

## Instruktion af borgere

### Formål

Borgeren skal oplæres i at anvende udstyret til at tage målingerne: iltmætning, puls, blodtryk og vægt. Derudover skal borgeren oplæres i at anvende tablet, svare på de spørgsmål, der stilles via denne og instrueres i at gennemføre rejse-sætte-sig test.

Det er desuden vigtigt at påbegynde en dialog med borgeren om betydningen af målinger og spørgsmål.

Borgeren skal:

- Opnå viden om, hvorfor målingerne skal tages, og hvad de kan sige om hans/hendes sygdom
- Blive tryk ved at bruge udstyret og få en forståelse for "mønstre" i egne data
- Opnå forståelse af relevansen af målinger og stillede spørgsmål og sammenhængen mellem målingers værdier, velbefindende og livsførelse
- Gerne blive bevidst om muligheden for at tage en eventuel forværring i opløbet og få støtte til at sætte ind tidligere. Denne dialog er i fokus ved den opfølgende samtale

Målet er, at borger ved egen hjælp eller med hjælp fra pårørende kan anvende udstyret.

### Aktør

Sundhedsfagligt personale fra kommunen.

### Kompetencer

Instruktionen af borgeren løses af personale med sygeplejefaglige kompetencer. Der kan være undtagelser, hvis følgende kompetencer tilstede: Erfaring med KOL, oplært i og forståelse for telemedicin, erfaring med målinger og værdier. Skal kunne anvende viden om KOL og kende symptomer på forværring.

### Besøget og varighed

Besøget skal afholdes indenfor 15 hverdage fra henvisningen er modtaget. Det første besøg forventes at vare 45-90 min. ved individuel instruktion og ca. 2 timer ved instruktion i gruppe. Det er vigtigt at opfordre borgeren til at have pårørende med ved instruktionen. Det vurderes under instruktionen, om der er behov for ekstra hjælp, støtte, fra evt. pårørende eller ekstra besøg.

### Handling

Sundhedsfaglig medarbejder kontakter borgeren for at aftale hvornår udstyret leveres samt hvor og hvornår det første besøg mhp instruktion finder sted.

Inden borger besøges mhp oplæring anbefales at tjekke, at borger har modtaget sit TeleKit. Dette gøres enten ved at se, om Atea har sendt mail med kvittering for levering eller ved at ringe og spørge borger.

### Instruktion og oplæring i brug af udstyr og hvordan målinger tages

Ved gennemgangen vises medfølgende vejledning til tablet og ark med div. oplysninger udfyldes. Tablet, iltmåler, BT-apparat og vægt (hvis det ikke er borgers egen) gennemgås og demonstreres, samt udførelse af de forskellige spørgeskemaer inkl. rejse-sætte-sig test og hvordan resultater sendes. Derudover vises beskedfunktion og egne målinger. Info KOL gennemgås med brugervejledninger, træningsfilm og adgang til Lungeforeningen samt telefonnr. til TCN-support.

Adgangskoden skiftes. Koden skal bestå af mindst 8 cifre; tal og bogstaver fra a-z. Punkterne på menu siden gennemgås. Desuden drøftes, hvordan spørgsmålene skal besvares på tablet med opmærksomhed på fx hvad betyder "mere" i spørgsmålene om åndenød og hoste. Opmærksomhed på at instruere i brugen af spørgeskemaer til CAT<sup>1</sup> og MRC<sup>2</sup>.

Vær obs. på, om borgeren har en PEP-fløjte og/eller en selvbehandlingsplan og kender anvendelse heraf.

---

<sup>1</sup> CAT (COPD assessment test): Anvendes til at få et skøn over symptomer, aktiviteter og gener grundet KOL samt ændringer i disse over tid. Der er 8 spørgsmål hver med 6 svarmuligheder (0-5) og en samlet sum (0-40). [lungemedicin.dk](http://lungemedicin.dk), Vejledninger og Skemaer.

<sup>2</sup> MRC (Medical Research Council): Åndenødsskala (1-5 trins skala) til bedømmelse af graden af åndenød. [DSAM KOL-vejledning](http://DSAM.KOL-vejledning).

