

INNOVATION

Framtidens vård

Fokus diabetes



JUNI 2021

*Välkommen att vara
delaktig i att skapa
framtida läkemedel-
Probare **sid.2***

*Framsteg inom
diabetes hjälpmedel
ger helt ny frihet
sid.4*

*Osteoporos
förbundet:
Tillsammans
blir vi starka
därför behöver
vi dig! **sid.15***

Profilen: VD för Previa

CARINA REIDLER

*"Att fler arbetsplatser utvecklar hälsa och god
arbetsmiljö vinner hela samhället på" **sid.8***

Tandvård  Värnhem

Ledare

För 100 år sedan hade jag inte överlevt

För hundra år sedan var diabetes en dödsdom, det fanns ingen medicin och de som fick diabetes avled inom ett år från insjuknandet. Tack vare innovationer kan jag och andra personer med diabetes idag leva ett långt liv.



Björn Ehlin

Behandlingen av diabetes har utvecklats genom åren och för personer med diabetes är det insulinet som uppfanns 1921, samt tablettbehandling vid typ 2-diabetes på 1940-talet, som haft störst påverkan. Insulinet förlängde livslängden efter insjuknande till åtta år. Då blodsockermätare inom sjukvården introducerades på 1950-talet ökade livslängden med fyra decennier, och 30 år senare med ytterligare två decennier efter att insulinpumpar och blodsockermätare för egenvård introducerats.

Innovation och överlevnad har gått hand-i-hand vid behandling av diabetes. Utvecklingen av mediciner, behandlingsmetoder och tekniska hjälpmedel har lett till längre liv och förenklat vardagen för personer med diabetes. Under de senaste 20 åren har vi sett kontinuerliga glukosmätare och insulinpumpar samt hur integrationen mellan dessa underlättat egenvården.

Dygnet runt, 365 dagar om året är det den som själv har diabetes som sköter behandlingen av sin sjukdom. För många är det en gång per år som behandlingen

granskas av vården, i mötet med en sjuksköterska eller läkare.

Tekniska hjälpmedel har en enorm potential att underlätta och öka livskvaliteten för personer med diabetes, men också ge vården viktiga underlag för att diskutera och analysera behov av förändringar i behandlingen.

Idag skapar regionala riktlinjer och upphandlingar av hjälpmedel betydande skillnader och en ojämlik vård, vilket driver kostnader för samhället och påverkar livskvaliteten negativt för enskilda indi-

vider. Det är av yttersta vikt, för samhället i stort och för personer med diabetes, att nya behandlingsmetoder och hjälpmedel görs tillgängliga oavsett bostadsort.

Fortsatt innovation kommer förbättra vården, livskvaliteten och förlänga livet för personer med diabetes – alla skall ha samma tillgång!

Björn Ehlin
Förbundsordförande
Svenska Diabetesförbundet



PROBARE – LÄKEMEDELSFORSKNING OCH LÄKARMOTTAGNING I LUND OCH STOCKHOLM

PROBARE bedriver läkemedelsforskning i samarbete med olika läkemedelsbolag sedan 2008. Vi finns i centrala Lund och Stockholm.

Just nu kan du anmäla ditt intresse och vara delaktig i att skapa framtida läkemedel inom;

- Depression
- Diabetes hos personer med hjärt-kärlsjukdomar/stroke (enbart i Lund)

Vi utför också hälsoundersökningar och körkortsintyg (gällande högre behörighet, diabetes eller andra sjukdomstillstånd, ej missbruk inkl alkohol) både i Lund och Stockholm.

Är du intresserad av att veta mer om vår verksamhet antingen som patient eller uppdragsgivare, boka tid eller delta i en läkemedelsprövning är du välkommen att kontakta Ewa Karlsson på tfn 0732-300 450 el maila ewa.karlsson@probare.se

Känner du dig deprimerad och nere trots insatt antidepressiv behandling?

Just nu har vi tre olika läkemedelsstudier där vi provar ut både läkemedel under utveckling och redan godkända läkemedel.

Samtliga studier är godkända av Läkemedelsverket och Etikprövningsmyndigheten.

Vår forskning och din insats kan ge både dig själv och andra ett friskare liv

Vidare har vi en specialistläkarmottagning i Lund för dig med psykiatriska problem.

För mer information och intresseanmälan är du välkommen att kontakta:

ProbarE, Ewa Karlsson, tfn 0732-300 450 el maila ewa.karlsson@probare.se

Ansvariga läkare är Anders Luts och Peter Bosson

Besök gärna vår hemsida

www.probare.se

P PROBARE



EEZYFLOW SOVKRAGE - Friare luftvägar reducerar snarkning

Sov skönt i en sovposition liknande framstupa (stabilt) sidoläge. Eezyflow ger dig möjligheten genom att hålla huvudet uppåt, lätt sträckt bakåt, något framskjuten käke och stängd mun. Vakna mer utvilad utan muntorrhet.

zzz

Snarkning uppstår i de vävnader som vibrerar i de övre luftvägarna. Vibrationerna kan ske högt upp i näsan, i den mjuka gommen eller bakom tungan, men oftast är det en kombination av dessa.

EEZYFLOW SOVKRAGE

CE-märkt medicinteknisk produkt

Nära & Schysst
Tillverkning i Sverige & Danmark



EEZYFLOW - ETT HANTVERK - PATENTERAD
Gjuts i specialtillverkade formverktyg
Inställbar i höjddled



RÅD FÖR EGENVÅRD

Undvik att böja halsen framåt under sömn, det kan täppa till/göra svalget trängre. Sträck ut halsen bakåt för lättare andning. Undvik munandning då tungan tenderar att sjunka/falla bakåt.



Bekväm även som stöd/resekrage
Använd utvilad utan nackspärr/muntorrhet

- Mjuk, fjäderlätt och luftig
- Tryckavlastande skum
- Skönt stöd för hakan
- Formas av kroppsvärmen
- Hudvänlig
- Överdrag av härlig svensk bomullstrika
- 100 % ekologisk bomull

Snarkning kan leda till obstruktiv sömnapné syndrom (OSAS) - från 5 andningsuppehåll per sömntimme och uppåt - Vid misstanke om OSAS be om en remiss till en sömnklinik för utredning och effektiv behandling.

Vid sömn bör andning ske genom näsan av flera anledningar. Näsan renar, temperaturreglerar och befuktar inandningsluften. Man får bättre syresättning och sover lugnare.



SOCIAL SNARKNING & OBSTRUKTIV SÖMNAPNÉSYNDROM (OSAS) - EN SJUKDOM VÄRDEN
Normala värden "social snarkning" färre än 5 andningsuppehåll per sömntimme.
Lindrig sömnapné
5-15 andningsuppehåll per sömntimme.
Måttlig sömnapné
16-30 andningsuppehåll per sömntimme.
Grav sömnapné
fler än 30 andningsuppehåll per sömntimme.
Obehandlad sömnapné syndrom
ökar risken för högt blodtryck, hjärt- kärlsjukdomar, stroke samt diabetes II.

För mer information om Eezyflow, snarkning och dess orsaker, olika råd för egenvård av professionen m.m. besök gärna vår hemsida/e-butik.

