

Behandlarguide digital patientutbildning

”Att leva ett aktivt liv med benskörhet”

Kort beskrivning av programmet

Programmet riktar sig till patienter med diagnosen osteoporos och syftar till att ge patienten god kunskap inom områden som är centrala vid osteoporos som till exempel medicinering, kost, fysisk aktivitet och träning, samt fallprevention och ergonomi. Programmet syftar också att erbjuda patienten stöd till beteendeförändringar som är bra för skeletthälsan.

Programmet är lämpligt för

Patienter med diagnos osteoporos eller osteopeni/rubbning i bentäthet.

Avgränsning

- Kräver god kunskap i svenska språket
- Kräver e-legitimation
- Kräver mobiltelefon, surfplatta eller dator med internetuppkoppling

Profession/er som är behandlare

Vanligen fysioterapeut eller sjuksköterska (t.ex. frakturkoordinator) men även andra professioner med god kännedom om osteoporos kan vara behandlare i programmet.

Inloggning

För personal i Stöd och behandling

<https://personal.sob.1177.se>

- **Region Jönköpings län:** Behandlare rekommenderas att lägga till Stöd och Behandling under ”Mina system” på intranätets startsida.
- **Region Kalmar län:** Behandlare rekommenderas att lägga till Stöd och Behandling under ”Favoriter” på intranätets startsida.
- **Region Östergötland:** Behandlare rekommenderas att lägga till Stöd och Behandling under ”Favoriter/applikationer” på intranätets startsida.

För invånare

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

Övningsmiljö (Designverktyget)

Som behandlare: <https://dv.personal.sob.1177.se>

Som testpatient: <http://dv.sob.1177.se>

Slå på aviseringar (om det finns aviseringar på flaggor)

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".

Programmets innehåll

Programmet innehåller åtta tematiska moduler samt en inledande och avslutande modul. Samtliga moduler är öppna för patienten vid start. Patienten väljer själv i vilken takt de jobbar igenom innehållet. Programmet rekommenderas att vara öppet/tillgängligt för patienten i 12 månader.

Inledande modul

- Introduktion

Tematiska moduler:

1. Vad är benskrörhet?
2. Utredning vid misstanke om benskrörhet
3. Läkemedelsbehandling
4. Levnadsvanor (inklusive fysisk aktivitet, kost, rökning och alkohol)
5. Förebygg fallolyckor
6. Fysisk träning
7. Rehabilitering efter kotkompression
8. Benskrörhet påverkar vardagen

Avslutande modul:

- Klar med programmet

Stöd till beteendeförändring:

I samtliga tematiska moduler finns reflektionsuppgifter, instuderingsfrågor, och checklistor som även går att skriva ut. Samtliga uppgifter är uppbyggda så att ingen aktiv interaktion med behandlare krävs. Men meddelandefunktionen är alltid öppen så att patient vid behov kan kontakta sin ansvariga behandlare.

Programmets funktionalitet

Patientens översikt, fliken "Hantera"

Under information om momentet kan du se hur länge patienten har haft tillgång till sitt moment och när patienten senast var aktiv. Rekommenderat antal dagar är 365 dagar. Det gör inget om momentet överskrider det antalet dagar eller om momentet avslutas i förtid av behandlare. Rekommenderat antal dagar syns inte för patienten.

Hantera

Meddelanden

Tidslinje

Flaggor och aktivitetsplaner

INFORMATION OM MOMENTET

Momentet startade

2 januari 2025

Senast aktiv ⓘ

Ingen aktivitet

Invånarens mobilnummer ⓘ

Momentet har pågått

0 dagar (rekommenderat 100 dagar)

Ansvarig behandlare ↔

Anna Norrenge

+ Visa inställningarna för momentet

Hantera

Meddelanden

Tidslinje

Flaggor och aktivitetsplaner

INFORMATION OM MOMENTET

Momentet startade

7 mars 2025

Senast aktiv ⓘ

Ingen aktivitet

Invånarens mobilnummer ⓘ

Momentet har pågått

0 dagar (rekommenderat 365 dagar)

Ansvarig behandlare ↔

+ Visa inställningarna för momentet

Moduler

Alla moduler är startade (synliga för patienten) från start.

