

Digital artrosskola

Metodstöd för behandlare

Om Artrosskola

Detta digitala stödprogram för artrospatienter är framtaget av Region Kalmar.

Det metodstöd du nu läser är framtaget för dig som är behandlare i den digitala Artrosskolan och är anpassat efter Region Kronobergs rutiner. Programmet är utvecklat som en digital version av artrosskolan som sedan tidigare hjälpt många patienter. Programmet riktar sig till patienter som har en artrosdiagnos. Efter genomgången digital artrosskola kan patienten registreras som att ha genomgått artrosskola i kvalitetsregistret BOA.

Fördelar

- Digitalt stödprogram som är tillgängligt dygnet runt oavsett plats.
- Underlättar utbyte av information mellan patient och hälso- och sjukvården.
- Underlättar kommunikation mellan patient och behandlare.

Avgränsning patienturval

- Kräver kunskap i svenska språket och digital kompetens, samt tillgång till dator/smartphone med internetuppkoppling.

Plattformen Stöd och behandling

Patienten tilldelas Artrosskolan i Stöd och behandling av sin behandlare. Patienten loggar in i 1177 Vårdguidens e-tjänster och ser tilldelat stödprogram (moment) i Stöd och behandling. Om du som behandlare önskar aviseringar vid händelser i Stöd och behandling: logga in i stöd och behandling, gå till *"Min profil"*, bocka i rutan *"ta emot notifieringar"*.

Inloggning

FÖR PERSONAL

[Idp Inlogg \(inera.se\)](https://www.inera.se)

FÖR INVÅNARE

<https://sob.1177.se> eller via 1177 Vårdguidens e-tjänster (<https://www.1177.se>). Stöd och behandling hittar patienten i navigationsbaren under 1177-loggan.

Programmets innehåll

Modul 1 – Utbildningsavsnitt

- Vad är artros?
- Behandling
- Fysisk aktivitet
- Artros påverkar vardagen, lev aktivt ändå
- Avslutande råd

Modul 1 med tillhörande avsnitt aktiveras när du startar artrosskolan för patienten.

Modul 2 – Övningar

- Övningar för ben (höft och knä)
- Övningar för hand

Du som behandlare måste aktivt tilldela modul 2 och då välja vilka övningar som ska vara synliga för patienten.

Modul 3 - Utvärdering

- Utvärderingsformulär

Du som behandlare aktiverar modul 3 om utvärdering ska samlas in.

Valfritt: Aktivitetsplan för att följa upp patientens träning

I programmet finns möjlighet att aktivera en aktivitetsplan där patienten fyller i sin träning varje söndag. Gå till fliken Händelser och Aktivitetsplaner för att hitta Uppföljning träning. Klicka på Visa/Ändra, välj startdatum och kryssa i Aktiverad (längst ner på sidan). Välj sedan spara.

Rekommenderat arbetssätt

1. Första besök (fysisk eller digitalt)

- Fyll i behandlardel samt se till att patienten fyller i sin del i registreringen till BOA.
- Dela efter överenskommelse momentet artrosskola via Stöd och behandlingsplattformen, anpassa programmet med eventuella övningar till patienten.
- Var mycket tydlig i hur patienten förväntas arbeta i programmet.
- Informera patienten om hur ofta den kan förvänta sig att få svar på meddelanden (minst 1 ggr/vecka).

2. Under pågående digital artrosskola

- Sätt av tid i din tidbok för att arbeta med dina pågående patienter.
- Anpassa vid behov tilldelade övningar i övningsdelen.
- Besvara meddelanden från patienten.
- Skicka meddelanden till patienten när det är relevant (t.ex. för att uppmuntra rehabiliteringen eller för att påminna vid inaktivitet, om patient inte följer det tempo ni tydliggjort vid uppstart).
- Vid behov komplettera med besök (fysiskt eller digitalt).

3. 3-månaders uppföljning (fysiskt eller digitalt)

- Fyll i behandlardel samt se till att patienten på lämpligaste vis fyller i sin del i registreringen till BOA.
- Avsluta den digitala artrosskolan (detta kan göras tidigare efter överenskommelse med patienten). När du avslutar momentet har patienten inte längre tillgång till innehållet. Om patienten vill behålla informationen kan du hänvisa till den nedladdningsbara PDF-filen som ligger sist i programmet under avsnittet *Avslutande råd* och steget *Egenvårdsråd*.
- Gallra (radera personuppgifter) avslutade patienter utifrån lokal rutin. Detta görs under fliken *Avslutade* och måste genomföras enligt lagkrav då det inte är tillåtet att lagra personuppgifter i systemet.