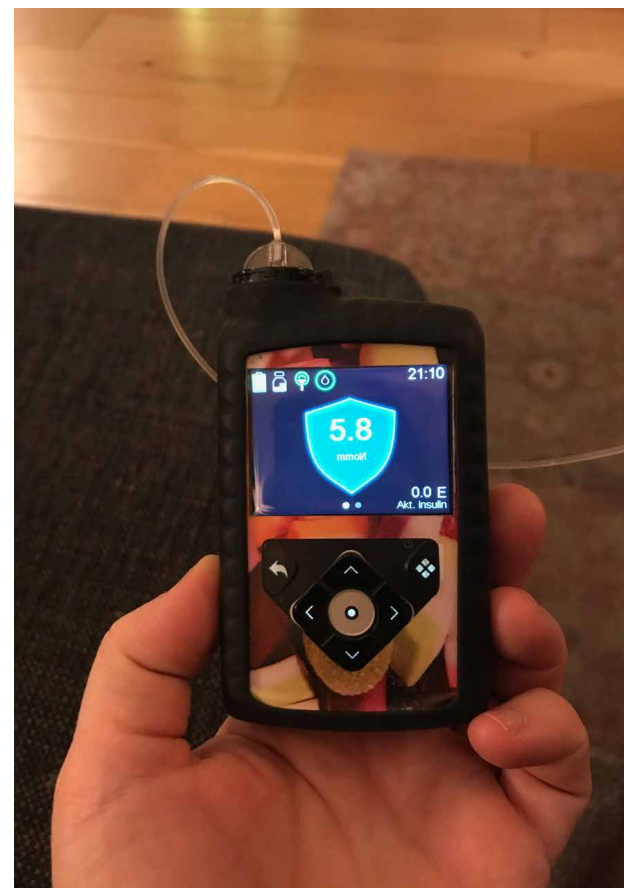


www.eezyflow.com
Tel. 08 636 50 30

eezyflow®

Bättre sömn - Bättre liv!

För mer fakta om sömnapné och vilka risker obehandlad sömnapné innebär rekommenderar vi Apnéföreningens hemsida: www.apneforeningen.se



Framsteg inom diabetes-hjälpmedel ger helt ny frihet

Diabetesvården har de senaste åren gått snabbt framåt och utvecklingen har gett marknaden flera nya generationer insulinpumpar - ny teknik som ger väsentligen ökad livskvalitet för personer med diabetes.

I dag har 500 000 människor i Sverige diabetes, enligt Nationella Diabetesregistret (NDR). De flesta av dessa har diabetes typ 2, för vilken risken ökar med stigande ålder. Runt 50 000 människor har typ 1-diabetes, varav cirka 7000 är barn. Antalet barn som insjuknar i typ 1-diabetes har nästan fördubblats från 80-talet fram till idag, men ökningen har avstannat och siffrorna är i dagsläget relativt stabila.

Ett av dessa barn är Lucas Nilsson, 9 år, som bor med sin familj, mamma Therese, pappa Filip och storasyster Livia, på en gård utanför Helsingborg. Lucas blev diagnostiserad med typ 1-diabetes när han var två år. De första åren mätte föräldrarna blodsockret på Lucas med stick i fingret 15-20 gånger per dygn och 8-10 gånger per dygn gavs insulin med insulinpennor. På 7 år har utvecklingen gått framåt och nu ser vardagen helt annorlunda ut. Från att ha haft en blodsockermätare med separat insulinpump har Lucas för någon månad sedan gått över till insulinpumpssystemet Minimed 780G från Medtronic.

–En vanlig dag börjar med att vi kalibrerar mätaren med ett stick i fingret. Sedan anger vi ungefärliga kolhydrater från frukosten i pumpen. Med den nya

pumpen vaknar Lucas alltid med stabilt blodsocker på mellan 4 och 6, vilket är väldigt skönt, säger Therese.

Föräldrarna slipper numera gå upp på natten, tack vare systemets autokorrigering, som innebär att insulindosen justeras efter hur blodsockret ligger. Pumpen ger basalinsulin, sedan anges även kolhydrater i pumpen inför måltider. Lucas kan själv använda den enkla menyn, välja antal kolhydrater och klicka in värdet. Systemet justerar insulindosen med väldigt små mängder, vilket ger ett stabilt blodsocker.

– Det finns också en följarfunktion, vilket ger oss föräldrar och resursen i skolan möjlighet att följa hur Lucas blodsocker ligger, samt ser vi följare även hur många kolhydrater han knapptat in i pumpen och hur många enheter som pumpen gett vid måltid. Vi ser även när pumpen kompenserar med insulin och hur basalen jobbar under dagen, det sköter pumpen automatiskt åt oss. Det är en så god hjälp och ger ett lugn för oss föräldrar, nu får vi bara en bråkdel av alla larm vi fått tidigare. Nu förhindrar pumpen i tid både låga och höga värden och genom det så blir det mindre larm. Det är avgörande att systemet självt kompenserar, vi som föräldrar behöver inte göra det manuellt

längre. Man får ett helt annat lugn, säger Therese.

Pappa Filip instämmer.

– Det är jättestor skillnad, den senaste pumpen är verkligen revolutionerande. Glukossensorn – en vit liten snäcka som sitter på huden – skickar Lucas glukosdata till insulinpumpen, som i sin tur tar doseringsbeslut utifrån en unik algoritm. ”Man behöver bara beräkna ungefär hur mycket Lucas ska äta, sen kompenserar pumpen för upp eller nergångar i blodsocker. Annars är det svårt att kompensera manuellt, då hormoner, förkylning, varmt väder och aktiviteter påverkar hur blodsockret ligger, alltså ytterligare faktorer än bara vad han äter. Allt detta justerar pumpen för.” Kroppsligt mår Lucas bättre med balanserat blodsocker, säger pappa Filip.

För Lucas innebär den nya pumpen att han nu kan ta bussen hem själv efter skolan, istället för att som tidigare behöva gå till fritids. Detta ger en helt ny frihet och varken Lucas eller familjen är rädd för att han ska bli låg längre. Lucas själv är väldigt nöjd med den nya pumpen.

–Nu har jag en slang till pumpen, det är lite annorlunda mot att ha den slanglös.

Man kan knäppa fast slangen i kallingarna hemma och så har jag fått en specialsydd tröja med pumpficka som jag hade på gympan, det funkade bra. Igår gick jag nästan hela vägen hem utan risk för att jag skulle bli låg. Det bästa är att man kan sova längre, jag kan stimma, springa mer eller slappa mer om jag vill och slipper springa till fröken och få druvsocker i skolan, säger han.

Även tänderna mår bättre med mindre druvsocker och juice och autokorrigeringen innebär att familjen nu inte behöver äta vid så strikta tider, utan kan skjuta på maten när vardagen så kräver. Kort och gott har den nya insulinpumpen inneburit en helt ny frihet för hela familjen. Nu ser man fram emot pumpens nästa uppdatering, som innebär att den blir kalibreringsfri, vilket gör att Lucas kommer att slippa stick i fingret under hösten 2021.

Skribent: Anna Bjärenäs

AUTOMATISERAT – FÖR ENKLARE OCH BÄTTRE DIABETESBEHANDLING^{1,2,3}

Vårt mest sofistikerade
insulinpumpssystem
MINIMED™ 780G

SNART KALIBRERINGSFRITT!

Nya MiniMed™ 780G-systemet justerar tillförseln av basalinsulin och korrektioner automatiskt och styr mot ett valfritt glukosmål på 5,5 mmol/l, 6,1 mmol/l eller 6,7 mmol/l. Systemet hjälper till att förhindra höga och låga värden med mindre insatser från användaren.^{1,2,3,4}

1. Carlson, A.L. et al. 97-P- Safety and glycaemic outcomes of the MiniMed™ AHCL System in subjects with T1D. 80th ADA International Conference, June 2020, Chicago

2. Collyns, O. et al. 199-OR- Improved glycaemic Outcomes with MiniMed™ AHCL Delivery. 80th ADA International Conference, June 2020

3. Bergenstal, R. M. et al. Safety of a Hybrid Closed-Loop Insulin Delivery System in Patients With Type 1 Diabetes. *Jama*. 2016; 316 (13): 1407 – 1408

4. Data on file. Medtronic pivotal trial (age 14–75) Ahe 14–75 2020; 16 US sites

För personer med typ 1-diabetes över 7 år och > 8 enheter insulin i total daglig dos. Vänligen se användarhandboken för detaljerad information om bruksanvisning, indikationer, kontraindikationer, varningar, försiktighetsåtgärder, och möjliga risker. För mer information, besök medtronic-diabetes.se
UC202102612SV ©2020 Medtronic. Med ensamrätt. Medtronic och Medtronic loggan är varumärken som tillhör Medtronic.
Alla andra varumärken tillhör ett Medtronicföretag.



