

Instruktion af borgere

Formål

Borger skal oplæres i at anvende udstyret til at tage målingerne: iltmætning, puls, blodtryk og vægt. Derudover skal borger oplæres i at anvende en skærm, 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 borger om betydningen af målinger og spørgsmål. Borger 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 borger løses af personale med sygeplejefaglige kompetencer. Der kan være undtagelser, hvis følgende kompetencer er til stede: 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. 1-2 timer ved instruktion i gruppe. Det er vigtigt at opfordre borger 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 borger for at aftale hvornår udstyret leveres samt hvor og hvornår det første besøg mhp. instruktion finder sted. Obs. om borger har MitID.

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 skærm og ark med div. oplysninger udfyldes. Skærm, iltmåler, BT-apparat og vægt (hvis det ikke er borgers egen) gennemgås og demonstreres. Borger skal logge på med MitID og kan dernæst oprette en PIN-kode med 4 cifre. Punkterne på menu-siden gennemgås samt udførelse af de forskellige spørgeskemaer inkl. rejse-sætte-sig test og hvordan resultater sendes samt at der kan indsættes en kommentar til en måling. Desuden drøftes, hvordan spørgsmålene skal besvares samt på at instruere i brugen af spørgeskemaer til CAT¹ og MRC². Beskedfunktion vises. Lad borger sende en besked. Sig at når borger får ny besked kommer en NemSMS, hvis borger er tilmeldt dette. Fortæl der er video og hvornår video anvendes fx til opfølgende samtale. Sig at borger på Sundhed.dk kan se en log med de sundhedsfaglige, der har "set på borger". Info KOL gennemgås med brugervejledninger, træningsfilm og adgang til Lungeforeningen.

¹ 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, Vejledninger og Skemaer.

² MRC (Medical Research Council): Andenødsskala (1-5 trins skala) til bedømmelse af graden af åndenød. [DSAM KOL-vejledning](#).

Vær obs. på, om borger har en PEP-fløjte og/eller en selvbehandlingsplan og kender anvendelse heraf. Borger afprøver selv måleapparater, eventuelt flere gange, og starter selv op med at svare på spørgsmål på skærmen. Der informeres om, at målinger kan ses ved Resultater. Borger afprøver evt. rejse-sætte-sig testen. Borger gøres opmærksom på, at udstyr ikke må placeres i et fugtigt rum og vægten skal stå på et stabilt underlag. Borger gøres opmærksom på, at udstyret er personligt. Derudover at telekittet er personligt og gerne må medbringes f.eks. på længerevarende besøg eller ferie i Danmark.

Borger opfordres til at medbringe sin skærm ved ambulant kontrol på hospitalet samt ved KOL-konsultation hos almen praksis ved. Lægen og borger selv vil ultimo 2025 kunne se borgers målinger via Sundhed.dk.

Opmærksomhed i gennemgangen på

Ittmætning: Borger afprøver hvilken finger, der er bedst at måle på. Fingeren skal være varm. Hvis borger anvender ilt, måles der når borger har ilt på. Ittmåler 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. Ittmætning skal måles to gange med en pause på et minut imellem hver måling for at opnå bedst mulige måling. Ittmåleren kan beholdes på mellem de to målinger. Batteriindikator og skift af batterier vises.

Blodtryk: Vær. obs. på om manchetter passer til borger. 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 borger 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 borger 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).
- 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).

Obs. at der skal indsættes referenceværdi (borgers aktuelle vægt) i den plan, der er tildelt borger. Manglende referenceværdi gør, at Telma ikke kan vise om grænseværdier er overskredne.

Skærm: Vigtigt at følge instruktionen på skærmen. Ved tryk på taster trykkes let med spidsen eller siden af fingeren. Øv med borger Ved kolde fingre kan det være vanskeligt at aktivere skærm. Borger kan da anvende medfølgende tabletpen.

Vis "tænd og sluk" og informer borger om at lade skærm stå i "stand by". Vis hvordan batteriindikator ses. Gør opmærksom på det kan tage tid at lade skærm op og at den kan anvendes imens.

Sig det er vigtigt borger én gang/måned har skærmen tændt i 1-2 dag så den kan modtage nye Telma opdateringer.

Information om hvornår og hvor ofte udstyr anvendes

Borger 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.

Borger oplyses om, hvilke hverdage der skal måles, og at målingen normalt foretages i tidsrummet fra kl. 5 til kl. 12. Borger informeres om, "Dagens aktiviteter" viser det, der skal gøres i dag og forsvinder når det er gennemført. Borger kan indsende yderligere målinger ved at vælge "Valgfrie aktiviteter" og trykke på "Start" på det ønskede.

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 borger, hvilket telefonnummer der kan benyttes til kontakt med kommunen/hospitalet i forbindelse med TeleCare Nord, og at borger 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 og kontakte borger.

Obs. Det skal præciseres for borger, 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. Telefonnr. til TCN-support ses på borgers skærm, når denne er tændt samt i Info KOL.

Samtykke

Borger skal give mundtligt samtykke til dataudveksling mellem samarbejdspartnere.

Information om kommunens opfølgning

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

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

Borger informeres om, at almen praksis modtager besked fra kommunen om, at borger nu er opstartet samt at hospitalet også informeres, hvis hospitalet har monitoreringsansvaret.

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 borger, hvis det findes relevant.

Information til samarbejdspartnere om opstart

Kommunen orienterer almen praksis via korrespondance meddelelse.

Kommunen orienterer hospitalet via besked i Telma til hospitalets behandlerteam, hvis hospitalet har ansvaret for opfølgning på data.