

Algoritme for KOLS

Velkommen

Du skal nå svare på noen spørsmål og måle puls og oksygenmetningen din. Husk å ha pulsoksimeteret klart ved siden av deg.

S1 Dagsform
I forhold til din vanlige dagsform, hvordan føler du deg i dag?

- Som vanlig
- Bedre enn i går, men fortsatt ikke som vanlig
- Litt verre
- Mye verre

S2 Pust generelt
I forhold til vanlig, hvordan er pusten din i dag?

- Som vanlig
- Bedre enn i går, men fortsatt ikke som vanlig
- Litt verre
- Mye verre

S3 Mengde slim
I forhold til vanlig, hvor mye slim har du i dag?

- Som vanlig
- Mindre enn i går, men fortsatt ikke som vanlig
- Litt mer
- Mye mer

S4 Farge på slim
Hvordan er fargen på slimet?

- Som vanlig
- Mer farge eller annen farge enn vanlig

S5 Anfallsmedisin
Hvordan bruker du anfallsmedisin i dag?

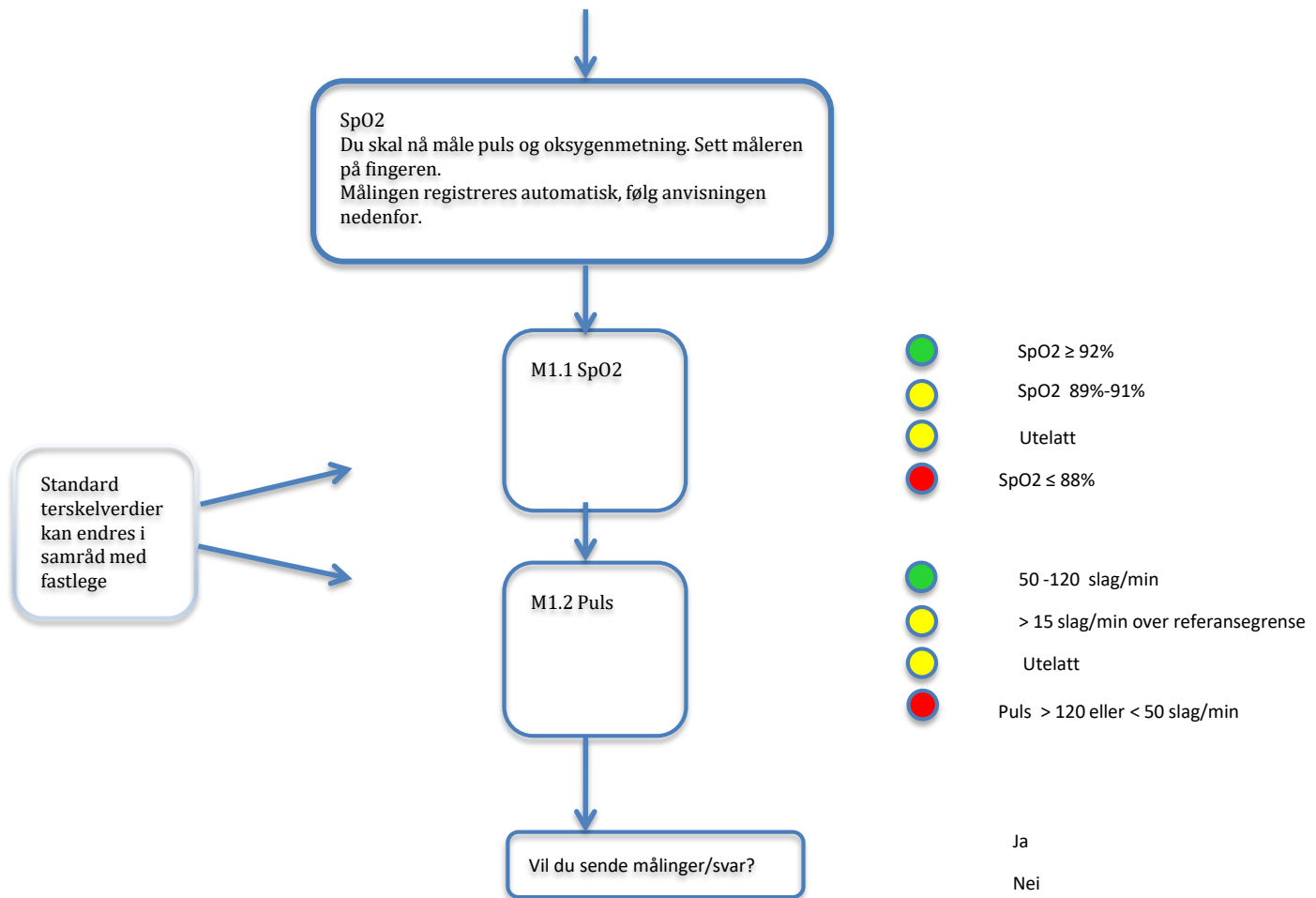
- Som vanlig
- Litt mer enn vanlig
- Mye mer enn vanlig

S6 Prednisolon/Dexametason dose
Siden sist du svarte på dette spørsmålet, har du startet med ekstra Prednisolon?

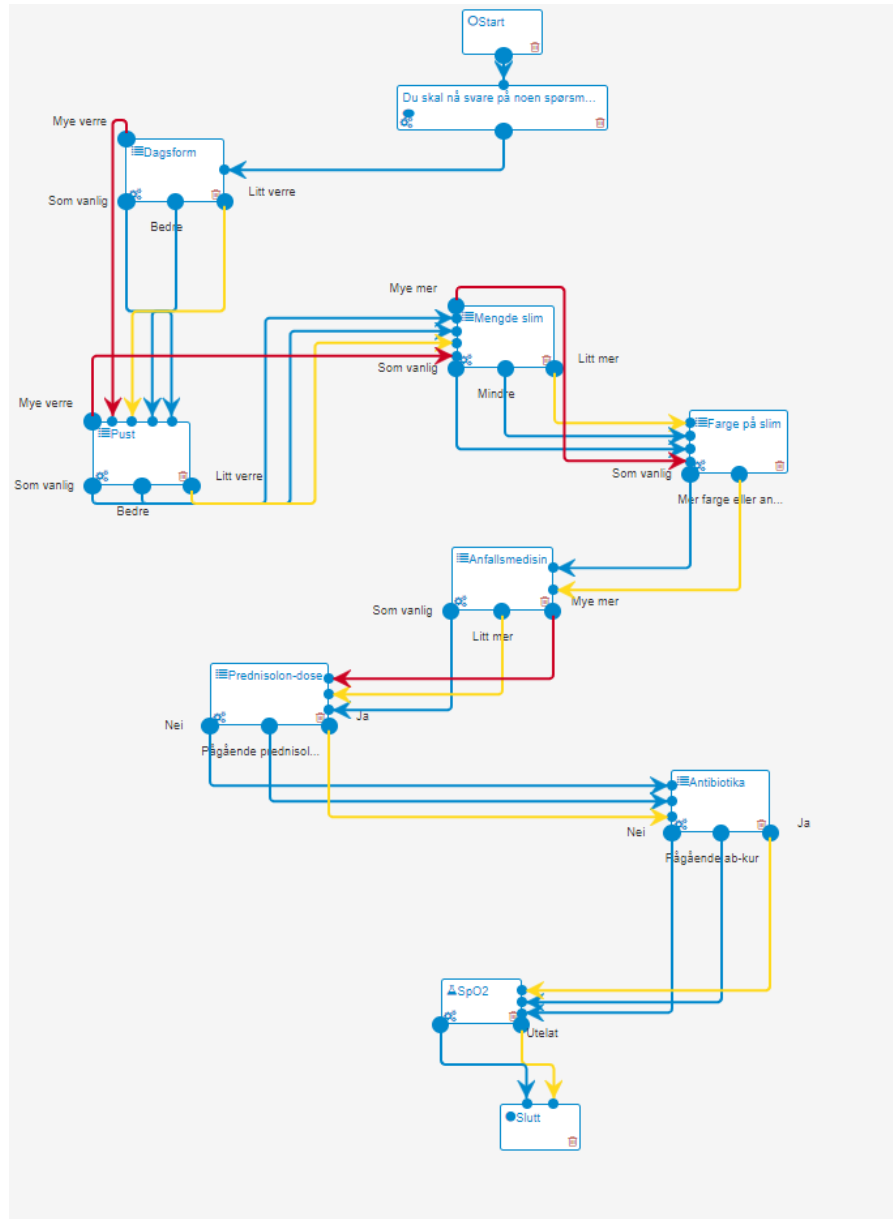
- Nei
- Nei, men jeg holder på med en ekstra prednisolonkur
- Ja

S7 Antibiotika
Siden sist du svarte på dette spørsmålet, har du startet opp med en ny antibiotikakur for din lungesykdom ?

- Nei
- Nei, men jeg holder på med en kur
- Ja



KOLS



Algoritme for KOLS m/ egenbehandlingsplan

Velkommen

Du skal nå svare på noen spørsmål og måle puls og oksygenmetningen din. Husk å ha pulsoksimeteret klart ved siden av deg.

S1 Dagsform
I forhold til din vanlige dagsform, hvordan føler du deg i dag?

- Som vanlig
- Litt verre
- Mye verre

S2 Pust generelt
I forhold til vanlig, hvordan er pusten din i dag?

- Som vanlig
- Litt verre
- Mye verre

S3 Mengde slim
I forhold til vanlig, hvor mye slim har du i dag?

- Som vanlig
- Litt mer
- Mye mer

S4 Farge på slim
Hvordan er fargen på slimet?

- Som vanlig
- Mer farge eller annen farge enn vanlig

S5 Anfallsmedisin
Hvordan bruker du anfallsmedisin i dag?

