

Fokus på egenmestring og positiv livsstil i kreftoppfølging



Mette Skorstad

Overlege

Kvinneklinikken

Sørlandet Sykehus HF, Kristiansand



UNIVERSITETET I AGDER



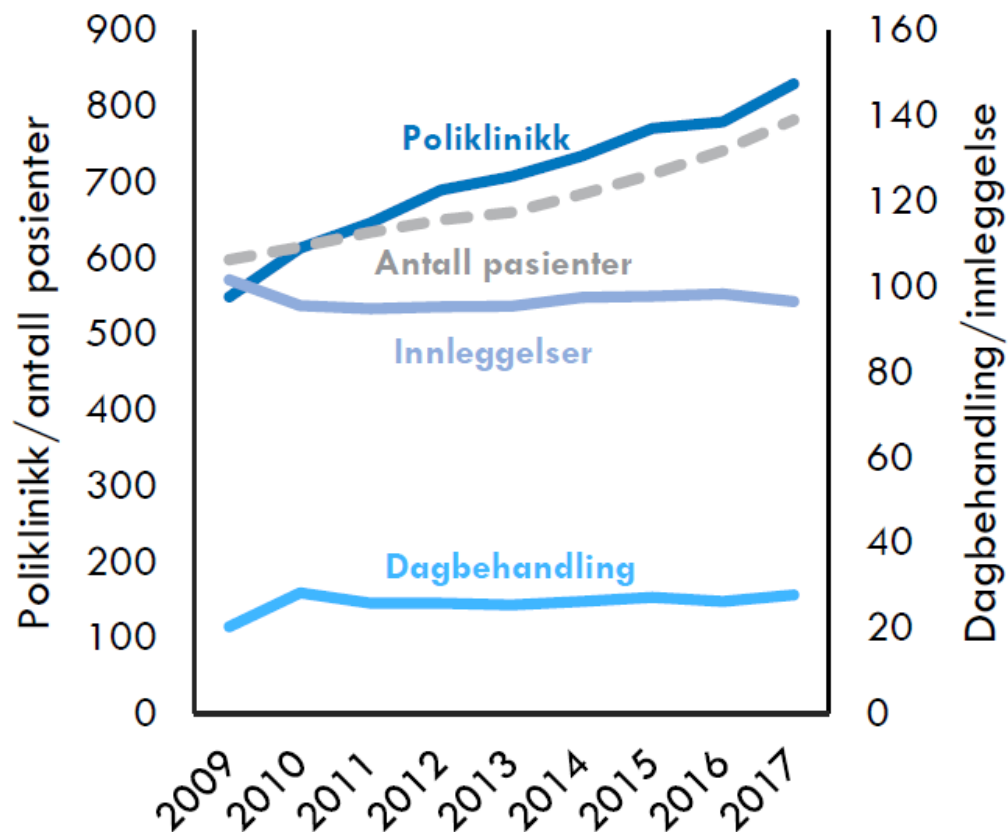
UPPSALA
UNIVERSITET



SØRLANDET SYKEHUS

Antall kreftpasienter i kontakt med somatisk spesialisthelsetjeneste

2009-2017, tall i 1000



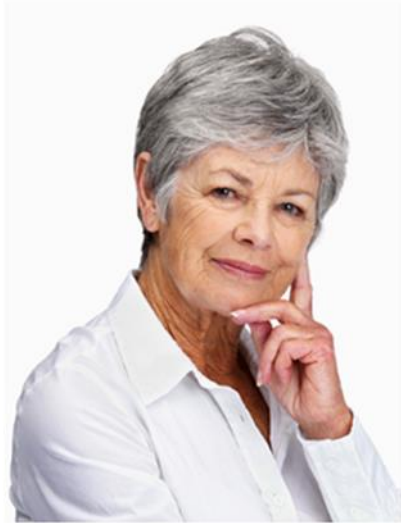
Kilde: Bugge et al. (2019).

Rutinekontrollen – falsk trygghet?

