

## Instruktion af borger

### Formål

Borger oplæres i, ved egen hjælp eller med hjælp fra pårørende, at:

- Anvende udstyret til at måle blodsukker og evt. blodtryk og bevægelse.
- Anvende OpenTeleHealth på udleveret tablet eller egen tablet/smartphone.
- Kunne svare på de spørgsmål, der stilles via OTH app bl.a. i forhold til trivsel og søvn.

At påbegynde en dialog med borger om betydningen af målinger og spørgsmål så borger kan:

- Opnå viden om, hvorfor målingerne skal tages, og hvad de kan sige om dennes diabetes.
- Blive tryk ved at bruge udstyret, og få en forståelse for "mønstre" i egne data.
- Opnå forståelse for sammenhængen mellem målingernes værdier, velbefindende og livsførelse.

### Aktør

Sundhedsfagligt personale fra kommunen.

### Kompetencer

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

### Før besøget

Tjek før besøget hvor borger oplæres om borger har modtaget sit TeleKit:

- Har Atea har sendt en e-mail med kvittering for levering.
- Ret henvendelse direkte til borger.

### Besøget og varighed

- Tilstræb at besøget afholdes indenfor 20 hverdage, fra henvisning er modtaget
- Instruktionen forventes at vare 45-60 minutter.
- Det kan foreslås, at borger har pårørende med ved instruktionen.
- Vurder under instruktionen evt. behov for ekstra hjælp og støtte fx fra pårørende, eller et ekstra besøg af sundhedsfagligt personale fra kommunen.

### Instruktion og oplæring i brug af udstyr og udførelse af målinger

**Borger gøres opmærksom på at:**

- Udstyr må ikke placeres i et fugtigt rum
- Udstyr er personligt og gerne må medbringes på f.eks. besøg eller ferie, så længe det er i Danmark
- Tablet gerne må medbringes ved konsultation i almen praksis (kan også se målinger på Sundhed.dk)

**OTH Nord app på tablet / smartphone – informer om:**

- Adgangskoden skal skiftes og bestå af mindst 8 cifre; tal og bogstaver fra a-z
- Vigtigt at følge instruktionen på skærmen
- Ved tryk på taster trykkes let med spidsen eller siden af fingeren. Ved kolde fingre kan det være vanskeligt at aktivere tablet og medfølgende tabletpen kan da anvendes
- Når tablet / smartphone er tændt, modtages automatisk nye OpenTeleHealth (OTH) opdateringer

**Tablet fra TeleKit:**

- Vis vejledning til tablet.
- Vis "tænd og sluk" og hvordan batteriindikator ses.
- Obs. det kan tage tid at lade tablet op og den kan anvendes imens.

**Blodsukker – oplæring og instruktion:**



## Diabetes TeleCare Nord

- Oplær borger i at måle blodsukker ved at følge vejledning, som er på [www.telecarenord.dk](http://www.telecarenord.dk)
- Instruer borger i, at blodsukker skal måles som anført i måleplan først mhp. blodsukkerprofil og dernæst i forbindelse med måltid
- Vis borger hvordan data overføres til OTH. Understreg at blodsukkerapparatet gemmer og overfører alle målinger. Det er derfor vigtigt, at apparatet ikke anvendes af andre end af borger
- Ved måltidsbaseret måling skal borger enten sende besked med billede af sin mad eller udfylde dagbog. Vis hvordan begge dele fungerer:
  - Tag et billede gerne af noget mad og indsend som besked i OTH
  - Mad- og drikkedagbogen skal støtte borgers hukommelse. Den skal ikke deles, men bruges som afsæt for dialog

### Søvn og trivsel:

- Vejled borger i at udfylde skemaet
- Spørgeskemaet besvares som anført i måleplan via OTH og bruges som afsæt for dialog.

### Evt. blodtryk – oplæring og instruktion:

- Vær. obs. på om manchet passer. Ved tvivl opmåles borgers overarm mhp anden manchet
- Lad borger prøve at få manchetten til at sidde korrekt uden hjælp fra sundhedsfagligt personale
- Vis at når manchetten er indstillet, kan den trækkes af og på som et ærme
- Sig det er bedst at placere manchetten på en bar arm. Et oprullet ærme kan stramme og give forkert måling
- Ved oplæring 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
- Før måling skal borger være røgfri i 30 minutter
- Borger skal hvile i en stol i 5 min. inden måling, og 2 min. mellem hver måling. Der er nedtælling i OTH som sikrer dette. Det tager derfor ca. 12 minutter at gennemføre blodtryksmåling
- Blodtryk måles som hjemmeblodtryksmåling (tre målinger morgen og aften, tre dage i træk). Måling før morgen- og aftensmad.