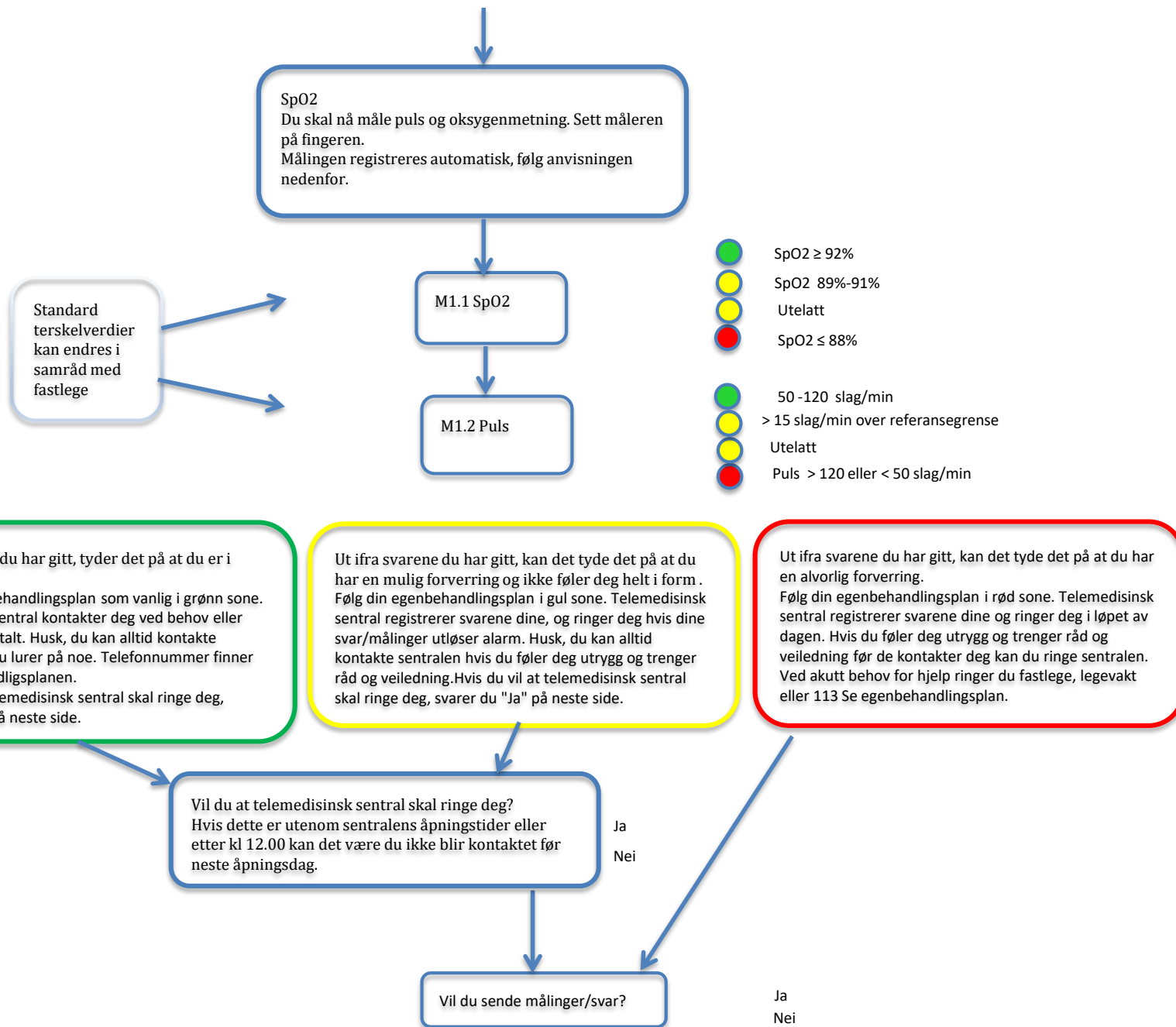
- Som vanlig
- Litt mer enn vanlig
- Mye mer enn vanlig

S7 Antibiotika
Siden sist du svarte på dette spørsmålet, har du startet opp med en ny antibiotikakur for din lungesykdom ?

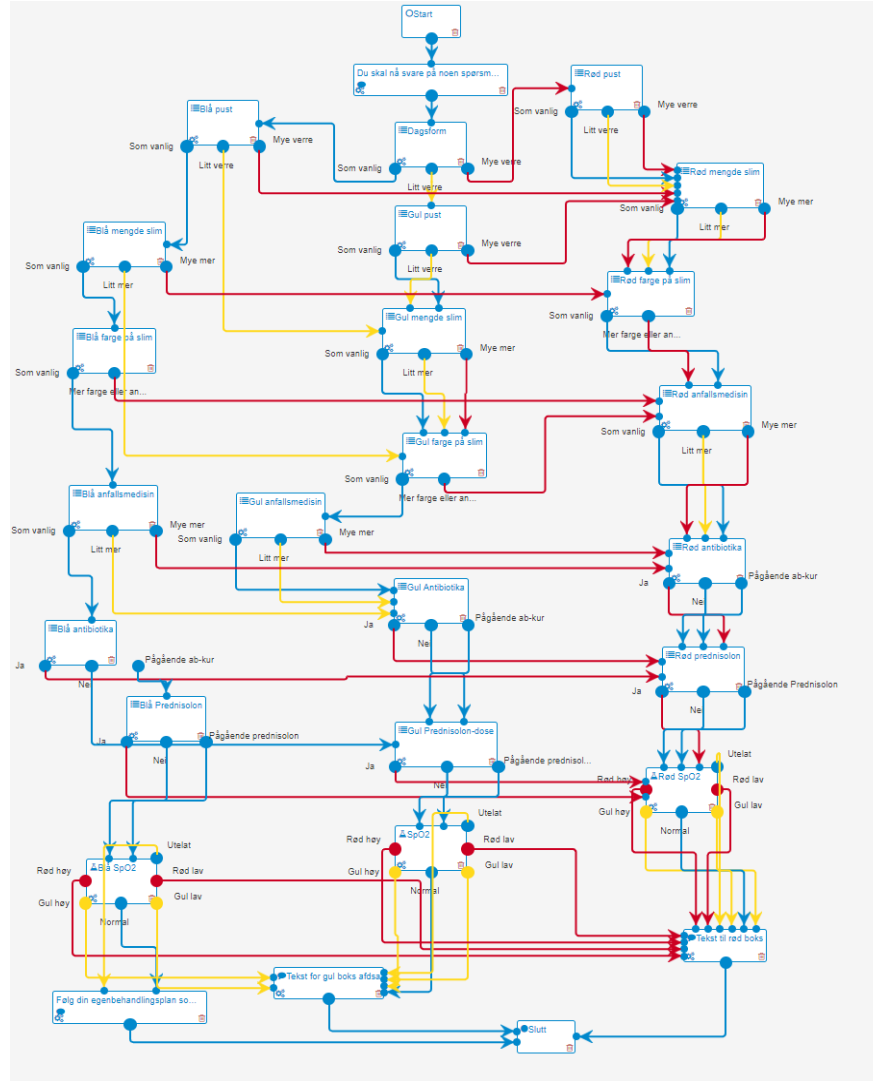
- Nei
- Nei, men jeg holder på med en ekstra prednisolonkur
- Ja

S6 Prednisolon/Dexametason dose
Siden sist du svarte på dette spørsmålet, har du startet med ekstra Prednisolon?

- Nei
- Nei, men jeg holder på med en kur
- Ja



KOLS med egenbehandlingsplan



Algoritme for Hjertesvikt

Velkommen

Du skal nå svare på noen spørsmål og utføre målinger. Husk å ha måleutstyret klart ved siden av deg.

S1 Allmenntilstand
Sammenlignet med i går, hvordan føler du deg?

- Bedre eller som før
- Verre
- Mye verre

S2 Dyspnø
Har du følt deg mer andpusten i løpet av det siste døgnet?

- Nei
- Ja

S3 Nattlig dyspnø
Våknet du i natt med/av tungpust?

- Nei
- Ja

S4 Ødemer
Er du mer hoven på beina/ankler i dag?

- Nei
- Litt mer
- Mye mer

Nå skal du foreta noen målinger

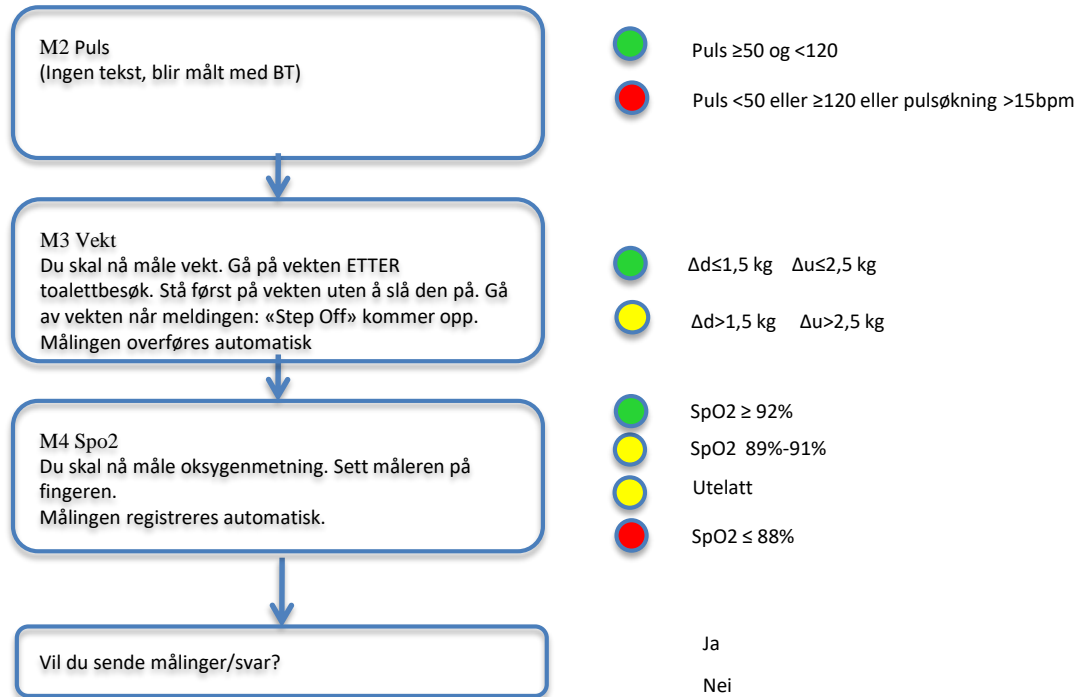
Start opp måleutstyr og foreta målinger i henhold til stegene

M1 Systolisk blodtrykk
Du skal nå måle blodtrykk og puls. Sett blodtrykksmansjetten på overarmen. Målingen registreres automatisk.

