

Digital hjemmeoppfølging -på vei mot pasientens helsetjeneste...?



Praktisk demonstrasjon av oppfølgingen rundt DHO, 14. november 2025
Jon Eivind Spånem, sykepleier/alarmsentraloperatør, Skien kommune
Linda Nilsen Augland, spesialist i klinisk allmennsykepleie, Larvik kommune



Temperatur



Oksygenmetning



Blodsukker



Blodtrykk



Vekt

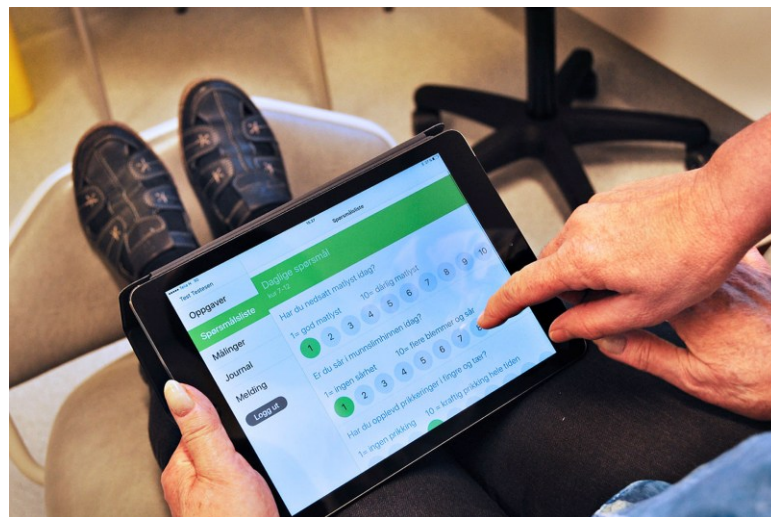


Lungefunksjon og -kapasitet

Oppfølging av kroniske syke, for eksempel KOLS, diabetes, kreft eller hjertesvikt

Oppfølging via nettbrett / app på telefonen og tilkoblet relevant utstyr

Hensikt å øke egenmestring, sykdomsinnsikt og selvstendighet og begrense ressursbruk



