

Sluttrapport helseprosjekt 2018/HE2-233476

MedMonitor - mobil medisineringsassistent

Håvard Nesvold, prosjektleder.

15.09.2020

Forord

Dette er en sluttrapport for prosjektet “MedMonitor - mobil medisineringsassistent”. Prosjektet er gjennomført i samarbeid med Nasjonalforeningen for folkehelsen, med økonomisk støtte fra Stiftelsen Dam.

Initiativtaker, prosjektleder og utvikler av appen MedMonitor er Håvard Nesvold, som fikk ideen etter erfaringer med demenssykdom i egen familie. Håvard ønsker å rette en stor takk til Nasjonalforeningen for folkehelsen og Stiftelsen Dam, for å ha gjort det mulig å utvikle appen og gjennomføre prosjektet.

En ekstra takk til Victoria Sande ved Nasjonalforeningen for folkehelsen for all god hjelp.

Prosjektet ble gjennomført i tidsperioden oktober 2018 til juni 2020.



Sammendrag

Bakgrunn og målsetning

MedMonitor er velferdsteknologi som oppstod for å dekke et konkret brukerbehov hos pårørende til en demenssyk. Løsningen er en kombinasjon av medisinalarm og helsejournal, i form av en app. Ved hver medisinerings registreres data om pasientens helse, koblet til medisinene som gis. Slik får en hjelp til å ta medisiner til riktig tid samtidig som man fortløpende får samlet data om medisinenes effekt, uten å måtte uroe seg over å redegjøre riktig for dette i ettertid.

Målgruppen til MedMonitor er pårørende til pasienter med demens. I dag bor over 45 000 pasienter med demens i eget hjem og over 350 000 er nær pårørende til en med demens.

Prosjektet har vært et tidsavgrenset utviklingsprosjekt med følgende målsetninger:

- 1) Å utvikle en produksjonsklar utgave av appen "MedMonitor".
- 2) Å instruere, igangsette og følge 10-15 testbrukere.
- 3) Prosjektevaluering

Måloppnåelse

Delmål 1: Målet er nådd. Utvikling av MedMonitor gikk som planlagt, og appen ble i tillegg tilgjengeliggjort for kostnadsfri nedlastning på Google Play (Android) og App Store (iOS) i henholdsvis november og desember 2019.

Delmål 2: Målet er ikke nådd. Det har vært utfordrende med rekruttering av testbrukere, til tross for å ha gjennomført mange aktiviteter og tiltak, også utover det som var opprinnelig planlagt i prosjektplanen.

Prosjektet hadde som målsetning å rekruttere minst ti testbrukere, men har bare lyktes med å rekruttere to. Ingen av de to brukerne har dessverre benyttet helsejournal-delen i appen lenge nok til å betegne det som vesentlig feedback.

Delmål 3: Målet er ikke nådd og avhenger av oppnåelse av delmål 2. Prosjektet hadde som mål å evaluere nytteverdi og effekt på medisinerings basert på brukerintervju med testbrukere. Da det i prosjektperioden ikke har lyktes med å rekruttere brukere som har brukt systemet over vesentlig tid, så har dette vært umulig å få til. Dette gjelder følgelig også formidling av konkrete erfaringer basert på bruken av appen.

Prosjektgjennomføring

Utvikling av appen ble gjennomført som planlagt i prosjektets første fase. Etter dette ble det iverksatt en rekke tiltak for rekruttering. Av tiltak kan nevnes informasjonsmøter med sykehus, bydeler, demensforeninger og demenskoordinatorer i Oslo. Utlekking av brosjyrer

og postere på sykehus, seniorsentre og møtesteder for eldre. Annonsering i tidsskrift. Utvikling av nettsted for informasjon. Informasjon via kanaler tilgjengeliggjort via søkerorganisasjonen Nasjonalforeningen for folkehelsen. Etter å hatt vanskeligheter med å rekruttere egnede testbrukere besluttet prosjektet å søke Stiftelsen Dam om å forlenge prosjektperioden med 6 måneder for å legge ut appen gratis for alle på Google Play og App Store, for således å rekruttere brukere fra kandidater som laster ned appen. Prosjektet ble følgelig forlenget til juni 2020.

