

Om telemedicin og et liv med KOL

Læs om Hjørdis Keizers personlige erfaringer med telemedicin og om, hvordan hun synes, det er nemmere at tackle sygdommen på trods af en lungekapacitet på blot 11%.



Hjørdis under oplæg om egne erfaringer med telemedicin på konference.

Hjørdis Keizer beretter: "Jeg fik diagnosen Kronisk Obstruktiv Lungesygdom (KOL) i 1999 og havde på det tidspunkt nok haft sygdommen i 10 år. Det, at man pludselig ikke kan få luft, og er nødt til at sende en sms til sin søn inde i stuen for at få hjælp, sætter sine spor - både hos én selv og den nærmeste familie".

Telemedicin i to omgange

I forlængelse af to hospitalsindlæggelser, har Hjørdis Keizer haft telemedicinsk udstyr med hjemme. I sidste omgang lånte hun udstyret i 3 måneder. Den første løsning var med videokonference med sygehusets KOL sygeplejerske og digitale målinger af lungekapacitet og iltmætning i blodet. Den anden gang blot med indsendelse af digitale målinger og telefonisk konsultation en gang om ugen.

Større tryghed og bedre mestring

"Begge løsninger har betydet en større tryghed. Og min familie har også følt det som en aflastning. Jeg har fået en bedre fornemmelse for min egen kurve og kan f.eks. se, at det gør en forskel at træne hver dag og at det betaler sig at bruge min pep-fløjte, så ilten ryger op. Det, at være hjemme i stedet for på hospitalet gør, at jeg kommer hurtigere i gang. Herhjemme har vi gudskelov trapper, som tvinger mig til fysisk aktivitet", fortæller Hjørdis.



"Jeg følte virkelig, det gav mig værdi, selv at kunne følge med i mine tal dagligt og en gang imellem vende dem med min KOL sygeplejerske. Derfor købte jeg også en iltmåler og et peakflowmeter efter første omgang med telemedicin, så jeg fortsat kunne holde øje med mine værdier."

Tjekker, om der er infektioner på vej

I dag bruger Hjørdis Keizer sit udstyr til at holde øje med sine måledata og til at se, om der er uregelmæssigheder i målingerne. "Så kan jeg måske se, om der er endnu en infektion på vej - og sammen med sygehuset kan vi sætte tidligere ind med behandling", uddyber Hjørdis.

Bedre datagrundlag

Når Hjørdis Keizer går til kontrol i lungeambulatoriet hver 3. måned, medbringer hun selv sine egne målinger. Hun mener, det giver et bedre billede, end hvis hun blot puster en enkelt gang til kontrol.

"Jeg synes, det ville være optimalt, hvis både min egen praktiserende læge, hospitalet og kommunen kunne se mine data. Så ville der være et fælles grundlag at vurdere på", reflekterer Hjørdis.

Erfaringer fra patient til patient

Jeg har lært meget af forløbene og synes, jeg har fået mange erfaringer, jeg gerne vil give videre til andre, der lever med en eller flere kroniske sygdomme.

Det kunne være smart, hvis mine erfaringer kunne deles med andre via telemedicin. Så kunne vi patienter inspirere hinanden og fortælle den gode historie. Det kunne give mod på selv at prøve mere", slutter Hjørdis.