

Från forskning till praktik

Egenmonitorering för KOL-patienter



Petra Jacobson

Specialistsjuksköterska i medicin på Lungmedicinska kliniken, US, Region Östergötland

Doktorand på HMV vid Linköpings Universitet

08 maj 2025

Antal sjukhusinläggningar och besök
på akuten minskade

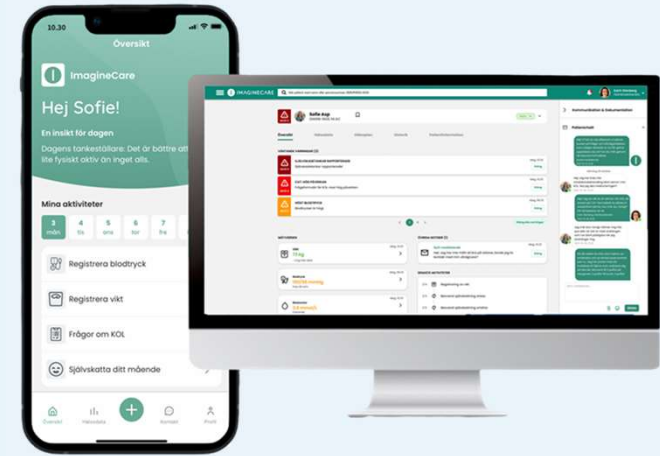
 86 %



Allt började som ett pilotprojekt...

med mål att...

- implementera egenmonitorering för KOL-patienter
- minska sjukhusinläggningar
- stärka patienternas trygghet och delaktighet
- förbättra patienternas livskvalitet



Allt började tillsammans med egenmonitoreringssystemet ImagineCare

Vad är KOL?



- Kroniskt obstruktiv lungsjukdom
- 400 000-700 000 patienter har KOL i Sverige
- Främsta orsaken är rökning
- Symtom är hosta, andfåddhet och nedsatt ork



Exacerbationer är vårdutmaning med stora förbättringsbehov

Nästan 20 000 vårdtillfällen per år i Sverige kopplade till KOL

Nästan en fjärdedel dör ett år efter en sjukhuskrävande exacerbation

Patienternas livskvalitet försämras betydligt efter exacerbationer

Dålig uppföljning, där endast 7 % får komma på återbesök efter exacerbation

Införandet gick trögt i början

- Brist på sjuksköterskor
- Arbetssättet fungerade inte och planen var otydlig
 - Osäkerhet kring hur systemet skulle användas
 - Osäkerhet kring vilka värden som behövde tas om hand
- Patienterna såg inte nyttan
 - Patienterna var inte nöjda
- För få patienter
 - Svårt att starta studie när patienterna inte hittades



En tidig framgångsfaktor



- Addera forskningskompetens i pilotprojektet
- Tillsammans i forskningsgruppen skapade vi ett arbetssätt där KOL-patienter registrerar sina symtom och vitala parametrar.
- Samarbeta genom att medarbetarna hjälper patienten att tolka värdena.

Egenmonitorering av KOL i hemmet

ImagineCare

CAT

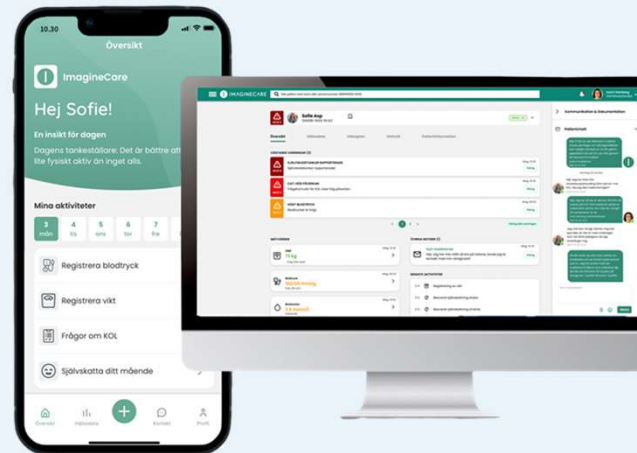
Saturation

Puls

Andningsfrekvens

Andfåddhet i vila och slem; skala 0-10

Chat/video



Hur upplever du din KOL? Utför KOL-testet (COPD Assessment Test™, CAT)

Detta frågeformulär kommer att hjälpa er och er vårdgivare att mäta den inverkans KOL (kronisk obstruktiv lungsjukdom) har på ert välbefinnande och dagliga liv. Svaren och testresultatet kan användas av er och er vårdgivare för att hjälpa er förbättra vården av er KOL och få bästa utbyte av behandlingen.

