



Opfølgning på data i kommuner

Formål

- At sikre at borgers monitoreringsplan og kommunens opfølgning på borgers data udføres som aftalt.
- At tydeliggøre opgaven rettet på grænseværdier, vurdering og evt. intervention.

Instruksen indeholder information om alle de målinger og spørgeskemaer, som er inkluderet i diabetesprojektet. Rebild og Morsø Kommune, som deltager i spor 2, kan se bort fra de målinger og spørgeskemaer, som ikke er en del af dette spor.

Aktør

Sundhedsfagligt personale fra kommunen.

Kompetencer

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.

Data

Data udløser farvekoder i Open Tele Health (OTH) svarende til vigtighed. Følgende data indgår i forløbet:

- **Spor 1 – Hjørring og Jammerbugt:** Blodsukker, blodtryk, bevægelse, spørgeskema om trivsel og søvn samt supplerende spørgsmål ift. symptomer på højt blodsukker. Derudover kan borger have indsendt billeder af sin mad samt udfyldt spørgeskemaet om hverdagsbevægelse og træning i OTH.
- **Spor 2 – Rebild og Morsø:** Blodsukker, spørgeskema om trivsel og søvn samt supplerende spørgsmål ift. symptomer på højt blodsukker.

Farvekoder

Borgerne er listet på Overblik i OTH i prioriteret rækkefølge ud fra farvekoder og vigtigheden heraf. Farvekoderne har følgende betydning:

| | |
|------|--|
| Rød | Alarm overskredet ved én eller flere værdier |
| Gul | Én eller flere værdier skal observeres |
| Blå | Spørgeskema er ikke besvaret til tiden |
| Grøn | Ingen alarmer overskredne. Obs. kan også være hvis der ikke er indsat en alarm |

Rækkefølgen er ud fra farvekoder og afhænger ikke af mængden af data, eller hvornår disse er fra. Det gør, at der kan være fx en rød eller gul farvekode og ”derunder” nyere grønne data.

Sygeplejersken ser data

- Målinger foretages torsdag inden kl. 11. Tidspunktet ændres, hvis et andet tidspunkt passer bedre i forhold til den enkelte borger
- Når planlagte målinger udføres inden kl. 11, ses data samme dag, hvis dette er en hverdag – ellers førstkommande hverdag
- Hvis målinger er planlagt til eftermiddag/aften, ses data førstkommande hverdag
- Ved ferie eller helligdage **skal borger være informeret**, hvis data ikke ses på aftalte opfølgingsdage. Ved sammenfald af helligdag og opfølgingsdag følges op på data på førstkommande normale opfølgingsdag.

Målehyppighed og kvaliteten af målingerne

Borger indsender data hver torsdag som beskrevet i måleplanen.



Diabetes TeleCare Nord

- De første 14 dage vurderes om målingerne er valide. Ligger målingerne jævnt eller er den enkelte værdi meget springende. Ved springende værdier uden kendt årsag, kontaktes borger med henblik på at afklare årsagen og ved behov optimere målemetoden.
- Efter de første 14 dage, hvis kvaliteten af målinger vurderes til ikke at være valide, tages der stilling til om kvaliteten af målingerne kan øges, f.eks. ved at borger får hjælp til målingerne af pårørende eller anden person i hjemmet.

Hjørring og Jammerbugt: Når borger har indsendt blodtryksmålinger tre dage i træk, som anført i måleplan, tilrettes monitoreringsplan så spørgeskemaet "Blodtryksmåling 3 dage i træk" ændres til "Ikke skemalagt".

Grænseværdier, foruddefinerede og handlinger rettet herpå

I tabeller ses grænseværdier i det telemedicinske tilbud samt handlinger rettet herpå.

| BLODSUKKERMÅLING | |
|------------------|---|
| Grænseværdier | Rød = For lavt: ≤ 3 mmol/L |
| | Gul = Let for lav: 3,1 – 3,9 mmol/L |
| | Grøn = Normalområde: 4-10 mmol/L |
| | Gul = Let forhøjet: 10,1-14,9 mmol/L |
| | Rød = Forhøjet: ≥ 15 mmol/L |

| SYMPTOMER PÅ HØJT BLODSUKKER | |
|------------------------------|--|
| Grænseværdier | Rød = Hvis der svares "Ja" eller "Ved ikke" til at have mærket symptomer på højt blodsukker |
| | Grøn = Hvis der svares "Nej" til at have mærket symptomer på højt blodsukker |

| BLODTRYKSMÅLING | |
|------------------------|---|
| Grænseværdier | Grøn = Normalområde: $\leq 139/89$ |
| | Gul = Let forhøjet: 140/90 – 174/104 |
| | Rød = Forhøjet $\geq 175/105$ Note: Den røde kategori svarer til grad 3 hypertension (svær hypertension). |
| Grænseværdier for puls | Rød = For lav ≤ 45 slag i minuttet Rød = For høj ≥ 100 slag i minuttet |

