

E-Hälsa, framtid eller redan vardag ?

SeniorNet Lidingö

Anders Magnusson

SPF Seniorerna Botkyrka

Krister Carlsson

SPF Seniorerna/ Seniornet Botkyrka

Lidingö, Måndag den 7 oktober 2019

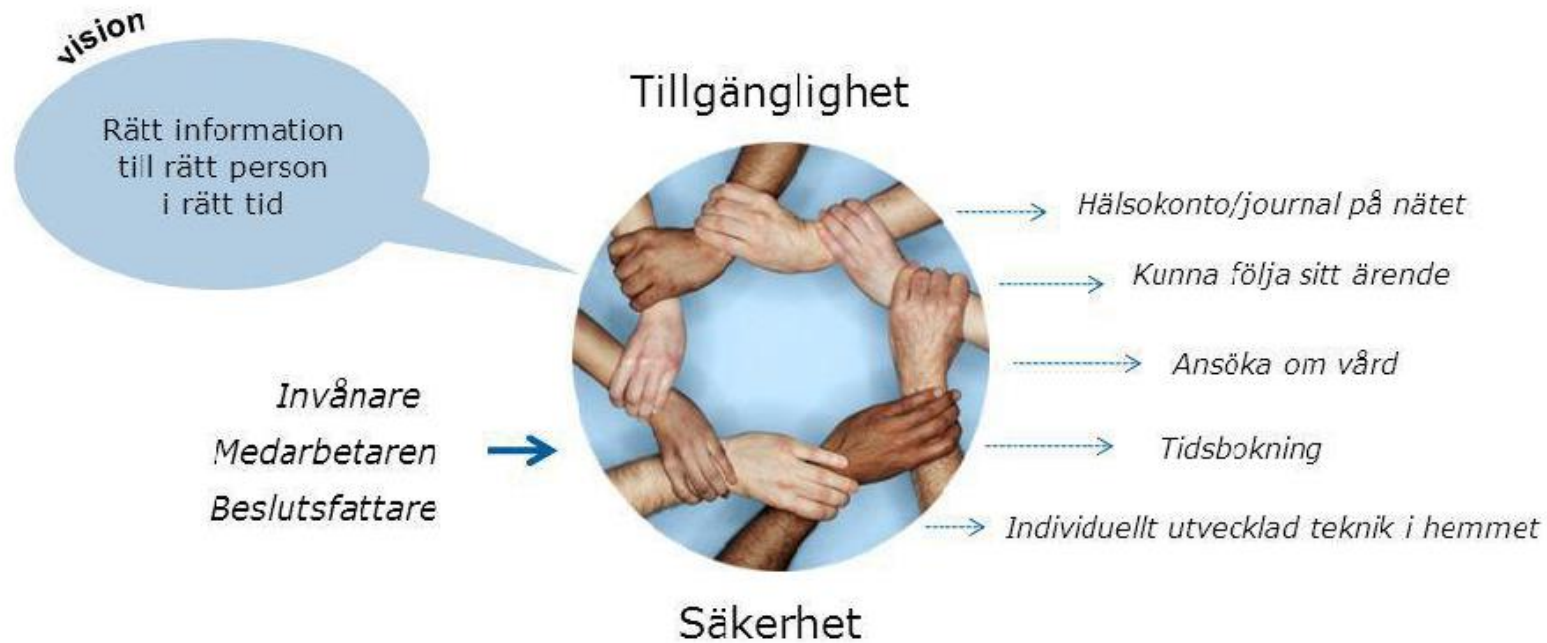
Begreppet e-hälsa

Begreppet innefattar användningen av informations- och kommunikations-teknologin med utgångspunkt i WHO:s hälsodefinition som lyder :

”Ett tillstånd av fysisk, psykiskt och socialt välbefinnande”.



Syfte med eHälsa



E -hälsobegreppets omfattning

All socialtjänst, hela hälso-och sjukvården
samt i tillämpliga delar av tandvården



Begreppet e-hälsa

Innebär en rad tjänster i gränslandet mellan medicin, sjukvård och IT, allt från **e-journaler**, **telemedicin** och **hälsoinformation** för patienter till **rehabilitering i mobilen** och **demensförebyggande appar** (program)



E-hälsa - en hel del nya begrepp

Mental e-hälsa Internetbaserad psykologisk behandling med kognitiv beteendeterapi och forskning inom området har pågått sedan 1990-talet. Resultaten visar att det är en effektiv behandlings-metod vid bland annat ångest-syndrom och depressioner.



E-hälsa -en hel del nya begrepp

- ▶ E-journaler möjliggör att vårdpersonal få tillgång till information hos andra vårdgivare som är viktig för diagnos och vård.
- ▶ Som patient kan man få tillgång till sin journal via nätet, bli mer delaktig i sin egen behandling och behöver varken minnas eller återge sin vårdhistorik om man söker hjälp hos en ny vårdgivare