Medtronic

Nu med mobilappar för användare och följare!

Mer information på: medtronic-diabetes.se/minimed-780g-systemet

KAN MAN VARA LIVSNJUTARE MED TYP 2-DIABETES?

LYSSNA PÅ PODDEN SOM GER DIG SVAR
PÅ FRÅGOR OM ATT LEVA MED DIABETES.

Idag har nästan 500 000 svenskar diabetes varav de allra flesta har det som brukar kallas typ 2-diabetes.

Är du en av dem? Nu finns en ny podd som vänder sig till dig som lever med sjukdomen.

I Typ2podden delar olika människor med sig av sina erfarenheter av livet med typ 2-diabetes, alltifrån hur det är att få diagnosen och skaffa sig nya motionsvanor, till hur man kan fortsätta att njuta av livet, trots att man lever med sjukdomen.

Typ2podden leds av sjuksköterskan Janeth Leksell och journalisten Anna-Karin Andersson. Du hittar den där poddar finns eller på www.typ2podden.se



Boehringer Ingelheim AB. Box 92008, 120 06 Stockholm. Telefon 08-721 21 00. www.boehringer-ingelheim.se

 **Boehringer
Ingelheim**

PC-SE-100880



LEVER DU MED DIABETES?

VI MED! I över 70 år har vi jobbat för att förbättra livet för människor som lever med diabetes. Med medlemmarna i fokus strävar vi alltid efter att växa!

VÄLKOMMEN TILL SSDF.NU

 **Storstockholms
Diabetesförening**

Ensam är (inte) stark!

Diabetes är en tuff sjukdom. Och den påverkar många. Inte bara den som är drabbad utan även närstående och vänner. Kunskap ger trygghet, stöd ger styrka.

Stöd vårt påverkansarbete för ett lättare och mer rättvist liv med diabetes. Som medlem får du:

1. Aktuellt och faktagranskat material om diabetes.
2. Inspiration och tips om det senaste inom forskning, mediciner och behandling genom medlemstidningen Allt om Diabetes, 6 nummer per år.
3. Teckna unika försäkringar, särskilt framtagna för personer med diabetes.
4. Träffa andra i samma situation och påverka förbundets verksamhet. Ung Diabetes har särskilda aktiviteter för dig mellan 15 och 30 år.
5. Söka medel från våra medlemsfonder.
6. Svar på dina frågor om diabetes av en diabetessjuksköterska.

**Bli medlem i Diabetesförbundet du också
- tillsammans blir vi starkare!**



Diabetesförbundet



Diabetesförbundet är Sveriges största organisation för människor med diabetes. Vi arbetar på olika sätt för att göra livet lättare för dig som har diabetes eller är närstående. diabetes.se

KAN MAN VARA LIVSNJUTARE MED TYP 2-DIABETES?

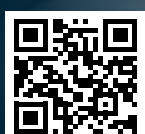
**LYSSNA PÅ PODDEN SOM GER DIG SVAR
PÅ FRÅGOR OM ATT LEVA MED DIABETES.**

Idag har nästan 500 000 svenskar diabetes varav de allra flesta har det som brukar kallas typ 2-diabetes.

Är du en av dem? Nu finns en ny podd som vänder sig till dig som lever med sjukdomen.

I Typ2podden delar olika människor med sig av sina erfarenheter av livet med typ 2-diabetes, alltifrån hur det är att få diagnosen och skaffa sig nya motionsvanor, till hur man kan fortsätta att njuta av livet, trots att man lever med sjukdomen.

Typ2podden leds av sjuksköterskan Janeth Leksell och journalisten Anna-Karin Andersson. Du hittar den där poddar finns eller på www.typ2podden.se



Boehringer Ingelheim AB. Box 92008, 120 06 Stockholm. Telefon 08-721 21 00. www.boehringer-ingelheim.se

Boehringer
Ingelheim

Profilen

Vi har träffat: Carina Reidler, VD för Previa

Hur ser branschen ut idag?

– Redan innan coronapandemin upplevde vi i Previa att hälsa och hållbarhet i arbetslivet har etablerat sig som en av de viktigaste frågorna för både arbetsgivare och medarbetare. Men kanske har det blivit ännu viktigare nu. Vi kan idag se en stor efterfrågan på både vår expertkompetens och på alternativa sätt att tillgängliggöra den och våra tjänster. Som för samhället i stort är därför digitala leveranssätt och onlinetjänster helt avgörande för att kunna bidra till hälsa och arbetsmiljö på alla arbetsplatser och i alla branscher.

Vilka utmaningar står vi inför?

– Många upplever att jobba hemifrån bidrar till en bättre balans i livet, men de som inte trivs upplever också i högre utsträckning att de balansen är sämre, och även att de sociala kontakterna fungerar sämre. Under 2021 ser vi därför flera utmaningar som det är viktigt att ha koll på som arbetsgivare för att skapa hälsa och bra arbetsmiljö. Utmaningar finns utifrån att många arbetar hemifrån, kring att leda på distans, eller när man som chef

behöver hantera stora omställningar med risk för ökad stress och arbetsbelastning på arbetsplatsen. När påfrestningarna ökar i den psykiska, sociala och organisatoriska arbetsmiljön är det viktigt att känna igen tidiga tecken på psykisk ohälsa och arbeta förebyggande för att minska den. Här krävs både ett ledarskap som ger trygghet och engagemang och en systematik i arbetsmiljöarbetet. Med ett heltäckande hälsotänk som genomsyrar verksamheten kan arbetsplatsen skapa en hållbarhetskultur även i svåra tider.

Hur ser du på framtiden?

– Det förändrade arbetslivet ställer nya krav på både organisationen och arbetssätten som behöver anpassas och utvecklas. Då är det extra viktigt att se till att arbetsmiljöarbetet följer med. Vår viktigaste uppgift framåt är att hjälpa arbetsgivare och chefer i detta genom att förenkla det dagliga arbetet med arbetsmiljö och hälsa på arbetsplatsen och visasambanden som har mest påverkan på hälsan i verksamheten. Vår erfarenhet säger att långsiktigt hållbara arbetsplatser inte kommer av en slump: Oavsett om



Carina Reidler

jobbet sker hemma eller på den mer hälsofrämjande och hållbara arbetsplatsen.

Att fler arbetsplatser utvecklar hälsa och god arbetsmiljö vinner hela samhället på.

Restless legs

Vanligare och allvarigare än de flesta tror

Rastlösa ben är en vanlig sjukdom. Det kan låta som en harmlös åkomma, och en del har bara måttliga problem. Men för många är besvären stora, med allvarliga sömnstörningar och kraftig påverkan på hela livssituationen. Alltför få får rätt diagnos och hjälp. Felaktig behandling kan förvärra i stället för att lindra.



Patientföreningen för Restless Legs
Hemsida: www.rlsforbundet.se, E-post: info@rlsforbundet.se
Telefon 08 – 21 96 20



Stoppa smittspridningen!