Praktisk demonstrasjon



Larvik
kommune

Inklusjon av pasienter

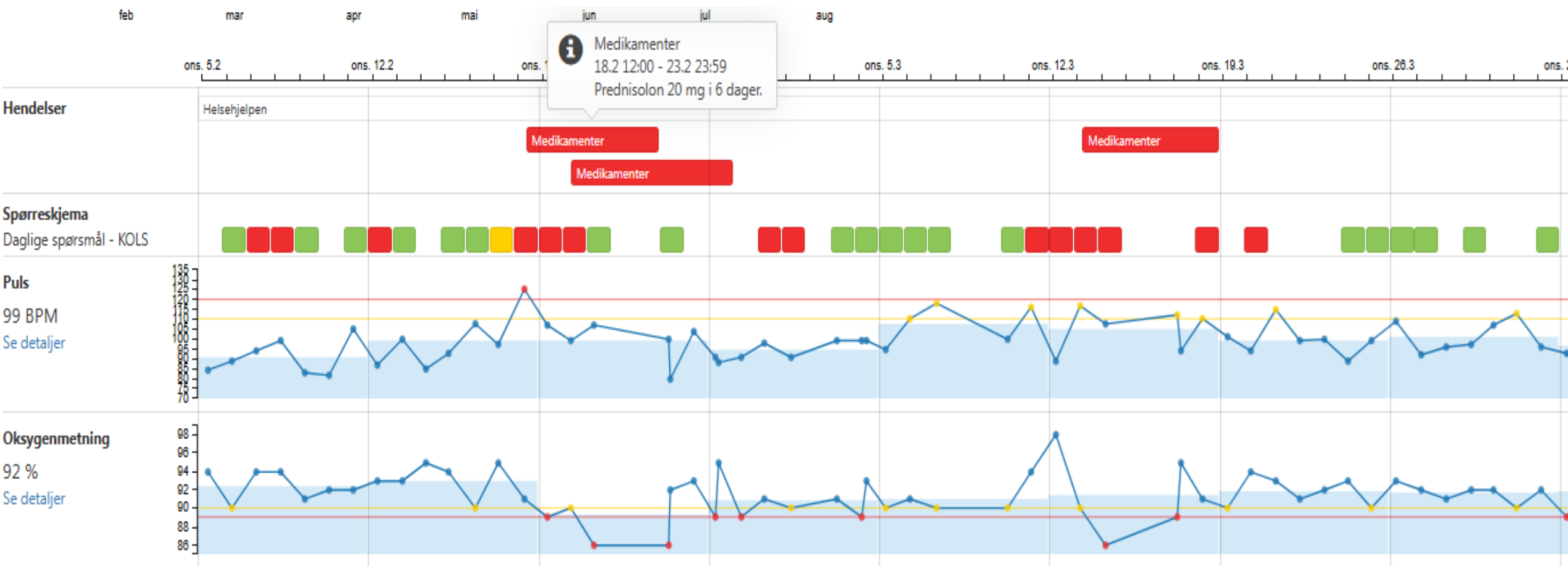
Kartlegging / oppstart

Setting av grenseverdier

Etablering og bruk av egenbehandlingsplan

Daglig oppfølging

Eksempel oppfølging av KOLS pasient





Ole Boss Bossensen

**I dag**

Meldinger



Målinger



Video



Journal



Informasjon



Min Plan



Profil

< I dag

Daglige spørsmål hjertesvikt

Disse spørsmålene svarer du på daglig eller etter avtale

I hvilken grad har bena dine vært mer hovne det siste døgnet?



Lite eller ingen grad

Mer enn vanlig hovne

I stor grad hovne

Har vekten din endret seg mye de siste dagene?



Ja



Nei

I hvilken grad har du følt på økende tretthetsfølelse det siste døgnet?



Lite eller ingen endring

Noe økt tretthetsfølelse

Sterkt økende tretthetsfølelse

I hvilken grad har du vært mer tungpusten det siste døgnet?



Lite grad

Noe grad

Stor grad

Grenseverdier

Sett grenseverdier for når målingene skal trigge gule og røde varsler.

Maler ▾

Måling	Nedre grenseverdier		Øvre grenseverdier		Enhet
Blodtrykk Systolisk (overtrykk)	80	90	140	150	mmHg
Blodtrykk Diastolisk (undertrykk)	45	50	90	100	mmHg
Kroppsvekt Vekt	43				kg
Oksygenmetning Oksygenmetning	82	85			%
Puls Puls	50	55	110	120	BPM

Erfaringer

Kortere tid til behandling som igjen gir raskere bedring og kortere sykdomsforløp

Kunnskapsoverføring og bedre sykdomsinnsikt (oversikt)

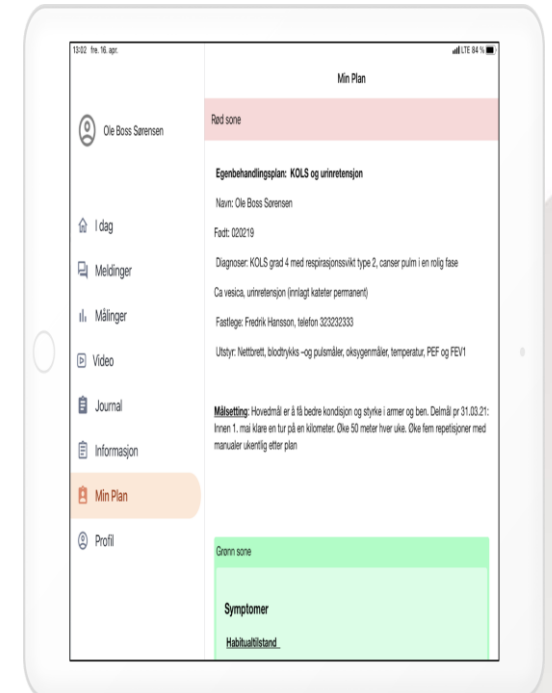
Ansvarliggjøring

Redusert bruk av helsetjenester

Mer fornuftig ressursbruk



**Larvik
kommune**



Kategori	Totalt alle avdelinger
Antall pasienter i prosjektperioden:	35
Antall avsluttet:	14
Antall gjenværende pasienter ved sluttev.	21
Total kjøregevinst månedlig (l minutter) regnet tur/retur	2372 min
Total gevinst månedlig besøk	184
Antall pasienter med reduksjon i faglært til ufagl	8
Antall sparte sykehusinnleggelser	10
Antall sparte kommuneinnleggelser	2
Spart legekontakt	17