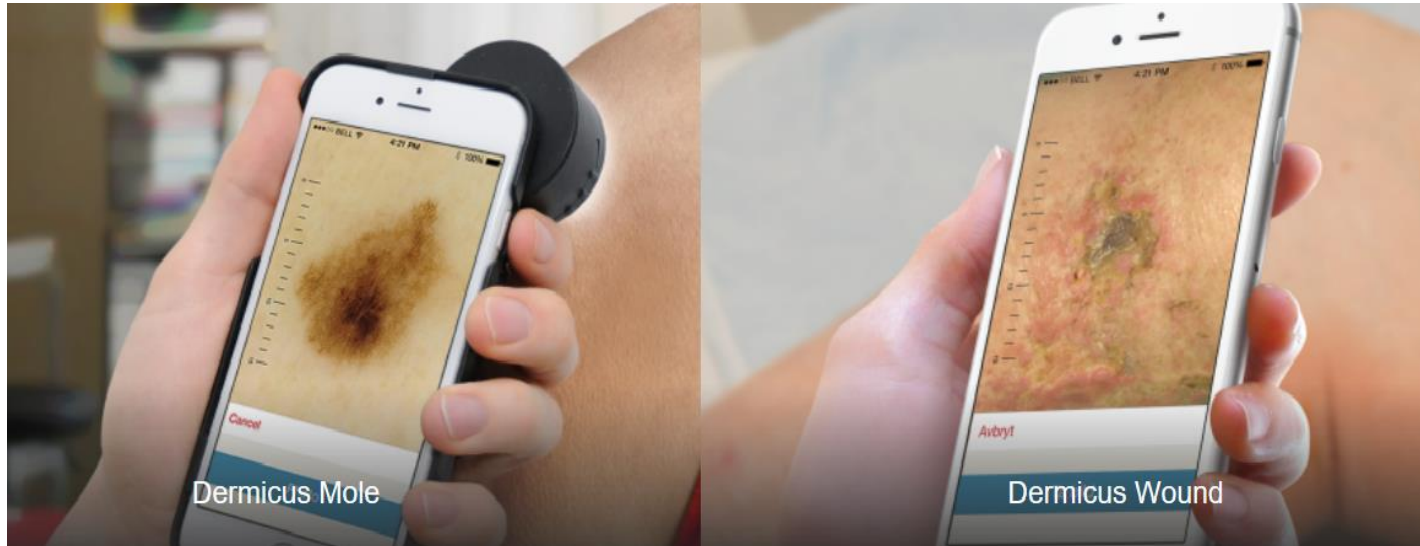
E-hälsa - en hel del nya begrepp

E-recept skickas via ett vårdsystem till E-hälsomyndigheten som sedan lagrar receptet i den så kallade, **receptdepån**, ett nationellt register för recept, i väntan på att patienten ska hämta ut sin medicin på ett apotek. 99 procent av alla recept är elektroniska i Sverige.



E-hälsa - en del nya begrepp

Mobil hälsa omfattar hälso- och sjukvårdsmetoder där man använder mobil utrustning, som mobiltelefoner, utrustning för patientövervakning, personlig digital assistans och andra trådlösa verktyg.



”Nya” digitala aktörer inom vården

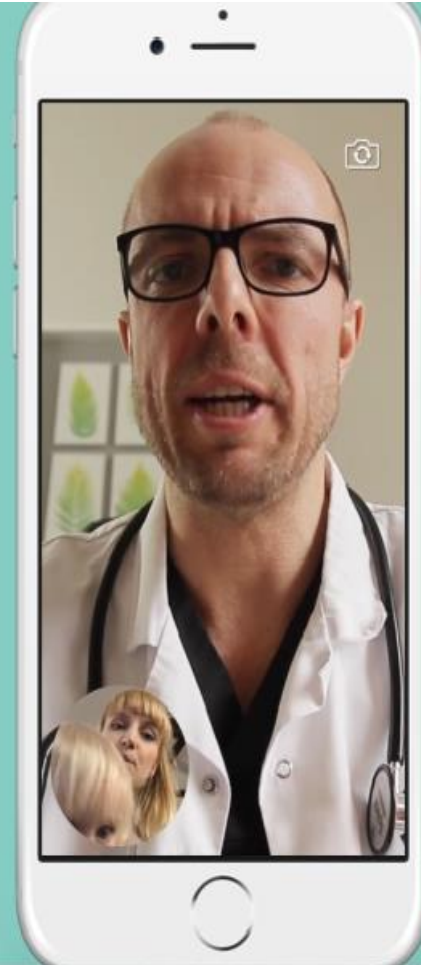
- ▶ Doktor Kry.se
- ▶ Min Doktor.se
- ▶ Capio.se / capio-go
- ▶ Medichack.se
- ▶ Medhelp.se
- ▶ Doktor.se

Fler tjänster hittas på: pcforalla.se/nattdoktor

Vårdcentral på nätet - Kry.se

Träffa läkare online

- ✓ Få råd, recept eller remiss
- ✓ Gratis för barn och ungdomar upp till 20 år
- ✓ Hemleverans av läkemedel
- ✓ Frikort gäller



Vårdcentral på nätet - Min doktor.se

The screenshot displays the Min Doktor website in a web browser. The browser's address bar shows the URL `mindoktor.se/?utm_source=google&utm_medium=cpc&utm_campaign=[se]_[google]_[conv]_[generic]_[always-on]_[t]&utm_content=[generic]&g`. The website's header includes the Min Doktor logo, navigation links for "SÅ FUNKAR DET", "SUPPORT", and "LOGGA IN", and a search bar.