- BT ≥ 90 og < 160 mmHg
- BT ≥ 160 og < 200 mmHg
- Utelatt
- BT < 90 eller ≥ 200 mmHg



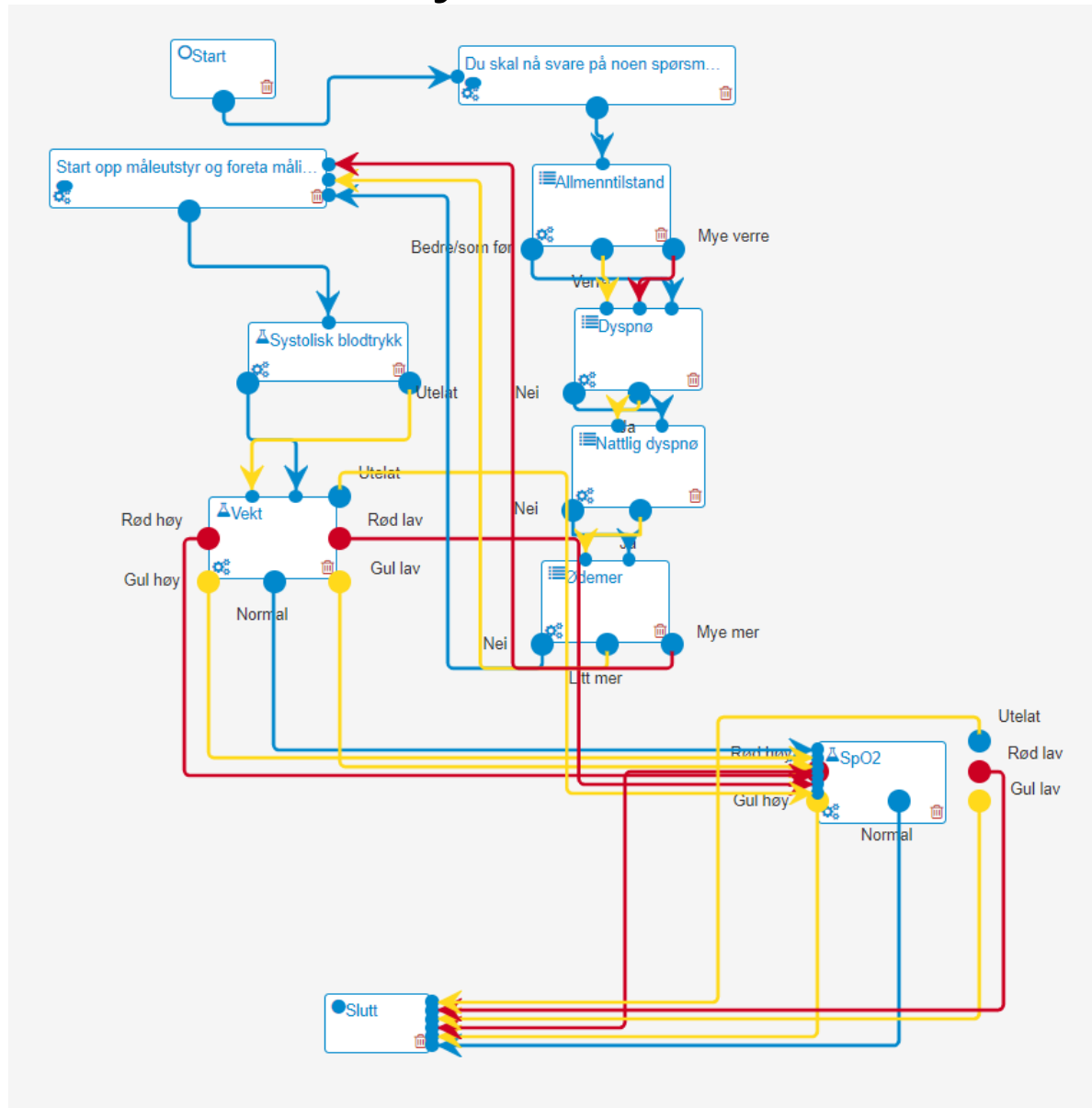
Algoritme for Hjertesvikt forts.



Δd = vektendring på dag,
 Δu = vektendring per uke

Terskelverdier tilpasses individuelt
når tilstrekkelig antall egne
målinger foreligger

Hjertesvikt



Algoritme for Hjertesvikt m/egenbehandlingsplan

Velkommen

Du skal nå svare på noen spørsmål og utføre målinger. Husk å ha måleutstyret klart ved siden av deg.

S1 Allmenntilstand
Sammenlignet med i går, hvordan føler du deg?

- Bedre eller som før
- Verre
- Mye verre

S2 Dyspnø
Har du følt deg mer andpusten i løpet av det siste døgnet?

- Nei
- Ja

S3 Nattlig dyspnø
Våknet du i natt med/av tungpust?

- Nei
- Ja

S4 Ødemer
Er du mer hoven på beina/ankler i dag?

- Nei
- Litt mer
- Mye mer

Nå skal du foreta noen målinger

Start opp måleutstyr og foreta målinger i henhold til stegene

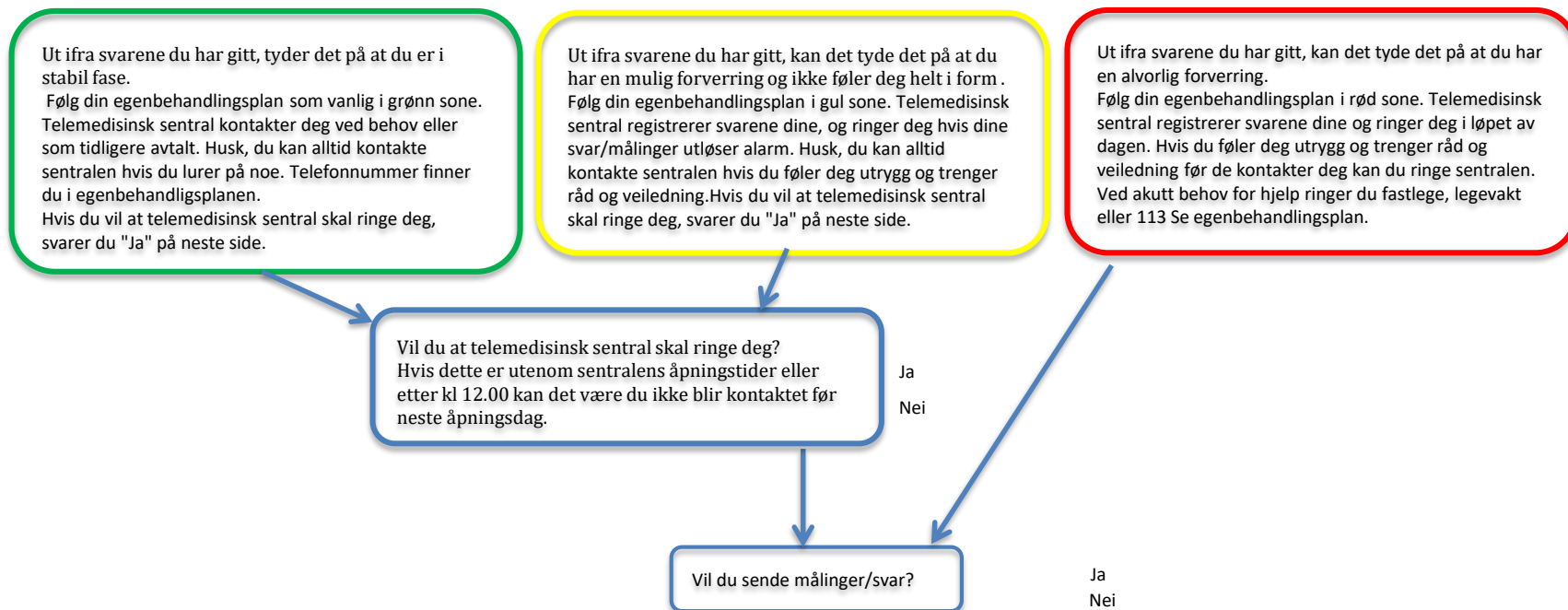
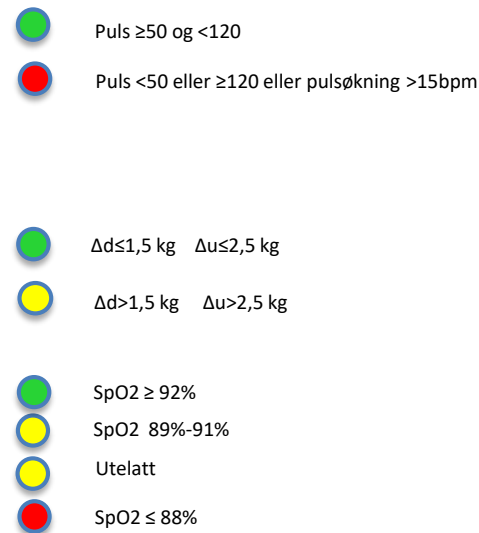
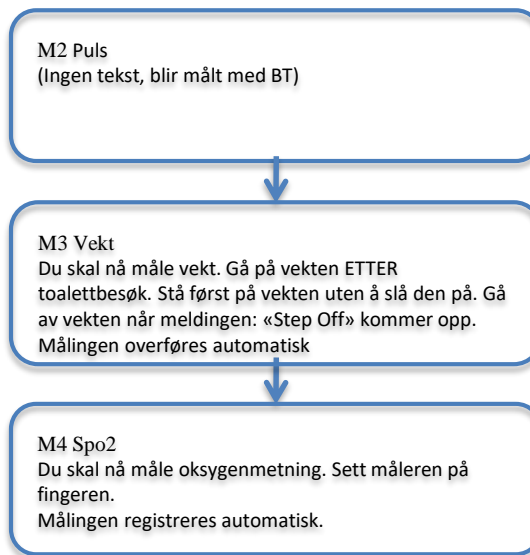
M1 Systolisk blodtrykk
Du skal nå måle blodtrykk og puls. Sett blodtrykksmansjetten på overarmen. Målingen registreres automatisk.

- BT ≥ 90 og < 160 mmHg
- BT ≥ 160 og < 200 mmHg
- Utelatt
- BT < 90 eller ≥ 200 mmHg

