

EXAMENSARBETE Exploring Needs and Possibilities of mHealth Services

for People with Chronic Disease

STUDENTS Elin Magnusson & Elisabeth Vajta Engström**HANDLEDARE** Christofer Rydenfält (LTH) & Ola Cornelius (Nerve Sweden AB)**EXAMINATOR** Johanna Persson (LTH)

Stora behov hos kroniskt sjuka kan mötas med digitala hälsotjänster

POPULÄRVETENSKAPLIG SAMMANFATTNING **Elin Magnusson & Elisabeth Vajta Engström**

Varannan svensk över 16 år lider av en kronisk sjukdom, och antalet ökar. Examensarbetet visar på stora behov hos de drabbade och ger förslag på hur digitala hälsotjänster kan göra det lättare att leva med kronisk sjukdom.

Antalet personer som lever med en kronisk sjukdom ökar. Kroniska sjukdomar leder till både mänskligt lidande och för tidig död. I Sverige står behandlingen av kroniska sjukdomar dessutom för över 80% av sjukvårdskostnaderna. Som ett sätt att lindra lidandet och minska kostnaderna föreslås i detta projekt fyra digitala hälsotjänster som är tänkta att underlätta för kroniskt sjuka patienter att själva hantera sina behov och utmaningar:

- Ett digitalt hälsokonto som erbjuder en möjlighet att samla hälsoinformation och skraddarsy innehåll efter intresse för att underlätta kommunikationen med vården och att hitta hälsoappar.
- En crowdsourcing-plattform för hälsofrågor där man hjälps åt och löser problem tillsammans, vilket både fungerar som ett socialt stöd och som ett verktyg för att navigera i hälsosektorn.
- En social hälsorobot, byggd på artificiell intelligens, att prata med som erbjuder stöd och hjälp i vardagen genom vara en personlig "hälsokompis".
- En spelapp med hälsoutmaningar som ger emotionell motivation vilket gör det roligt att leva hälsosamt.

Förslagen togs fram utifrån de kroniskt sjukas behov som samlades in genom workshops, tolv djupintervjuer samt en enkät med över 800 svarande. Flera väsentliga behov och utmaningar identi-

fierades. En tydligt återkommande utmaning var svårigheter med att acceptera sjukdomen. En majoritet av de intervjuade uttryckte att det psykologiska stödet från sjukvården var undermåligt och för dessa var kontakten med andra patienter ovärderlig för att lära sig leva med en livslång sjukdom.

En annan utmaning var kommunikationen med vårdgivare och myndigheter. Många upplevde det som oerhört tidskrävande och frustrerande att koordinera besöken hos olika sjukvårdsinstanser och till exempel Försäkringskassan. Samtidigt tror tre fjärdedelar av de som svarade på enkäten att kontakten med sjukvården kommer att ske digitalt i framtiden.

Åtta av tolv tyckte det var svårt att hitta relevanta och personanpassade digitala hjälpmedel. Det finns så många olika hälsoappar vilket innebär problem med att veta var man ska leta samt att sälla. Dessutom är digitala hälsotjänster ofta invecklade och omständiga att använda. Trots detta vill över 90 % av de kroniskt sjuka använda sig av digitala hälsotjänster för hälso- och sjukdomshandling.

Undersökningen visar på vikten av att utgå från användarnas behov. Därför har de föreslagna tjänsterna god förutsättning att användas som en utgångspunkt för fortsatt utveckling av individanpassade digitala hälsotjänster.