Borgeren afprøver selv måleapparater, eventuelt flere gange, og starter selv op med at svare på spørgsmål på tablet. Der informeres om, at målinger kan ses på tablet. Borgeren afprøver evt. rejse-sætte-sig testen. Borgeren gøres opmærksom på, at udstyr ikke må placeres i et fugtigt rum og vægten skal stå på et stabilt underlag.

Borgeren gøres opmærksom på, at udstyret er personligt. Der gøres opmærksom på, at udstyret gerne må medbringes f.eks. på længerevarende besøg eller ferie i sommerhus, så længe dette er i Danmark.

Borgeren opfordres til at medbringe tablet ved ambulant kontrol på hospitalet samt ved KOL-konsultation hos praktiserende læge ved. Lægen har også adgang til borgerens målinger via Sundhed.dk.

### Opmærksomhed i gennemgangen på

**Iltmætning:** Borgeren afprøver hvilken finger, der er bedst at måle på. Fingeren skal være varm. Hvis borgeren anvender ilt, måles der når borger har ilten på. Iltmåler påsættes så neglen vender nedad, da måling ellers kan være lavere. I display ses hvis der er dårligt signal eller finger ikke er langt nok inde i måler. Iltmætning skal måles to gange med nedtælling på 60 sekunder imellem hver måling for at opnå bedst mulige måling. Iltmåleren kan beholdes på mellem de to målinger. Batteriindikator og skift af batterier vises.

**Blodtryk:** Vær. obs. på om manchetter passer til borgeren. Ved mindste tvivl opmåles borgers overarm med medbragt målebånd, da måling kan være for høj/lav, hvis manchetter er for lille/stor. Hvis manchetter ikke passer, bestilles ny (løsdele i bestillingsportal). Der findes følgende manchetter:

- Lille: 16 - 24 cm.
- Standard: 22 - 32 cm. (er i TeleKit medmindre andet er bestilt)
- Stor: 31 - 45 cm.
- Special: 22 - 42 cm.

Det er vigtigt, at borgeren prøver at få manchetteren til at sidde korrekt uden hjælp fra medarbejderen. Der måles på samme arm hver gang. Når manchetteren er indstillet, kan den trækkes af og på som et ærme. Der kan måles udenpå tynd bluse/skjorte, dog vil manchetteren så evt. pumpe højere op.

Før måling af blodtryk skal borger være røgfri i ½ time og hvile i en stol i 5 min.

Ved oplæring af borger måles blodtryk på begge arme. Hvis der er difference på trykket afhængig af hvilken arm der måles på, måles fremover på armen med det højeste blodtryk, hvis dette er muligt for borger.

Obs. hvis der ved gentagne målinger er en sideforskel større end 10 mm Hg har borgeren øget cardio-pulm /stroke risiko og bør konfereres med læge mhp. profylakse, hvis denne sideforskel ikke er kendt.

**Vægt:** Borgers egen digitale badevægt anvendes, hvis borger har en sådan og kan indtaste sin vægt.

- Hvis borger ikke kan indtaste sin vægt, bestilles vægt med bluetooth (løsdele i bestillingsportal) OG vægtskema skal ændres til "Vægt KOL (automatisk overført)".
- Hvis borger kan indtaste sin vægt, men ikke har en digital badevægt bestilles vægt (løsdele i bestillingsportal). Hvis vægt skal stå på tykkere gulvtæppe, bestilles "fødder" (løsdele i bestillingsportal).

**Tablet:** Vigtigt at følge instruktionen på skærmen. Ved tryk på taster trykkes meget let med spidsen eller siden af fingeren. Øv med borgeren. Ved kolde fingre kan det være vanskeligt at aktivere tablet. Borgeren kan da anvende medfølgende tabletpen.

Vis "tænd og sluk" og informer borger om at lade tablet stå i "stand by". Vis hvordan batteriindikator ses. Gør opmærksom på det kan tage tid at lade tablet op og at den kan anvendes imens. Tablet vil, når den er tændt, automatisk modtage nye OTH (OpenTele) opdateringer.