SafePlus Maxi och Mini säkrar hygien

- ✓ Innovativ dispenser med antibakteriellt och självstängande lock
- ✓ Flexibelt. Välj din egen desinfektion efter uppgiften
- ✓ Bevisad virusupptagning 99,51% och bakteriereduktion 99,98%*
- ✓ Överlägset bättre rengöringsresultat än torkpapper och andra rengörings- och desinficeringservetter utan mikrofiber
- ✓ Säker förvaring. Klarar upp till 31 dagar utan bakterietillväxt*

*Kontakta oss så skickar vi alla oberoende certifikat till dig: vileda.professional.se@fhp-ww.com

www.vileda-professional.se

a brand of
FREUDENBERG

OM SNARKNING zzz

Sov skönt i liknande framstupa (stabilt) sidoläge

Eezyflow skapades utifrån ett eget behov efter att ha levt med snarkare under flera decennier. Jag höll stundtals på att bli tokig av det återkommande oljudet. Detta bidrog till att jag ofta sov på soffan och i barnkammare. Stundtals sov jag även under bar i himmel i skärgården med hunden istället för på båten.

MÅNGA ÅR AV FRUSTRATION
En hel del vakentid bidrog till att jag började se ett mönster, snarkljudet upphörde i vissa sovpositioner, oftast på sidan med huvudet bakåt och stängd mun. Nu började jag varje natt säga högt "huvet bakåt!" "stäng munnen!". En idé om att kunna styra sovställningen på ett bekvämt sätt mognade fram under 2005. Utan att veta, det jag eftersträvade var en sovposition liknande framstupa (stabilt) sidoläge. Jag pratade med olika läkare/sömnforskare, deltog på sömnkongresser, ägnade åt inläsning av data. Jag ville lära mig mer om dess orsaker och följsjukdomar.

PRODUKTUTVECKLING

Utvecklingen av Eezyflow, såväl produktmässigt, finansiellt som juridiskt visade sig vara betydligt mer utmanande än vad jag någonsin kunnat tro. Att hitta en väg att tillverka denna patenterade produkt som aldrig tillverkats tidigare tog mig 10 år av mödosamt arbete.

EEZYFLOW - NÄRA & SCHYSST

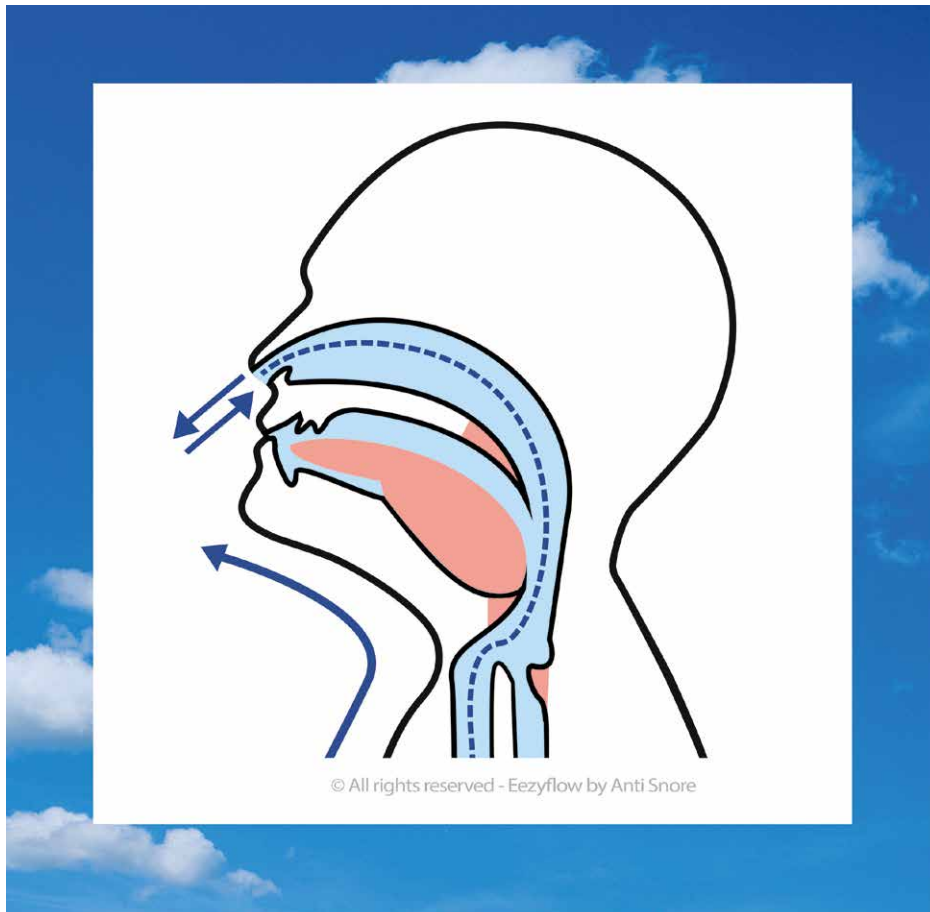
Tillverkningen sker i Sverige och Danmark. De gjuts en och en i specialtillverkade formverktyg. Överdragen sys av svensktillverkad exklusiv bomullstrikå, 100 % ekologisk bomull. Sovkragen är fjäderlätt, fysiologiskt utformad med skönt stöd för hakan. Mot halsen har sovkragen räfflor vilket ger en behaglig och luftig känsla. Den är mjuk och tryckavlastande och formar sig av kroppsvärmen. Inställbarheten i höjddled är ett måste så man kan ställa in den olika så att huvudet hålls uppåt, lätt bakåt och stängd mun. Den är också skön som stöd/resekrage, även för icke snarkare. Man slipper nackspärr och muntorrhet.

SNARKNING

Snarkning uppstår i de vävnader som vibrerar i de övre luftvägarna. Vibrationerna kan ske högt upp i näsan, i den mjuka gommen eller bakom tungan, men oftast är det en kombination av dessa.

DOMINOEFFEKTER-FÖLJDSJUKDOMAR

Effekterna av dålig sömn inkluderar även



närstående som sover dåligt. Det ger störningar i familjerelationer, påverkar samliv, arbetsliv och trafiksäkerhet. En stor del av alla trafikolyckor, inklusive yrkestrafik uppstår till följd av trötthet. Det är som att köra fordon rattonykter. På sikt kan snarkning leda till obstruktiv sömnapné syndrom (OSAS), från 5 andningsuppehåll per sömntimme och uppåt. Det medför ökad risk för hjärt- kärlsjukdomar, stroke och diabetes 2. Det klassas som en sjukdom och bör behandlas. Vid misstanke om OSAS be om en remiss till en sömnklinik för utredning och effektiv behandling. Enligt lag får man inte köra fordon om man vet att man lider av OSAS och inte behandlas, man riskerar indraget körkort. Går man under behandling får man köra olika fordon.

FRIARE LUFTVÄGAR – SAMMA TILLTILLVÄGAGÅNGSÄTT FÖR ALLA

När narkosläkare ser till att andningsvägarna hålls öppna hos en medvetlös

patient brukar de böja huvudet bakåt för att vidga svalget. Dessutom stänger de munnen och skjuter underkäken framåt, så att tungan inte så lätt faller bakåt. Prova hur tungt det känns att andas med huvudet framböjt istället för bakåtböjt. Prova igen i sängläge med huvudet bakåt och stängd mun, slappna av helt och känn det friare luftflödet. Vid första hjälpen hjälper man en medvetlös person ligga i framstupa (stabilt) sidoläge.

RÅD FÖR EGENVÅRD AV PROFESSIONEN - SOVPOSITION

En del av de råd professionen ger vid snarkning är att man ska undvika att böja halsen framåt under sömn, det kan täppa till/göra svalget trängre. Man ska försöka sträcka ut halsen bakåt för lättare andning. Samtidigt undvika munandning då tungan tenderar att sjunka bakåt. Försöka sova i liknande framstupa (stabilt) sidoläge. Vid sömn bör andning ske genom näsan av mera anledningar, näsan

renar, temperaturreglerar och befuktar inandningsluften. Man får bättre syresättning och sover lugnare.

