

Bli vän med din mage – stöd vid IBS

Denna metodbok är ett stöd för dig som behandlare i det digitala stödprogrammet "Bli vän med din mage – Stöd vid IBS". Programmet riktar sig till patienter som har en IBS-diagnos.

Fördelar

- Behandling i patientens egen takt
- Möjlighet att repetera informationen
- Patienten får ett snabbt omhändertagande
- Patienten får gedigen grundutbildning om IBS

Avgränsning

- Kräver god kunskap i svenska språket
- Patient som inte har IBS-diagnos
- Kräver e-legitimation
- Kräver mobiltelefon, surfplatta eller dator med internetuppkoppling

Plattformen Stöd och behandling

Patienten tilldelas "Bli vän med din mage – Stöd vid IBS" i Stöd och behandling av sin behandlare. Patienten loggar in på 1177.se 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

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

- För Region Jönköpings Län: Rekommenderas att behandlare lägger till Stöd och Behandling under "Mina system" på intranätets startside.
- För Region Kalmar Län: Rekommenderas att behandlare lägger till Stöd och Behandling under "Favoriter" på intranätets startside.

För invånare

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

Programmets innehåll



Som en överskådlig hjälp för behandlare att se hur länge invånaren har haft tillgång till sitt moment

visas en så kallad förloppsmätare. Enligt den så har invånaren tillgång till momentet i 60 dagar. Här visas också hur många moduler som är satta som avklarade av behandlaren.

Det gör inget om momentet överskrider det antalet dagar eller om momentet avslutas i förtid av behandlare.

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

Aktuella moduler

Invånarvyerna har uppdaterats med ett nytt utseende, något vi ännu inte visar i granskningsläget i steg och formulär. Vi rekommenderar därför att du testar den nya designen genom att först publicera momentet för test och sedan starta momenten på dig själv som testinvånare. På så sätt ser du hur det kommer presenteras visuellt för användaren.

Börja här	Synliga steg: 7 av 7	Sätt till avklarad	Dagar kvar: 7
IBS – känslig tarm	Synliga steg: 19 av 19	Sätt till avklarad	Dagar kvar: 7
Matens påverkan på mag- tarmkanalen	Synliga steg: 23 av 23	Sätt till avklarad	Dagar kvar: 53
Hantera stress och oro	Synliga steg: 8 av 8	Sätt till avklarad	Dagar kvar: 53
Hitta vägen framåt	Synliga steg: 1 av 1	Sätt till avklarad	Dagar kvar: 53
Hur har det gått?	Synliga steg: 3 av 3	Sätt till avklarad	Dagar kvar: 7

Steg måste genomföras i kronologisk ordning

När invånaren får ta del av nya avsnitt i modulerna måste invånaren öppna sidorna i den ordning som de ligger i momentet. När invånaren väl har varit inne på en sida kan hen sedan hoppa fram och tillbaka i momentets innehåll.

När behandlaren går in i en modul i invånarens moment och klickar på ett steg som inte invånaren har "låst upp" visas en list där det står: Steget är ännu inte tillgängligt för invånaren. Behandlare kan öppna alla moduler innan patienten gått igenom alla steg i föregående modul.

Steget är ännu inte tillgängligt för invånaren

Bokmärken

Varje steg, sida med innehåll, kan invånaren favoritmarkera och göra ett bokmärke för att lättare hitta tillbaka till sidor som har extra värde för den. Alla bokmärken finns i översikten i invånarvyn.

Moduler och avsnitt

Modul 1: Börja här (öppen från start)

- Introduktion
- Matdagboken som bör fyllas i av invånaren innan de fortsätter med programmet.

Modul 2: IBS – Känslig tarm (öppen från start)

- Vad är IBS?
- Så här fungerar mag-tarmkanalen
- Behandling

Modul 3: Matens påverkan på mag-tarmkanalen *(öppnas av behandlare för patienten 1 vecka efter start. Behandlare skickar ett meddelande till patienten när modul 3, 4 och 5 öppnas)

- Underlätta för magen
- Livsmedel som påverkar magen
- Fibrer kan påverka dina magbesvär
- Vad är FODMAP?

Modul 4: Hantera stress och oro *

- Vårt nervsystem

Modul 5: Hitta vägen framåt *

- Sammanfattning

Modul 6: Hur har det gått?

- Invånaren får dagen efter att behandlare aktiverat modulen en avisering om att det är dags att göra uppföljningen i "Bli vän med din mage – stöd vid IBS". I aviseringen står det som rubrik: *Bli vän med din mage - stöd vid IBS, hur har det gått?* Och i texten: *Du har fått tillgång till modulen "Hur har det gått? Besvara frågorna i modulen.*

Rekommenderat arbetssätt

1. Remissbedömning; är patienten lämplig för SOB? Se "avgränsning".
2. Skicka remissbekräftelse till patienten. Patienten uppmanas att kontakta mottagningen inom 14 dagar för att få tillgång till programmet.
3. Om patienten tackar ja startar behandlare upp patienten i "Bli vän med din mage – stöd vid IBS".
4. Avsätt tid i din tidbok för att arbeta med dina pågående patienter (ca 5 min/patient/vecka). Behandlare besvarar eventuella meddelanden från patienten. Invånaren har möjlighet att skicka meddelande till sin dietist via "Bli vän med din mage – stöd vid IBS". Viktigt att tydligt tala om för invånaren att inga akuta ärenden ska skickas via programmet. Akuta ärenden tas om hand på sedvanligt sätt.