### Information om hvornår og hvor ofte udstyr anvendes

Borgeren informeres om hvor ofte, der skal måles og svares på spørgsmål:

- KOL-spørgeskema og vægt: dagligt de første 14 dage. Herefter én til to gange om ugen.
- Rejse-sætte-sig-test: gerne dagligt de første 14 dage. Herefter én til to gange om ugen. Kan derudover anvendes så ofte det ønskes som træning.
- CAT og MRC: gerne to gange om ugen de første 14 dage. Herefter én gang om ugen.

Borgeren oplyses om, hvilke hverdage der skal måles, og at målingen normalt foretages i tidsrummet fra kl. 6 til kl. 11. Borgeren informeres om, at skema bliver fremhævet, den dag det skal udføres og tabletten afgiver en påmindelseslyd samt der kommer en notifikation på tablet, hvis den er tændt. Borgeren skal vælge menupunktet "Gennemfør måling", for at se hvilket spørgeskema, der er fremhævet.

### **Information om hvad målinger og spørgsmål betyder**

Der vurderes, hvor meget betydningen af målingerne og spørgsmålene skal berøres i denne instruktion. Der følges op herpå ved 3-4 ugers opfølgningssamtale.

### **Telefonisk kontakt til monitoreringsansvarlig**

Det aftales med borgeren, hvilket telefonnummer der kan benyttes til kontakt med kommunen/hospitalet i forbindelse med TeleCare Nord, og at borgeren kan ringe om følgende:

- Tvivl om målinger eller udførelse af målinger og spørgsmål i relation til udstyr.
- Kommunen/hospitalet vil derudover altid opdage, hvis der ikke kommer målinger ind, eventuelt på grund af defekt udstyr, og kontakte borgeren.

**Obs.** Det skal præciseres for borgeren, at ved akut behov for hjælp eller forværring i sygdom benyttes sædvanlig kontakt til sygeplejersken/hjemmeplejen eller læge/vagtlæge/112.

### **Telefonisk kontakt til TCN support**

Borger informeres om at TCN support kan kontaktes hvis udstyr ikke fungerer efter hensigten eller er gået i stykker. Vis borger at telefonnr. til TCN support er påsat bagsiden af tablet samt ses i Info KOL.

### **Samtykke**

Borgeren skal give mundtligt samtykke til dataudveksling mellem samarbejdspartnere.

### **Information om kommunens opfølgning**

Borgeren informeres om, at data tjekkes af sundhedsfagligt personale 1 eller 2 gange om ugen på aftalte hverdage (1-3 gange om ugen når hospitalet har ansvar for opfølgning). Borgeren kontaktes, hvis der er målinger, der tyder på, at borgerens sygdom er ved at udvikle sig i negativ retning. Desuden informeres om, at hvis målinger undlades eller ikke kommer ind som forventet, kontaktes borgeren. I opstartsperioden, hvor borgeren måler hver dag i 14 dage, ses data 2 gange om ugen på hverdage. Målingerne dagligt de første 14 dage har til formål, at borgeren lærer at måle, og at der skabes mulighed for at vurdere målingernes validitet.

Borgeren informeres om, at hvis der er f.eks. på grund af helligdage ikke ses på data på en aftalt opfølgningsdag, vil borgeren altid blive informeret om dette.

Borgeren informeres om, at praktiserende læge modtager besked fra kommunen om, at borgeren nu er opstartet samt at hospitalet også informeres, hvis hospitalet har ansvaret for opfølgning på data.

Inden afslutning af besøget aftales der tid for opfølgningssamtale 3-4 uger efter dette første besøg. Pårørende inddrages i 3-4 ugers opfølgningen i samråd med borgeren, hvis det findes relevant.

### **Information til samarbejdspartnere om opstart**

Kommunen orienterer praktiserende læge via korrespondance meddelelse.

Kommunen orienterer hospitalet via note i OTH, hvis hospitalet har ansvaret for opfølgning på data.