The main content area features a large blue banner with the text "En vårdcentral i din mobil." (A healthcare center in your mobile). Below this, a list of features is provided:

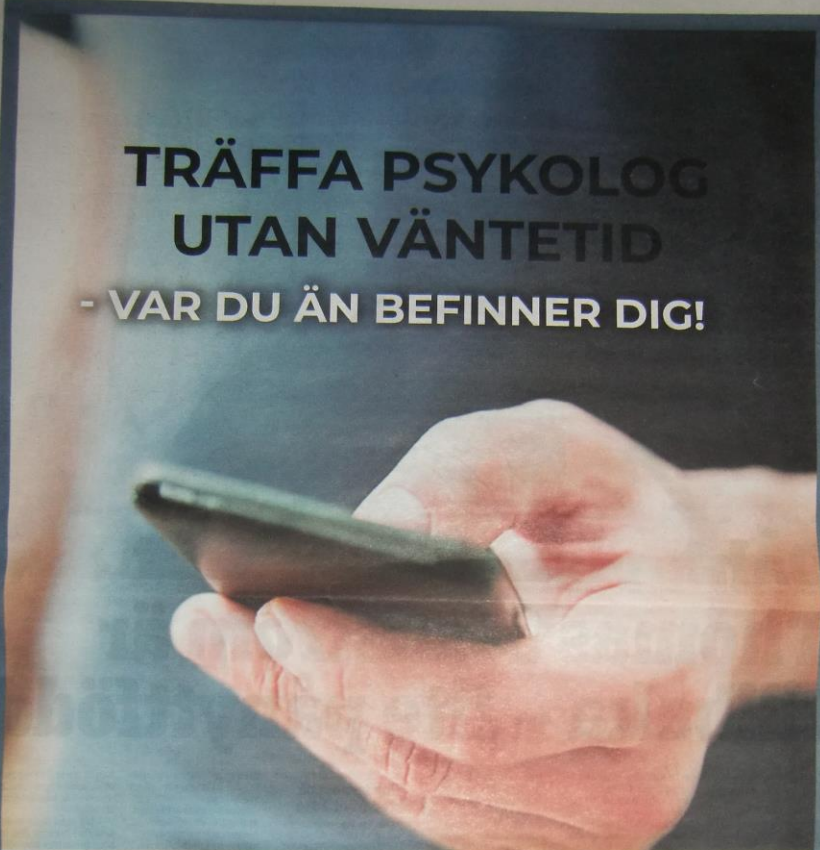
- Sveriges största vårdcentral
- Öppen dygnet runt
- Konsultation, provtagning och behandling

Below the list are two buttons for downloading the app: "Hämta i App Store" and "LADDA NED PÅ Google Play". A white button with the text "SKICKA APPEN TILL MIN MOBIL" is also present.

To the right of the text, two smartphones are shown displaying the Min Doktor mobile app interface. The app's home screen includes a greeting ("Hej Maria"), a status ("Vi är redo att hjälpa dig."), a grid of medical icons (head, ear, eye, hand, etc.), a "NYTT ÄRENDE" button, and a section titled "Så funkar det" (How it works) with a description: "Ett smartare och enklare läkarbesök".

The bottom of the screenshot shows a Windows taskbar with various application icons and a system clock indicating 13:24.

Träffa en psykolog via nätet!



**TRÄFFA PSYKOLOG
UTAN VÄNTETID
- VAR DU ÄN BEFINNER DIG!**

Ladda ner appen så kan du snabbt och enkelt boka ett videobesök med en av våra psykologer.

- 100 kr
- Från 18 år
- Frikort gäller

Available on the
App Store

Google play

f i



www.mindler.se

Vårdcentraler i landstingets egen regi hakar på



Alltid öppet

Stockholms Läns Landsting Sjukvård

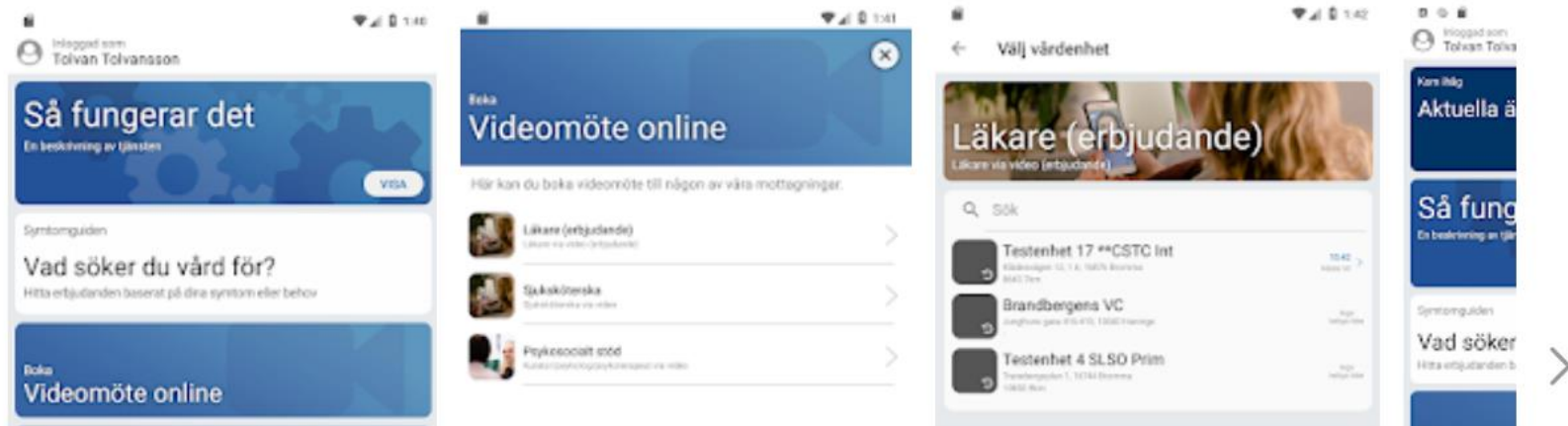
★★★★★ 6

3 PEGI 3

i Den här appen är kompatibel med din enhet.