RÅD FÖR EGENVÅRD AV PROFESSIONEN – LIVSSTIL

Vid övervikt, försök gå ner i vikt. Även en liten viktneigång kan ge förbättringar. Rökning förvärrar snarkning, man får irriterade slemhinnor och ökad slembildning. Försök sluta/minska. Räkna med att snarkar mer i vissa situationer, när man druckit alkohol, är utmattad, tar muskelavslappnande/ lugnande mediciner. När man är förkyld eller allergisk.

LITE TÅLAMOD

Våra individuella förutsättningar gör att det är svårt att hitta en optimal lösning som passar alla, alla dagar i veckan. Om man som enskild individ har lite tålamod och prövar sig fram med de rekommendationer som finns, kan man uppleva en stor förbättring, vilket kan vara avgörande för att slippa att någon dunkar en i ryggen. Även anhöriga kan få vakna utvilade och få en bättre start på dagen...

TILL SIST

När man förstår varför man snarkar och vet vilka metoder man kan ta till så blir det så mycket lättare att göra något åt situationen. Besök gärna vår hemsida för mer information www.eezyflow.com. Vid misstanke om sömnapné syndrom och vilka risker obehandlad sömnapné innebär besök gärna Apnéföreningens hemsida www.apneforeningen.se. Där kan ni även läsa om CPAP-behandling.

Ann-Christine Krook
Grundare av Eezyflow



Företagshälsovård en nyckelfaktor i framtidens samhälle

Folk jobbar allt längre upp i åldrarna, samtidigt som de flesta roller blir alltmer komplexa. För att klara den omställningen förutspås företagshälsovården få en än viktigare roll i medarbetarnas hälsa och prestation, vilket påverkar verksamheternas lönsamhet och effektivitet och på sikt hela välfärden i samhället.

Företagshälsovården fyller en viktig funktion i att förebygga psykisk och fysisk ohälsa på arbetsplatsen. Ska vi i framtiden kunna jobba upp till 75 och dessutom må bra och prestera bra kommer ytterligare insatser att krävas.

– Arbetsgivaren behöver hjälp med det förebyggande hälsoarbetet. Det är där företagshälsan fyller en viktig funktion. För att människor ska orka och vilja jobba längre måste fokus på förebyggande insatser stärkas. Vi behöver bli medvetna om vad det är som skiljer hälsosamma arbetsplatser mot de osunda, säger Peter Munck af Rosenschöld, VD på Sveriges Företagshälsor.

Han menar att arbetsplatsen kan användas som en arena för hälsopromotion och prevention. Vi vet mycket om risker idag men insatserna varierar och måste

utgå från den specifika verksamhetens behov, det krävs olika insatser för olika arbetsplatser. Målet är dock detsamma - att ge medarbetarna förutsättningar att prestera sitt bästa på just sin arbetsplats. Företagshälsan arbetar över hela fältet på individ-, grupp- och organisationsnivå såväl med promotiva, preventiva och reaktiva insatser. Trenden går mot att allt fler arbetsgivare inser att individinsatser inte löser organisatoriska problem.

–Jag tror den rörelsen kommer att fortsätta och att vi kommer att se fler förfrågningar på organisations- och gruppnivå. De företag som på ledningsnivå förstår sambanden mellan verksamhetens lönsamhet och medarbetarna mående investerar i fler tjänster på grupp- och organisationsnivå. De bästa arbetsgivarna, ser konkurrensfördelarna med att satsa såväl på individens hälsa som arbetsplatsen i hälso- och arbetsmiljöfrågor, säger Peter.

Framtidens arbetsliv och den ökade komplexiteten kommer att öka kravet på tillgång till olika typer av kompetenser. Samverkan mellan olika professioner är något som företagshälsan har lång erfarenhet av och är bra på och det kommer att bli allt viktigare, säger Peter.

Företagshälsovårdens kompetens kommer också att bli viktigare på samhällsnivå. Får arbetsgivaren hjälp med att jobba mer med preventiva och promotiva insatser får vi ner belastningen på sjukvårdssystemet, vilket blir en politisk fråga.

–Vi behöver fokusera på ett långt och hållbart arbetsliv istället för sjukvård och ohälsa och investera i insatser för att spara pengar för samhället och främja individens och på sikt hela samhällets välmående, avslutar Peter.

Skribent: Anna Bjärenäs



Peter Munck af Rosenschöld, VD

Evidens ska säkra god och jämlik vård

Nya innovationer som höjer livskvaliteten för personer som lever med diabetes når marknaden kontinuerligt. För att önskvärd effekt ska uppnås är det dock av yttersta vikt att behandlingsmetoder, mediciner och utrustning används på ett korrekt sätt och utifrån evidens.

Boehringer Ingelheim är ett familjeägt, forskningsinriktat företag på en global arena. Som affärsdrivande företag låter man nära 20 procent av omsättningen gå tillbaka in i den egna forskningsverksamheten. Att patienten är i fokus återspeglas inte minst av företagets ledord "Value through innovation", vilka ligger till grund för all verksamhet inom företaget. En av de viktigaste uppgifterna är att se till att de läkemedel som tas fram används på ett korrekt sätt och det är något man uppnår genom samarbete och dialog med vårdens olika aktörer.

–När vi tar fram nya läkemedel är det viktigt att det finns både en medicinsk evidens för hur de ska användas och en hälsoekonomisk evidens så att samhällets resurser tas tillvara på bästa sätt, säger Staffan Gustavsson, Head Market Access & Public Affairs på Boehringer Ingelheim AB.

Diabetes är ett av Boehringer Ingelheims huvudområden, med fokus på typ 2-diabetes.

Inom diabetessjukvården finns det globalt sett många utvecklingsområden. I Sverige behöver vi som samhälle bli bättre på att följa framtagna riktlinjer, eftersom det fortfarande finns stora skillnader i vården beroende på bland annat sjukvårdsregion, socioekonomiska faktorer och demografi.

–Vi strävar efter att patienter får tillgång till en god och jämlik vård. God vård innebär det som bör göras enligt professionen, baserat på evidens och erfarenhet. Det kommer ständigt nya rön inom diabetes och det är avgörande hur dessa appliceras, menar Staffan.

För att lösa detta krävs samverkan mellan hälso- och sjukvårdsregioner, kommuner, life science industrin, patienter och deras

närstående. Detta är ett viktigt område där Boehringer Ingelheim har ett starkt engagemang.

–Inom diabetes finns det många bra behandlingsmöjligheter och riktlinjer för hur en vårdinsats ska genomföras. Ändå vet vi att vården inte är helt jämlik utifrån medicinsk evidens. Vi behöver identifiera patienter tidigare och koordinera vårdinsatser. Med detta för ögonen har vi engagerat oss i samarbetsprojekt för att se vad typ 2-diabetes och dess följd-sjukdomar kostar samhället samt vilka vårdinsatser som förbrukas. I samverkan med vården och dess patienter tar vi fram vetenskapliga underlag för hur diabetesvården bedrivs, berättar Staffan.

Att innovation är viktigt för företaget återspeglas även i det nya globala samarbetet med Google som rör kvantdatorforskning, där olika modeller används för att beräkna molekylers verkan, i syfte att få fram nya produkter på ett effektivare och snabbare sätt till patienters, vårdens och samhällets nytta. Företaget samarbetar även med stiftelsen "Beat Diabetes", en nordisk organisation som skapats för att ta sig an kampen mot den globala diabetesutmaningen.