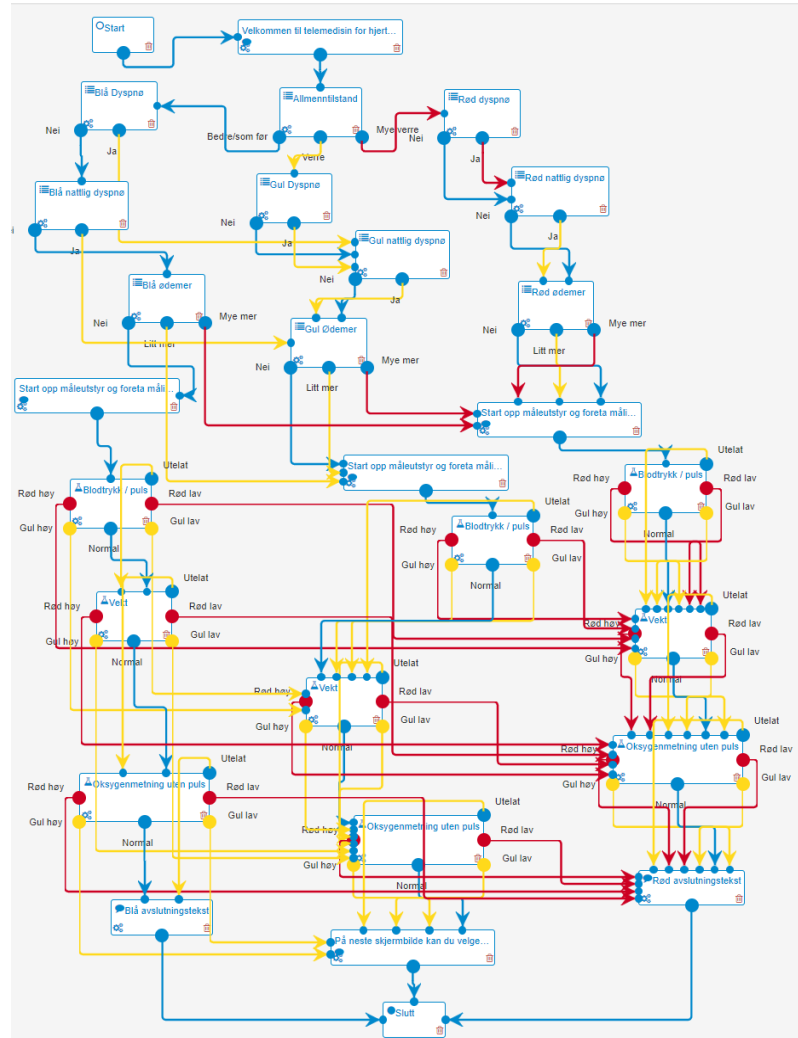


Δd = vektendring på dag,
 Δu = vektendring per uke

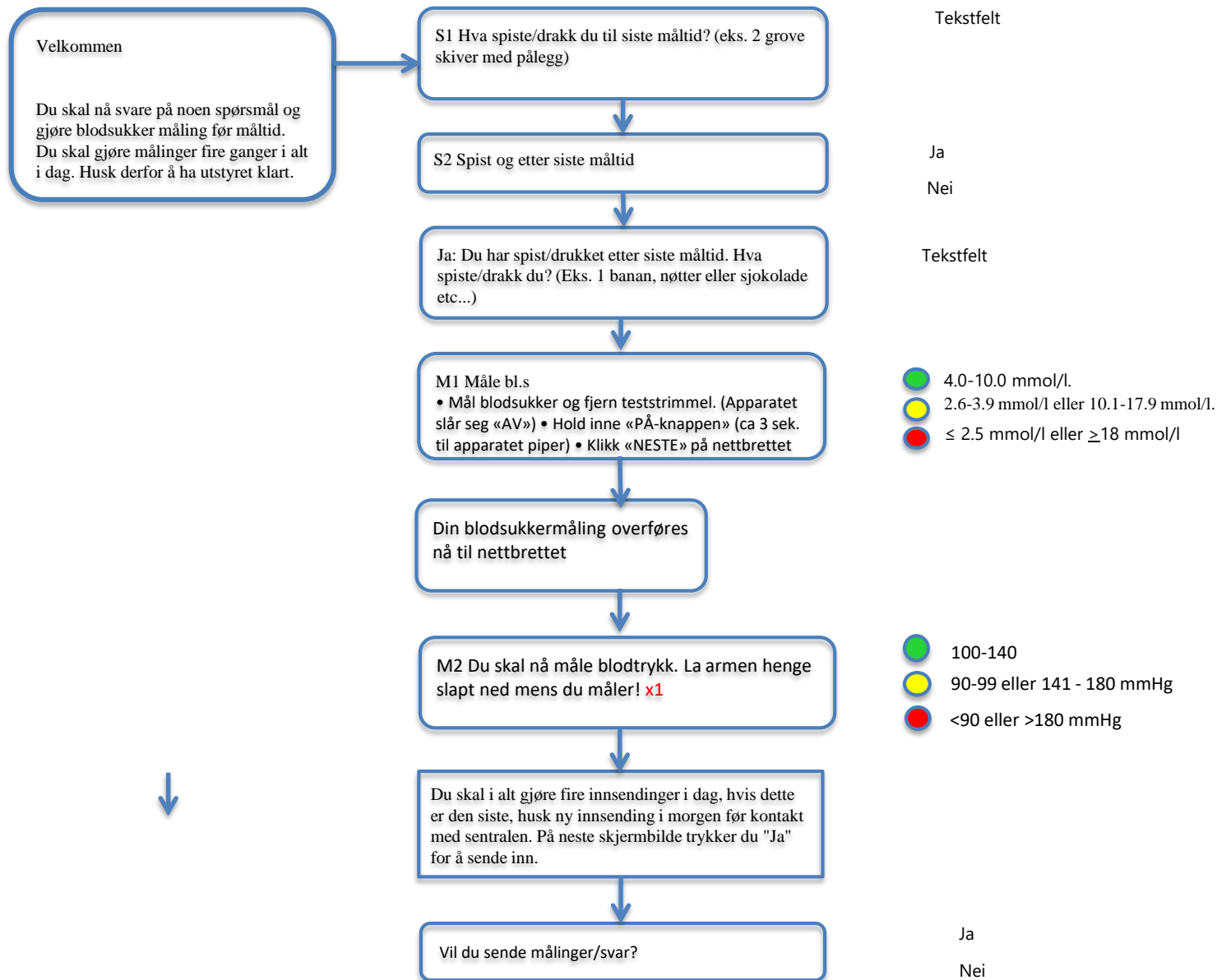
Terskelverdier tilpasses individuelt
når tilstrekkelig antall egne
målinger foreligger



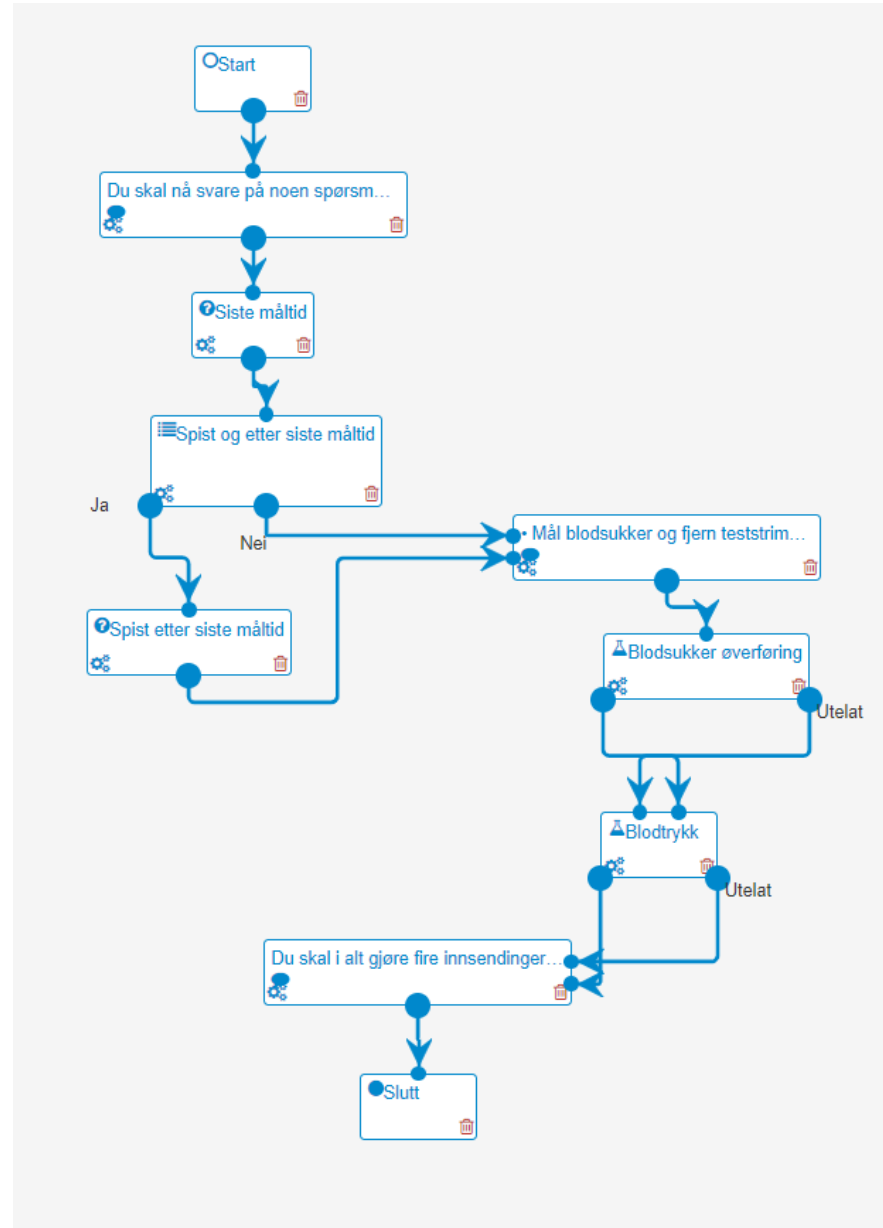
Hjertesvikt med egenbehandlingsplan



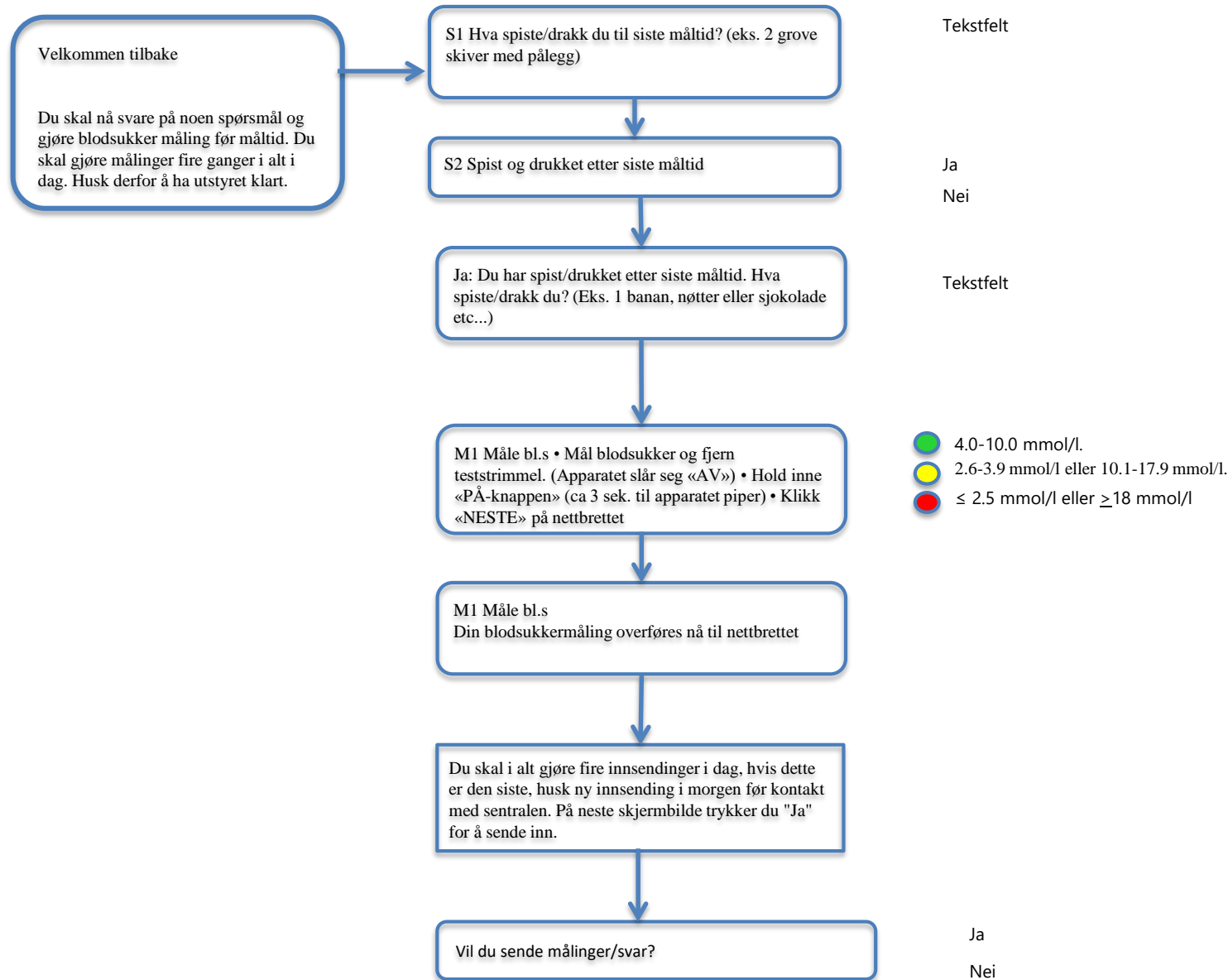
Algoritme TELMA_Diabetes «dagen før samtale med TMS, morgen»