+ Lägg till på önskelistan

Installera



Videomöten- Salems vårdcentral

The screenshot shows a web browser window displaying the website for Salems vårdcentral, part of the Stockholm region's healthcare system. The browser's address bar shows the URL `http://vardcentraler.sll.se/hitta-varldcentral/salem/`. The website header features the logo for "Stockholms läns sjukvårdsområde" and "STOCKHOLMS LÄNS LANDSTING". To the right of the logo is a search bar with the text "Sök" and a magnifying glass icon. Below the header is a blue navigation bar with links: "> Senast besökt: Salem", "START", "INFÖR DITT BESÖK", "HITTA VÅRDcentral" (highlighted), "OM OSS", and "TRYGG OCH SÄKER VÅRD". The main content area is divided into two columns. The left column contains a sidebar with the "Salems vårdcentral" logo and four buttons: "Boka tid" (with a calendar icon), "Bli patient" (with a person icon), "Öppettider" (with a clock icon), and "Akut hjälp 112" (with a red cross icon). The right column features a large video player with a woman in blue scrubs smiling. Above the video player is the text "Välkommen till oss!". The browser's taskbar at the bottom shows several open tabs and a search bar.

Stockholms läns sjukvårdsområde
STOCKHOLMS LÄNS LANDSTING

Lyssna Language

Sök

> Senast besökt: Salem START INFÖR DITT BESÖK **HITTA VÅRDcentral** OM OSS TRYGG OCH SÄKER VÅRD

Start > Hitta vårdcentral > Salem

Salems vårdcentral
STOCKHOLMS LÄNS LANDSTING

Boka tid

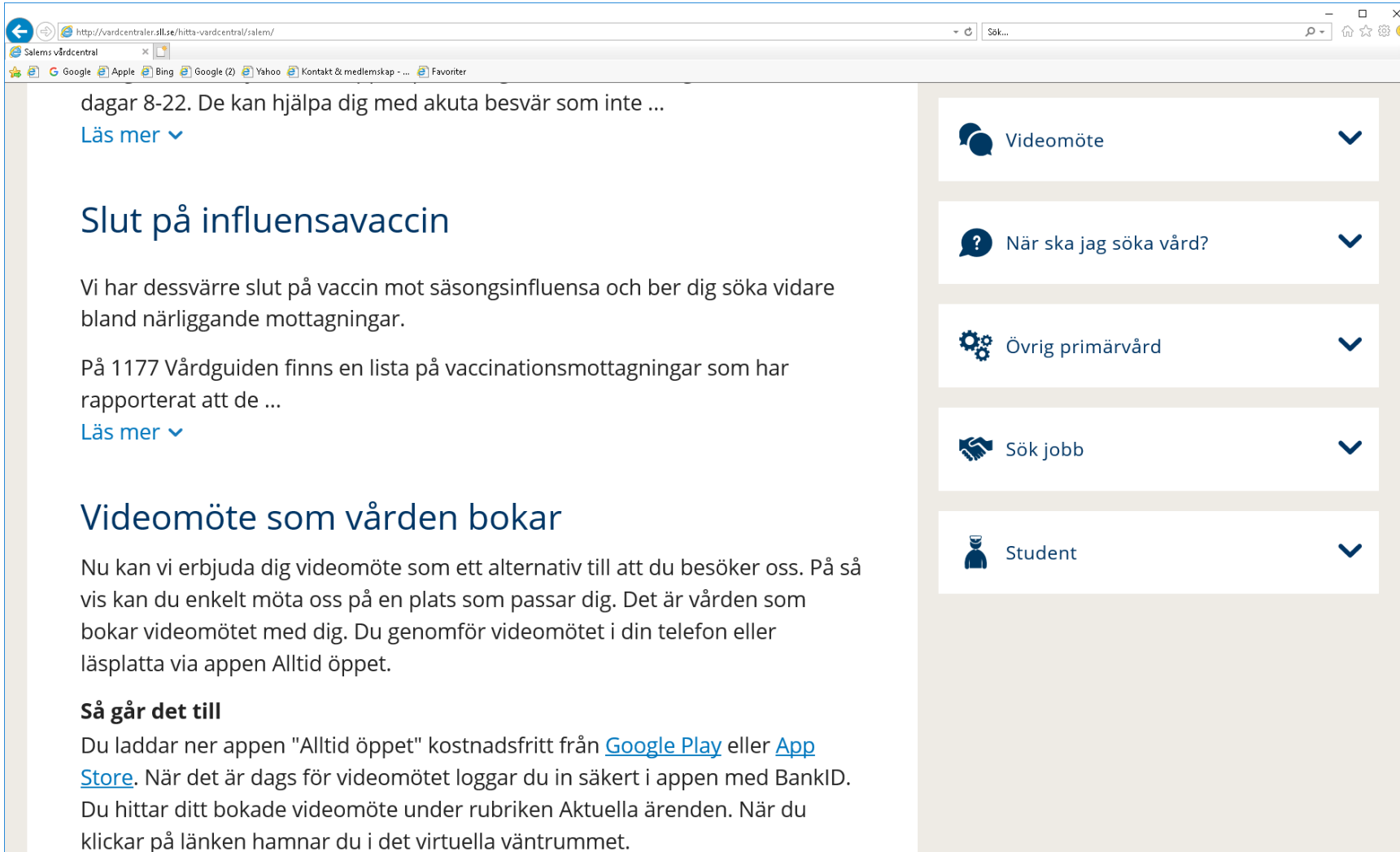
Bli patient

Öppettider

Akut hjälp 112

Välkommen till oss!