–Tillsammans med stiftelsen verkar



vi för att öka kunskapen om diabetes. En välinformerad patient kan ta ett stort eget ansvar och bli en viktig samarbetspartner för vården. Vi vill sätta fokus på diabetes och få ytterligare forskningsanslag till sjukdomsområdet. Kunskap och vetenskap är centralt i det vi jobbar med och otroligt betydelsefullt och viktigt i kampen mot en än mer god jämlik vård, avslutar Staffan.

Skribent: Anna Bjärenäs





Ta reda på hälsoläget

Att motverka ohälsa orsakad av arbetsmiljön står i fokus för många arbetsgivare i höst. Nu kan chefer och medarbetarna enkelt få en helhetsbild av hälsoläget när många jobbar hemma. Previas hälso- och arbetsmiljö-enkät ger svar direkt online och kan följas upp med analys och stöd i Previas Jobba hemma-koncept. Vill du veta mer?

previa.se/halsoenkät

Bältros kan förebyggas med vaccin

Bältros, en mycket smärtsam virussjukdom, drabbar mellan 25 och 50 procent av befolkningen. Med vaccin finns det dock goda möjligheter att kraftigt minska risken att drabbas.

Bältros är en virussjukdom som orsakas av samma virus som vattkoppor. Vattkoppsvirus orsakar vattkoppor i yngre år och lägger sig sedan i ett begränsat område vid ryggmärgen, där virus ligger vilande i en nervkoppling. Via nervgrenar som går ut till huden från nervkopplingen försöker viruset då och då ta sig ut till huden för att ge upphov till nya vattkoppsblåsor. I blåsorna finns viruset, vars mål är att sprida sig till andra personer. 99 procent av Sveriges befolkning har haft vattkoppor, vilket innebär att nästan alla riskerar att drabbas av bältros någon gång i livet. Hög ålder, stress, annan sjukdom som ökar risken för bältros och mediciner som försämrar immunförsvaret är de fyra stora riskfaktorerna för att drabbas. Kvinnor löper

generellt sett lite större risk än män att drabbas.

Bältros drabbar antingen höger eller vänster kroppshalva, då virus sprider sig i en nervgren på höger eller vänster sida. Symtomen på bältros är intensiv värk och smärta, som ofta kan komma före själva utslagen. Utslagen ses ofta i ett decimeterbrett område i brösthöjd och ner mot naveln, eller på ryggen, men de kan även sprida sig upp i ansiktet och runt ögonen. Risken för stroke om man har utslag i ansiktet fyrdubblas det första året efter bältros. Infektionsläkare Professor Lars Rombo, som föreläser om bältros, berättar om de smärtor som ofta är förknippade med sjukdomen.

–Helveteseld, som sjukdomen kallas i våra grannländer, är ett bra namn, för

det kan göra fruktansvärt ont. Det är en molande, skärande, brännande, intensiv smärta. Allting gör ont. På en smärtskala mellan 0-10 så hamnar bältros på mellan 7 och 10 när patienter med bältros intervjuas, på samma nivå som förlossning och njursten.

Beroende på den drabbades ålder kan smärtan sitta i olika lång tid. Är man under 40 år så försvinner den oftast inom ett par veckor, medan många personer över 60 år kan ha smärta 3-12 månader innan den försvinner.

Det finns idag inget botemedel mot bältros. Sjukdomen kan dock delvis förebyggas om barn får vaccin mot vattkoppor, eftersom vaccinet gör att risken för bältros då minskar och dels med vaccin mot bältros.

–Det finns ett beprövat vaccin mot bältros som ger ganska bra skydd under flera år. Efter 10 år ska man ta en dos till. Nu har det även kommit ett nytt vaccin som ger över 90 procents skydd de första fyra åren. Det börjar nu komma studier på skyddsnivån efter längre tid som visar på ett fortsatt mycket gott skydd av detta vaccin avslutar Lars.

Skribent: Anna Bjärenäs

Patientföreningen för rastlösa ben

Nu har vi bytt namn, från WED-Förbundet till RLS-Förbundet. RLS står för Restless Legs Syndrome och sjukdomen är densamma:

Det känns som ett oemotståndligt behov av rörelse för att lindra besvären. Obehagen känns oftast djupt inne i benen, ofta mest mellan knä och ankel. Känslan kan beskrivas som brännande, domnande, hettande, krypande, pirrande, smärtande och/eller stickande. Besvären lättar eller försvinner helt vid rörelse, men bara för stunden.

Det är mest besvärligt på kvällen och natten, men i svåra fall kan obehagen finnas under hela dygnet. Sömnstörningar är mycket vanliga.

Man räknar med att omkring en tiondel av befolkningen har besvär av olika grad. För vissa är problemen mycket stora.

Ofta underdiagnostiserad, ofta felbehandlad

Fortfarande saknas ofta tillräcklig kunskap i vården. Alltför ofta går det lång tid med resultatlösa besök och under-

sökningar innan en riktig diagnos ställs. Med rätt råd kan det räcka med egenvård. Ibland behövs tillskott av järn. Ibland kan man byta ut något läkemedel som kan öka problemen.

Ibland behövs det särskilda läkemedel mot RLS. Det går nästan alltid att hitta något som ger bra hjälp, men flera vanliga läkemedel mot RLS kan också ge motsatt effekt om dosen blir för hög.



Färm som är ordförande i Stockholmsavdelningen.

Förbundets patientrådgivning är uppskattad

–Jag har nu något års erfarenhet av att erbjuda patientrådgivning per telefon, berättar Gunnel



Digitala samtalsgrupper har fått ersätta informationsmöten

–Det är gripande att lyssna till hur svårt människor har det på grund av fel-

medicinering, säger Emma Jacobsson som är ordförande i den nystartade föreningen Västra Götaland.



Det finns mycket kvar att göra

–Vi ser att kunskapen om sjukdomen ökar, men det finns mycket kvar att göra, säger förbundsordföranden Sören Berg.

–Tidigare har man sagt att RLS är en sjukdom som främst drabbar människor i medelåldern. Nu ökas forskningen om RLS i alla åldrar. De kunskaper som redan finns behöver spridas bättre. Och det behövs mer forskning.



Foto av Gunnel Färm och Sören Berg, privat. Foto av Emma Jacobsson, Ingela Vågsund



BERGSKLÄTTRARE

Bältros kan du få ändå

Nästan alla över 50 år har risk att få bältros
I Sverige drabbas 30 000 årligen
Har du tur känns det lite grann
Har du otur kan det vara väldigt smärtsamt
Nervsmärtan kan finnas kvar i många år
DET FINNS VACCIN

Läs mer om bältrosvaccin
och behandling

Kontakta en vaccinationsmottagning för mer information

vaccin.se

WHO uppskattar att över 250 miljoner människor i världen har lymfödem.

Lymfödem och lymfatiska sjukdomar har varit okända, underdiagnostiserade, underbehandlade, underfinansierade och lymfsystemet är så gott som obeforskat i Sverige.

Lymfödem drabbar uppskattningsvis 15 procent av alla canceröverlevare. Över 500 000 personer lever i dag i Sverige efter cancer, många av dem med kronisk cancer och livslånga biverkningar.

Lymfödem förekommer för en stor del av cancerbehandlade inklusive prostata-, mun- och hals-, kolorektal- samt gynekologisk cancer, lymfom och malignt melanom. Tillgång till behandling

och hjälpmedel varierar mycket mellan regionerna.

USAs hälsoinstitut, NIH, uppskattar att primärt lymfödem kan drabba så många som 1 av 300 nyfödda barn.

Primärt lymfödem kan utvecklas vid hormonförändringar, infektioner, trauma, insekts- och fästingbett och/eller skada på lymfsystemet.

