

Værktøjskasse giver hjertepatienter bedre genoptræning

Hvert år bliver 86.000 danskere indlagt med hjerte- og kredsløbslidelser. Alle er vist enige i, at genoptræning er et vigtigt element i bestræbelserne på at komme til hæfterne efter en operation og kan være med til at forhindre genindlæggelser. Men hvor mange af de 86.000 tror du deltager i henholdsvis et fuldt og et delvist genoptræningsforløb?

A) hhv. 3 og 30 procent? B) hhv. 20 og 60 procent? C) hhv. 65 og 97 procent?

Det nedslående svar er desværre A, men det skal der gøres noget ved, og det skal erfaringer og resultater fra projektet Teledi@log hjælpe med til. Projektets formål er at udvikle et telerehabiliteringsprogram og -teknologier, der kan gøre det muligt at tilbyde alle hjertepatienter en individuel, differentieret og koordineret telerehabilitering på tværs af sektorer. Forskningsleder og lektor Birthe Dinesen fra Aalborg Universitets Laboratorium for Telehealth & Telerehabilitering er sammen med den øvrige forskningsgruppe klar til at præsentere resultater på projektets afslutningskonference torsdag d. 25. september ([invitation](#)).

- Vi vil udstyre patienterne med en digital værktøjskasse, der kan hjælpe dem med genoptræning efter operation. Værktøjsskassen består blandt andet af en tværfaglig journal, som vi har testet i projektet, og som både patient, sygehus, sundhedscentre og praktiserende læge kan kigge og skrive i. På den måde bliver det lettere at koordinere og følge patientens fremskridt. Det har vist sig at skabe mere tryghed for patienten og gøre genoptræningen lettere, da patienten eksempelvis ikke behøver at køre langt for at komme til genoptræning på eksempelvis sygehuset, men måske kan klare det på det lokale sundhedshus, og det er jeg overbevist om vil få flere til at følge en genoptræningsplan, siger Birthe Dinesen.

En tværfaglig journal lyder som noget logisk og indlysende at have, men det er faktisk en sjældenhed, for i dag har sundhedscentre, sygehuse og praktiserende læger hver deres. Patienterne kan via den udleverede tablet fra eget hjem også et par gange om ugen selv måle vægt, puls og blodtryk, som overføres elektronisk til journalen, så både patient og sundhedspersonale kan følge udviklingen uden at patienten behøver at forlade hjemmet.

- Og målingerne har samtidig den fordel, at sundhedspersonalet via tallene ofte vil kunne forudse, hvis patienten risikerer yderligere sygdom. Det gør, at personalet kan handle proaktivt og på den måde i mange tilfælde forhindre yderligere indlæggelse. På den måde kan patienten slippe for tilbagefald, og det er naturligvis også godt for samfundsøkonomien med færre indlæggelser, siger Birthe Dinesen.

Ofte sidder hjemsendte patienter tilbage med en række spørgsmål og usikkerhed om eget helbred.

- I den digitale værktøjskasse er også 80 videoklip, hvor hjertepatienter fortæller om deres erfaringer med eksempelvis smerter efter en hjerteoperation, om hvordan sexlivet genoptages, og om hvordan man lægger kosten om og meget mere. Ingen ved bedre end patienterne, hvilke tanker man går med efter en operation, og derfor er det rigtig godt, at patienter på denne måde kan vejlede andre patienter. Og via tabletten kan patienterne også finde al den information, som man tidligere fik på en forfærdelig masse papirer fra sygehus, læge og sundhedscenter, og som ofte gjorde det helt uoverskueligt for patienterne. Med den tværgående journal, patient-til-patient-videoerne og ikke mindst den løbende indrapportering af patienternes data, er jeg overbevist om, at mange flere fremover vil følge et genoptræningsprogram. Til glæde for samfundet, og ikke mindst til glæde for patienter selv og deres pårørende, siger Birthe Dinesen.

Yderligere information/kontakt:

Forskningsleder Birthe Dinesen, Aalborg Universitet, bid@hst.aau.dk, mobil 20 51 59 44

[Projektets hjemmeside](#)