Videomöten-Salems vårdcentral...



dag 8-22. De kan hjälpa dig med akuta besvär som inte ...
[Läs mer](#) ▾

Slut på influensavaccin

Vi har dessvärre slut på vaccin mot säsongsinfluensa och ber dig söka vidare bland närliggande mottagningar.

På 1177 Vårdguiden finns en lista på vaccinationsmottagningar som har rapporterat att de ...
[Läs mer](#) ▾

Videomöte som vården bokar

Nu kan vi erbjuda dig videomöte som ett alternativ till att du besöker oss. På så vis kan du enkelt möta oss på en plats som passar dig. Det är vården som bokar videomötet med dig. Du genomför videomötet i din telefon eller läsplatta via appen Alltid öppet.

Så går det till

Du laddar ner appen "Alltid öppet" kostnadsfritt från [Google Play](#) eller [App Store](#). När det är dags för videomötet loggar du in säkert i appen med BankID. Du hittar ditt bokade videomöte under rubriken Aktuella ärenden. När du klickar på länken hamnar du i det virtuella väntrummet.

- Videomöte ▾
- När ska jag söka vård? ▾
- Övrig primärvård ▾
- Sök jobb ▾
- Student ▾

Berglins Lördag i Svenska Dagbladet



Fler aktörer som har fattat galoppen

Nu har du alltid veterinären med dig.

Råd Behandling Remiss

Gratis
veterinärbesök med din djurförsäkring

Besök oss på firstvet.se

Med FirstVet kan du vara trygg med att alltid få kvalitativ vård och rådgivning för ditt husdjur, var du än är. Ladda ner appen nu så har du alltid nära till veterinären!

FirstVet
Veterinärbesök i mobilen

Har Prince fått kattsnuva?

Gratis
veterinärbesök med din djurförsäkring

Då kan ni träffa veterinären direkt från vardagsrummet.

De flesta djurägare behöver inte åka in till kliniken efter att ha pratat med oss. Vi ger nämligen svar direkt i mobilen – så att ni kan fortsätta mysa i soffan.

FirstVet
Veterinärbesök i mobilen

En del nya begrepp - hälsoappar

Det omfattar också **hälsoappar** (program) som kan koppla upp sig mot medicintekniska produkter eller sensorer exempelvis armband eller klockor, personliga vägledningssystem, hälsoinformation och påminnelser om t.ex. medicinering

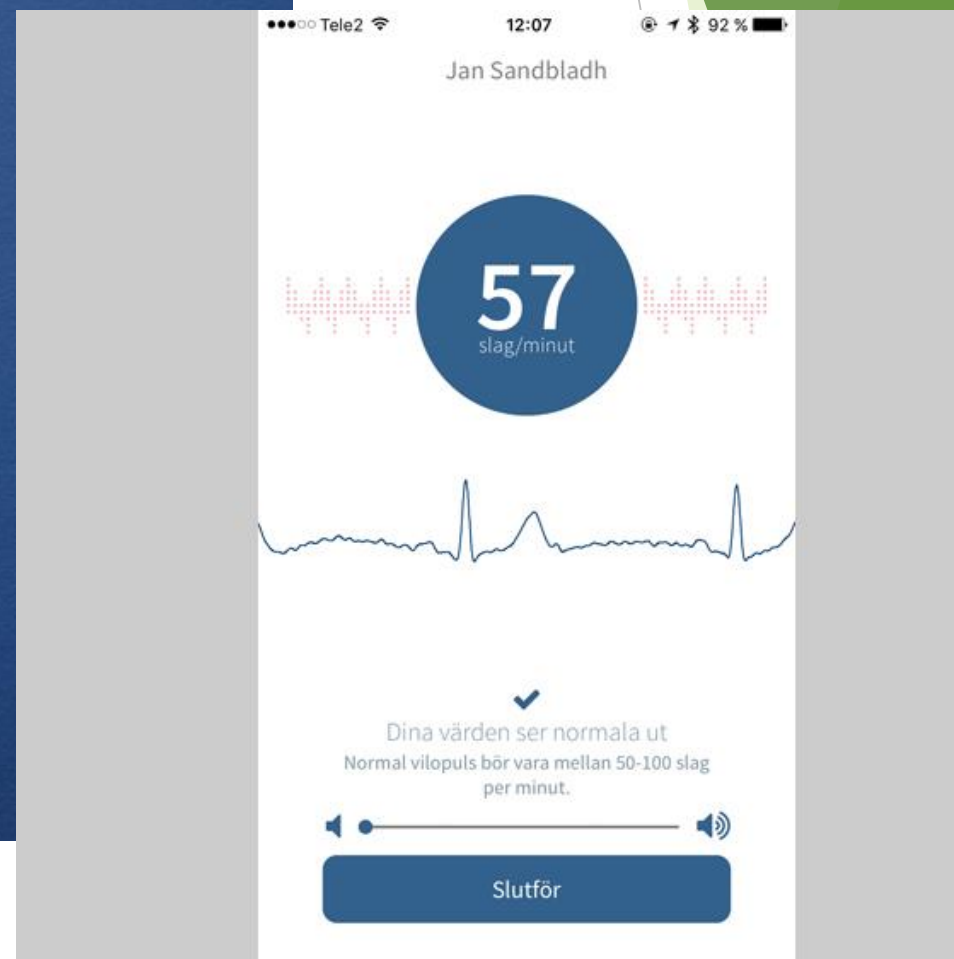


Evondos E-300

- Läkemedelsrobot som gör vardagen lättare för vårdtagare med långtidsmedicinering



