

## Instruktion af borger

### Formål

Borger skal oplæres i at anvende udstyret til at tage målingerne: blodtryk, puls og vægt. Derudover skal borger oplæres i at anvende tablet og svare på de spørgsmål, der stilles via denne og instrueres i at gennemføre rejse-sætte-sig test.

Det er vigtigt at påbegynde en dialog om betydningen af målinger og spørgsmål. Borger skal:

1. Opnå viden om, hvorfor målingerne skal tages, og hvad de kan sige om hans/hendes sygdom
2. Blive tryk ved at bruge udstyret og få en forståelse for ”mønstre” i egne data
3. Opnå forståelse af relevansen af målinger og stillede spørgsmål og sammenhængen mellem målingers værdier, velbefindende og livsførelse
4. Gerne blive bevidst om muligheden for at tage en evt. forværring i opløbet og få støtte til at sætte ind tidlige. Denne dialog er i fokus ved den opfølgende samtale som varetages af hospital eller kommune.

Målet er, at borger ved egen hjælp eller med hjælp fra pårørende kan anvende udstyret.

### Aktør

Sundhedsfagligt personale fra kommunen.

### Kompetencer

Instruktion af borger løses af personale med sygeplejefaglige kompetencer. Der kan være undtagelser, hvis flg. kompetencer er til stede: Erfaring med og viden om hjertesvigt, oplært i og forståelse for telemedicin, erfaring med målinger og værdier. Kan anvende viden om hjertesvigt 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. 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.

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 / oplæring i brug af udstyr og hvordan målinger tages

Ved gennemgang vises medfølgende vejledning til tablet og ark med div. oplysninger udfyldes. Tablet, 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. Desuden drøftes, hvordan spørgsmålene skal besvares på tablet samt på at instruere i brugen af spørgeskema til NYHA<sup>1</sup>. Vær obs. på, om borger har en aftale med egen læge om selv at øge den vanddrivende behandling (ved borger hvor kommunen har ansvaret for at følge op på data). Derudover vises beskedfunktion og egne målinger. Info Hjerter gennemgås med brugervejledninger, træningsfilm og adgang til Hjerteforeningen.

---

<sup>1</sup> NYHA (New York Heart Association): Graden af hjertesvigtsymptomer og bedømmelse af fysisk begrænsning beskrives ud fra funktionsklasser (NYHA-klasse 1-4) [Danske Cardiologiske Selskab | Kronisk hjertesvigt](#)

Borger afprøver selv måleapparater, eventuelt flere gange, og starter selv op med at svare på spørgsmål på tablet. Der informeres om, at målinger kan ses på tablet. 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. Derudover at telekittet er personligt og gerne må medbringes f.eks. på længerevarende besøg eller ferie i Danmark.

Borger opfordres til at medbringe tablet ved ambulant kontrol på hospitalet samt ved konsultation hos praktiserende læge. Lægen har også adgang til borgers målinger via Sundhed.dk.

### Opmærksomhed i gennemgangen på

**Blodtryk:** Vær. obs. på om mancheten passer til borger. Ved mindste tvivl opmåles borgers overarm med medbragt målebånd, da måling kan være for høj/lav, hvis mancheten er for lille/stor. Hvis mancheten ikke passer, bestilles ny (løsdele i bestillingsportal). Der findes følgende manchetter:

1. Lille: 16 - 24 cm.
2. Standard: 22 - 32 cm. (er i TeleKit medmindre andet er bestilt)
3. Stor: 31 - 45 cm.
4. Special: 22 - 42 cm.

Det er vigtigt, at borger prøver at få mancheten til at sidde korrekt uden hjælp fra medarbejderen. Der måles på samme arm hver gang. Når mancheten er indstillet, kan den trækkes af og på som et ærme. Der kan måles udenpå tynd bluse/skjorte, dog vil mancheten så evt. pumpe højere op.

Før måling af blodtryk skal borger være røgfri i ½ time.

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.

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

Vis "tænd og sluk" og informer borger om at lade tablet stå i "stand by". Vis hvordan batteriindikator ses. Gør opmærksom på det kan tage tid at lade tablet op og at den kan anvendes imens. Tablet vil, når den er tændt, automatisk modtage nye Telma opdateringer.

### Information om hvornår og hvor ofte udstyr anvendes

Borger informeres om, at alle målinger og spørgeskemaer skal udføres dagligt de første 7-14 dage<sup>2</sup>. Hvis målingerne i løbet af de 7 dage er stabile, fastsættes grænseværdier ud fra borgers målte værdier. Hvis der er større udsving i målingerne, fortsættes de daglige målinger i yderligere 7 dage.

---

<sup>2</sup> Borger som ikke kan indsende målinger dagligt fx pga. behov for hjælp hertil, kan indsende data over længere tid så det samlede antal udgør 7-14 målinger.

Efter 7-14 målinger, der ligger stabilt, kan frekvens for målinger ændres. Frekvens afhænger af om kommune eller hospital følger op på data:

- Vægt: kommune 1 evt. 2 gange ugl., hospital 1-3 gange ugl.
  - Obs. at borger starter med at veje sig, da spørgsmål om vægt indgår i Hjertesvigt-spørgeskema.
- Hjertesvigt målinger og spørgsmål: kommune 1 evt. 2 gange ugl., hospital 1-3 gange ugl.
- Rejse-sætte-sig-test: Én gang mdl. eller ugl. hvis lettest for borger. De fleste kan anvende RSS, men ved svimmelhed kan der pauseres i en periode.
- NYHA: Én gang mdl. eller ugl. hvis lettest for borger.
- Ernæring: Én gang ugl. ved symptomer (NYHA 3-4) og én gang mdl. ved få symptomer (NYHA 1-2).

Borger oplyses om, hvilke hverdage der skal måles, og at målingen normalt foretages i tidsrummet fra kl. 5 til kl. 12. Borger informeres om, at "Dagens aktivitet" 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 "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, evt. pga. defekt udstyr 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 Hjerte.

### Samtykke

Borger skal give mundtligt samtykke til dataudveksling mellem samarbejdspartnere.

### Information om kommunens eller hospitalets opfølgning

Borger informeres om, at data tjekkes af sundhedsfagligt personale 1- 2 gange ugl. 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 7-14 dage, ses data 2 gange om ugen på hverdage. Målingerne dagligt de første 7-14 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 fx på grund af helligdage ikke ses på data på en aftalt opfølgningsdag, vil borger altid blive informeret herom.

Borger informeres om, at praktiserende læge modtager besked fra kommunen om, at borger nu er opstartet samt at hospitalet også informeres, hvis hospitalet har ansvaret for opfølgning på data.



Inden afslutning af besøget aftales tid for opfølgningssamtale 3-4 uger efter (ved borger der skal følges af kommunen). Pårørende inddrages i opfølgningssamtalen i samråd med borger, hvis det findes relevant.

### Information til samarbejdspartnere om opstart

Kommunen orienterer praktiserende læge via korrespondance meddelelse.

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