Vid varje modul står det "Antal dagar kvar". När dessa räknar ned till noll händer ingenting. Patienten kan fortfarande komma åt innehållet i modulen. Nedräkningen av dagar visas inte för patienten.

Flaggor

Flaggor är till för att uppmärksamma olika händelser i programmet. Dessa syns under fliken Mina och Alla. Följande flaggor finns i programmet:

Till patient:

- Påminnelse 90 dagar efter start: när patienten haft momentet i 90 dagar får hen en flagga med följande beskrivning: Det har gått en tid sedan du fick tillgång till din utbildning om benskörhet. Du kommer att ha tillgång till den i nio månader till. Har du några frågor kan du skicka ett meddelande till din behandlare.

Till behandlare:

- Meddelande till behandlare: när patienten skickar ett meddelande till behandlaren.
- Invånare inaktivitet: när patienten inte varit inloggad på 14 dagar.

Namn ↕	Personnummer ↕	Momentstart ↕	Senast aktiv ↕ ⓘ	Flaggor ▾ ⓘ
Doe, Jane ⓘ	19910128-XXXX	2025-01-02	2025-01-02	

Hantera flagga från patient

För att hantera eller ta hand om en flagga går det att antingen klicka direkt på flaggan eller att gå in i invånarens moment och hantera flaggan där.

Avisering till patient vid meddelande

Avisering vid nytt meddelande till patienten görs av behandlare när meddelandet skrivs, detta är redan förifyllt. Välj om aviseringen ska ske direkt eller uppsamlat (välj uppsamlat om du skickar flera meddelanden till samma patient för att undvika dubbla aviseringar).

Uppföljning
UTKAST

Antal tecken: 11/100

Vi har skapat en konversation för att gruppera dina meddelanden. Du kan ta bort konversationen tills dess att du skickat ditt första meddelande.

Skriv ett meddelande till invånaren, minst 1 tecken: ⓘ

[ÖPPNA I EGET FÖNSTER](#)

Hej Jane, hur går det?

Enbart textformatering i form av kursiv och fet stil tillåts i meddelanden.
Vi rensar bort övrig formatering av text.

☒ Avisera till inkorgen i e-tjänsterna

Välj hur meddelandet ska aviseras ⓘ

Direkt

Invånaren har inte aktiverat notifiering via SMS eller e-post

TA BORT KONVERSATIONEN
SKICKA MEDDELANDE

Bokmärke

Patienten kan favoritmarkera varje steg och göra ett bokmärke för att lättare hitta tillbaka till sidan. Alla bokmärken hittar patienten under "Bokmärken".

Skelettets funktion

Markera bokmärke



Ditt skelett har flera viktiga uppgifter. Det ska till exempel:

- Hålla kroppen upprätt.
- Agera hävstång för muskler. Musklerna fäster i skelettet och använder det som hävstång för kraftöverföring och kan

Rekommenderat arbetssätt

1. Remissbedömning (från vårdgivare eller patient); är patienten lämplig för SOB? Se "avgränsning".
2. Patienten kontaktas. Om aktuell för behandlingsstart skrivs patientens personnummer i SOB och starta nytt moment "Att leva ett aktivt liv med benskörhet".
3. Patient meddelas att behandlingen är startad via 1177 personalverktyget alternativt i direkt kontakt (telefon eller vid besök). I samband med detta skickas ett informationsbrev som beskriver SOB, inklusive inloggningsprocedur och syftet med programmet.
4. Har ingen inloggning skett närmaste 2 veckor efter att patienten fått behörighet till programmet tar du kontakt med patienten via 1177 personalverktyget och hör om de haft problem eller finns någon annan anledning.
5. Avsätt tid en gång per vecka där du loggar in och besvarar/följer upp patienter.
6. Efter 12 månader avslutas patienten i programmet. Inget meddelande behöver skickas till patienten i samband med detta.
7. Momentet gallras från Stöd och Behandling

Reservrutiner i Stöd och behandling

Det är viktigt att lämpliga lokala rutiner upprättas för att bevaka samtliga patienter vid frånvaro av behandlare.

