

Dagboken berättar hur du mår

– Innovationer handlar inte alltid om att uppfinna nya tekniska produkter. Det kan lika gärna gälla att använda existerande teknik på ett oväntat sätt.

Så säger Axel Wolf, innovatören bakom en applikation till mobiltelefoner som ska hjälpa patienter med hjärtsvikt att hålla koll på sin hälsa.

SYNGO-HD kallas produkten som bygger på den lika enkla som geniala idén att använda en vanlig mobiltelefon som hälsodagbok. Patienten laddar ner ett program från internet och sedan är det bara att sätta igång.

– Det hela går ut på att patienten varje eller varannan dag för in olika data i mobilen. Det handlar både om objektiva tecken som vikt och fysisk aktivitet och om subjektiva symtom som trötthet eller andfåddhet. Så småningom bildar de inmatade värdena en kurva som patienten själv kan kontrollera. Det är ju ganska svårt att veta om man mår bättre idag jämfört med för en vecka sedan, men med hjälp av de data patienten själv lagt in kan han eller hon enkelt se om andfåddheten kanske är på väg ner eller om sömnen blivit bättre den sista tiden. På så sätt ökar patientens kontroll över den egna hälsan.

Axel Wolf är sjuksköterska men också doktorand vid det nya tvärvetenskapliga Centrum för personcentrerad vård vid Göteborgs universitet, GPCC. Centrumet har nyligen fått 90 miljoner statliga kronor till forskning och utveckling. Tonvikten ligger på den enskilda patientens upplevelser av att vara sjuk men också på hur dessa kan kopplas till objektiva tecken.

DAGBOKEN KAN användas vid en mängd olika sjukdomar men har utvecklats primärt för hjärtsvikt, kärlkramp och fetma. Den forskargrupp Axel Wolf tillhör koncentrerar sig på äldre patienter med kronisk hjärtsvikt. Sjukdomen är en av de stora folksjukdomarna i världen, men är också en sjukdom där behandlingen blivit mycket bättre under senare år. Trots detta ligger antalet återbesök ändå kvar på samma nivå som tidigare.



Den största fördelen med en hälsodagbok är tryggheten, menar professor Inger Ekman, föreståndare för det nya GPCC.



Axel Wolf fick stöd av CIP Professional Services, GU Holding och ESBRI när han startade sitt företag.

– Och det är ju underligt, påpekar föreståndaren för GPCC, professor Inger Ekman. Bland annat kan det bero på att sjukvården ger så dubbla budskap. Å ena sidan förväntas patienten ta ett allt större ansvar för egenvård. Å andra sidan är det ändå sjukvården som bestämmer och beslut fattas ofta över huvudet på den patienten. Det är inte av illvilja det blir så här utan det handlar om att sjukvården har svårt att lämna över en del av makten till patienten.

MED HJÄLP AV EN så vardaglig apparat som en mobiltelefon kan patienten involveras i sin egenvård på ett nytt sätt.

– Vi har låtit ett antal äldre personer prova dagboken och de har blivit väldigt intresserade, förklarar Axel Wolf. För även om nya telefoner inte är utvecklade för just äldre och sjuka upplever de att de är enkla att använda eftersom



Vi har låtit ett antal äldre personer pröva dagboken och de har blivit väldigt intresserade.

de har tydliga symboler och är lätta att trycka på.

Andra metoder att hålla koll på patienten i hemmet brukar vara ganska komplicerade. Men en mobiltelefon, som man kan stoppa i fickan och ha med sig överallt, kräver varken särskilda kunskaper, något utrymme eller vårdpersonal som hjälper till med att ställa samman och tolka data.

– Men det största värdet med hälsodagboken är nog ändå tryggheten, menar Inger Ekman. Dagboken överlappar det glapp som finns mellan sjukhusvård och egenvård som gör att många, särskilt äldre patienter, kan känna sig övergivna. Vår förhoppning är att hälsodagboken så småningom blir en naturlig del av vården.

EN HYPOTES Axel Wolf snart ska pröva är om patienten också lär känna sin kropp bättre när hon kan följa sin egen hälsokurva.

– Ser man att man mår sämre efter julhelgen kanske man börjar fundera över om det beror på den feta maten eller för mycket stillasittande, och förhoppningsvis blir man då motiverad att ändra sina vanor.

Att forskningsresultat måste tillvaratas i samhället på olika sätt är en av tankarna bakom Centrum för personcentrerad vård. Därför samarbetar man med både näringslivet och regionen.

– Det finns en djupt rotad föreställning om att vården inte ska tjäna pengar på lidande, förklarar Inger Ekman. Men vi kan vända på perspektivet: Nyttiggörande är målet med allt vi gör och alla sätt att sprida kunskap så att den kommer patienten tillgodo är bra.

ATT VARA FÖRETAGARE skiljer sig inte så mycket från att vara forskare, menar Axel Wolf.

– I båda fallen har man en idé som man behöver marknadsföra och söka pengar för. Och att skriva en affärsplan är inte så olik att skriva en forskningsansökan, det gäller i båda fallen att presentera det man vill göra på bästa sätt. Kommersialisering handlar egentligen inte så mycket om att tjäna pengar som om att nå ut till en bredare massa med sin forskning, istället för att låta den samla damm på en hylla. Sedan är det förstås klart att man måste få det hela att gå runt för att kunna driva forskningsprocessen vidare och underhålla produkten på marknaden.

Axel Wolf tror att många drar sig för att starta företag för att det verkar svårt.

– Men själv är jag förvånad över att det inte var krångligare. Det finns väldigt mycket stöd att få vid Göteborgs universitet, det är bara att lyfta på luren. Universitetets rådgivare hjälper en att tänka efter före, fundera över fallgropar, om produkten verkligen behövs eller om det kanske redan finns något liknande. ♦

TEXT Eva Lundgren

GPCC vid Göteborgs universitet

GPCC (Centrum för personcentrerad vård vid Göteborgs universitet) är ett flervetenskapligt forskningscentrum till vilket ett hundratal forskare är knutna. Det övergripande syftet är att stödja och genomföra forskning inom forskningsfältet personcentrerad vård.

Centrumbildningen är organiserad inom institutionen för vårdvetenskap och hälsa vid Göteborgs universitet och är en unik satsning inom klinisk patientnära forskning.

SYMGO-HD står för Symptoms-On-The-Go-HealthDiary