Om du vill fylla i frågeformuläret för hand på papper, klicka här och skriv ut frågeformuläret.

Placera ett (X) för var fråga i rutan som bäst beskriver hur ni för närvarande mår. Välj endast ett svar för varje fråga.

Exempel: Jag är mycket glad 0 1 2 3 4 5 Jag är mycket ledsen

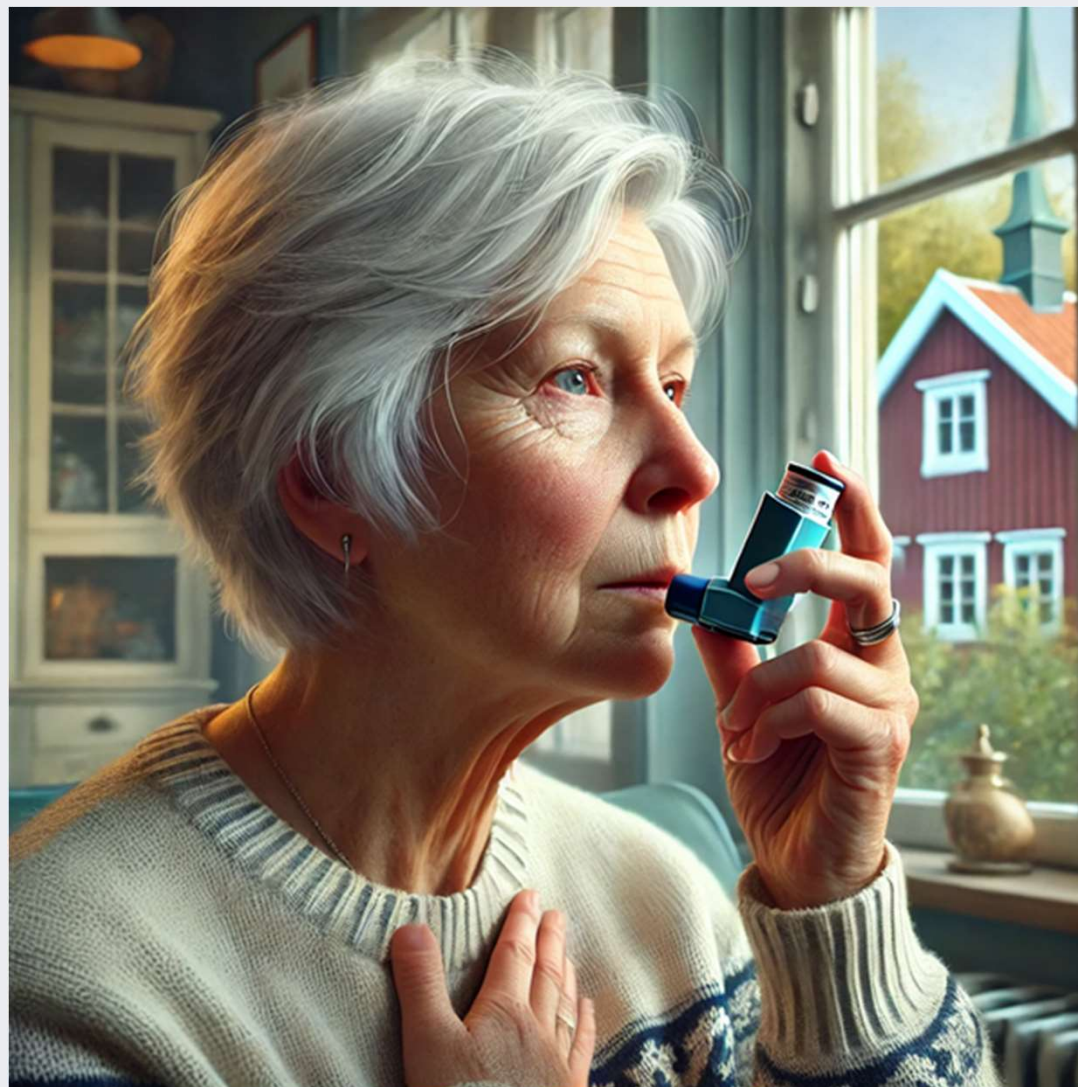
	0	1	2	3	4	5	POÄNG	
Jag hostar aldrig	0	1	2	3	4	5	Jag hostar ständigt	
Jag har inte något slem i bröstet alla	0	1	2	3	4	5	Mitt bröst är helt fyllt med slem	
Jag känner inte alls något tryck över bröstet	0	1	2	3	4	5	Jag känner mycket tryck över bröstet	
När jag går uppför en backe eller en trappa blir jag inte andfådd	0	1	2	3	4	5	När jag går uppför en backe eller en trappa blir jag mycket andfådd	
Jag är inte begränsad när det gäller att utföra några aktiviteter i hemmet	0	1	2	3	4	5	Jag är mycket begränsad när det gäller att utföra aktiviteter i hemmet	
Jag känner mig trygg att lämna mitt hem trots mitt lungtillstånd	0	1	2	3	4	5	Jag känner mig inte alls trygg att lämna mitt hem på grund av mitt lungtillstånd	
Jag sover bra	0	1	2	3	4	5	Jag sover inte bra på grund av mitt lungtillstånd	
Jag har massor av energi	0	1	2	3	4	5	Jag har inte någon energi alls	
ANTAL POÄNG								