- Pasienter med symptomatisk residiv venter til neste avtale på sykehuset
 - Gynekologisk kreft (Vistad, AOGS 2017)
 - Lungekreft (Denis, Am J Clin Oncol 2015)
 - Blærekreft (Colombo, Eur Urol 2010)
 - Hode/hals kreft (Ritoe, Cancer 2004)
- Rutinekontrollen påvirker ikke overlevelsen
 - Hode/hals kreft (Pagh, Acta Oncol 2013)
 - Brystkreft (Palli, JAMA 1999)
 - Tarmkreft (Bonthuis, Eur J Surg Oncol 2004)



Jeg trenger:



Jeg trenger:

1. God informasjon
2. Hva kan jeg gjøre?
3. Helsefremmende aktiviteter
4. Når må jeg mistenke tilbakefall?

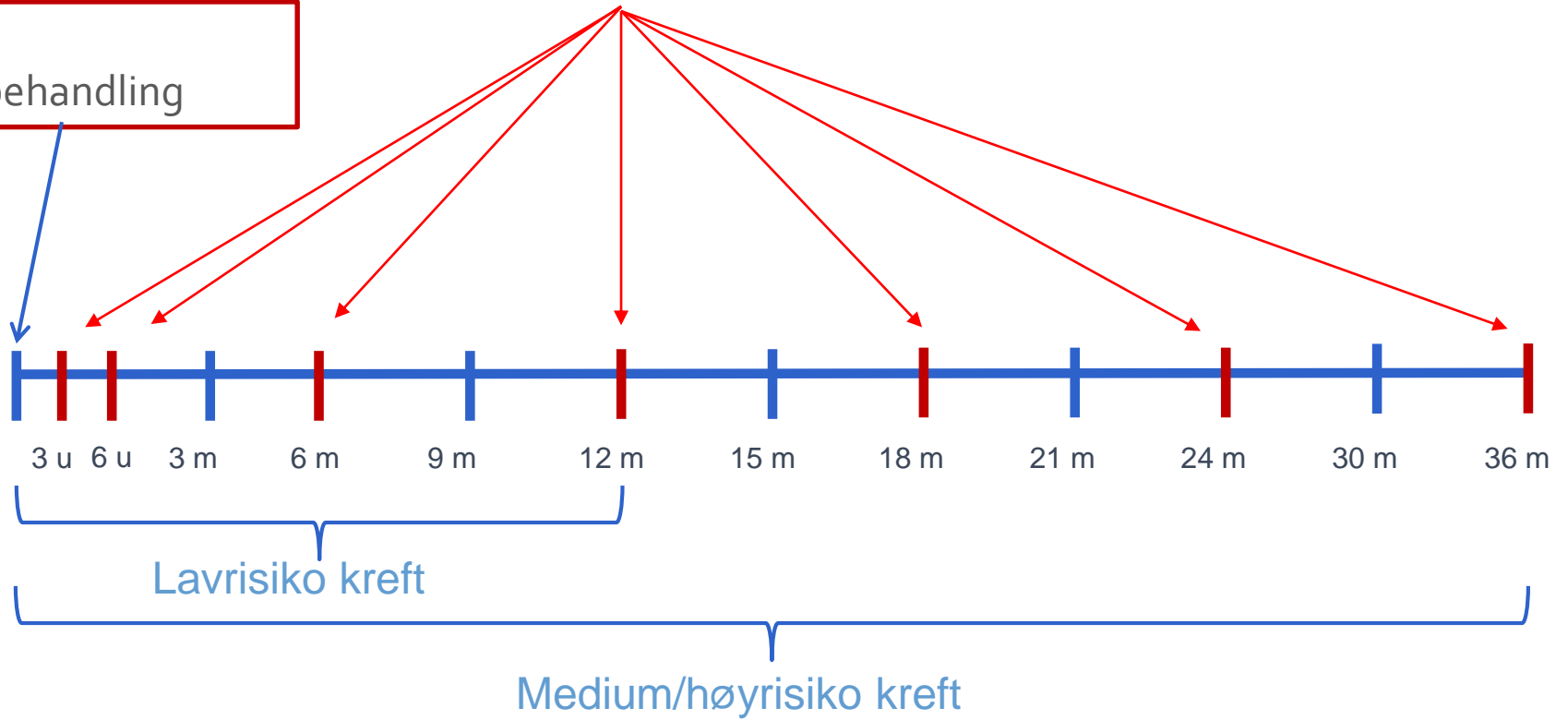


LETSGO®

Lifestyle and Empowerment Techniques
in Survivorship of Gynecologic Oncology

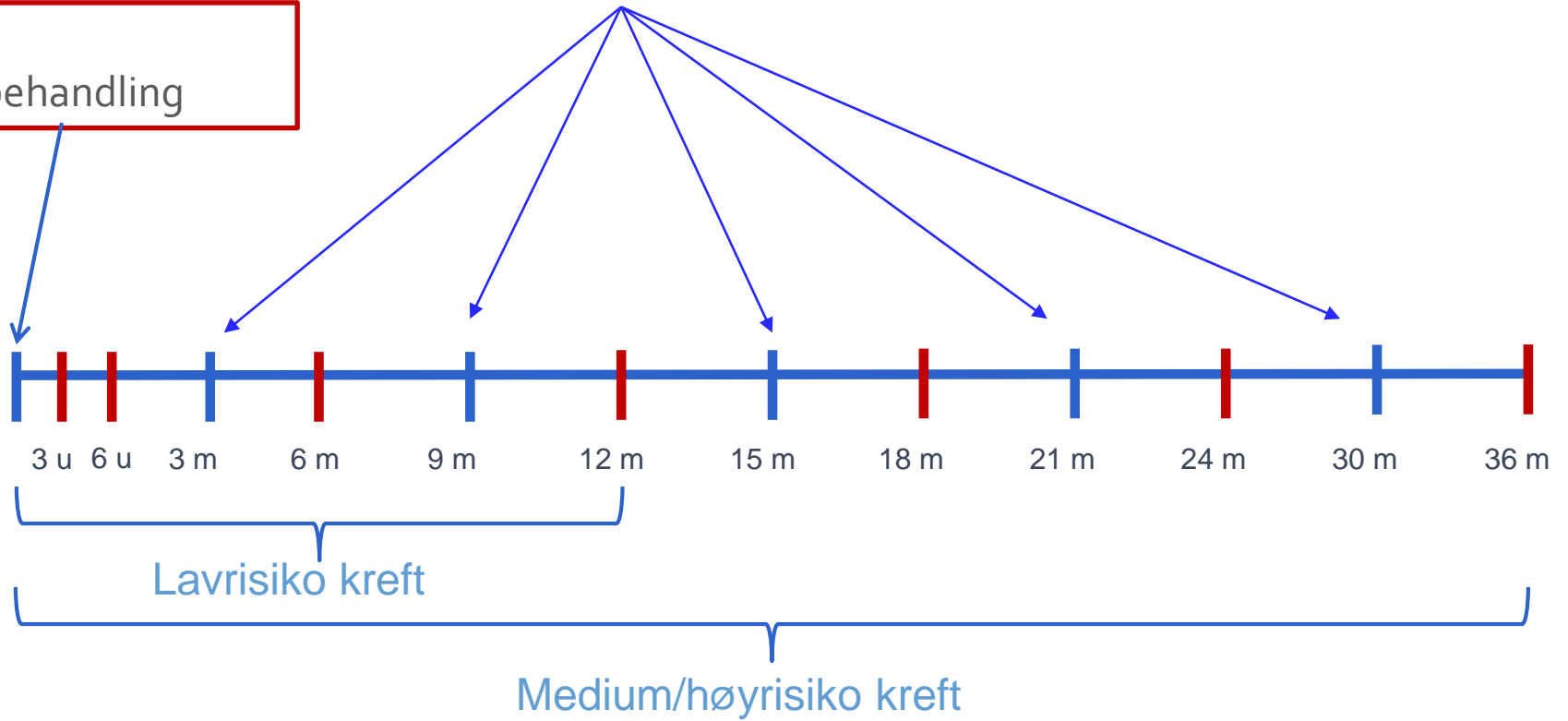
Sykepleier

Endt kreftbehandling



Lege

Endt kreftbehandling



Lege-konsultasjon



Sykepleierkonsultasjon



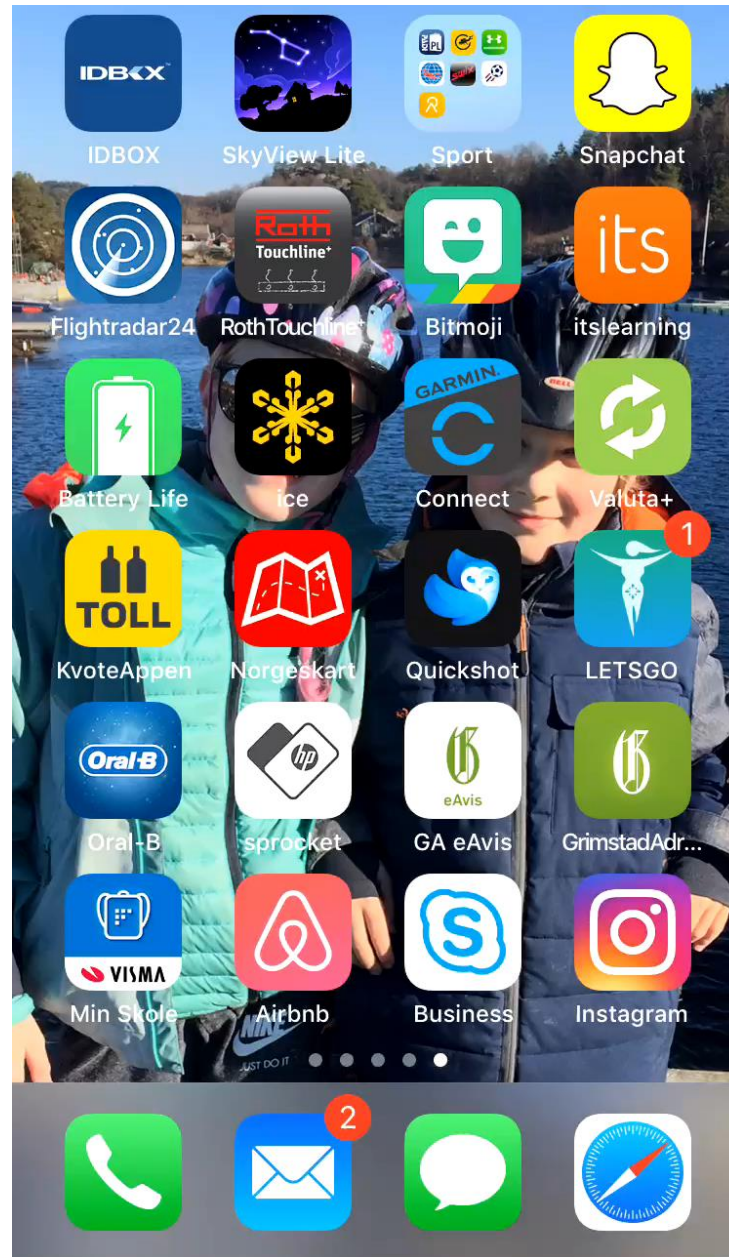
Passiv mottaker