**Larvik
kommune**

Tidsbruk			
Oppfølgingen: Varselhåndtering, pasientkontakt, oppgaver i kalender	Telefonkontakt	Røde varsler	Hjemmebesøk
Mellom 10 - 180 min	Mellom 2 - 60 min	Mellom 5 - 25 min	Mellom 40 - 90 min
Gjennomsnitt: 55 minutter	Gjennomsnitt: 17 minutter	Gjennomsnitt: 15 minutter	Gjennomsnitt: 60 minutter

RESULTATER- SPØRREUNDERSØKELSE HELSEHJELPEN

TRYGGHET



Digital hjemmeoppfølging gir **økt trygghet** for brukerne

BESØK HOS FASTLEGE OG SYKEHUS

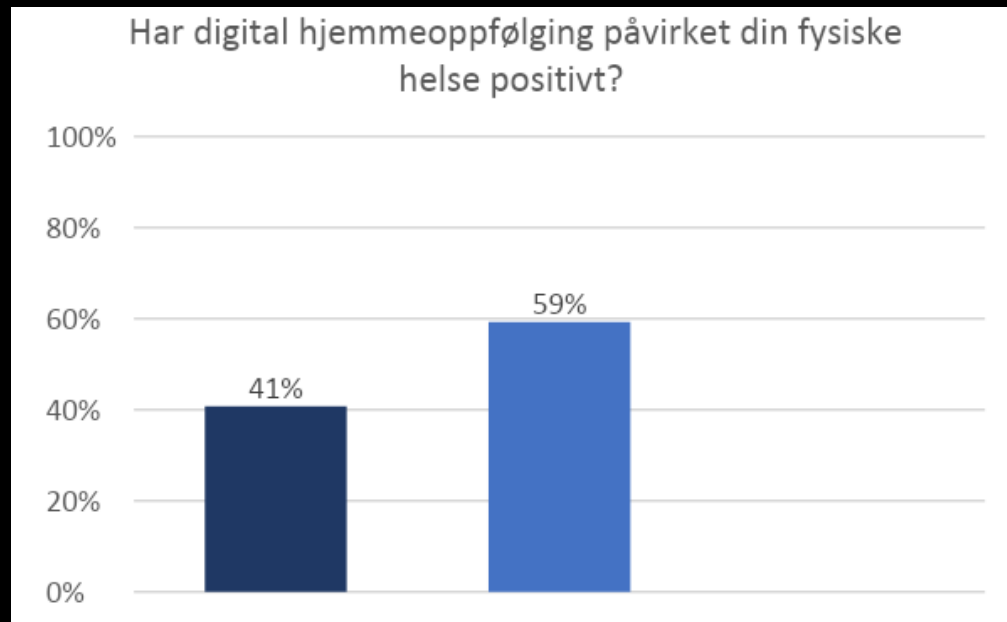
- **59%** opplevde redusert besøk til fastlege
- **36%** opplevde redusert antall innleggelser på sykehus

Digital hjemmeoppfølging kan føre til **færre turer** til fastlege og sykehus for mange



RESULTATER- SPØRREUNDERSØKELSE

FYSISK HELSE



En vesentlig andel opplever **bedre fysisk helse** på grunn av digital hjemmeoppfølging

KUNNSKAP

89% svarte at digital hjemmeoppfølging ga de en bedre forståelse av helseutfordringene sine

Digital hjemmeoppfølging **øker brukernes kunnskap** om egne helseutfordringer betraktelig



«Omsorgskrisen skapes ikke av
eldrebølgen,
men av forestillingen om at ting ikke
kan gjøres annerledes enn i dag»

Takk for oppmerksomheten!
joneivind.spanem@skien.kommune.no
linda.nilsen.augland@larvik.kommune.no