Oppsummering og videre planer

Utvikling av app, tilgjengeliggjøring av denne for alle, og alle tiltak for rekruttering har totalt sett overskredet prosjektets tids- og finansieringsplan.

Prosjektets utfordring har vært rekruttering av brukere. Dette var også punktet som ble ansett som prosjektets største risiko, noe som viste seg å være riktig.

Ved å tilgjengeliggjøre appen for alle, og i denne forbindelse forlenge prosjektet i tid, har vi forsøkt nok en kanal for å rekruttere brukere. Utfordringen her er at man uansett trenger kanaler som viser til og informerer om appen for å drive potensielle brukere til å finne fram til den. Vi har ikke lyktes med dette innenfor prosjektet.

Det foreligger ingen konkrete planer for prosjektet på nåværende tidspunkt, utover å fortsette å la appen være tilgjengelig for nedlastning, samt å utføre nødvendig vedlikehold av denne.

Innholdsfortegnelse

Forord	1
Sammendrag	2
Bakgrunn og målsetning	2
Måloppnåelse	2
Prosjektgjennomføring	2
Oppsummering og videre planer	3
Bakgrunn	5
Målsetting og målgruppe	6
Prosjektgjennomføring	7
Videre planer	10

Bakgrunn

Økt folketall og høyere levealder vil føre til en dobling av antall pasienter med demens i Norge innen 25-35 år. Stadig flere vil mao. være hjemmeboende med demens, ofte sammen med en pårørende som omsorgsperson. Mange bruker flere legemidler samtidig, også pga. andre sykdommer, og det kan være utfordrende for pårørende (som allerede lever i en psykisk og fysisk tung hverdag) å redegjøre objektivt og riktig for effekten av ulike medisiner som prøves ut - gjerne retrospektivt i samtale med lege. Et annet problem for pårørende er å påse at medisiner tas til rett tid, uansett hvor man er.

MedMonitor er nyskapende velferdsteknologi som oppstod for å dekke et konkret brukerbehov hos pårørende til en demenssyk. Løsningen er en kombinasjon av medisinalarm og helsejournal, i form av en app. Ved hver medisinerings registreres data om pasientens helse, koblet til medisinerne som gis. Disse dataene samles inn ved at brukeren svarer på konkrete spørsmål om aktuelle forhold rundt helsen til den syke, relatert til den aktuelle demenssykdommen. Slik får en hjelp til å ta medisiner til riktig tid samtidig som en fortløpende får samlet data om medisinerens effekt, uten å måtte uroe seg over å redegjøre riktig for dette i ettertid. Dette letter byrden for pårørende, forbedrer medisineringen for pasient, og øker friheten for begge da løsningen er mobil.

Spørsmålene som man svarer på når man skrur av en alarm kan tilpasses pasienten og den aktuelle demenssykdommen pasienten har, samt hvor langt man er i sykdomsforløpet. MedMonitor legger ingen begrensing på hvilke eller hvor mange spørsmål som stilles pasienten. MedMonitor kan visualisere utviklingen over svarene en har avgitt, grafisk over tid.

Det finnes i dag ikke noen løsninger fra det offentlige eller andre som tilsvare MedMonitor. .

Prosjektleder Håvard Nesvolds far fikk i 2013 diagnosen demens med Lewy-legemer. Det var et ønske om å dekke et behov for sin mor og far i en vanskelig situasjon, som fikk Håvard til å utvikle en prototype av MedMonitor. Brukererfaring og input fra hans egen mor, kombinert med tett samarbeid med behandlende lege, motiverte til igangsetting av prosjektet.

Målsetting og målgruppe

Målgruppen til MedMonitor er pårørende til pasienter med demens. I dag bor over 45 000 pasienter med demens i eget hjem og over 350 000 er nær pårørende til en med demens.

Prosjektets målsetting har vært følgende tre konkrete hovedmål:

1. Å utvikle en produksjonsklar versjon av appen "MedMonitor".
2. Å instruere, igangsette og følge en første testbrukergruppe.
3. Prosjektevaluering og formidling.