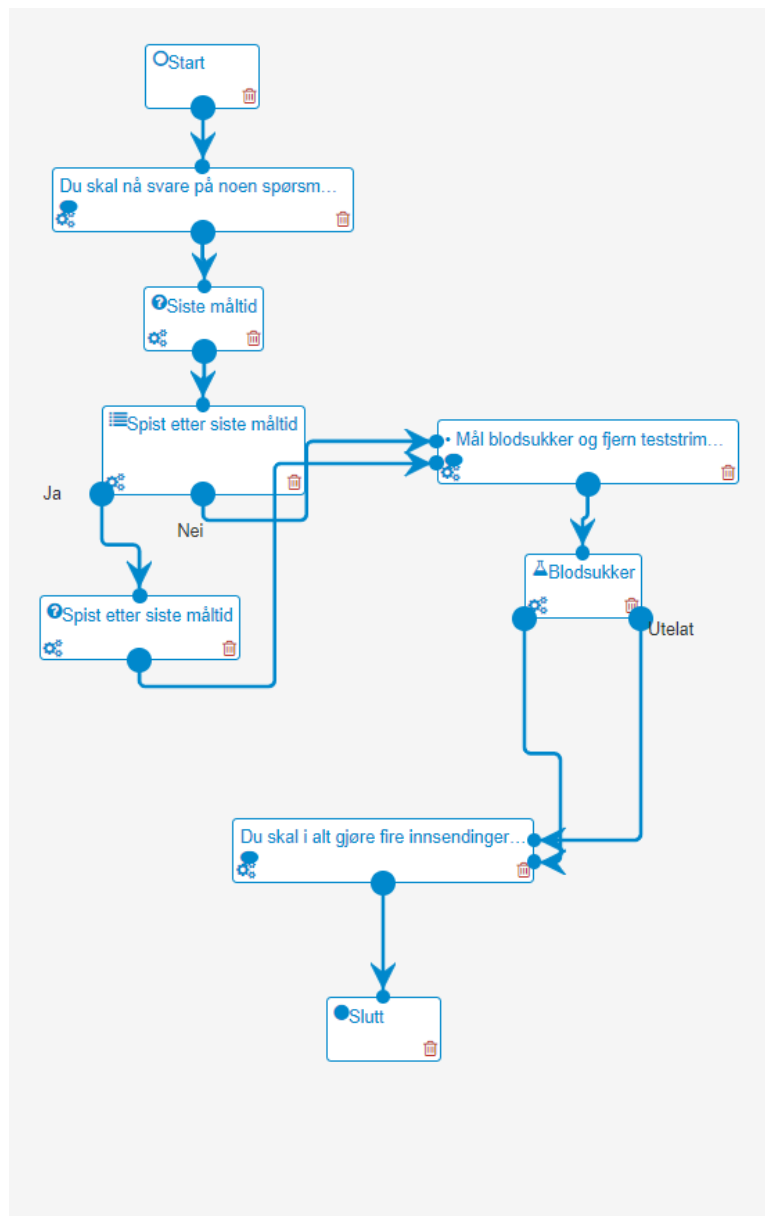
Algoritme TELMA_Diabetes «dagen før samtale med TMS, morgen»



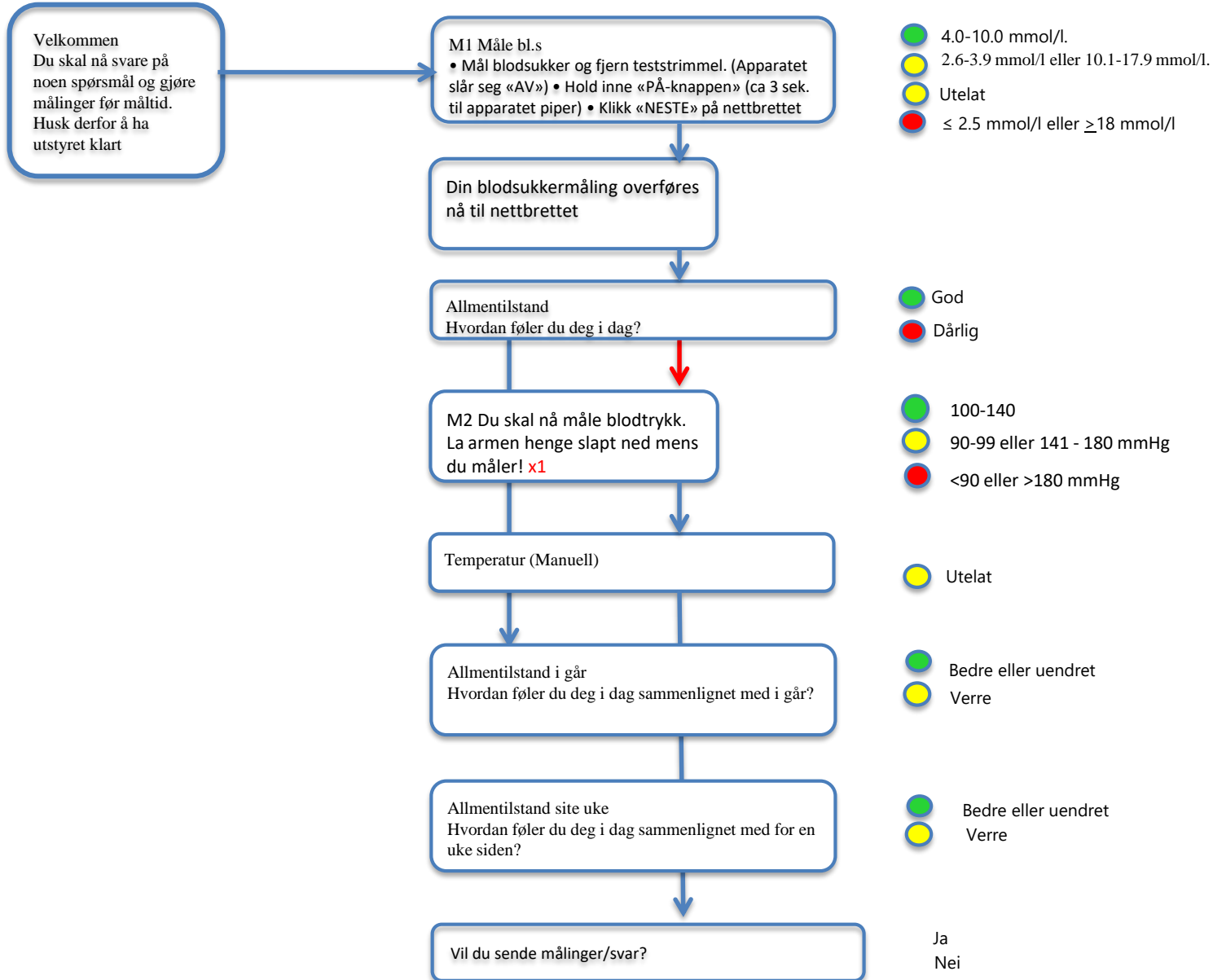
Algoritme TELMA_Diabetes «dagen før samtale med TMS, resten av dagen»



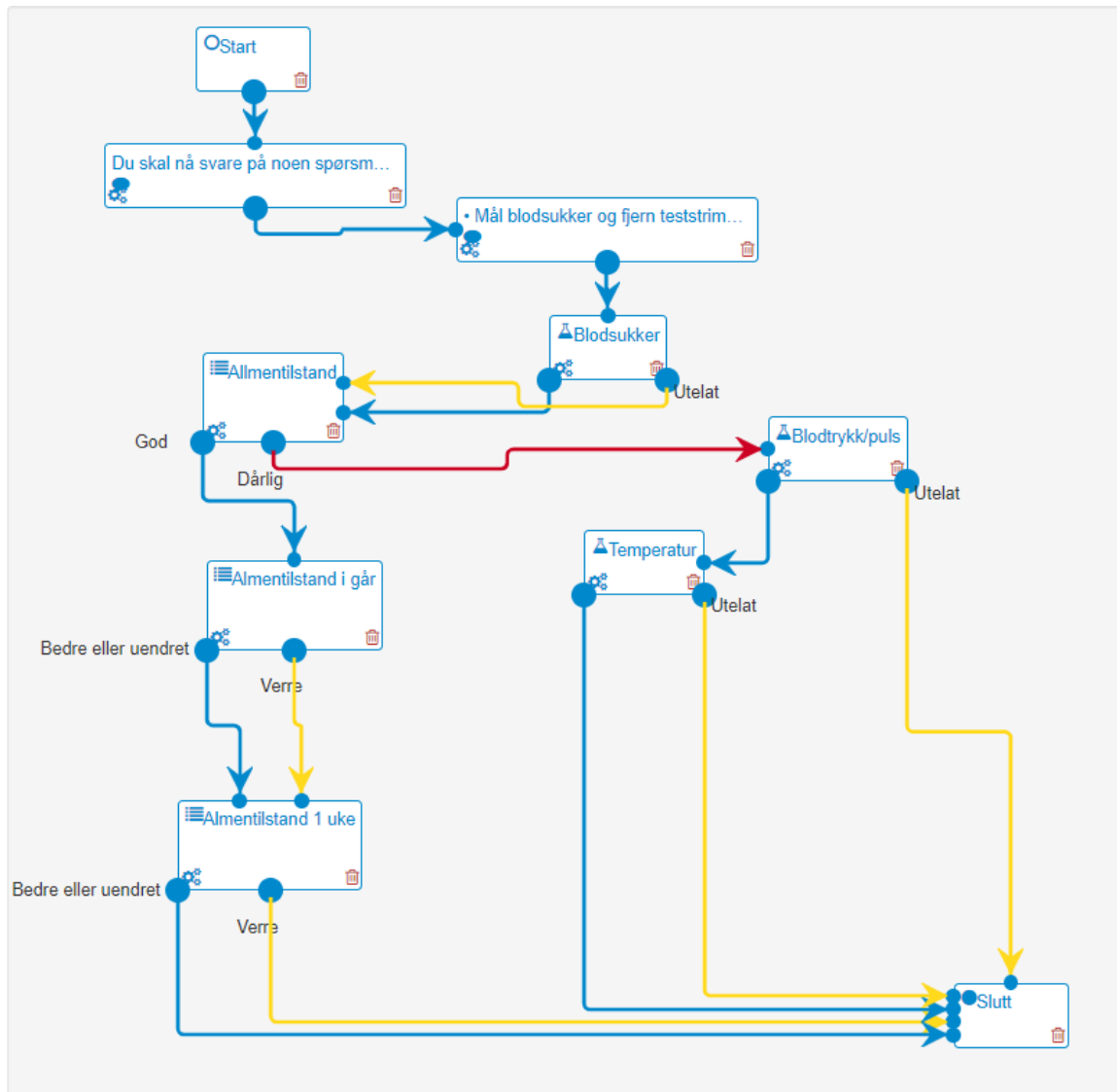
Algoritme TELMA_Diabetes «dagen før samtale med TMS, resten av dagen»



Algoritme TELMA_Diabetes «samtaledag»



Algoritme TELMA_Diabetes «samtaledag»



Algoritme for multimorbiditet (KOLS-Diabetes)

Velkommen
Velkommen til telemedisin for deg som har KOLS og diabetes

S1 Dagsform
I forhold til din vanlige dagsform, hvordan føler du deg i dag?