Gallring

När patienten är avslutad i programmet (efter ev. vidmakthållandefas) ska patientuppgifter gallras (raderas) från 1177 Stöd och behandling. Eftersom 1177 Stöd och behandling inte är klassat som ett journalsystem är det enligt lag inte tillåtet att lagra patientdata i plattformen längre än två år från det att man startat upp patienten i ett moment.

Gallring görs av rollen dataadministratör på din enhet enligt lokal rutin.

Förhållningssätt

I Stöd och behandling sker kommunikation skriftligt. Här får du några tips:

- Uttryck dig sakligt och fritt från värderingar. Tänk på vilka normer du eventuellt förmedlar.
- Svaren ska vara tydliga och konkret formulerade. Tänk på att skriva lättillgängligt.
- Fokusera på att stärka patienten. Uppmuntra det som fungerar och föreslå strategier för det som inte fungerar.
- Svara patienten på liknande sätt som patienten skrivit, det vill säga om patienten skriver kortfattat – ge kortfattade svar och om patienten skriver längre och mera ingående texter – svara mera detaljrikt

Journaldokumentation

Den behandling som sker via stöd och behandlingsplattformen behöver dokumenteras av behandlaren i regionens journalsystem. Det är viktigt att man i samband med uppstart ange åtgärds kod (KVÅ):

- **GB009** Patientutbildning
- **QB003** Fallprevention
- **ZV044** Behandling över internet

Det rekommenderas att även ICD kod sätts.

Det rekommenderas att man skriver en kort sammanfattning av relevanta journaluppgifter kring osteoporos. Detta kan inkludera t.ex. diagnos, tidigare frakturer, riskfaktorer inklusive hereditet, fallhändelser och fallriskfaktorer, aktuell läkemedelsbehandling.

Sekretess

Data från Stöd och behandling hanteras på samma sätt som data hanteras i annan hälso- och sjukvård. Stöd och behandling är inget journalsystem, men samma regler gäller och all aktivitet loggas.

Support

För mer information och tips se:

- Region Jönköpings län: <https://folkhalsaochsjukvard.rjl.se/administration/e-tjanster/stod-ochbehandling>
- Region Kalmar län: <https://vardgivare.regionkalmar.se/stod-och-behandling>
- Region Östergötland: <https://vardgivare.regionostergotland.se/vgw/it-och-service/e-tjanster/stod-och-behandling>

Teknisk support för behandlare, kontakta:

- Region Jönköpings län: Kundservice tel. 141 41 eller anmälan via tjänstekatalogen
- Region Kalmar län: stodochbehandling@regionkalmar.se
- Region Östergötland: Stöd och service tel. 360 00 eller anmälan via <https://stodochservice.lio.se/ROSelfService>

Teknisk support för invånare

Invånare får support via 1177.se. Sök på Support för e-tjänster.

Vid frågor gällande innehållet den digitala patientutbildningen "Att leva ett aktivt liv med benskörhet"

Övergripande frågor:

E-hälsoförvaltningen Region Östergötland (Ehalsa@regionostergotland.se)

Innehåll:

Anna Spångeus, Biträdande professor, Överläkare, osteoporosmottagningen Rörelse och hälsa, Region Östergötland, anna.spangeus@regionostegotland.se, tel: 010-103 0000

Johanna Wibault, Med. Dr., Specialistfysioterapeut, Primärvårdsrehabilitering, Rörelse och hälsa, Region Östergötland, johanna.wibault@regionostergotland.se, tel: 010-103 0000