5. Telefonuppföljning bokas in när modulen "Hitta vägen framåt" är slutförd av patienten. Du öppnar samtidigt upp modulen "Hur har det gått?".
6. Om patienten har behov av programmet efter telefonuppföljningen kan momentet sättas i vidmakthållande. Då kan patienten fortfarande komma åt programmet, men inte skicka meddelanden eller svara på formulär. Kom överens med patienten hur länge programmet ska vara i vidmakthållare (max 90 dagar). Efter vidmakthållandet avslutas momentet manuellt av behandlare.
7. Avsluta momentet (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 de nedladdningsbara PDF-filerna. Varje steg går att spara ned som PDF för invånaren. Observera att eventuella meddelanden i programmet inte går att spara ned som PDF. I modulen "Hitta vägen framåt" finnas det en PDF som innehåller en sammanfattning av programmet.
8. Glöm inte att gallra patienten (radera personuppgifter) under fliken "Avslutade". Detta måste genomföras enligt lagkrav då det inte är tillåtet att lagra personuppgifter i systemet. Radera personuppgifter efter avslutad behandling i SoB.

Funktioner i Bli vän med din mage – stöd vid IBS

Flaggor

I Bli vän med din mage – stöd vid IBS finns det så kallade flaggor på vissa funktioner. Detta för att uppmärksamma antingen behandlare eller invånare på att något har hänt i programmet.

Följande flaggor finns för behandlare:

- Formulär sparat
- Nytt meddelande

Följande flaggor finns för invånare:

- Uppföljning

Du ser om det finns en flagga när du har gått in i Stöd och behandling i översikten över patienterna, antingen i Mina- eller Alla-fliken.

Namn	Personnummer	Momentstart	Senast aktiv	Flaggor
Doe, Jane !	19910128-xxxx	2022-12-01	2022-12-19	1

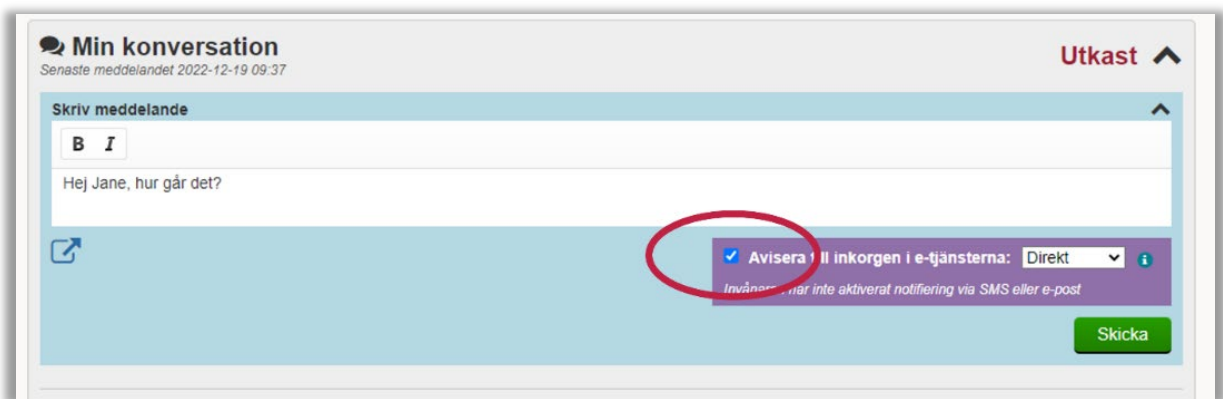
I det här exemplet visas flaggor för formulär sparat och nytt meddelande.

Hantera flagga från invånare

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 invånare vid meddelande

Avisering vid nytt meddelande till invånaren görs av behandlare när meddelandet skrivs.



Förhållningsätt

Ett internetbaserat stödprogram innebär en avgränsad kontakt som skiljer sig från fysiska besök/kontakter. En stor del av kommunikationen sker skriftligt. Nedan följer tips för att underlätta kommunikationen:

- 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, d.v.s. 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 Cosmic. Dokumentera i samband med start och avslut av programmet samt det som är relevant för patientens vård och behandling.

Se lokal rutin för val av vårdtjänst, dokumentation, frasminnen.

Administration

Ingen patientavgift tas ut för "Bli vän med din mage – stöd vid IBS". Patienten faktureras för telefonuppföljning med dietist.

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-och-behandling>

Region Kalmar län: <https://vardgivare.regionkalmar.se/stod-och-behandling>

Teknisk support för behandlare, kontakta:

Region Jönköpings län: Kundservice 14141 eller anmälan via tjänstekatalogen

För Region Kalmar län: stodochbehandling@regionkalmar.se

Teknisk support för invånare finns via 1177.se.

Vid frågor gällande Bli vän med din mage – Stöd vid IBS kontakta gärna:

Region Jönköpings län

jessica.nystrom@rjl.se eller pauline.adolfsson@rjl.se

Region Kalmar län

teresa.olsson@regionkalmar.se eller evelina.torneus@regionkalmar.se

Datum	Ändringshistorik	Av vem
23-09-19	Borttagning av flagga för behandlare vid uppföljning. Text om vidmakthållande tillagd. Telefonuppföljning bokas först när programmet är slutfört.	Anna Norrenge, Region Kalmar län genom arbetsgruppen nedan
23-02-01	Behandlarmanualen upprättades.	Evelina Torneus, Teresa Olsson, Region Kalmar län Jessica Nyström, Pauline Adolfsson, Region Jönköpings län