Lipödem med diagnoskod R60.0B drabbas i de flesta fall kvinnor vid hormonella förändringar som pubertet, graviditet och klimakteriet. Den svenska vården saknar kunskap om lipödem som utmärks

av smärta vid beröring, lipomer och en kropp som kan ha storlek 36 i överdelen och 44 i underdelen. Det finns i dag behandling utifrån beprövad erfarenhet som skulle kunna hjälpa personer med lipödem i stället för att de utvecklar funktionshinder, depressioner och långa sjukskrivningsperioder.

SÖF, Sveriges patientförening för kroniska ödem, sprider kännedom och kunskap.


Många kvinnor lever med kroniska ödem



Har du en onaturlig svullnad efter cancerbehandling?

Då kan du ha **SEKUNDÄRT LYMFÖDEM**



Har du större underkropp än överkropp?

Smärtar dina ben?

Då kan du ha **LIPÖDEM**

Svenska Ödemförbundets främsta mål är att förbättra vården för alla med kroniska ödem - oavsett var man bor i Sverige.

www.svenskaodemforbundet.se info@svenskaodemforbundet.se



Vi vill gärna ha kontakt med dig som känner ansvar och vill vara med att göra en insats för samhället. Hos Lions får du möjlighet att göra skillnad.



Lions Clubs International Sverige - För samhällsansvar och livskvalitet -

För mer information www.lions.se

Var 20:e minut får någon **stroke**
Det måste bli färre! skänk en gåva till
Strokefonden



Linda,
mamma &
undersköterska
fick stroke

Swisha din gåva till 123 90 05 307

Pg: 90 05 30 - 7 / Tel: 0200 - 88 31 31

www.strokefonden.se

Strokefonden

90

SVENSK
REANING
KONTROLL



VI HAR TRÄFFAT:

**Anna-Maria Bernstein,
ordförande LIONS SVERIGE**

Hur ser branschen ut idag?

Lions International och Lions Sverige arbetar intensivt med framtidens vård. Lions Sverige verkar bland annat genom sina 6 egna forskningsfonder knutna till olika universitetssjukhus och universitet i landet. Fonderna riktar sitt arbete till både cancersjukdomar, medicinsk patientnära forskning och till forskning om folksjukdomar. Vi har också samarbete med Barndiabetesfonden och en representant från Lions i dess styrelse sedan starten 1989. På Världsdabetesdagen nu i november startade Lions en landsomfattande kampanj tillsammans med Barndiabetesfonden för insamling av medel till forskning kring barndiabetes och typ 1-diabetes. Kampanjen kallas för "Diabeteslunken" och innebär att våra klubbar anordnar en tipspromenad för allmänheten med startavgift. Frågorna rör diabetes.

Vilka utmaningar står vi inför?

Att tackla vår nu pågående pandemi genom intensiv forskning och framtagning av ett verksamt vaccin. Att tillsammans arbeta för att begränsa smittspridning genom att ta till oss informationen från våra experter och handla därefter. Idag är vi bättre rustade än någonsin, då vi har samlad kunskap från tidigare pandemier och sjukdomar som vi ibland till och med lyckats utrota.

Hur ser du på framtiden?

Jag ser ljus på framtiden. Jag tror på människans förmåga att se möjligheter och agera därefter.

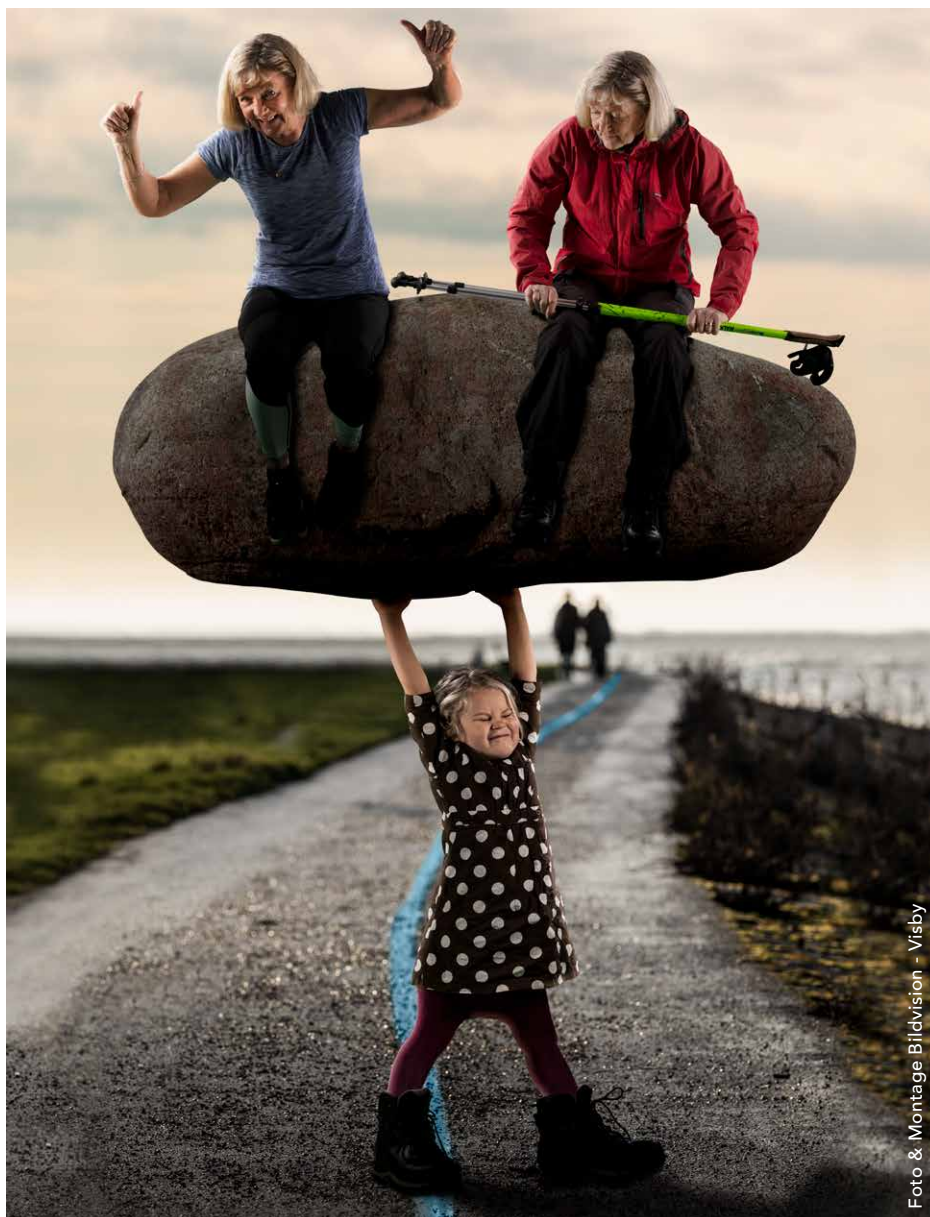
Tillsammans blir vi starka – därför behöver vi dig!

Enligt Socialstyrelsens nationella riktlinjer ska alla som drabbas av en osteoporosrelaterad fraktur utredas och vid behov behandlas med läkemedel för att förebygga ytterligare frakturer, enligt en så kallad frakturkedja som är en tydlig, organiserad vård för osteoporos/benskörhet. Kedjan innehåller många delar och det är att få ihop helheten som är det kritiska.

Ingen ska behöva drabbas av onödiga benskörhetsfrakturer. Det är hög tid att ansvariga politiker tar beslut om en väl fungerande och organiserad vård med en tydlig frakturkedja för alla bensköra säger Anita Sandström, Vice ordförande Osteoporosförbundet.