Prosjektgjennomføring

Utviklingen av appen (delmål 1) har gått som planlagt. MedMonitor har blitt utviklet for Android og iOS-plattformene, med støtte for medisinalarm og logg med svar på helsespørsmål. Begge versjonene av appen benytter mye av den samme kildekoden, noe som er gjort mulig ved bruk av React Native-rammeverket for utvikling av applikasjoner for smarttelefon og nettbrett. Dette letter arbeidet med utvikling og vedlikehold av appen, uten å miste muligheten for å tilpasse funksjonaliteten til de respektive kravene de to plattformene har til utforming og implementasjon.

Rekruttering av testbrukere er delmålet (delmål 2) som ble ansett å ha størst risiko i den opprinnelige prosjektplanen. Dette har også vist seg å være svært utfordrende. Til tross for å ha gjennomført mange aktiviteter og tiltak med sikte på rekruttering - også utover det som var opprinnelig planlagt i prosjektplanen - lykkes man bare å rekruttere to testbrukere. Videre, ingen av de to brukerne har dessverre benyttet helsejournal-delen i appen lenge nok til å betegne det som essensiell feedback. Prosjektet hadde i sin opprinnelige plan en ambisjon om å rekruttere minst ti brukere.

Da prosjektet nærmet seg slutten på opprinnelig prosjektperiode uten å ha lykkes med rekrutteringen, søkte prosjektet Stiftelsen Dam om utsettelse på tid på seks måneder, noe som ble innvilget. Planen med forlengelsen var å lansere appen for alle, for gratis nedlastning på Google Play (Android) og App Store (iOS). Dette ga prosjektet følgende nye muligheter til rekruttering: All kommunikasjon rundt appen kan henvise til en nedlastbar versjon av løsningen, noe som kan gjøre at terskelen for å ta den i bruk blir mye lavere, og kommunikasjonen vil kunne formes på en måte som gjør at potensielle brukere kan se verdien av å prøve ut dette umiddelbart, uten å måtte love seg bort i en lengre testperiode. Appen ble lansert for alle ved årsskiftet 2019/2020, og dette ble blant annet omtalt av Aldring og helse via Facebook januar 2020, og Nasjonalforeningen for folkehelsen i februar. Nettstedet www.medmonitor.no ble endret til å presentere informasjon om nedlastbar app, og lenke til Google Play og App Store.

Etter å ha vært tilgjengelig for nedlastning i perioden etter lansering, har det dessverre vært svært få som har lastet ned appen, og ingen rekrutteringer. Det kan være flere årsaker til dette. At det er veldig mange apper tilgjengelig, og at en følgelig må vite hva en søker etter, er nok en av de viktigste årsakene. Uten å høre om MedMonitor er det vanskelig å oppdage appen på egen hånd. Prosjektet har ikke hatt midler, eller kunnskap om ytterligere kanaler utover de som har vært forsøkt i løpet av hele prosjektperioden, til å drive trafikk inn til nedlasting av app (ei heller til nettstedet medmonitor.no) eller truffet potensielle brukere via annen annonsering enn det som omtales under tiltakene under.

Her er en oppsummering av planlagte (ihht til opprinnelig prosjektplan), og ikke planlagte tiltak som er gjennomført i løpet av prosjektet.

Planlagt:

- Informasjon via Hukommelsesklinikken i Oslo. Utlekking av brosjyrer.
- Informasjon til personer i Nasjonalforeningen for folkehelsens Erfaringspanel eller andre som er med i prosjekt i regi av Nasjonalforeningen (**1 testbruker rekruttert, men ikke av helselogg**)
- Kontakt med pårørendeskolen i Oslo. Herunder presentasjon ved samtalegruppe for unge personer med demens på Villa Enerhaugen og e-post til mailinglister for pårørendeforeninger.