Maya, 71

Maya lever ett rikt och socialt liv i Linköping med fem vuxna barn, sju barnbarn, cykelträning och caféträffar med vännerna.

Det är en kvinna med stor beslutsamhet – hennes långt gångna KOL ska inte ta bort det som gör livet värt att leva.

Maya har nu varit patient på lungmedicin i 5 år.

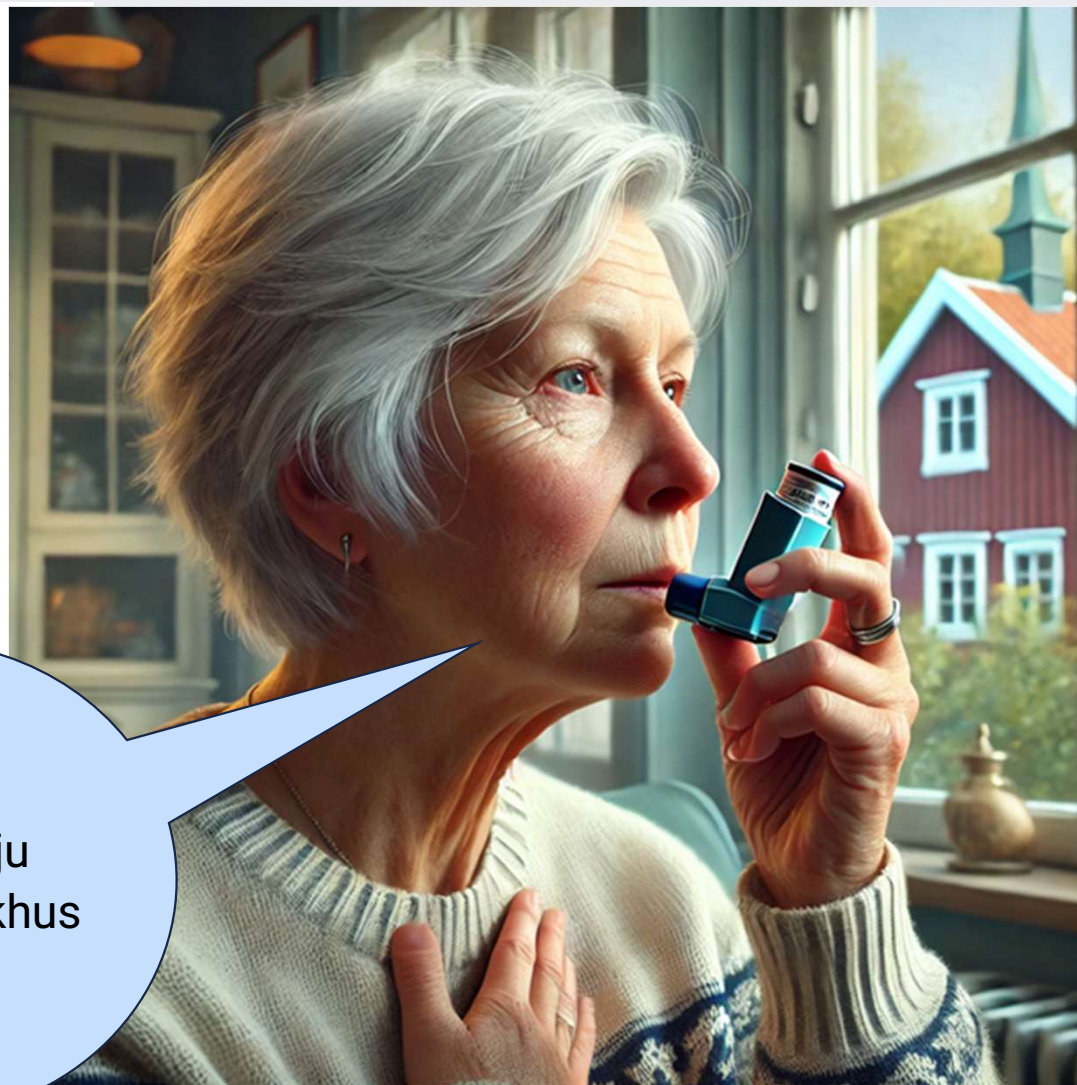


Innan egenmonitoreringen

Året innan hon började med egenmonitorering

- 5 besök på akutmottagning för sin KOL
- 3 av de gångerna resulterade i inläggning
- Kände stark motivation att starta egenmonitorering

Ingen vill ju
ligga på sjukhus



Efter två år med egenmonitorering

När symtomen ökar, indikerar det en begynnande exacerbation.

