

Digital hjemmeoppfølging for carotisstenose- pasienter

Her finner du informasjon om:

1. Hvordan hjemmeoppfølging fungerer
2. Guide til HelsaMi



Hva er hjemmeoppfølging for carotisstenose-pasienter?

Vi kaller deg inn til en time på poliklinikken 4-6 uker etter operasjonen din, men dersom du ønsker det kan vi også følge deg opp digitalt før denne timen.

Dette er en del av et prosjekt ved Karkirurgisk sengepost. Den digitale oppfølgingen vil gi oss en oversikt over blodtrykket ditt i perioden fra du er skrevet ut og frem til første kontroll, noe vi vanligvis ikke har oversikt over.

Avstandsoppfølging gir deg muligheten til å tilbringe mer tid hjemme, men de hyppige blodtrykksmålingene og registreringene krever en del av deg og dine pårørende.

Hvem passer hjemmeoppfølging til?

Du er utredet og har nylig hatt en carotisstenose-operasjon.

Du skal ikke oppleve hjemmeoppfølging som ukomfortabelt eller utrygt. Hvis du får plager eller symptomer underveis i behandlingen, blir du fulgt opp på lik linje med pasienter som er innlagt. Du kan når som helst ta kontakt med Karkirurgisk sengepost dersom du har behov for det.

Om du ombestemmer deg og ikke ønsker å bruke digital hjemmeoppfølging, ring oss så hjelper vi deg.

Hvordan fungerer hjemmeoppfølging ved carotisstenose?



Dag 1



Samtale med behandleren

Du har fått beskjed om at du kan delta i program for digital hjemmeoppfølging



Opplæring

Den første registreringen gjør du sammen med helsepersonell på Poliklinikken.