Vedr. blodtryksmåling: Der er tale om hjemmeblodtryksmåling. Blodtrykket skal måles morgen og aften med tre gentagelser i tre dage i træk. For at vurdere hvordan målingerne er i forhold til grænseværdierne skal der udregnes et gennemsnit for henholdsvis systolisk og diastolisk blodtryk. Dette gøres ved, at alle systoliske værdier for dag 2 og 3 lægges sammen og summen divideres med antal målinger (forventeligt 12), og tilsvarende for de diastoliske værdier. Det er disse to gennemsnit, der vurderes op imod de angivne grænseværdier.

| MÅLING AF SKRIDT | |
|------------------|---|
| Grænseværdier | Individuel grænseværdi sættes ved første borgerdialog. Antal skridt over 0 giver en rød farve som påmindelse om at indstille denne individuelt. |



Diabetes TeleCare Nord

| | |
|--|--|
| | <p>Der udregnes et gennemsnit for daglige antal skridt frem til den dag, hvor der er dialog med sygeplejerske. Herefter sætter sygeplejerske en grænseværdi svarende til gennemsnitlig antal skridt + 2000. Herefter gælder følgende grænseværdier:</p> <p>Gul = mindre end "gennemsnit + 2000" skridt</p> <p>Grøn = mere end "gennemsnit + 2000" skridt</p> |
|--|--|

| MÅLING AF TRIVSEL | |
|-----------------------------|--|
| Grænseværdier WHO5 | Grøn = Score over 50. Borger ligger inden for gennemsnittet for resten af befolkningen. |
| | Gul = Score 36-50. Borger ligger lavere end gennemsnittet for resten af befolkningen. Resultatet tyder på, at borger nok ikke har det helt godt. Vær opmærksom på, om der sker bedring eller forværring hos borger. |
| | Rød = Score 0-35. Borger ligger væsentligt lavere end gennemsnittet for resten af befolkningen. Resultatet tyder på, at borger ikke er på toppen, og der kan være en reel risiko for, at borger lider af depression eller langvarig stress. |
| Grænseværdier PRO-spørgsmål | Grøn = Hvis der svares "Aldrig", "Sjældent" eller "Af og til" på, hvor ofte borgers diabetes fylder for meget i hverdagen |
| | Gul = Hvis der svares "Ofte" på, hvor ofte borgers diabetes fylder for meget i hverdagen |
| | Rød = Hvis der svares "Hele tiden" på, hvor ofte borgers diabetes fylder for meget i hverdagen |

Besvarelse af de enkelte spørgsmål i WHO giver en talværdi, som fremgår af nedenstående.

| I de sidste to uger... | Hele tiden | Det meste af tiden | Lidt mere end halvdelen af tiden | Lidt mindre end halvdelen af tiden | Lidt af tiden | På intet tidspunkt |
|---|------------|--------------------|----------------------------------|------------------------------------|---------------|--------------------|
| ... har jeg været glad og i godt humør | 20 | 16 | 12 | 8 | 4 | 0 |
| ... har jeg følt mig rolig og afslappet | 20 | 16 | 12 | 8 | 4 | 0 |
| ... har jeg følt mig aktiv og energisk | 20 | 16 | 12 | 8 | 4 | 0 |
| ... er jeg vågnet frisk og udhvilet | 20 | 16 | 12 | 8 | 4 | 0 |
| ... har min dagligdag været fyldt med ting der interesserer mig | 20 | 16 | 12 | 8 | 4 | 0 |

| MÅLING AF SØVN | |
|-----------------------------|---|
| Grænseværdier PRO-spørgsmål | Grøn = Hvis der svares "Meget god", "Forholdsvis god" eller "Hverken god eller dårlig" på spørgsmål omkring søvnkvaliteten. |
| | Grøn = Hvis der svares "Flere gange om året" eller "Aldrig" på spørgsmålene om urolig søvn, svært ved at falde i søvn, vågner tidligt, vågner om natten |
| | Gul = Hvis der svares "Forholdsvis dårlig" på spørgsmål omkring søvnkvaliteten. |
| | Gul = Hvis der svares "Flere gange om ugen (2-4 gange om ugen)" eller "Flere gange om måneden" på spørgsmålene om urolig søvn, svært ved at falde i søvn, vågner tidligt, vågner om natten |



Rød = Hvis der svares "Meget dårlig" på spørgsmål omkring søvnkvaliteten.

Rød = Hvis der svares "Hver nat eller næsten hver nat (5 eller flere gange om ugen)" på spørgsmålene om urolig søvn, svært ved at falde i søvn, vågner tidligt, vågner om natten

Løbende opgaver i hele perioden

De indkomne målinger og svar på spørgsmål indeholder farvekoderne gul og rød samt grøn, som indikerer borgers tilstand og mulige interventioner.