Coala - digitalt stetoskop



Hälsoappar - PC FÖR ALLA:s 5 bästa

Din egen hälsocoach

Movesums tillverkare har även en mer avancerad app. Den heter Lifesum och fungerar som din egen hälsocoach. Du skriver in hur du tränar och vad du äter och får sedan tips om hur du kan förbättra din hälsa.

Lifesum

Ladda ned för Android 

Ladda ned för IOS 

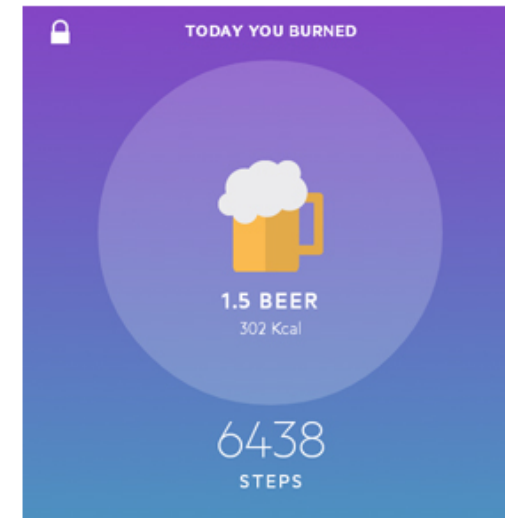
- www.lifesum.com 

Förvandla dina steg till öl

Det finns många stegräknarappar, men Movesum har ett annorlunda upplägg. Du sätter upp ett mål kring hur många steg du vill ta och när det är uppnått får du en uppmuntrande meddelande. Men inte nog med det. Antalet kalorier du har bränt omvandlas till olika maträtter. Du ser exempelvis hur många glas öl det motsvarar.

Movesum (Lifesum)

Ladda ned för Android 



Hälsoappar - PC FÖR ALLA:s 5 bästa



Rökfri (1177 Vårdguiden)

Ladda ned för Android

Ladda ned för IOS

- rokfri.1177.se

Smart sätt att räkna kalorier

SV. Om hälsa synonymt med viktninskning kan appen Kaloriräkn komma till pass. Appen innehåller näringsvärden för över sex miljoner olika livsmedel, så du får med andra ord en bra bild av vad du sätter i dig.

Kaloriräknare (Myfitnesspal)

Ladda ned för Android

Ladda ned för IOS

- www.myfitnesspal.com

I Apple-världen finns en liknande lösning som heter Health och som finns inbyggd i systemet.



Kör telefonens egen hälsoapp

Du behöver inte skaffa någon extern hälsosapp. Kör du Android kan du använda Googles egen app Fitness för att mäta och registrera din träningsuppgifter. Du gör det via mobilen, datorn eller en smartklocka.

Google Fitness

Ladda ned för Android

- www.google.com/fit

E-hälsa - en del nya begrepp

Termen **Telemedicin** innebär att ge medicinsk vård på distans. Det kan vara så enkelt som att två personer inom vården diskuterar ett fall över telefon. Mer avancerat är att använda satellitteknologi och video-konferensutrustning för att genomföra en realtidskonsultation mellan medicinska specialister i två olika länder. Det kan också involvera användning av en obemannad robot .



Begreppet välfärdsteknologi



SJÄLVSTÄNDIGHET



DELAKTIGHET



**SÄKERHET
OCH TRYGGHET**



AKTIVITET

E-hälsa - ett internationellt prioriterat område

Området har av EU pekats ut som ett av de starkaste tillväxtområdena i Europa.



