

Vejledt egenbehandling

Vejle Kommune
Distrikt Nørremarken

Hvem er vi

- Vi har ca. 250 borgere tilknyttet hjemme- og sygeplejen
 - Borgere i alle samfundslag
 - Både i land og by
- Vi er en gruppe af 5 sygeplejersker og 5 SSA
 - En større flok SSH og 3 terapeuter
- Vores sygeplejeklinik ligger centralt i distriktet
 - dvs. tæt på indkøb og apotek
- Vi arbejder dagligt med at lave sundhedsfremmende og forebyggende opgaver
 - Og vores tankegang er at alle kan rehabiliteres – stort set 😊

Projekt Vejledt egenbehandling

- Opstår gennem samarbejde med Coloplast og deltagelse i undervisning af Sår-GPS
 - Efterfølgende deltagelse i studie omkring kompetencer i sårbehandlingen
- Opstår fordi:
 - Det er en ny måde at udvikle vores egen tankegang omkring rehabilitering
 - For at øge borgerens medinddragelse i egen sårbehandling
 - For at udfordre os selv
- **FREMTIDEN**

Udfordringen: Det dobbeltdemografiske pres

- Flere og flere ældre og patienter med kroniske sygdomme
- Mangel på arbejdskraft i sundh

NATIONALE MÅL : BEDRE KVALITET, SAMMENHÆNG OG LIGHED I SUNDHEDSVÆSENET



**BEDRE
SAMMEN-
HÆGENDE
PATIENT-
FORLØB**



**STYRKET
INDSATS
FOR KRONIKERE
OG ÆLDRE
PATIENTER**



**FORBEDRET
OVERLEVELSE
OG PATIENT-
SIKKERHED**



**BEHANDLING
AF HØJ
KVALITET**



**HURTIG
UDREDNING
OG
BEHANDLING**



**ØGET
PATIENT-
INDDRAGELSE**



**MERE LIGHED
OG FLERE
SUNDE LEVEÅR**



**MERE
EFFEKTIVT
SUNDHEDS-
VÆSEN**

INDIKATORER

Akutte somatiske/
psykiatriske
genindlæggelser
inden for 30 dage

Ventetid til
genoptræning

Somatiske/
psykiatriske
færdigbehandlings-
dage på sygehuse

Ajourførte
medicinoplysninger
(praktiserende læge)

Sygehusaktivitet
borger med kronisk
sygdom (KOL/
diabetes)

Forebyggelige
sygehusophold
blandt ældre

Overbelægning
på medicinske
afdelinger

Brug af antipsykotika
ved patienter med
demens

5 års overlevelse
efter kræft

Hjertedødelighed

Sundhedssektor
erhvervede
infektioner

Overlevelse ved
uventet hjertestop

Indløste recepter
på antibiotika
i almen praksis

Forbrug af opioider
i almen praksis

Kvalitetsindikatorer
fra Regionernes
Kliniske Kvalitets-
udviklingsprogram
(SundK)

Episoder i
psykiatrien med
bæltefiksering,
fastholdelse og
akut beroligende
medicin med tvang

Ventetid til somatisk/
psykiatrisk
behandling på
sygehus

Ventetid til kirurgisk
behandling
(operation/
endoskopier)
på sygehus

Somatiske/
psykiatriske
patienter udredt
inden for 30 dage

Kræftpakkeforløb
gennemført inden
for tiden

Patienttilfredshed
(somatikken/
psykiatrien)

Patientoplevet
inddragelse
(somatikken/
psykiatrien)

Middellevetid
Daglig rygere
i befolkningen

Fastholdelse af
somatiske/psykisk
syge på
arbejdsmarkedet

Fuldført ungdoms-
uddannelse blandt
unge med psykiske
lidelser

Overdødelighed ved
psykisk sygdom

Gode leveår, 16-årige

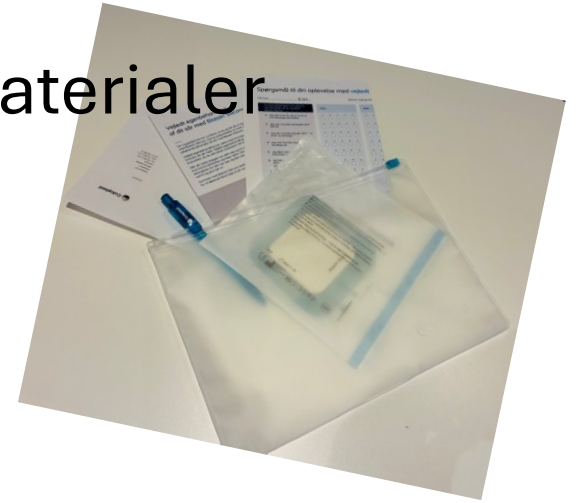
Fysisk aktivitet
blandt skolebørn

Lav mental sundhed

Liggetid pr.
indlæggelse
Produktivitet på
sygehusene*

Hvad gjorde vi

- Gennem Coloplast fik vi udleveret små poser til materialer
- Krav: type af sår + brug af Biatain Silicone
- Målet:
 - 10 borgere - enten fra klinik eller i eget hjem
 - Evt. inddragelse af pårørende
- Daglige drøftelser på kontoret
 - Hvilke sår har vi
 - Hvem er kandidat til at deltage
 - Hvor langt er vi..



