

# Min digitala vårdplan – hur det kan fungera i praktiken

Min digitala vårdplan är samlingsnamn för en tjänst som fungerar som en individuell hälso- och vårdplan för patienten. Tjänsten finns tillgänglig i form av en app för mobiltelefon eller läsplatta. Med appen kan patienten följa sina bokade aktiviteter och sin hälsa och ta del av provsvar samt ha en dialog med vården om sin hälsostatus. De patienter som bedöms mest lämpliga att använda vårdplanen är i första hand de som har många vårdkontakter under lång tid. Det kan handla om hjärtsvikt med återinläggningar, cancerpatienter och patienter med kroniska sjukdomar som behandlas i primärvården, till exempel personer med diabetes, reumatism eller astma/KOL.

### Mitt DiaCert och levnadsvanorna

De första versionerna av Min digitala vårdplan togs fram för diagnoser där det finns goda möjligheter att sammankoppla information mellan patient och vårdgivare. Diabetes typ 2 är en av dem och Mitt DiaCert är namnet på tjänsten.

Mitt DiaCert ska fungera som en individuell vårdplan för att följa sina levnadsvanor, såsom kost, motion, rökning etc, där man även kan ta del av sina provsvar. I nuläget finns funktionalitet för att följa sin fysiska aktivitet, i form av antal steg per dag, medan andra funktioner är under utveckling.

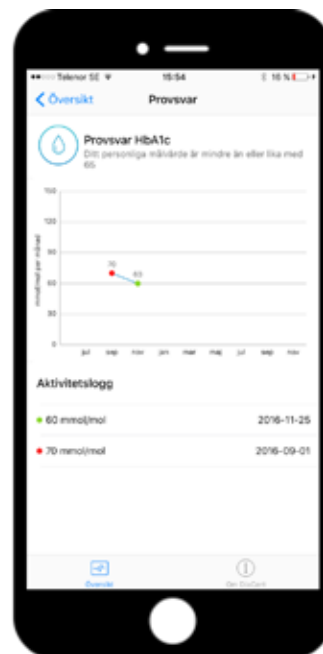




Patient och vårdgivare sätter tillsammans patientens personliga mål.



Patient och vårdgivare kan se antal steg som patienten har tagit över tid.



Patient och vårdgivare kan se patientens provsvar.

Stephanie Bonn är forskare vid Karolinska Institutet och arbetar med en forskningsstudie om effekten av den digitala tjänsten på just levnadsvanor:

- Vi vet att levnadsvanor är viktigt för behandlingen av diabetes, men inte hur digital teknik kan vara till nytta för patienter i diabetesbehandling. Ett bra digitalt stöd kan vara till hjälp och därför genomför vi en studie i olika etapper och på ett flertal vårdcentraler för att utvärdera MittDiaCerts användning inom vården, säger Stephanie.

Med Mitt DiaCert skickar patienten levnadsvanor och medicinska värden till sin vårdgivare. Den informationen blir grunden för den skräddarsydda vårdplanen.

- En patient som fått sin diagnos och fått tillgång till tjänsten kan via den snabbt få en överblick över vad det faktiskt betyder. Patienten kan också se sambandet mellan sina levnadsvanor och sina medicinska värden illustrerat grafiskt. Mitt DiaCert kan ge stöd under och mellan möten med vården, fortsätter Stephanie Bonn.

## Signaler om positiva resultat

Ansvareg för forskningsstudien är Ylva Trolle Lagerros, docent och kliniskt verksam vid Karolinska Universitetssjukhuset. Ylva berättar:

- Det är för tidigt för att visa färdiga resultat från studien. Det vi har sett hittills är dock mycket positivt. Vi har sett flera individer som är med i studien som genom ökad fysisk aktivitet fått sina förhögda värden att helt gå ner.

Här tror vi att Mitt DiaCert, genom att mäta aktiviteter, bidrar till motivation och uppföljning även om studiens resultat som helhet är för tidigt att säga något om just nu.

Patienten, vården och forskningen kan med hjälp av Mitt DiaCert och den digitala vårdplanen dela data via ett gemensamt språk som kan spara både tid och resurser för alla inblandade.

- Vi kommer att slutföra vår vetenskapliga validering av Mitt DiaCert med hjälp av studien och identifiera vilka funktioner som ger värde för patienten respektive vården. Vi planerar också att framöver mäta personalens upplevelse av att arbeta med tjänsten, avslutar Ylva Trolle Lagerros.

Se också faktablad om Min digitala vårdplan på sid. 31.