

iTrain

- Telerehabilitering af patienter med kronisk obstruktiv lungesygdom (KOL)- et internationalt forskningsprojekt



"Træningen er god for min krop og mit humør..."

Leif fra Gredstedbro har haft KOL i en årrække, og er nu kommet med i et forsøg, hvor han træner på et gangbånd i hjemmet og gennem video har han kontakt med en fysioterapeut fra Esbjerg Sundhedscenter omkring sin træning i hverdagen.

Om forsøget

Formålet med forsøget er at undersøge træning i eget hjem kan medvirke til, at patienter med KOL kan undgå at blive indlagt på sygehuset ved at være i god fysisk form og dermed opnå øget livskvalitet.

Forsøget er et internationalt forsøg mellem Norge, Danmark og Australien. Norges Forskningsråd har givet bevilling til forsøget. Forsøget foregår i et samarbejde mellem Sundhedscenter i Esbjerg Kommune og Lungemedicinsk Afdeling på Sydvestjysk Sygehus i Esbjerg. I Danmark er lektor Birthe Dinesen fra Aalborg Universitet forsøgsansvarlig.

Målgruppe i forsøget er patienter, der lider af svær eller meget svær grad af kronisk obstruktiv lungesygdom (KOL), er mellem 40 og 80 år, har haft mindst én KOL-relateret indlæggelse eller KOL-relateret forværring af symptomer inden for det sidste år og som har bopæl i Esbjerg Kommune.

Forsøget foregår over 2 år, og patienterne kan deltage i en af de tre nedennævnte grupper, og det afgøres ved lodtrækning, hvilken gruppe man deltager i.

➤ **Gruppe A: Telerehabiliteringsprogram**

Denne gruppe deltager i et telerehabiliteringsprogram, hvor man dagligt træner i eget hjem på et gangbånd, indrapportere forskellige målinger af f.eks. puls og er i dialog gennem video på en iPad med en fysioterapeut. Man har også adgang til at kunne følge de indrapporterede værdier på en hjemmeside.

➤ **Gruppe B: Træning i eget hjem**

Denne gruppe træner i eget hjem på gangbånd. I samarbejde med en fysioterapeut er der udviklet et individuelt træningsprogram, som patienten får udleveret på papir og herefter skal følge.

➤ **Gruppe C: Traditionelt rehabiliteringsprogram**

Denne gruppe af patienter deltager i traditionelt rehabiliteringsprogram på Esbjerg Sundhedscenter.

Hvordan opleves det at deltage i projektet?



Leif deltager i gruppe A og ses her i videokonference med en fysioterapeut fra Esbjerg Sundhedscenter. Ved siden af at Leif træner på gangbånd flere gange om ugen laver han fysiske øvelser for at styrke sin muskulatur. Leif fortæller: "Det er godt at være i god form og have dialog med fysioterapeuten under træningen på gangbåndet".

Frank har haft KOL i en årrække, og han deltager i gruppe B, hvor han har fået et gangbånd stillet til rådighed i hjemmet. En fysioterapeut fra Esbjerg Sundhedscenter har besøgt Frank og lavet et individuelt træningsprogram til Frank. Frank fortæller: "Det er dejligt at træne, og man skal ikke betænke med at deltage i projektet. Man skal bare hoppe ud i det. Jeg kan mærke, at jeg er i bedre form, og nu kan jeg gå 2 km og cykler rundt i Ribe".

Vil du vide mere om projektet kan du kontakte:

Projektet er godkendt af den Videnskabetiske Komite for Region Nordjylland nr N-20140038.

Projektsygeplejersker

Heide Bjelke Bendtson
Lungemedicinsk Afdeling,
Sydvestjysk Sygehus
Finsensgade 35
6700 Esbjerg
E-mail: Heidi.Bjelke.Bendtson@rsyd.dk
Mobil nr 30549061

Charlotte Thysen
Esbjerg Sundhedscenter
Spangsbjerg Kirkevej 51
6700 Esbjerg
E-mail: chthy@esbjergkommune.dk
Mobil 2774 1320

Forsøgsansvarlig

Birthe Dinesen
Lektor, PhD
Laboratoriet for Telehealth &
Telerehabilitering, SMI
Institut for Medicin og
Sundhedsteknologi,
Aalborg Universitet
Email: bid@hst.aau.dk
Mobil 20515944



**Sydvestjysk
Sygehus**



AALBORG UNIVERSITET