

## Kvikguide til opfølgningssamtale 3-4 uger efter oplæring / instruktion

### Forberedelse før samtalen

- Borgerens målinger er inden monitoreret mindst 2 gange ugentligt i mindst 2 uger. Der vurderes:
  - Om målinger ligger stabilt
  - Om der er målt på aftalte dage og tidspunkter
  - Om der mangler målinger eller besvarelser af spørgsmål
  - Om der er udsving i borgerens besvarelse af de sygdomsspecifikke spørgsmål eller målinger
  - Om rejse-sætte-sig testen er afprøvet
  - Om CAT<sup>1</sup> og MRC<sup>2</sup> er anvendt
  - Om beskedfunktionen har været i brug

### Betjening af udstyr og besvarelse af spørgeskemaer

- Borgeren demonstrerer proceduren omkring måling af data, inklusive rejse-sætte-sig test, så eventuelle misforståelser og fejl kan korrigeres. Hvis der er spørgsmål til forståelse/bsvarelse af CAT og MRC kan dette drøftes med borgeren.
- Tal med borger om hidtil målte værdier samt grænseværdier
- Der revurderes om borger har behov for hjælp til målinger af f.eks. pårørende eller andre
- Der kan komme løbende ændringer i spørgeskemaer. Ved nye skemaer får borgeren besked
- Borger kan koble tablet på sit eget trådløse netværk (Wi-Fi). Se vejledning i Info KOL eller kontakt TCN support

### Sygdomsforståelse – relevante emner

- Hvad er kronisk obstruktiv lungelidelse
- Faresignaler på forværring - eksacerbation
  - Tidligere mønster for forværring
  - Subjektive oplevelser: Mere åndenød, mere forpustet, mere hoste, påvirket almentilstand (appetit, træthed, søvn), smerter i luftvejene
  - Objektive tegn: Øget dyspnø, tiltagende hoste, mere slim (mængde/farve), forkølelse, pibende/hvæsende vejrtrækning, feber, øget behov for inhalationsmedicin
  - Åndenød uden udløsende faktorer
  - Forøget score på CAT og MRC kan være tegn på forværring
- Vejrtrækning
  - PEP-fløjte, vejrtrækningsøvelser, hosteteknik, forebyggelse af sekretdannelse/stagnation
- Hvem borgeren skal kontakte ved forværring
- Evt. selvbehandling ved forværring
  - Hvornår og hvordan
- Forebyggelse
  - Fysisk aktivitet (træningsfilm), rygestop, forebygge vægttab, evt. behov for kommunalt tilbud
  - Information til almen praksis, hvis der igangsættes tilbud/aktivitet
- Håndtering af inhalationsmedicin
  - Virkning, bivirkninger, teknik og hygiejne
- Angst og åndenød
- Eventuel iltbehandling

### Afslutning på besøg

- Borgeren opfordres til at tage tablet med på hospitalet eller til praktiserende læge
- Der orienteres om evt. ferieperioder, hvor data ikke ses. Anbefales det også gøres skriftligt

---

<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](#).