Maya bedömer tillsammans med sjuksköterska svårighetsgraden utifrån olika parametrar. Maya behöver inte träffa läkaren som kan ta ställning till behandling genom digitala värden.

Tio exacerbationer har kunnat behandlas i hemmet och en gång har Maya legat på sjukhus under två år.

"Varje gång vi åtgärdar en försämring innan det blir så allvarligt, så räddar det ju mina lungor"

Egenmonitoreringen känns som en gudagåva, jag behöver aldrig vara orolig eller rädd. Jag vet att jag alltid kan få snabb kontakt med vårdcentralen och slipper ta upp vårdplatser i onödan



Framgångsfaktorer i vårt arbete

**Systematiska
och löpande
utvärderingar
och
justeringar**

**Medveten
kommunikation
och positiva
budskap**

**Driven,
utforskande
och nyfiken**

**Tillsammans
med
patienterna**

Inriktningar vid utveckling och förbättring

Från strategi för kvalitet, utveckling och förbättring



Samverkan med invånare



Systematik och lärande



Systemförståelse



Samverkan med varandra, andra
och externa parter



Utforskande och kreativitet



Omvärldsbevakning och spridning
av goda resultat

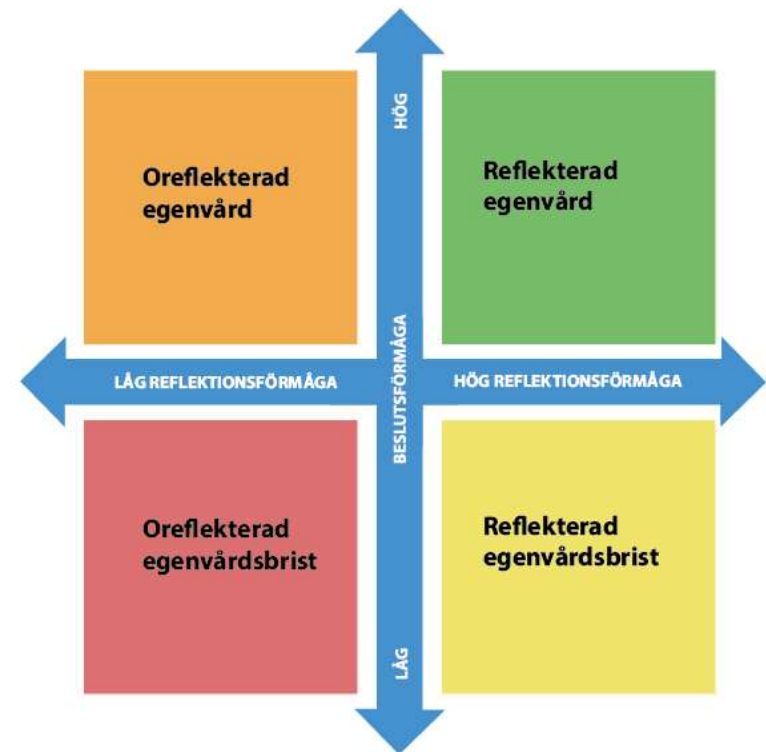
Vinnare av Vårdförbundspriset 2024!



Egenvård

vid kronisk sjukdom

- Förmåga att utföra egenvård kan liknas vid en fyrfältare.
- Förmåga att utföra egenvård påverkas bland annat av erfarenhet, motivation, självförtroende, vanor, kognition men också stöd och tillgång till vård som till exempel egenmonitorering.
- **Effekten av egenmonitorering påverkas av förmågan samtidigt som egenmonitorering kan bidra till ökad reflekterad egenvård.**



Åtta syften med egenmonitorering



Öka autonomi
Lära sig och förstå sina hälsobeteenden
Förbättra hälsa



Utvärdera och bedöma hälsa
Hantera och kontrollera följsamhet och symtom
Stärka och engagera delaktighet



Främja interventioner och processer
Generera ny kunskap och nya initiativ

Kontakt

Petra.jacobson@regionostergotland.se



TACK!