

Kännykällä hoitotasapainoon

Tyypin 2 diabetespotilaiden omahoidosta kannustavat tulokset Sipoossa

Tyypin 2 diabetes on pitkäaikaissairaus, joka vaatii potilaalta päivittäistä omahoitoa. Suomessa on tällä hetkellä 250 000 tyypin 2 diabeetikkoa ja arvioidaan, että lisäksi noin 200 000 suomalaista sairastaa diabetesta tietämättään. Diabeteksen sairaanhoitokuluiksi arvioidaan noin 2,6 Mrd euroa vuosittain ja lisäksi tulevat myös liitännäissairauksien kulut. Uuden teknologian hyödyntämistä diabeteksen hoidossa on tutkittu Sipoon terveyskeskuksessa. Tyypin 2 diabetespotilaat testasivat omahoitoa sähköisten apuvälineiden avulla ja saadut tulokset sekä kokemukset ovat rohkaisevia. Terveystieteiden ammattilaiset ovat innoissaan hoitotuloksista, mutta näkevät myös mahdollisuuden resurssien tehokkaampaan käyttöön.

Potilaalla aktiivinen rooli oman terveyden edistämisessä

Sipoon terveyskeskuksessa joukko tyypin 2 diabetespotilaita ja kontrolliryhmä osallistuivat Care4Me-hankkeeseen, jossa VTT:n johdolla tutkittiin tyypin 2 diabetesta sairastavien potilaiden omahoitoa sähköisten apuvälineiden avulla. Potilastietojärjestelmän ja sähköiset omahoidon apuvälineet hankkeeseen toimitti suomalainen Mediconsult Oy.

Sähköisiä apuvälineitä käyttäneiden ryhmään kuuluvat potilaat mittasivat kotona ja raportoivat matkapuhelimellaan tiedot potilastietojärjestelmään verenpaineestaan, painostaan ja päivittäisistä askeleistaan. Viisi potilasta mittasi ja raportoi lisäksi verensokeriarvonsa. Automaattinen hoidontukijärjestelmä antoi palautetta potilaan raportointien arvojen perusteella: oliko suunta oikea tai tavoitteet saavutettu. Terveystieteiden ammattilaiset toimivat taustalla eli automaattipalautteet ohjautuivat myös hoitajille, jotka reagoivat niihin tarvittaessa.

- Tutkimuksen mukaan sairauksien omahoito ja seuranta toimivat hyvin konseptilla, jossa potilaalla on käytössään ammattilaisen tuki, sähköinen omahoitotili, automaattiset muistutukset ja kännykkä, kertoo Ville Salaspuro, Mediconsult Oy:n lääketieteellinen johtaja.

- Sähköisiä palveluja laajemmin käyttöönottamalla on mahdollista säästää terveystieteiden resursseja huomattavasti kun käyntimäärät vähentyy ja ne korvautuu puhelinyhteydenotoilla, jatkaa Salaspuro.

Tutkimuspotilaiden käynnit terveyskeskuksessa vähentyivät ja vaihtuivat osin puhelinyhteydenotoiksi. Osa potilaiden seuranta- ja lääkitysmuutoksista, hoitosuunnitelman päivityksistä sekä laboratoriotulosten välittämisestä voitiin hoitaa täysin sähköisesti omahoitotilin kautta.

Sipoon terveyskeskuksessa Mediatri-potilastietojärjestelmään on kiinteästi liitetty potilaiden käyttöön tarkoitettu Medinet-omaterveyspalvelu, jossa potilaat voivat tarkastella omia sairaus- ja terveystietoja, ajanvaraukset, lääkkeitä ja laboratoriotulokset.

Hyvät kokemukset kannustavat

Diabetes-potilaiden hyvät hoitotulokset sekä positiivinen palaute kannustavat Sipoon terveyskeskusta laajentamaan sähköisten terveyspalvelujen käyttöä myös muihin pitkäaikaissairauksiin.

