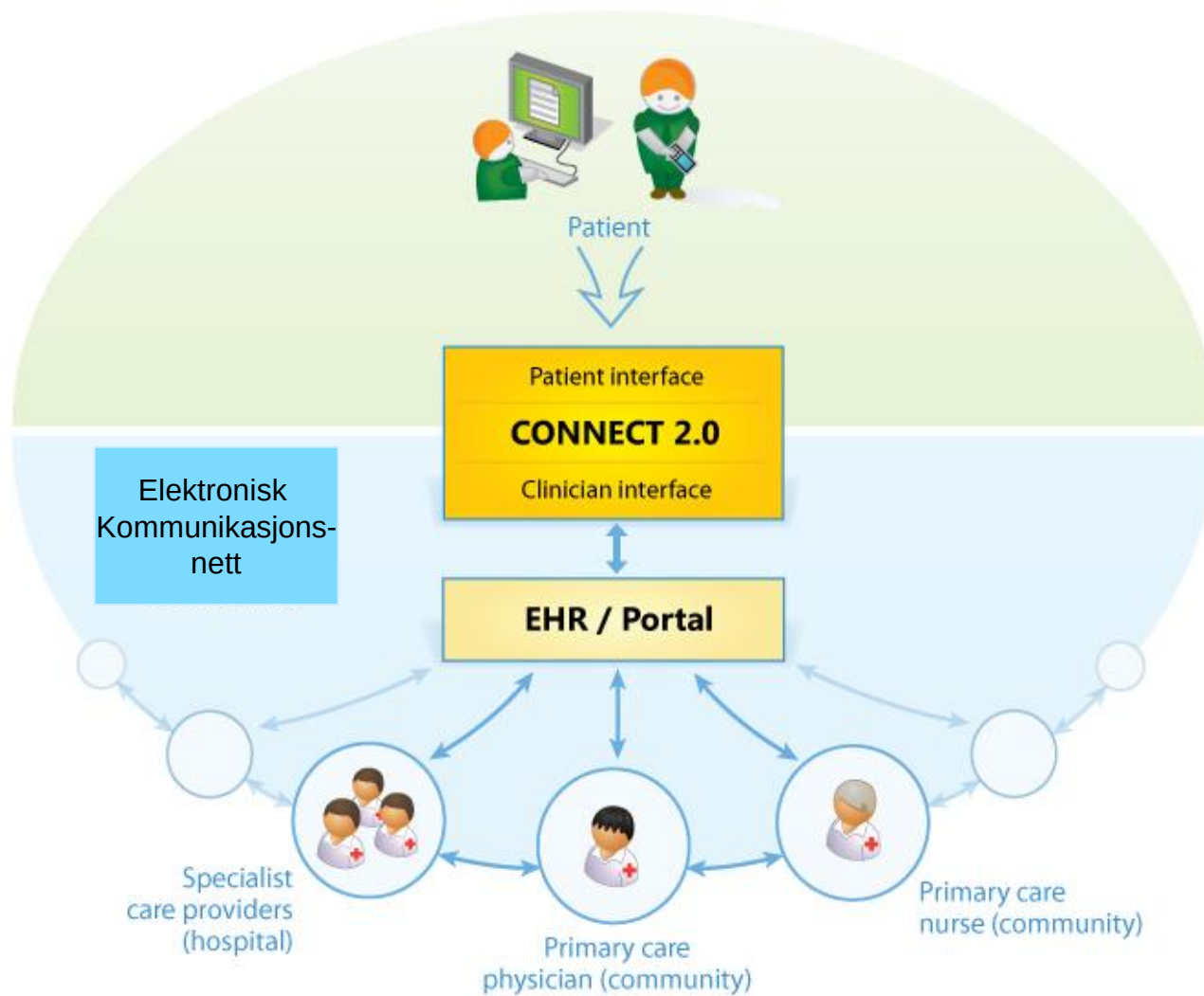
Foreløpige resultater SoS

- 24 av 96 pasienter (25 %) benyttet seg av tjenesten (range 20-27%)
- De 25 % sendte i snitt 4.5 meldinger hver (range 1-13)
- Intervjuer med helsepersonell om hvordan det var å innføre og bruke systemet.
- Intervjuer med pasienter som brukte og ikke bruke systemet
- Studie pågår hvor pasienter med diabetes inkluderes for å se om bruk er annerledes ved kronisk sykdom

Connect: integrasjon av verktøyene i en samhandlingsløsning

- Uansett når og hvor pasienter trenger det kan de legge inn sine data, kommunisere med helsepersonell og få informasjon og støtte
- Pasienten som knutepunkt for kommunikasjon og informasjonsutveksling mellom ulike tjenester





Connect Mobile

Tilgang hvor som helst, når som helst



Connect - Plattform for andre brukergupper

The screenshot displays the 'Sisom Foreldre' Connect platform interface. At the top left is the 'Sisom Foreldre' logo. A navigation bar contains links for 'Forside', 'Kartlegging', 'Meldinger', 'Forum', 'Dagbok', and 'Blogg'. The user 'Pernille Persdatter' is logged in, with links for 'Min profil' and 'Logg ut'. A welcome message reads 'Velkommen Pernille Persdatter (Pernille)'. Below this are tabs for 'Oversikt' and 'Aktivitetskalender'. The main content area features six cards: 'Kartlegging' (with a boat icon), 'Meldinger' (with an envelope icon), 'Forum' (with speech bubble icons), 'Dagbok' (with a notebook icon), 'Blogg' (with a notepad icon), and 'Aktuelt i SISOM Foreldre' (with a ship icon). Each card includes a brief description and a 'Les mer' link. The 'Aktuelt i SISOM Foreldre' section shows a message: 'Det er ikke utført noen kartlegginger'. The footer includes the 'Oslo universitetssykehus' logo and copyright information for the 'Senter for pasientmedvirkning og sykepleieforskning (SPS)'.

Sisom Foreldre

[Forside](#) [Kartlegging](#) [Meldinger](#) [Forum](#) [Dagbok](#) [Blogg](#)

Pernille Persdatter
[Min profil](#) | [Logg ut](#)

Velkommen **Pernille Persdatter (Pernille)**

[Oversikt](#) [Aktivitetskalender](#)



Kartlegging

Barnet forteller hva som er vanskelig eller plagsomt

[Les mer](#)



Meldinger

Kommunikasjon mellom deg og helsepersonell

[Les mer](#)



Forum

Diskusjoner med andre i samme situasjon som deg

[Les mer](#)



Dagbok

Notater og påminnelser for privat bruk

[Les mer](#)



Blogg

Foreldre blogger

[Les mer](#)

Aktuelt i SISOM Foreldre

Det er ikke utført noen kartlegginger

Siste blogginnlegg



 Copyright Senter for pasientmedvirkning og sykepleieforskning (SPS) | [Kontaktinformasjon](#) | [Gi tilbakemelding](#)



Verktøyene

- Klart dokumentert nytte
- Underbygget med solid forskning i mange år
- Utviklet i samarbeid med brukerne
- Krever ingen avanserte brukere
- Fungerer i praksis

Takk for oppmerksomheten!

Kontakt:

Per Tømmer

Per.tommer@rr-research.no

Cornelia Ruland (Forskningssjef)

cornelia.ruland@rr-research.no

www.CommuniCaretools.org