Grøn farvekode

Ingen grænseværdier er overskredet. Det vurderes løbende, om værdier er stabile eller bevæger sig i negativ retning. Vær obs. på, at hvis der ikke er indsat en alarm bliver en måling grøn uanset, hvordan målingen er.

Gul farvekode

Én/flere indkomne værdier for målinger eller svar på spørgeskemaer er uden for normalområdet, og skal observeres. Sundhedsfagligt personale fra kommunen går i dialog med borger med henblik på at opnå læring og handlekompetence.

Desuden bør følgende overvejes:

- Vurder om der er nyere målinger i normalområdet eller borgers tilstand er ved at stabilisere sig.
- Opfordre borger til at gentage måling, hvis målingen vurderes mindre egnet.
- Dialog med borger med henblik på vurdering af dennes tilstand.

Rød farvekode

Én eller flere indkomne værdier for målinger eller svar på spørgeskemaer er både uden for normalområdet og observationsområdet. Sundhedsfagligt personale fra kommunen går i dialog med borger med henblik på at opnå læring og handlekompetence. Derudover overvejes behov for en sundhedsfaglig intervention¹. Her gælder følgende for de konkrete målinger:

- **Blodsukker:** Ved flere målinger over 15 mmol/L og symptomer på højt blodsukker kontaktes almen praksis
- **Blodtryk:** Ved gennemsnit af hjemmeblodtryk $\geq 175/105$ kontaktes almen praksis (se forrige afsnit vedr. udregning af gennemsnit)
- **Trivsel:** Sygeplejerske vurderer, om der er behov for en sundhedsfaglig intervention. F.eks. i form af sparring med almen praksis, eller ved at borger selv opsøger almen praksis.
- **Søvn:** Sygeplejerske vurderer, om der er behov for en sundhedsfaglig intervention. F.eks. i form af sparring med almen praksis, eller ved at borger selv opsøger almen praksis.

Vurder om borger selv kan kontakte almen praksis. Det er førstevalget, og der opfordres hertil.

Desuden bør følgende overvejes:

- Vurder om der er nyere målinger i normalområdet eller borger tilstand er ved at stabilisere sig.
- Opfordre borger for at gentage måling, hvis målingen giver anledning til undren hos borger eller sygeplejerske.
- Dialog med borger med henblik på vurdering af dennes tilstand.

Blå farvekode

Der er målinger og/eller spørgeskema, der ikke er besvaret som defineret i monitoreringsplanen:

- Tjek om monitoreringsplanen svarer til det, der er aftalt med borger.
- Tjek hvad borger ikke har besvaret til tiden. Hvis der er nyere besvarelse, fjernes blå farvekode.
- Tjek om der er en besked fra borger mhp årsag. Hvis dette er tilfældet, handles herpå.
- Hvis der ikke findes forklaring på manglende data, kontaktes borger med henblik på at fastlægge årsagen og sikre en løsning heraf.

¹ Intervention: Handling der har til formål at ændre en tilstand eller hindre en igangværende udvikling. Kilde: Begrebsdatabase, Nationale Begrebsarbejde for Sundhedsvæsenet (NBS).



Diabetes TeleCare Nord

Blå farvekode bør være en undtagelse. Husk at fjerne blå farvekode, når årsagen er afklaret, og der er ageret herpå. Se også afsnit herunder om manglende målinger.

Manglende målinger

Ved borger, der har svært ved at huske, kan opfordres til, at lade tablet stå tændt med lyden skruet op, så påmindelseslyden kommer.

Vær opmærksom på om årsagen er, at borger ikke selv kan anvende måleudstyr og/eller indsende data. I så fald afklares muligheden for hjælp hertil.

Ved borger, der konsekvent glemmer at indsende målinger og/eller besvare spørgeskemaer eller af anden grund har svært ved at gennemføre projektet kontaktes projektleder mhp videre forløb.

Kommunen orienterer almen praksis

Almen praksis orienteres under samtykke fra borger via korrespondancemeddelelse når:

- Borger er opfordret til at gå til lægen. Der orienteres om årsag og relevante observationer.
- Der igangsættes tiltag fx rygestop eller ernæringsintervention.

Ændringer i OTH og spørgeskemaer

Der orienteres om ændringer i OTH og spørgeskemaer via mail til sundhedsfagligt personale i kommunen. Hvis ændringen påvirker opgaver og arbejdsgange, opdateres TeleCare Nord instrukser. Når der abonneres på siden med instrukser på www.telecarenord.dk modtages mail, når der er nyt.

Opdateringer af den OTH-app, borger har på tablet, sker via mobil styring (MDM) af tablet.