*- Potilailta on saatu pelkästään positiivista palautetta. Marevan-potilaille samanlaista sähköistä hoidon seurantaa aloitellaan ja tämä tulee vielä laajenemaan myös diabetes- ja verenpainepotilaille, kertoo **Minna Seppälä**, Sipoon terveyskeskuksen hoitaja.*

- Sähköinen kommunikointi potilaan kanssa tuntuu järkevältä. Se säästää aikaa ja lisäksi kirjallisesti annettu ohjeistus on monesti täsmällisempää, jatkaa Seppälä.

Seppälän mukaan uuden tekniikan hyödyntäminen sitoutti potilaan omaan hoitoonsa. *-Hoitoon liittyvät mittaustulokset tuli kirjattua ylös ja seurattua arvojen kehittymistä.*

Lisätietoa tutkimuksesta

- Tutkimus toteutettiin osana Care4Me-hanketta, jota johti VTT.
- Tutkimukseen osallistui 24 tyyppin 2 diabetespotilasta, jotka käyttivät sähköisiä apuvälineitä omahoitoon ja kontrolliryhmä 24 tyyppin 2 diabetespotilasta, joilla toteutui perinteinen hoito.
- Tutkimuksen kesto 10 kk/potilas (keväät/2011 – kevät/2012).
- Tutkimukseen osallistuneiden ikäkeskiarvo oli 62 vuotta.

Tutkimuksen keskeiset havainnot

- 80 % tutkimuspotilasta kohdalla mittaukset ja raportointi toteutui suunnitelman mukaisesti.
- Valtaosa (91 %) tutkimuspotilaista piti kotona tekemiään mittauksia ja niiden lähettämistä terveyskeskukseen hyödyllisenä
- Suurella osalla (81 %) tutkimuspotilaista teknisiä ongelmia ei esiintynyt ollenkaan tai ongelmat olivat vain vähäisiä
- Tutkimuspotilaiden pitkäaikainen glykohemoglobiini (HbA1c) laski n. 0,4 %-yksikköä
- Tutkimuspotilaiden paino putosi tutkimuksen aikana keskimääräin n. 2,1 kg
- Verenpainet kehittyivät kaikilla potilailla positiiviseen suuntaan – pudotus oli kuitenkin suurempi tutkimuspotilailla

Lisätietoa Care4Me-hankkeesta: <http://www.vtt.fi/sites/care4me/index.jsp?lang=en>

Taustatietoa diabeteksestä

Suomessa on noin 250 000 diagnosoitua hoidossa olevaa tyypin 2 diabeetikkoa.

Lisäksi noin 200 000 suomalaista sairastaa tietämättään tyypin 2 diabetesta.

Tyypin 2 diabeteksen hoidossa tärkeintä on kokonaisvaltaisuus. Kohonnut verensokeri on vain yksi osa diabetekseen liittyvää laajaa aineenvaihduntahäiriötä (metabolista oireyhtymää). Huomiota on kiinnitettävä verensokeriin, verenpaineeseen, veren rasva-arvoihin ja veren hyytymistekijöihin.

--

Mediconsult Oy on suomalainen tietojärjestelmätoimittaja, joka kehittää ratkaisuja sosiaali- ja terveydenhuollon tarpeisiin. Terveydenhuollon ammattilaisille kehitettyjen järjestelmien lisäksi ratkaisut antavat potilaille mahdollisuuden osallistua oman terveytensä ylläpitoon ja hoitoon sähköisesti ajasta ja paikasta riippumatta.

Mediconsult Oy työllistää yli 50 henkilöä Helsingissä, Salossa, Joensuussa ja Kuopiossa. Yritys on perustettu vuonna 1975 ja sen liikevaihto tilikaudella 2012 oli vajaa 5 miljoonaa euroa.
www.mediconsult.fi

Lisätietoa ja haastattelupyynnöt:

Ville Salaspuro, lääketieteellinen johtaja, Mediconsult Oy ville.salaspuro@mediconsult.fi, p. 050 595 4431