- Som vanlig
- Litt verre
- Mye verre

Temperatur
Nå måler du temperaturen

- < 38 gr. Celcius
- 38-38.4 gr. Celcius
- Utelat
- > 38.5 gr. Celcius

Pust generelt
I forhold til vanlig, hvordan er pusten din i dag?

- Som vanlig
- Litt verre
- Mye verre

Temperatur
Nå måler du temperatur. Dersom du allerede har målt temperatur trykk "Utelat"

- < 38 gr. Celcius
- 38-38.4 gr. Celcius
- Utelat
- > 38.5 gr. Celcius

Mengde slim
I forhold til vanlig, hvor mye slim har du i dag?

- Som vanlig
- Litt mer enn vanlig
- Mye mer enn vanlig

Temperatur
Nå måler du temperaturen

- < 38 gr. Celcius
- 38-38.4 gr. Celcius
- Utelat
- > 38.5 gr. Celcius

Farge på slim
Hvordan er fargen på slimet?

- Som vanlig
- Mer farge eller annen farge enn vanlig

Anfallsmedisin
Hvordan bruker du anfallsmedisin i dag?

- Som vanlig
- Litt mer enn vanlig
- Mye mer enn vanlig

Antibiotika
Siden sist du svarte på dette spørsmålet, har du startet opp med en ny antibiotikakur for din lungesykdom ?

- Nei
- Pågående ab kur
- Ja, oppstart i dag

Prednisolon-dose
Siden sist du svarte på dette spørsmålet, har du startet med ekstra Prednisolon?

- Nei
- Pågående ab kur
- Ja, oppstart i dag

Fysisk aktivitet
Hvis du har plan for fysisk aktivitet, har du utført aktivitetene siste døgn?

- Ingen plan
- Nei, ikke utført
- Utført lett
- Utført moderat
- Utført hard

Utført aktivitet
Ved utført aktivitet, oppgi tidspunkt og varighet (Fritekst)

Spist siste døgn
Hva har du spist siste døgn? og tidspunkt når du spiste? (Fritekst)

Nå skal du foreta noen målinger
Start opp måleutstyr og foreta målinger i henhold til stegene

SpO2 (automatisk)
Du skal nå måle puls og oksygenmetning. Sett måleren på fingeren.
Målingen registreres automatisk, følg anvisningen nedenfor.

- SpO2 \geq 92%
- 89% \leq SpO2 < 92%
- Utelat
- SpO2 \leq 88%

Systolisk blodtrykk
Du skal nå måle blodtrykk og puls. Sett blodtrykksmansjetten på overarmen. Målingen registreres automatisk.

Puls (måles sammen med blodtrykket)

Informasjon om blodsuktermåling
• Mål blodsukker og fjern teststrimmel. (Apparatet slår seg «AV») • Hold inne «PÅ-knappen» (ca 3 sek. til apparatet piper) • Klikk «NESTE» på nettbrettet

Blodsukker overføring
Din blodsuktermåling overføres nå til nettbrettet

Vil du sende målinger/svar?

- 90 mmHg ≤ BT < 160 mmHg
- 160 mmHg ≤ BT < 200 mmHg
- Utelat
- BT < 90 mmHg eller ≥ 200 mmHg

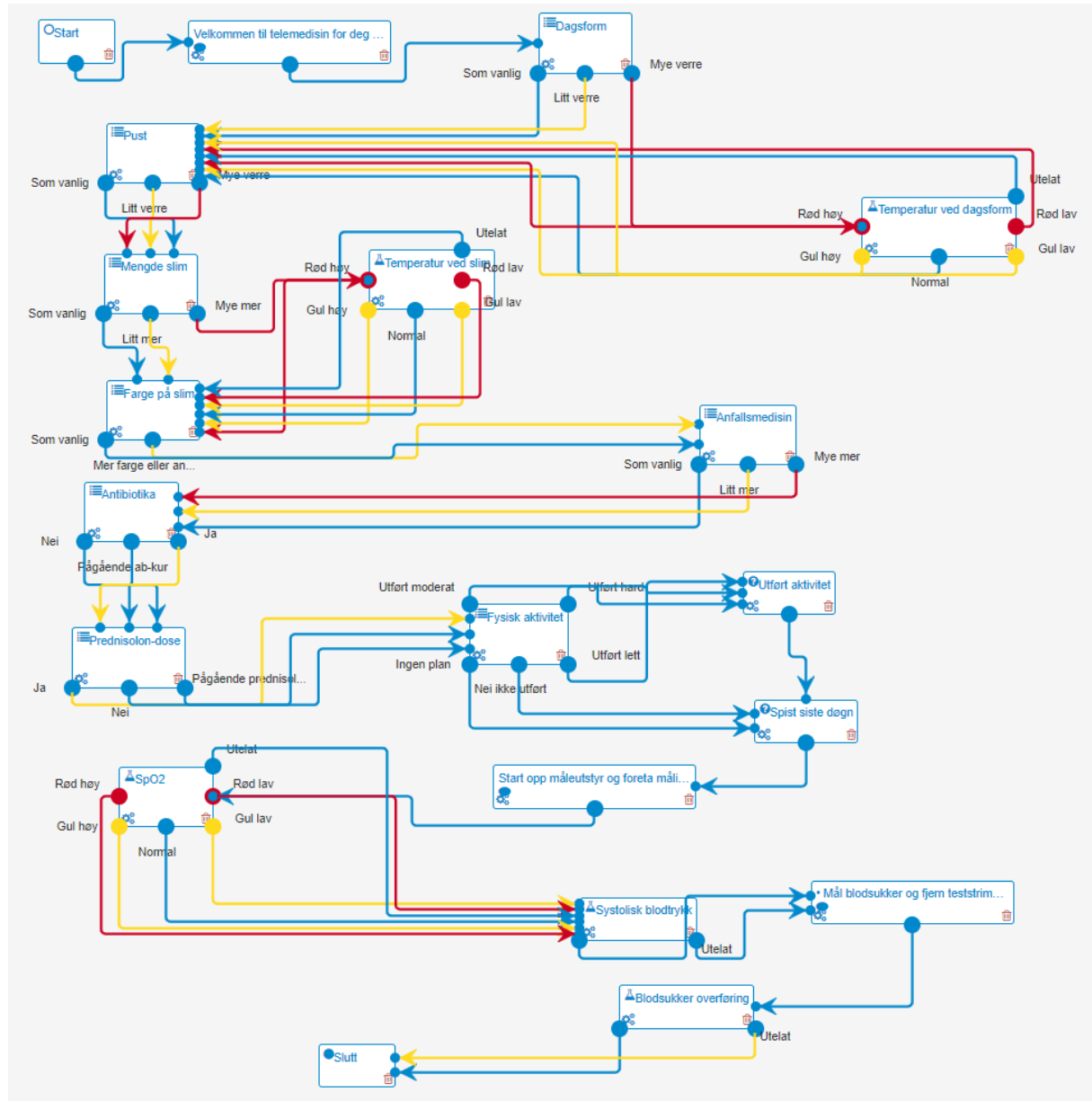
- 50 -120 slag/min
- > 15 slag/min over referansegrense
- Puls > 120 eller < 50 slag/min

- 4.0-10.0 mmol/l.
- 2.6-3.9 mmol/l eller 10.1-17.9 mmol/l.
- ≤ 2.5 mmol/l eller ≥ 18 mmol/l

Ja

Nei

KOLS Diabetes



Algoritme for multimorbiditet (KOLS-Hjertesvikt)

Velkommen
Velkommen til telemedisin for deg som har
KOLS og hjertesvikt

Dagsform
I forhold til din vanlige dagsform, hvordan føler du
deg i dag?

- Som vanlig
- Litt verre
- Mye verre

Pust
I forhold til vanlig, hvordan er pusten din i dag?

- Som vanlig
- Litt verre
- Mye verre

Nattlig dyspnø
Våknet du i natt med/av tung pust?

- Nei
- Ja

Ødemer
Er du mer hoven på beina/ankler i dag?

- Nei
- Litt mer
- Mye mer

Mengde slim
I forhold til vanlig, hvor mye slim har du i dag?

- Som vanlig
- Litt mer
- Mye mer

Farge på slim
Hvordan er fargen på slimet?