Også utført (Ikke planlagt):

- Møte og presentasjon for Oslo Kommune, seksjon for velferdsteknologi.
- Postere på seniorsenter og omsorg+ sentre i bydel Østensjø, Nordstrand og Søndre Nordstrand.
- Annonse i januar 2019-utgaven Vi over 60, samt elektronisk nyhetsbrev i uke 3, 2019. (**1 testbruker rekruttert, men ikke av helselogg**)
- Møte og presentasjon for demensteam i bydelene Nordstrand og Nordre Aker.
- Dialog med demenskoordinator i bydel Bjerke.
- Utlekking av brosjyrer for rekruttering ved Ahus.
- Informasjon via Nasjonalforeningen for folkehelsens lokallagsbrev.
- Dialog med Geriatrik poliklinikk, Oslo universitetssykehus.
- Informasjon pr. e-post til medlemmer i Asker demensforening.
- Dialog med demenskoordinator i Nye Asker kommune.
- Utvikling av www.medmonitor.no nettsted for informasjon, og skjema for rekruttering av testbrukere.
- Annonsering av lansert app på Google Play og iOS, med omtale på Facebook, og via facebook-siden til Nasjonalforeningen for folkehelsen og Aldring og helse.
- Planlagt møte og presentasjon for Almas Hus april 2020 (utsatt pga. covid-19).

Det må nevnes at de to brukerne som var med å teste alarmen i MedMonitor har vært svært nyttige ved initiell utforming av appen. Basert på innspill fra den ene brukeren ble det i tillegg implementert en funksjonalitet som skulle vise seg å være svært nyttig i deres tilfelle: Utsendelse av en sms til pårørende når personen med demens ikke registrerte å ha tatt sine medisiner. Utviklingen av denne funksjonaliteten ble tatt utenom den opprinnelige prosjektplanen, og var noe brukeren ønsket dersom de skulle være med å teste medisinalarmen i løsningen.

Som nevnt har ingen av de to brukerne dessverre benyttet helsejournal-delen i appen. Grunnen til dette er at personene med demens brukte få medisiner, og hadde få konkrete og uttalte helserelaterte utfordringer på tidspunktet de var med i prosjektet. Uten testbrukere av helsejournalen, ble det også umulig å gjennomføre intervjuer og evaluering av bruken av denne (delmål 3).

Resultater og vurdering

Først og fremst må nevnes at det i løpet av prosjektet har blitt utviklet en velfungerende medisinalarm-app, på norsk. Det finnes mange medisinalarm-apper på markedet, men hva gjelder brukervennlighet og tilpasning for norske, ofte eldre brukere, er MedMonitor etter vår mening et godt og enkelt alternativ. En nærmere sammenligning av generell funksjon og brukervennlighet av medisinalarmen opp mot andre løsninger var ikke en del av prosjektets mål, og er ikke nøyere analysert.

Prosjektet har ikke lyktes med å rekruttere testbrukere for dermed å kunne følge deres bruk av helseloggen over tid, og til slutt gjennomføre en evaluering av funksjon og nytteverdi i forhold til å ha oppnådd bedre medisinerings, slik planen var. Dette til tross for mange iverksatte tiltak, og å ha overskredet initiell plan på både tid og arbeidsinnsats.

Rekruttering var vurdert som et moment av høy risiko, noe som også viste seg å være tilfellet. *Dette kan være av vesentlig interesse for lignende prosjekter som har behov for å rekruttere blant den samme målgruppen.*

Basert på utfordringene rundt rekruttering i prosjektet, er dette også noe som kanskje kan være interessant for et nærmere studium: er det gode nok kanaler og møteplasser for å rekruttere til lignende prosjekter i denne målgruppen i dag? Hvor befinner målgruppen seg, og er dette møteplasser som er tilgjengelige for rekruttering? En samtale med legen sin er for eksempel ikke en arena hvor en kan rekruttere til denne typen prosjekt, mens møte i en pårørendeforening *kan* være det.

Videre planer

Det foreligger ingen konkrete planer for videreføring av prosjektet på nåværende tidspunkt, utover det å fortsette å la appen være tilgjengelig for nedlastning, samt å utføre nødvendig vedlikehold av denne.

Et oppfølgingspunkt som ble utsatt pga covid-19, er å presentere appen for Almas hus. Dette vil bli forsøkt gjennomført når det anses som mulig for Almas hus, gitt den pågående pandemien.

Dersom prosjektet skal taes videre, kreves en nøyere lagt plan for hvordan å lykkes med å nå ut med informasjon om appen til et "bredere" publikum, utover det som har blitt forsøkt i denne prosjektgjennomførelsen. Det er nødvendigvis ikke lett, da målgruppen har vist seg å være vanskelig å rekruttere testbrukere blant, til tross for å ha utført mange og forskjellige tiltak.