Vision ehälsa 2025 – en överenskommelse mellan SKL och regeringen

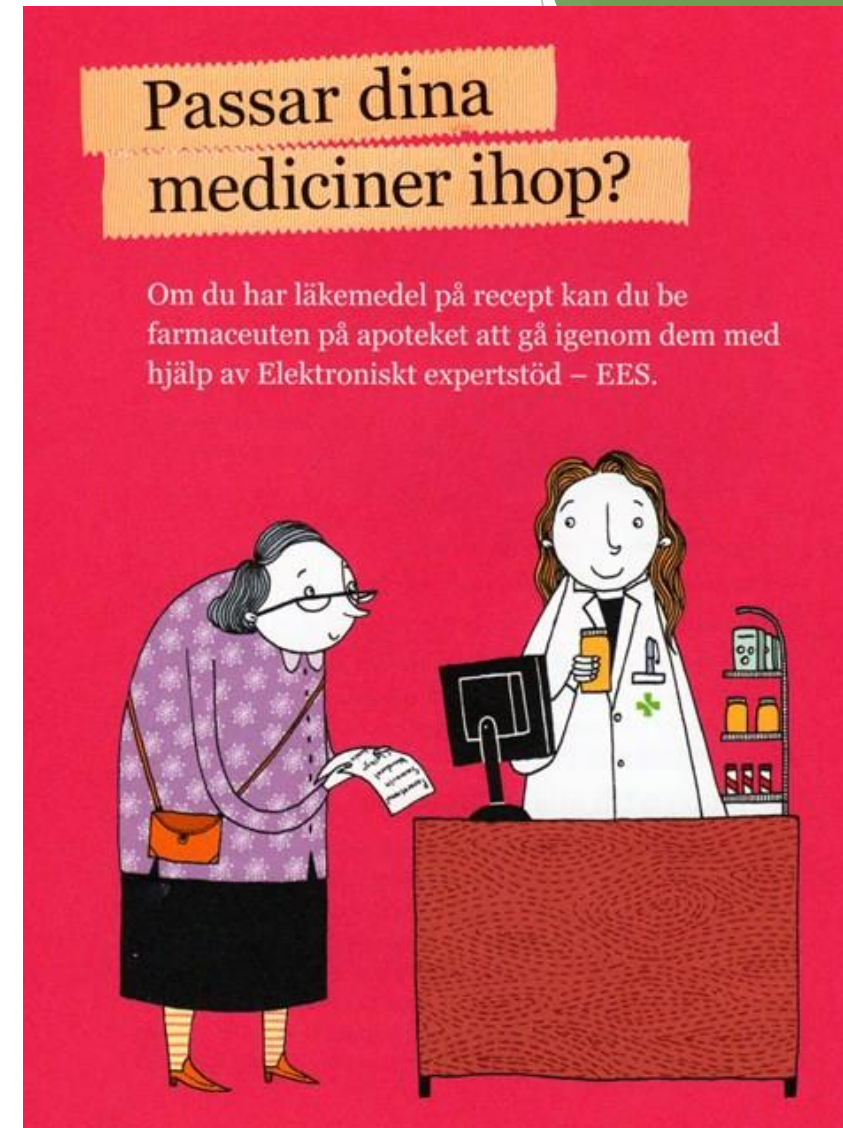
År 2025 ska Sverige vara bäst i världen på att använda digitaliseringens och e-hälsans möjligheter i syfte att underlätta för människor att uppnå en god och jämlik hälsa och välfärd samt utveckla och stärka egna resurser för ökad självständighet och delaktighet i samhällslivet



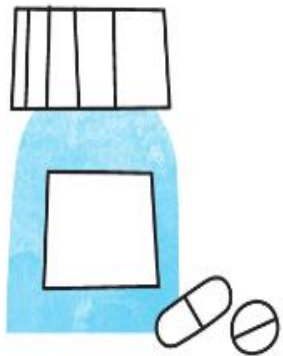
- ▶ <https://www.ehalsomyndigheten.se/>
- ▶ Det är en statlig myndighet, som bildades den 1 jan. 2014.
- ▶ Myndigheten arbetar för att vision e-hälsa ska bli verklighet.
- ▶ Myndighetens uppgift är att samordna regeringens satsningar inom e-hälsa och erbjuda ett antal produkter och tjänster till individer och yrkesgrupper. Genomgående handlar det om att bidra till bättre informationsutbyte inom hälsa, vård och omsorg.

- En tjänst som erbjuds i nuläget är:

Elektroniska expertsystemet (EES)
som hjälper farmaceuter kontrollera
olika läkemedel passar ihop.



- **Läkemedelskollen** är en ny e-tjänst för alla från 18 år med e-legitimation.



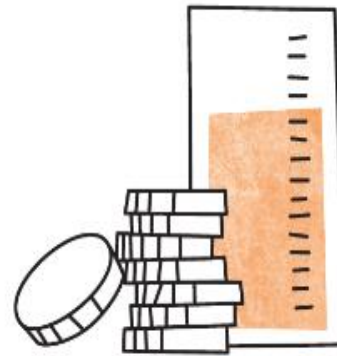
Recept

Se de recept som läkare skrivit ut till dig.



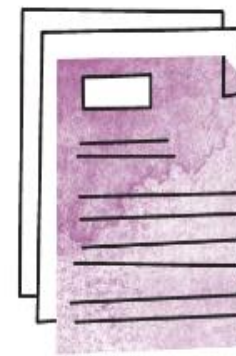
Uthämtade läkemedel

Kolla de läkemedel du faktiskt hämtat ut.



Högekostnadsskydd

Få koll på hur långt du har kvar innan ditt högekostnadsskydd träder in.



Registerutdrag

Hämta utdrag ur olika läkemedelsregister på de uppgifter som finns om dig där.

Hälsa för mig

Hälsa för mig ,

är ett personligt hälsokonto där du som privatperson kommer att kunna överblicka, lagra och administrera din hälsoinformation. Skulle tagits i drift i drift i början av 2017 men överklagats, läget just nu?

► <https://www.halsaformig.se/>

Personligt
hälsokonto 

Fortfarande stora hinder idag ??