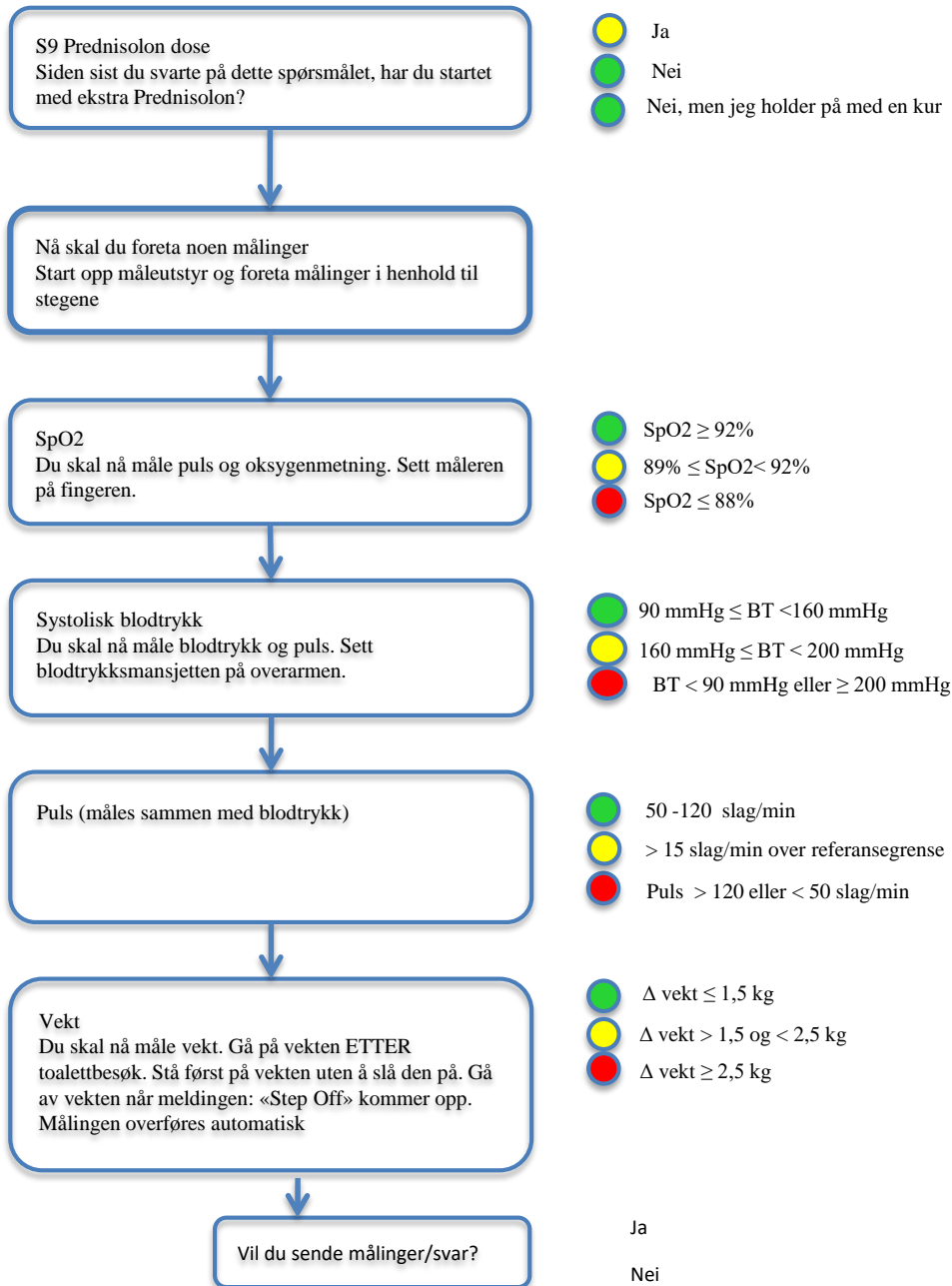
- Som vanlig
- Mer farge eller annen farge

Anfallsmedisin
Hvordan bruker du anfallsmedisin i dag?

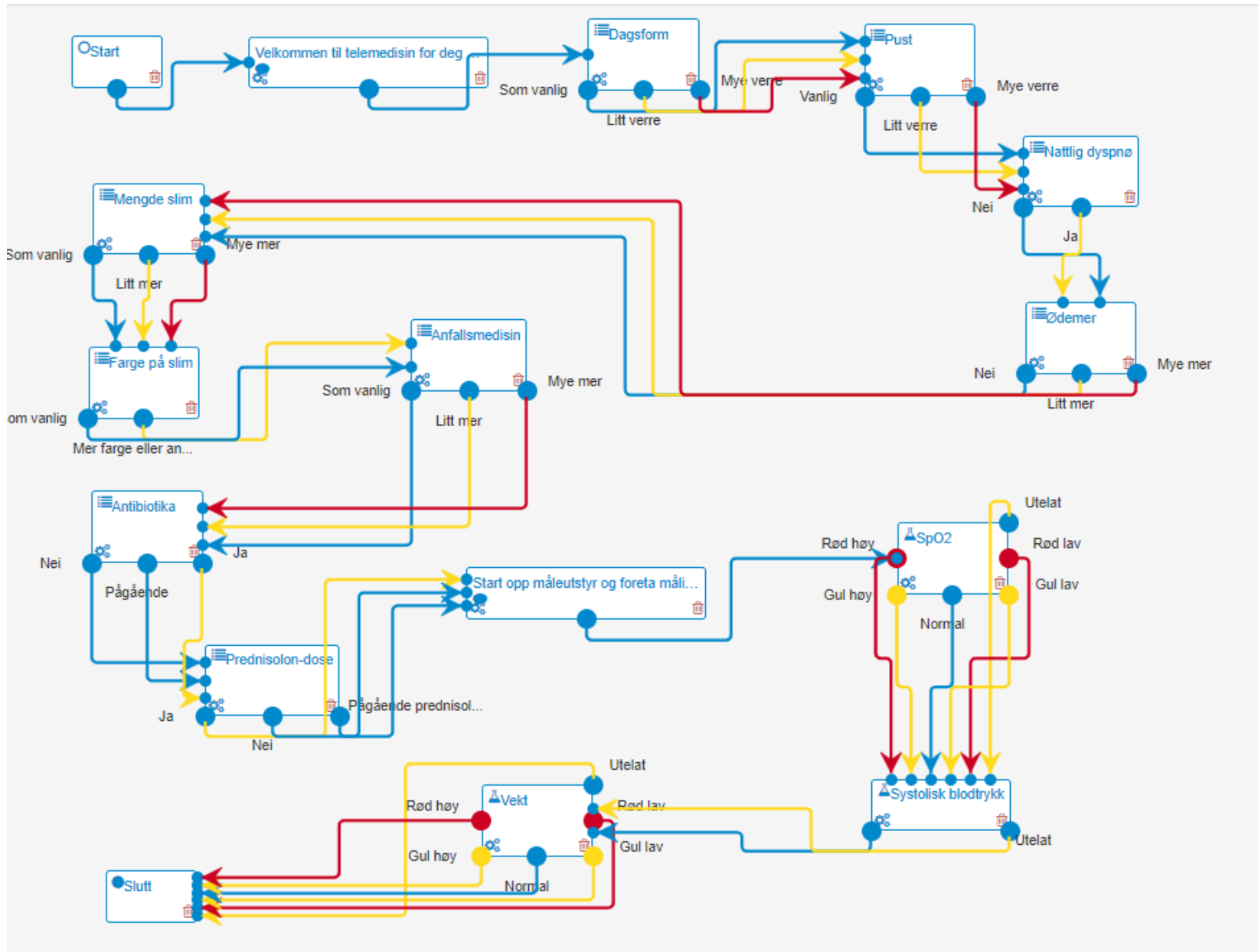
- Nei
- Litt mer
- Mye mer

Antibiotika
Siden sist du svarte på dette spørsmålet, har du startet
opp med en ny antibiotikakur for din lungesykdom ?

- Nei
- Nei, men jeg holder på med en kur
- Ja



KOLS Hjertesvikt



Algoritme for multimorbiditet 3 (Hjertesvikt-Diabetes)

Velkommen
Velkommen til telemedisin for deg som har
hjertesvikt og diabetes

S1 Dagsform
I forhold til din vanlige dagsform, hvordan føler du deg i dag?

- Som vanlig
- Litt verre
- Mye verre

Temperatur

- < 38 gr. Celcius
- 38-38.4 gr. Celcius
- Utelat
- > 38.5 gr. Celcius

Pust generelt
I forhold til vanlig, hvordan er pusten din i dag?

- Som vanlig
- Litt verre
- Mye verre

Pust om natten
Våknet du i natt med/av tung pust?

- Som vanlig
- Litt verre
- Mye verre

Ødemer
Er du mer hoven på beina/ankler i dag?

- Nei
- Litt mer
- Mye mer

Fysisk aktivitet
Hvis du har plan for fysisk aktivitet, har du utført aktivitetene siste døgn?

- Ingen plan
- Nei, ikke utført
- Utført lett
- Utført moderat
- Utført hard

Utført aktivitet
Ved utført aktivitet, oppgi tidspunkt og varighet
Fritekst



Spist siste døgn
Hva har du spist siste døgn? og tidspunkt når du spiste?



Nå skal du foreta noen målinger
Start opp måleutstyr og foreta målinger i henhold til stegene



SpO2
Du skal nå måle puls og oksygenmetning. Sett måleren på fingeren.
Målingen registreres automatisk, følg anvisningen nedenfor.

- SpO2 \geq 92%
- $89\% \leq$ SpO2 < 92%
- Utelat
- SpO2 \leq 88%



Systolisk blodtrykk
Du skal nå måle blodtrykk og puls. Sett blodtrykksmansjetten på overarmen.

- $90 \text{ mmHg} \leq$ BT < 160 mmHg
- $160 \text{ mmHg} \leq$ BT < 200 mmHg
- Utelat
- BT < 90 mmHg eller \geq 200 mmHg



Puls (måles sammen med BT)

- 50 -120 slag/min
- > 15 slag/min over referansegrense
- Puls > 120 eller < 50 slag/min



Vekt
Du skal nå måle vekt. Gå på vekten ETTER toalettbesøk. Stå først på vekten uten å slå den på. Gå av vekten når meldingen: «Step Off» kommer opp. Målingen overføres automatisk

- Δ vekt \leq 1,5 kg
- Δ vekt > 1,5 og < 2,5 kg
- Δ vekt \geq 2,5 kg



Blodsukkerverdier
• Mål blodsukker og fjern teststrimmel. (Apparatet slår seg «AV»)
• Hold inne «PÅ-knappen» (ca 3 sek. til apparatet piper) • Klikk «NESTE» på nettbrettet

- 4.0-10.0 mmol/l.
- 2.6-3.9 mmol/l eller 10.1-17.9 mmol/l.
- \leq 2.5 mmol/l eller \geq 18 mmol/l



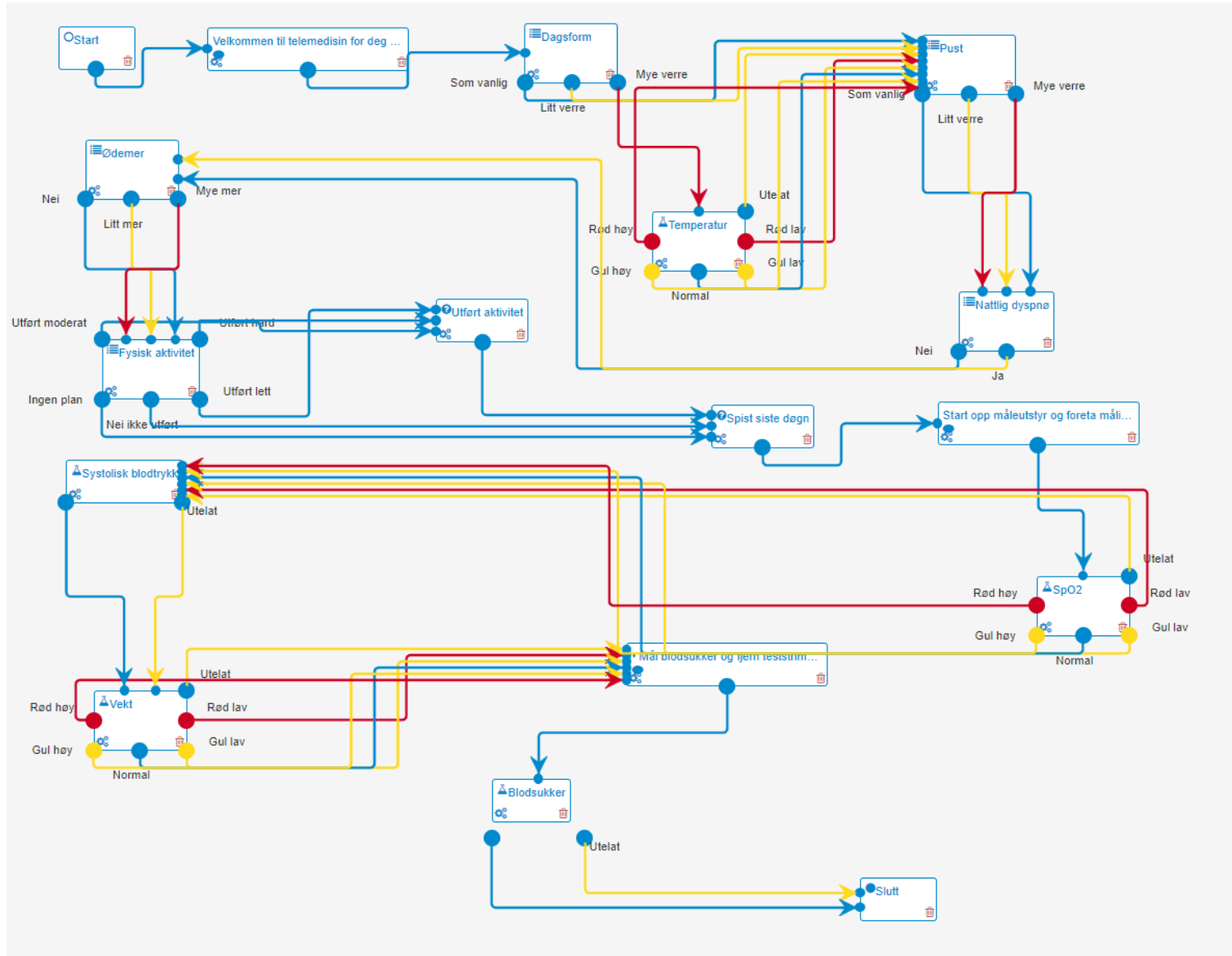
Blodsukker (legger seg inn automatisk)
Blodsukkerverdi