Spørgsmål til din oplevelse med vejledt

Sårtype: _____

Besvar spørgsmåle

Du skal udfylde dato, hver gang du selv behandler dit sår og skifter Biatain Silicone.

	Dato:	Dato:
1. Jeg ved, hvornår det er tid til at min bandage skal skiftes	1 2 3 4 5 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	1 2 ☐ ☐
2. Jeg ved, hvordan bandagen skal fjernes	1 2 3 4 5 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	1 2 ☐ ☐
3. Jeg ved, hvordan jeg gør såret klar til en ny bandage	1 2 3 4 5 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	1 2 ☐ ☐
4. Jeg ved, hvordan jeg sætter en ny bandage på	1 2 3 4 5 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	1 2 ☐ ☐
5. Jeg føler mig tryk, når jeg behandler mit sår	1 2 3 4 5 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	1 2 ☐ ☐
6. Jeg føler mig involveret i min sårbehandling ved selv at udføre en del af den	1 2 3 4 5 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	1 2 ☐ ☐
7. Det frigiver tid i min hverdag, at jeg selv kan skifte bandagen	1 2 3 4 5 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	1 2 ☐ ☐
8. Jeg har været glad for selv at kunne skifte min bandage	1 2 3 4 5 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	1 2 ☐ ☐
9. Jeg vil gerne fortsætte med vejledt egenbehandling i samarbejde med min sygeplejerske	Ja ☐ Nej ☐	Ja ☐
10. Jeg har været tilfreds med at være med i vejledt egenbehandling	Ja ☐ Nej ☐	Ja ☐

Har du nogle uddybende kommentarer: _____

Borgerens indsats

- Gennemgå undervisning af sårbehandlingen + materialer
- Udfylde samtykke + evalueringsskema
- Kontakte sygeplejen ved tvivl – tlf. nr skrives tydeligt

Udfordringen

- Borgeren/pårørende
 - Usikkerhed ved behov for debridering
 - Mener I jeg selv skal...
 - Jeg er blevet lovet...
- Sygeplejen
 - Uvant
 - Nye tankegange omkring medinddragelse
 - Tidskrævende at skulle undervise
 - Huske at udfylde skemaer og samtykke under projektet
- Systemet
 - Kørelister og indsatser
 - Sygehuset og egen læge – kan vi finde en fælles retning

Borgerens evaluering

- Det er nemt at skifte forbindelse
- De føler sig trygge ved selv at varetage behandlingen
- De føler sig involveret i egen sårbehandling
- Vil gerne fortætte...

Spørgsmål til din oplevelse med **vejledt egenbehandling** med Biatain® Silicone

Sårtype: Traume
Patient-ID: [REDACTED]

Besvar spørgsmålene med: 1: Meget uenig | 2: Uenig | 3: Neutral | 4: Enig | 5: Meget enig

Du skal udfylde dato, hver gang du selv behandler dit sår og skifter Biatain Silicone.

1. Jeg ved, hvornår det er tid til at min bandage skal skiftes
2. Jeg ved, hvordan bandagen skal fjernes
3. Jeg ved, hvordan jeg gør såret klar til en ny bandage
4. Jeg ved, hvordan jeg sætter en ny bandage på
5. Jeg føler mig tryk, når jeg behandler mit sår
6. Jeg føler mig involveret i min sårbehandling ved selv at udføre en del af den
7. Det frigiver tid i min hverdag, at jeg selv kan skifte bandagen
8. Jeg har været glad for selv at kunne skifte min bandage
9. Jeg vil gerne fortsætte med vejledt egenbehandling i samarbejde med min sygeplejerske
10. Jeg har været tilfreds med at være med i vejledt egenbehandling