- ▶ Sveriges 21 landsting har idag 6 olika journalsystem, som inte kan kommunicera med varandra.
- ▶ Vårdcentraler i samma landsting kan ha svårigheter att ta del av sjukhusjournaler.
- ▶ Saknas en "systemägare" för vårdsystem i Sverige

1177- Vårdguiden

The screenshot shows the 1177 Vårdguiden E-tjänster web interface. The header is teal with the 1177 VÅRDGUIDEN logo on the left, 'E-tjänster' in the center, and 'Inställningar' and 'Logga ut' on the right. Below the header, the user is logged in as 'Hans Carlsson'. The main content area is divided into several sections: 'Inkorg' (Inbox) with links for 'Meddelanden' (0 unread), 'Ärenden' (0 unread), 'Påminnelser', and 'Bokade tider'; 'Vårdval' (Care choice) with a link to 'Välj/ändra vårdval' and a selection for 'Salems vårdcentral'; 'Mottagningar' (Reception) with a link to 'Hitta och lägg till' and a selection for 'Urologmottagning, Huddinge, Karolinska Universitetssjukhuset'; 'Övriga tjänster' (Other services) with links for 'Journaltjänster', 'Läkemedelstjänster', and 'Alla övriga tjänster'; and 'Landstinget/regionen rekommenderar' (Recommended by the county/region) with links for 'Beställ klamydiahemtest', 'Fråga en sjuksköterska', and 'Fråga psykiatri'. A footer link 'er.se/mvk/settings.xhtml' is visible at the bottom left.

1177 VÅRDGUIDEN E-tjänster

Inställningar Logga ut
Inloggad som Hans Carlsson

Inkorg ⓘ

Meddelanden (0 olästa) ➤

Ärenden (0 olästa) ➤

Påminnelser ➤

Bokade tider ➤

Agera ombud ⓘ [Lägg till barn](#)

Vårdval ⓘ [Välj/ändra vårdval](#)

Salems vårdcentral ➤

Mottagningar ⓘ [Hitta och lägg till](#)

Urologmottagning, Huddinge, Karolinska Universitetssjukhuset ➤

Övriga tjänster ⓘ

Journaltjänster ➤

Läkemedelstjänster ➤

Alla övriga tjänster ➤

Landstinget/regionen rekommenderar ⓘ

Beställ klamydiahemtest ➤

Fråga en sjuksköterska ➤

Fråga psykiatri ➤

er.se/mvk/settings.xhtml

Frågor ?

E-hälso-status i Botkyrka kommun (2014)

Regionala projekt Nationell Patient Översikt NPÖ Videoteknik Trygg och säker i hemmet Socialtjänsten, 177 vårdguiden

Förvaltningen arbetar med projekt Digitalisering av äldreomsorgen i Botkyrka projektledare är Henrik Lejervik.

Pågående projekt: LifeCare, mobil hemtjänst, Digital nyckelhantering, Digitala trygghetslarm

Patientjournal - från manuellt till digitaliserat - ett stort steg...

- ▶ Bifogas några utdrag av texter. Det kan bli ganska roligt när man läser dem lösryckta ur sitt sammanhang. Här kommer några exempel...

Några utdrag ur patientjournaler

- ▶ Sedan patienten slutade röka har hans lukt kommit tillbaka
- ▶ Har mått relativt bra i gipset
- ▶ Har huvudvärk i huvudet
- ▶ Fick dock besked om att hjärtat var bra, men att hon skulle återkomma om hon blev medvetslös

Några utdrag ur patientjournaler

- ▶ Smärtan i ryggen kommer när patienten ligger raklång med båda benen på rygg
- ▶ Detta var de patienter som blev liggande på mitt skrivbord
- ▶ Patienten har tidigare haft öron men de har ramlat bort
- ▶ Avföringen har samma färg som dörrarna på avdelning 19

Några utdrag ur patientjournaler

- ▶ Ibland mår patienten bra, ibland sämre, ibland mår hon inte alls
- ▶ Kräkningarna försvann på efter middagen, likaså maken
- ▶ Sköts i hemmet av maken som är militär

Några utdrag ur patientjournaler

- ▶ Mat får han av sonen som är infrysst
- ▶ Är allergisk mot hösnuva
- ▶ Tycker att han kissar bra. Som en häst enligt egen utsago
- ▶ Patienten tycker att höger tå hänger ned något jämfört med de andra fingrarna

Några utdrag ur patientjournaler

- ▶ Patient med ansiktseksem. Hudbesvär i samband med att han använder kalsonger
- ▶ Söker på grund av medvetslöshet
- ▶ Patienten är medvetslös vid undersökningen men säger att han i övrigt mår bra.

Några utdrag ur patientjournaler

- ▶ Behöver två levande personers stöd
- ▶ Rekommenderas återkomma om besvären håller i sig.
Ringer en månad innan
- ▶ Går som tidigare på sina egna ben

Några utdrag ur patientjournaler

- ▶ Hon kom gåendes med endast ena benet i strumpbyxan applicerad, det andra hänger fritt
- ▶ Haft värk i höger öra som nu försvunnit
- ▶ Far och mor avled när hon var 12 år gammal. De har ingen kontakt med henne

Några utdrag ur patientjournaler

- ▶ Inkommer nu på grund av att hon fått ont i gipset
- ▶ Slagit huvudet i en fotbolls-match
- ▶ Tilläggas bör att någon väsentlig temperaturskillnad ej kan kännas mellan benen

Några utdrag ur patientjournaler

- ▶ Patienten får nässelfeber av kontrastmedel, jordgubbar, räkor liksom fler av barnen
- ▶ Har varit och fjällvandrat. Nedkom med helikopter igår
- ▶ Patienten har återigen fått ont i värken
- ▶ Patienten har bedömts som osammanhängande

Några utdrag ur patientjournaler

- ▶ 1994 fick patienten en grävsropa över sig. Sedan dess ringningar i öronen
- ▶ Har börjat få blodiga små matskedar i avföringen upp till 15-20 ggr/dag
- ▶ Stumpen blödde igenom varför den byttes
- ▶ Uppjagad man som håller huvudet i vänster hand