### Evt. bevægelse:

- Oplær borger i at bruge aktivetsuret ved at følge vejledning, som er på [www.telecarenord.dk](http://www.telecarenord.dk)
- Vis borger hvordan data overføres til OTH. Understreg at aktivetsuret maks. kan indeholde data for syv dage, hvorefter data slettes
- Sig borger helst skal gå med aktivetsuret altid (på nær om natten for at undgå/mindske irritation)
- Ved anden bevægelse skal borger enten indsende spørgeskema eller udfylde dagbog. Vis hvordan begge dele fungerer:
  - Åbn spørgeskemaet om "hverdagsbevægelse og træning" i OTH, udfyld og indsend data
  - I bevægelsesdagbog vælger borger selv detaljeringsgrad f.eks. afkrydsning, angivelse af konkrete aktiviteter og / eller varighed. Dagbog skal støtte borgers hukommelse. Ikke deles men bruges som afsæt for dialog

### Borger afprøver selv måleapparaterne, evt. flere gange, og prøver at tilgå spørgeskemaer i OTH:

- Vis hvor målinger ses i OTH.
- Instruer i at anvende beskedfunktionen til at sende og læse beskeder.
- Sig at der kan sendes en besked, hvis der er ting borger gerne vil uddybe i sine svar eller indsendte oplysninger.

### Information om hvornår og hvor ofte udstyr anvendes

Borgers måleplan udleveres og gennemgås. Den viser, hvad der måles og på hvilke dage.



## Diabetes TeleCare Nord

Borger oplyses om, at data skal indsendes om torsdagen i tidsrummet fra kl. 5 til kl. 11. Borger informeres om, at skema bliver fremhævet, den dag det skal udføres og tablet/smartphone afgiver en påmindelseslyd, og der kommer en notifikation, hvis den er tændt. Borger skal logge ind i OTH appen og vælge menupunktet "Gennemfør måling", for at se hvilket spørgeskema, der er fremhævet.

Oplys borger om, at ugen før måleplan starter, er en "oplæringsuge", hvor borger må indsende målinger mm efter behov mhp at lære at bruge udstyret.

### 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 i efterfølgende dialog med borger.

### Borgers kontakt til monitoreringsansvarlig

I pjecen, der ligger i telekittet, angives kontaktoplysninger til sygeplejerske, der kan anvendes ved behov.

- Aftale evt. med borger om den mundtlige kontakt primært er via telefon eller video (hvis kommunen anvender video).

**Obs.** Det skal præciseres for borger, at ved akut behov for hjælp eller forværring i sygdom benyttes sædvanlig kontakt til sygeplejersken / hjemmeplejen eller egen læge / vagtlæge / 112. Diabetes Hotline kan også anvendes til henvendelser, som ikke kan vente til næste dag – telefonnr. dertil ses på [www.telecarenord.dk](http://www.telecarenord.dk).

### Information til borger om support

- Borger kan kontakte TCN-support, hvis udstyr ikke fungerer efter hensigten, eller er gået i stykker.
- Vis borger at telefonnr. til TCN-support er påsat bagsiden af tablet og ses på [www.telecarenord.dk](http://www.telecarenord.dk).

### Information til borger rettet på kommunens opfølgning

Borger informeres mundtligt og evt. skriftligt fx via beskedfunktion i OTH om:

- At data ses om torsdagen af sundhedsfagligt personale
- At der er telefonisk opfølgning på data hver anden uge i de første seks uger. Derefter efter behov.
- Skift i måleplanen.
- At kommunen ser og kontakter borger, hvis der ikke kommer målinger ind.
- Hvis data ikke ses på en aftalt opfølgningsdag, f.eks. på grund af helligdage
- At almen praksis modtager besked fra kommunen om, at borger er opstartet

Inden afslutning af instruktionen aftales tid for næste samtale / dialog. Pårørende inddrages i samråd med borger, hvis det findes relevant.

### Samtykke og forskning

Borger skal give skriftligt samtykke til dataudveksling mellem samarbejdspartnere, og til deltagelse i forskningsprojektet. Derudover skal borger udfylde spørgeskemaer i relation til forskningsprojektet, som en del af opstarten. Det tager cirka 15 minutter at besvare spørgeskemaerne.

### Information til samarbejdspartnere om opstart

Kommunen orienterer almen praksis om opstart i det telemedicinske forløb via korrespondancemeddelelse.