Dato: 10/9	Dato: 22/9	Dato: 4/10	Dato:																																								
<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☐
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☐																																							
<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☐
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☐																																							
<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td><td>☐</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☒	☐	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☐
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☒	☐																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☐																																							
<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☐
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☐																																							
<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td><td>☐</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☒	☐	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☐
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☒	☐																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☐																																							
<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☐
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☐																																							
<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☒</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☒	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td></tr></table>	1	2	3	4	5	☐	☐	☐	☐	☐
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☒																																							
1	2	3	4	5																																							
☐	☐	☐	☐	☐																																							
<table><tr><td>Ja</td><td>☒</td><td>Nej</td><td>☐</td></tr></table>	Ja	☒	Nej	☐	<table><tr><td>Ja</td><td>☒</td><td>Nej</td><td>☐</td></tr></table>	Ja	☒	Nej	☐	<table><tr><td>Ja</td><td>☒</td><td>Nej</td><td>☐</td></tr></table>	Ja	☒	Nej	☐	<table><tr><td>Ja</td><td>☐</td><td>Nej</td><td>☐</td></tr></table>	Ja	☐	Nej	☐																								
Ja	☒	Nej	☐																																								
Ja	☒	Nej	☐																																								
Ja	☒	Nej	☐																																								
Ja	☐	Nej	☐																																								
<table><tr><td>Ja</td><td>☒</td><td>Nej</td><td>☐</td></tr></table>	Ja	☒	Nej	☐	<table><tr><td>Ja</td><td>☒</td><td>Nej</td><td>☐</td></tr></table>	Ja	☒	Nej	☐	<table><tr><td>Ja</td><td>☒</td><td>Nej</td><td>☐</td></tr></table>	Ja	☒	Nej	☐	<table><tr><td>Ja</td><td>☐</td><td>Nej</td><td>☐</td></tr></table>	Ja	☐	Nej	☐																								
Ja	☒	Nej	☐																																								
Ja	☒	Nej	☐																																								
Ja	☒	Nej	☐																																								
Ja	☐	Nej	☐																																								

Har du nogle uddybende kommentarer: _____

Coloplast and the Coloplast logo are trademarks of Coloplast A/S. © 2025-03 Coloplast A/S. All rights reserved. 190AMC0152_BM_22118

Hvad opnåede vi

- Borgeren/pårørende
 - Glad for ikke at skulle komme i klinik hver gang
 - Fleksibilitet ved bad og sårbehandling
 - Bliver kvalificeret i egen behandling og oplever bedre livskvalitet
- Sygeplejen
 - Vi mister ikke følingen med sårbehandlingen, fordi borgeren selv kan
 - Medtænke selv små opgaver i egenbehandling
 - Når borgeren undervises bliver man også selv mere bevidst om hvad man laver
 - VI KAN GODT ... undvære at kigge hver gang
- Systemet
 - Lettere arbejdsgange – fysiske besøg kunne i stedet være ringebesøg
 - Færre besøg på kørelisten

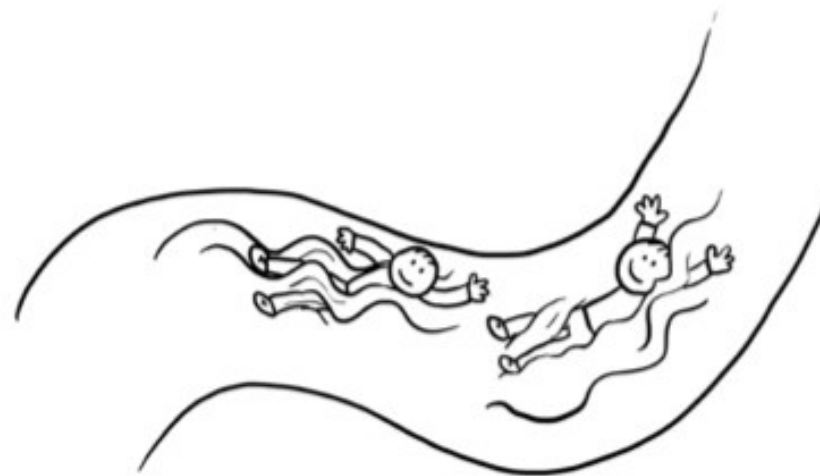
Hvad vi tænker fremadrettet

- Fortsat fokus på vejledt egenbehandling (også uden deltagelse i projektet)
- Ny procedure ved nye borgere
 - vi informere hurtigere om muligheden for egenbehandling
- Vi underviser de borgere der ønsker det – eller ser et behov
- Vi spørger ind til hvad de ønsker - medinddragelse
- Fokus på at pårørende også kan være ansvarlig
- Stort ønske om at sundhedssystemet også vil tænke ind i muligheden for egenbehandling tidligere
 - Det betyder ikke at vi frasiger os vores ansvar i primær

TAK FOR ORDET

Antonowsky

ved at give borgerne de rigtige ressourcer
for at kunne mestre livet – skaber vi de
rigtige forudsætninger for at få rigtig gode
”svømmere” i sundhedsvæsenet



Referencer

- <https://www.kl.dk/media/trjawx1z/oplaeg-sundhedsreformen.pdf>
- <https://www.ism.dk/temaer/national-sundhedsplan-2027-2030>
- <https://www.ism.dk/Media/639017327294108906/Nationale-maal-2025-TILG.pdf>
- <https://support.sekoia.one/hc/da/articles/4403829379602-Forbedringsmodellen-PDSA>