Benskörhet eller osteoporos är en förändring av skelettets struktur. Det är en så kallad "tyst sjukdom". Det är ett symptomfritt och fortskridande tillstånd som utvecklas långsamt under flera år och följderna kan bli ryggsmärtor och längdminskning. Frakturer kan uppstå redan vid lindriga fallskador och efter den första frakturen ökar risken för fler frakturer. Anita förklarar att det är en kostsam folksjukdom och en halv miljon svenskar är drabbade. Sjukdomen leder varje år till 80 000-90 000 frakturer och 450 000 vård dygn. Det blir en kostnad på cirka 20 miljarder per år och stort lidande för de bensköra.

–Det går att skapa en väl fungerande osteoporosvård. Osteoporosförbundet har nyligen släppt en rapport som visar hur det går till. Gävleborg och Värmland är föredömen. Deras frakturkedjor har olika bakgrund och vissa olikheter men de är båda exempel på hur man på kort tid lyckats etablera stabila och väl fungerande processer. De har gått från relativt dåliga resultat när det gäller andelen som får behandling till att ligga i den absoluta toppen, berättar Anita.



Att skapa och bibehålla en väl fungerande frakturkedja underlättas av att det finns en tydlig politisk beställning i botten. Det har nyligen beslutats och skrivits en överenskommelse mellan regeringen och SKR (Sveriges Kommuner och Regioner) om ett personcentrerat och sammanhållet vårdförlopp för osteoporos där ett politiskt beslut bör innehålla följande komponenter:

1. Skapa en central finansiering för inrättandet av ett vårdförlopp och frakturkedjor.

2. Tydliggör vem som gör vad inom osteoporosvården.

3. Inrätta en osteoporosskola som syftar till att öka patientens kunskap om sjukdomen, minska risken för benskörhetsfrakturer och uppmuntra dem till fysisk träning.

4. Säkerställ att patientkontrakt och samtal upprättas mellan vården och patienten.

5. Säkerställ att det finns en bra uppfölj-

ning av kedjan och vården. Det centrala målet bör vara att få upp andelen av patienter som ges behandling men också att det finns bra rutiner för individuell behandling och uppföljning.

6. Politiker och beslutsfattare måste få kunskap om osteoporos/ benskörhet. Det måste bli öronmärkta pengar till vården.

7. En nationell samordnare för osteoporosvården i Sverige.

8. Socialstyrelsen ska följa upp att regionerna följer de framtagna nationella riktlinjerna. SKR ska följa upp vårdförloppet och att patientkontraktet genomförs.

Osteoporosförbundet vars fokus och bestämdhet just nu ligger i att få en väl fungerande frakturkedja är en rikstäckande organisation för personer med osteoporos och för deras anhöriga och andra som har anknytning eller engagemang för sjukdomen. Förbundet bygger på ideella krafter och är politiskt och ideologiskt obundet.

–Vi är den enda patientorganisationen som satsar på diagnosen osteoporos. Nu är det dags att överenskommelsen följs! Tillsammans blir vi starka och det behövs en nationell samordnare för osteoporosvården i Sverige, avslutar Anita.

Läs mer om osteoporos:
www.osteoporos.org

Kontakt: akut.osteop@gmail.com

Ingen ska behöva drabbas av onödiga benskörhetsfrakturer. Det är hög tid att ansvariga politiker tar beslut om en väl fungerande och organiserad vård med en tydlig frakturkedja för alla bensköra

Digitala verktyg gör vården mer individanpassad

platform24

Text Jonathan Illicki

Vården kommer inte bli sig lik efter Covid-19. På många sätt har pandemin inneburit utmaningar för oss alla, men likt de flesta svårigheter har den också tvingat fram positiv förändring. Med nya beteendemönster och förväntningar har digitaliseringen inom vården gått i rasande takt. När vi nu börjar närma oss slutet på denna omvälvande period är det dags att fundera kring hur vi kan ta tillvara och vidareutveckla långsiktiga lösningar för en värld efter pandemin, där fokus är på att bygga en mer tillgänglig och effektiv vård, med hög kvalitet.

Ett exempel på en vårdrelaterad utmaning som kan dra nytta av de digitaliseringslösningar som vuxit fram är det faktum vi lever allt längre. Lyckligtvis har vi överlag fler friska år, men många av oss lever också med en eller flera kroniska sjukdomar. Ökande livslängd ställer högre krav på vården. Digitala lösningar blir allt viktigare för att sjukvårdens resurser ska räcka till och för möjligheten att erbjuda en högkvalitativ vård.

“Människor som lever med kroniska sjukdomar har många vårdbesök som handlar om övervakning och uppföljning av olika mätvärden. Idag finns det tekniska lösningar som gör det möjligt för patienten att själv mäta vissa värden i hemmet och låta vårdpersonal följa det digitalt. Många vårdbesök och inläggningar kan då helt undvikas vilket både underlättar tillvaron för patienten och spar resurser för sjukvården, säger Jonathan Illicki, läkare och medicinsk innovationschef på Plattform24.

Den tekniska utvecklingen innebär helt andra förutsättningar för vården av patienter med kroniska sjukdomar. För hjärtsviktpatienter finns till exempel system som hjälper till att hålla koll på om man börjar samla på sig vätska i kroppen. För patienter med diabetes är kontinuerliga glukosmätare ett viktigt hjälpmedel.

“Digitala lösningar gör att patienter lär sig mer om sin sjukdom och får utökade möjligheter att förebygga en försämring i sitt hälsotillstånd. Ju bättre en patient förstår sitt tillstånd och ju mer de kan arbeta med egenvård, desto bättre mår de i allmänhet, säger Jonathan Illicki.

Digital ingång knyter ihop vården

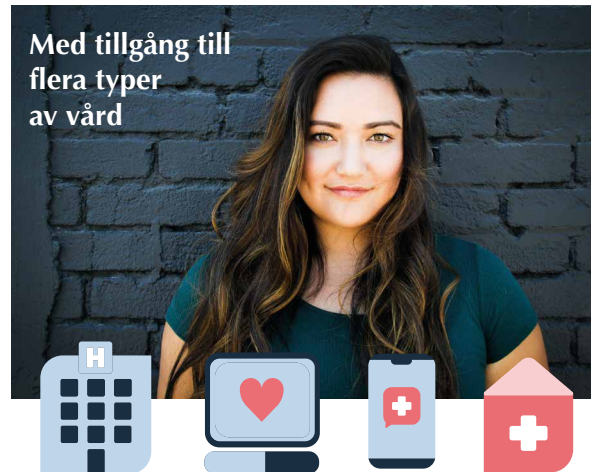
Plattform24 bygger digitala system som underlättar sömlöst flöde av information mellan olika vårdenheter. Lösningen kan länka samman primärvårdens, sjukhusvårdens och den kommunala omsorgens system. Enligt Jonathan Illicki befinner vi oss bara i början av den digitala utveckling som kan bidra till en effektivare och mer individanpassad vård.

“Vi har skapat en digital ingång till primärvården som flera regioner infört med framgång. Den digitala ingången är alltid öppen och innebär att patienten kan logga in och kortfattat beskriva sina besvär, och sedan guidas vidare till rätt vårdenhet. Den här typen av system ökar tillgängligheten till sjukvården och slussar patienten rätt från början, vilket spar otroligt mycket tid och resurser för såväl patient som sjukvården, säger Jonathan Illicki.

För patienten är en tillgänglig och trygg vård det absolut viktigaste. Samtidigt är det ur ett samhällsperspektiv viktigt att vårdens resurser används så effektivt som möjligt. Plattform24:s lösningar hjälper regioner och vårdgivare att länka samman vården, så att patienter och vårdgivare ges en mer sammanhållen upplevelse och som samtidigt frigör tid och resurser i vården.

En digital ingång för patienten

Med tillgång till flera typer av vård



Jonathan Illicki
Chef för medicinsk
innovation Plattform24

