

Kvikguide til opfølgningssamtale 3-4 uger efter oplæring / instruktion

Forberedelse før samtalen

- Borgers målinger er inden monitoreret mindst 2 gange ugentligt i mindst 2 uger. Der vurderes: om:
 - Målingerne ligger stabilt.
 - Der er målt på aftalte dage og tidspunkter eller mangler målinger og besvarelser af spørgsmål.
 - Der er udsving i borgers besvarelse af de sygdomsspecifikke spørgsmål eller målinger.
 - Rejse-sætte-sig testen er afprøvet.
 - CAT¹ og MRC² er anvendt.
 - Beskedfunktionen og videomøde har været i brug.

Samtalen

- Borger opfordres til at inddrage en pårørende.
- Samtalen kan finde sted som videomøde via Telma, i borgers hjem eller som gruppeopfølgning.
- Ved samtale på Sundhedscenter opfordres til at medbringe TeleKit (og evt. vægt) og inhalationsmedicin/medicinliste.

Betjening af udstyr og besvarelse af spørgeskemaer

- Borger demonstrerer proceduren omkring måling af data, inklusive rejse-sætte-sig test, så evt. misforståelser og fejl kan korrigeres. Evt. spørgsmål til forståelse/bsvarelse herunder af CAT og MRC drøftes med borger.
- Tal med borger om hidtil målte værdier samt grænseværdier.
- Opfordre til at sende besked hvis borger vil svare udover svarmuligheder i spørgeskemaer og kommentar ved måling.
- Der revurderes om borger har behov for hjælp til målinger af fx pårørende eller andre.
- Der kan komme ændringer i spørgeskemaer. Ved nye skemaer får borger besked.
- Borger kan koble skærm på sit eget trådløse netværk (Wi-Fi). Se vejledning i Info KOL eller kontakt TCN support.

Sygdomsforståelse

- Hvad er KOL (kronisk obstruktiv lungelidelse).
- Faresignaler på forværring – eksacerbation
 - Mere åndenød, mere forpustet, mere hoste, påvirket almentilstand (appetit, træthed, søvn), smerter i luftvejene
 - Øget dyspnø, tiltagende hoste, mere slim (mængde/farve), forkølelse, pibende/hvæsende vejrtrækning, feber, øget behov for inhalationsmedicin.
 - Forøget score på CAT og MRC kan være tegn på forværring.
- Kontakt ved forværring herunder akut forværring.
 - Ved forværring monitoreringsansvarlig sygeplejerske, egen læge, lægevagt.
 - Ved akut forværring 112.
- Vejrtrækning. PEP-fløjte, vejrtrækningsøvelser, hosteteknik, forebyggelse af sekretdannelse/stagnation.
- Evt. selvbehandling ved forværring [Selvbehandlingsplan til KOL-patienter](#) ved hyppige eksacerbationer (≥ 2 pr. år).
- Forebyggelse. Fysisk aktivitet (træningsfilm), rygestop, forebygge væggtab, evt. behov for kommunalt tilbud.
- Håndtering af inhalationsmedicin. Virkning, bivirkninger, teknik og hygiejne.
- Angst og åndenød.
- Eventuel iltbehandling.

Afslutning på besøg

- Borger opfordres til at tage skærm med på hospitalet eller til almen praksis.
- Der orienteres om evt. ferieperioder, hvor data ikke ses. Anbefales det også gøres skriftligt.
- Der informeres om, at der vil være en løbende evaluering af, om tilbuddet fortsat er aktuelt for borger.

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): Åndenødsskala (1-5 trins skala) til bedømmelse af graden af åndenød. [DSAM KOL-vejledning](#).