Informasjon

Du får informasjon om hjemmeoppfølging fra behandleren og i HelsaMi



Hjemmeoppfølging, uke 3-6



Morgen
Blodtrykksmåling



Middag
Blodtrykksmåling



Kveld
Blodtrykksmåling



Uke 6



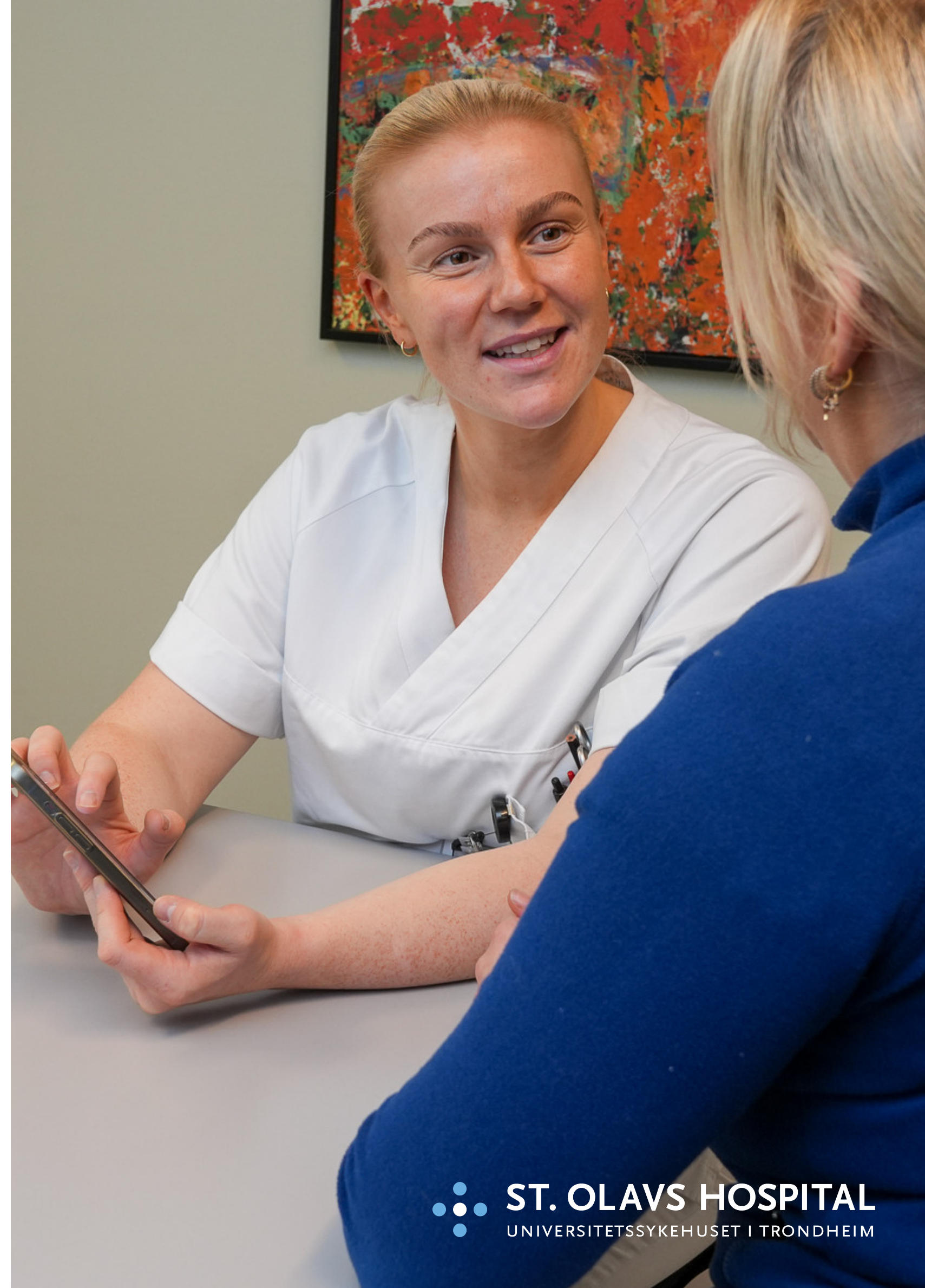
Kontrolltime

Kontrolltime på poliklinikken. Ser an behov for videre oppfølging



Før du reiser hjem

Før du reiser hjem fra sykehuset blir du tildelt et forhåndsdefinert oppfølgingsforløp og du får grundig opplæring i hvordan du skal måle og registrere blodtrykket ditt hjemmefra. Den første registreringen gjør du sammen med helsepersonell på Poliklinikken. Når du reiser hjem fra sykehuset får du med deg utstyr som du skal bruke til å måle blodtrykket ditt.



Under hjemmeoppfølging

Under din hjemmeoppfølging vil din oppgave være å måle blodtrykket ditt og skrive det inn i HelsaMi. Du kommer til å måle tre ganger om dagen frem til kontrolltiden på karkirurgisk poliklinikk.

Når det er tid for din blodtrykksmåling, morgen, middag og kveld, kommer du til å få varsel i HelsaMi om at du har oppgaver som du skal utføre på mobiltelefon, nettbrett eller pc.

Du må selv skrive inn blodtrykket ditt i HelsaMi, og etter at du har registrert vil du få noen oppfølgingsspørsmål dersom vi ser at blodtrykket ditt er høyt eller lavt. Da er det nyttig å kartlegge hvordan du har det. Denne digitale oppfølgingen gjør det enklere for oss å gi deg riktig behandling når du kommer til din første oppfølgingstime. Da vet vi nøyaktig hvordan blodtrykket ditt har vært i perioden før.

Hvis noen av svarene og måleresultatene du registrerer i HelsaMi overstiger en gitt verdi, får du opp et varsel om å ringe til Karkirurgisk sengepost. Det er viktig at du følger den oppfordringen, så vi kan gi deg råd om hva du skal gjøre videre.

Noen ganger har vi oppfølgingsspørsmål basert på målinger du har registrert, i disse tilfellene blir du bedt om å fylle ut et spørreskjema. Spørreskjemaet sendes som en ny «oppgave» i HelsaMi. Dersom du opplever symptomer du ikke få registrert i spørreskjema ta kontakt med oss på telefon.

Etter kontrolltiden

Etter kontrolltiden (4-6 uker etter din operasjon) vurderes det om du har behov for videre oppfølging eller ikke.

Hvordan måle blodtrykk?

Vi anbefaler deg at du måler tre ganger med 1 minutt mellom målingene. Du registrerer så den siste målingen inn i dette skjemaet. Vi anbefaler at du sitter i ro 5-10 minutter før målingene. Du bør heller ikke prate under målingen og ikke sitte med beina i kryss. Blodtrykket må alltid måles under samme forhold, for eksempel hver gang liggende eller hver gang sittende.

Snakk med oss

Er du usikker, bekymret for helsesituasjonen din, eller trenger hjelp med å vite hvordan du skal ta målinger, kan du ringe og snakke med oss.

St. Olavs hospital Trondheim

Karkirurgisk sengepost

Mandag - fredag 07:30 - 15:00

72 82 75 02