Vil du sende målinger/svar?

Ja

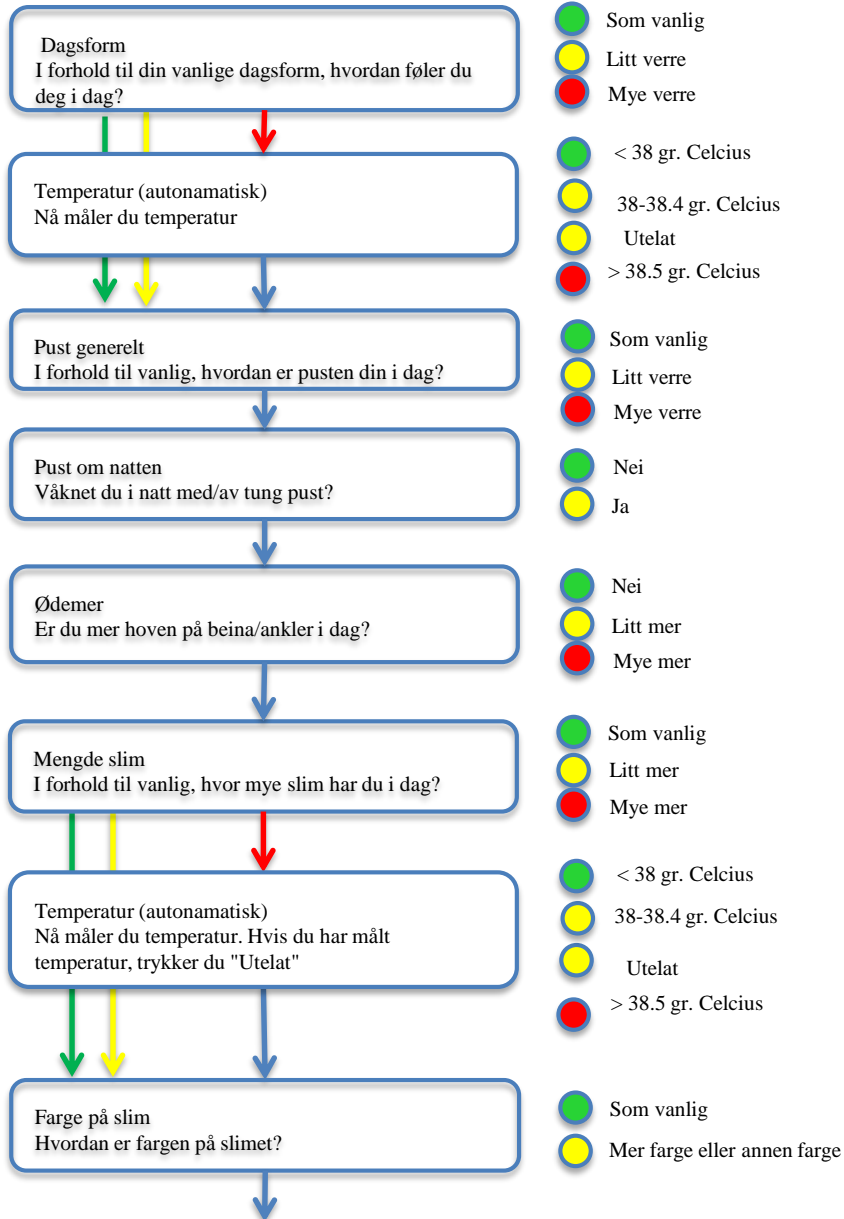
Nei

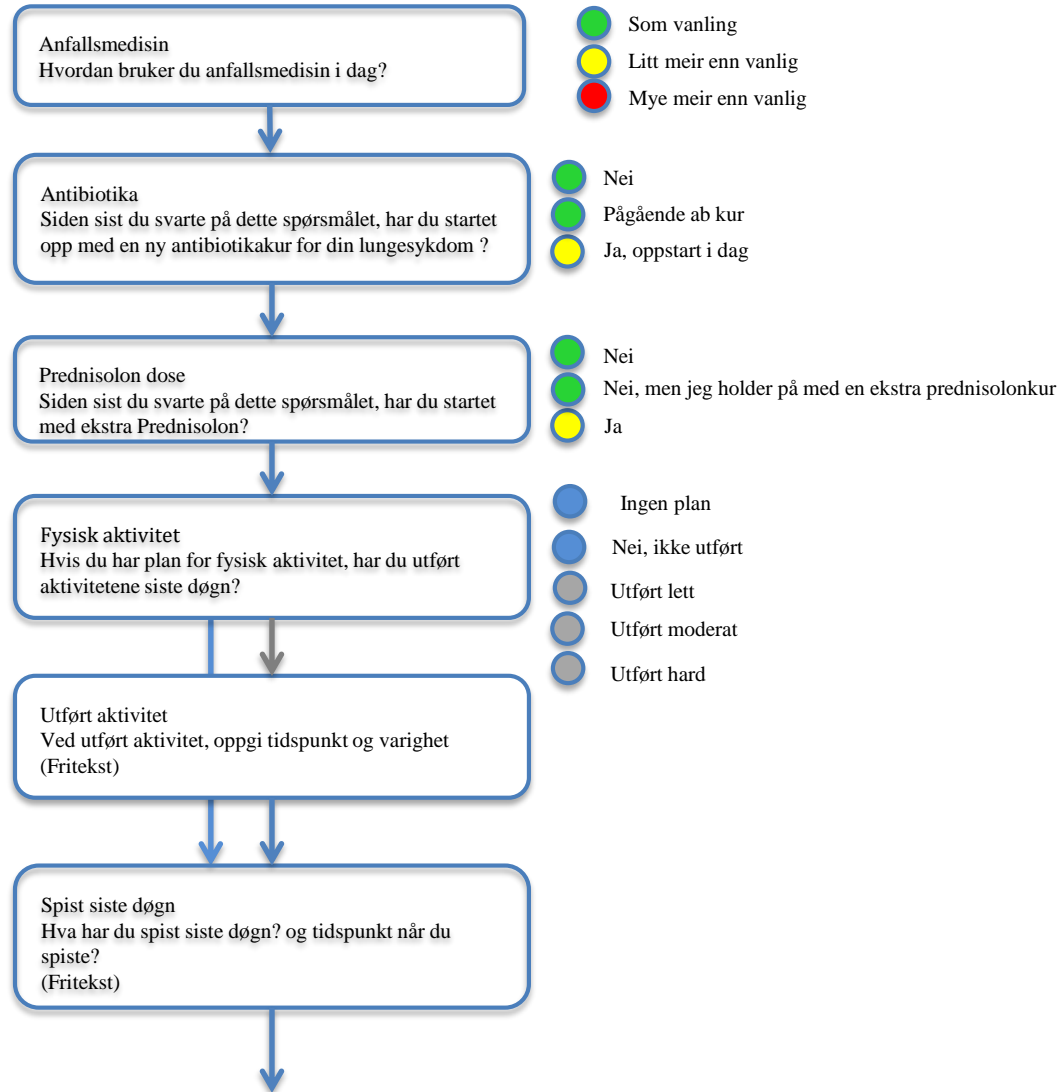
Hjertesvikt Diabetes



Algoritme for multimorbiditet (KOLS-Hjertesvikt-Diabetes)

Velkommen
Velkommen til telemedisin for deg som har
KOLS, hjertesvikt og diabetes





Nå skal du foreta noen målinger
Start opp måleutstyr og foreta målinger

SpO2 (automatisk)
Du skal nå måle puls og oksygenmetning. Sett måleren på fingeren.
Målingen registreres automatisk, følg anvisningen nedenfor.

- SpO2 ≥ 92%
- 89% ≤ SpO2 < 92%
- Utelat
- SpO2 ≤ 88%

Systolisk blodtrykk og puls (automatisk)
Du skal nå måle blodtrykk og puls. Sett blodtrykksmansjetten på overarmen.

- 90 mmHg ≤ BT < 160 mmHg
- 160 mmHg ≤ BT < 200 mmHg
- Utelat
- BT < 90 mmHg eller ≥ 200 mmHg

Puls (måles sammen med blodtrykket)

- 50 -120 slag/min
- > 15 slag/min over referansegrense
- Puls > 120 eller < 50 slag/min

Vekt
Du skal nå måle vekt. Gå på vekten ETTER toalettbesøk. Stå først på vekten uten å slå den på. Gå av vekten når meldingen: «Step Off» kommer opp. Målingen overføres automatisk

- Δ vekt ≤ 1,5 kg
- Δ vekt > 1,5 og < 2,5 kg
- Δ vekt ≥ 2,5 kg

Informasjon om blodsukermåling
• Mål blodsukker og fjern teststrimmel. (Apparatet slår seg «AV») • Hold inne «PÅ-knappen» (ca 3 sek. til apparatet piper) • Klikk «NESTE» på nettbrettet

Blodsukker overføring
Din blodsukermåling overføres nå til nettbrettet

- 4.0-10.0 mmol/l.
- 2.6-3.9 mmol/l eller 10.1-17.9 mmol/l.
- ≤ 2.5 mmol/l eller ≥ 18 mmol/l

Vil du sende målinger/svar?

- Ja
- Nei

KOLS Hjertesvikt Diabetes