Aktiv mottaker



Appen

LETSGO



PILOTSTUDIE



LETSGO®

Lifestyle and Empowerment Techniques
in Survivorship of Gynecologic Oncology



UNIVERSITETET I AGDER



UPPSALA
UNIVERSITET



SØRLANDET SYKEHUS



17 kvinner inkludert

34-72 år

Forskjellige gyn kreftsykdommer

Forskjellige stadier

Sykepleiere

- Kurs i forkant

Pasientene

- Aktivitetsarmbånd
- LETSGO app
- Spørreskjema
- Dybdeintervju



Resultater



Alle følte oppfølgingen som trygg

Én ville foretrekke kun legekonsultasjoner

Ulik erfaring med appen – tekniske problemer

Aktivitetsbånd motiverte til fysisk aktivitet

Konklusjon

Oppfølgingen oppleves trygg

Appen nyttig



Intervensjonsstudie



LETSGO®

Lifestyle and Empowerment Techniques
in Survivorship of Gynecologic Oncology



KREFTFORENINGEN



Hypoteser – bedre oppfølging gir:



- Primært endepunkt:
 - Økt mestringsstyrke
- Sekundære endepunkt:
 - Høyere livskvalitet
 - Tidligere rehabilitering gjennom økt etterlevelse av anbefalinger om fysisk aktivitet
 - Tidligere oppdaget tilbakefall
 - Reduserte helsekostnader
 - Bedre samarbeid mellom sykehus og primærhelsetjeneste

LETSGO studien

Multisenterstudie



Intervensjonssykehus:

AHUS, Stavanger, Tønsberg, Tromsø, Kristiansand

Kontrollsykehus:

Arendal, OUS (Radiumhospitalet), Fredrikstad, Trondheim, Bodø

Oppstart oktober

Intervensjonssykehus – 350 pasienter

10 spørsmål 1 gang i måneden

Ukentlig påminnelse om aktivitetsmål

Spørreskjema 6 ganger

Fastlegen

- Info etter hvert besøk
- Oppsummerende rapport

Kontrollsykehus – 350 pasienter

Standard oppfølging i 3 år (eller mer...)

Utfylle spørreskjema 6 ganger

Utfallsmål

- Primært:
 - Empowerment/egenkontroll
- Sekundære:
 - QOL
 - Endring i fysisk aktivitet
 - Biomarkører
 - Tid til tilbakefall (total overlevelse?)
 - Helseøkonomi



