

Uppsala 16-17 oktober 2025

Hjärtmottagning och Digital flimmerskola

- hur vi kan bygga broar mellan specialistvård och primärvård?

Katarina Eckert, specialistsjuksköterska kardiologi

Närhälsan Backa Vårdcentral, Göteborg

Tack!



Tänkvärt

På sjukhusen är sjukdomarna desamma medan patienterna kommer och går

På vårdcentralen är patienterna desamma medan sjukdomarna kommer och går

Iona Heath (brittisk GP)

- Samarbete
- Överlämning
- Omställning i vården och Nära Vård



Hur gör vi då?
Hur bygger vi broar?

- Hjärtsköterska primärvård
- Digital hjärtrond
- Digital Flimmerskola

Uppbyggnad

- Specialistvård -> Närhälsan Backa 2018
- Hypertonisjuksköterska
- Studiebesök
- Möte läkargruppen
- Avsatt tid, lokal rutin, checklistor
- Nätverk
- Specialistutbildning

Patientgrupper

hjärtsvikt

ischemi

arytmi

hyperlipidemi

hypertoni

Verksamhet idag

- 50% inkl. Flimmerskolan
- En timme/besök
- 5-10 patienter/vecka
- Hjärtrond
- Beslut ansvarig läkare
- Telefonuppföljning
- Väntelista individbaserad besöksfrekvens

Uppdrag

- Information orsak och behandling
- Egenvårdsutbildning
- Primär- och sekundärprevention
- Läkemedelsgenomgång
- Optimera behandlingen
- Provtagning, undersökning
- Kontinuerlig uppföljning
- Tillgänglighet
- Kontakt med andra vårdgivare

Orsak	Namn		Personnummer
Anamnes hjärta	UCG/järn?		Socialt
Anamnes övrigt	BNP historik		Hereditet
Prover (Hb, elstatus, Nt-pro-BNP,	EKG	PM	NOAK/halsband?
Hjärtklappning	Längd	Vikt	LAKEMEDEL - ACE-I, BB, MRA, SGLT-2-I (diab?) diuretika
Bröstsmärta	Blodtryck		
Andning	Puls (RR/ORR)		
Viktstabil	Bukomfång		
Ödem	POX		
Gångsträcka/ork	Hjärta		
Sömn (plant, apné, trötthet)	Lungor		
Yrsel	QoL		
CIC-nokturi, halsvenstas, hosta, b	Ben/strumpor		
Arytmi- utlösande faktorer	Höger ank	Höger vad	Magsjuka
Ischemi, ansträngning, Nitro vb	Vänster a	Vänster va	ApoDos
Rökning			Råd
Alkohol			Prover
Träning			EKG
Kost			Lapp hem
Stress			Broschyr
			Annat
			Åter

Utmaningar

- Åldrande befolkning, ökat antal med hjärtsjukdom
- Medicinering efter sjukhusvård
- Ökat uppdrag för primärvården
- Digitalisering och egenmonitorering
- Ensam
- Läkarkontakt
- Många ärenden



Syfte



Forum för diskussion
kardiologiska patientfall



Snabbare
handläggningstider



Effektivare vård



Kvaliteten på
bedömningar ökar



Remissflödet minskar



Öka kunskap om hjärt-
kärlsjukdomar

Struktur

Digitalt
mötesrum,
krypterat. Länk
och kod

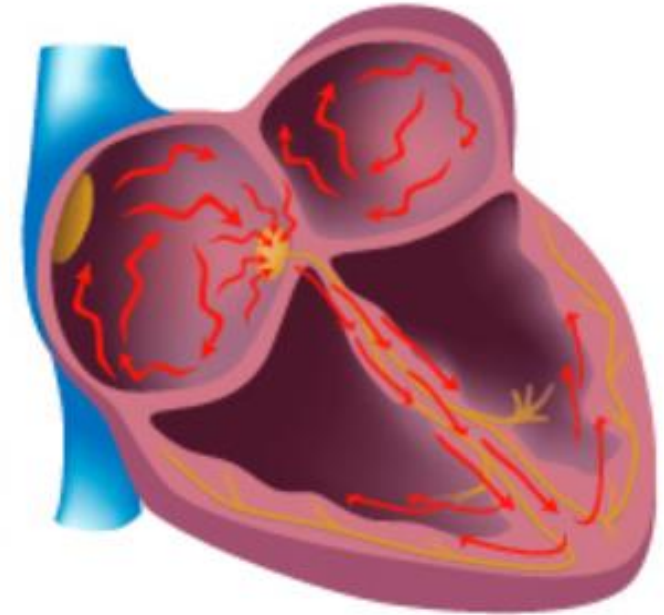
Onsdagar 15-16

Pilot
84 vårdcentraler
Storgöteborg

Flimmerskolan

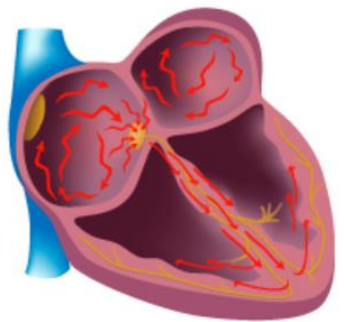
Stöd och behandling, 1177

Utvecklad av Annica Ravn-Fischer, PhD docent Sahlgrenska universitetssjukhuset och Katarina Eckert, specialistsjuksköterska kardiologi Backa vårdcentral Närhälsan



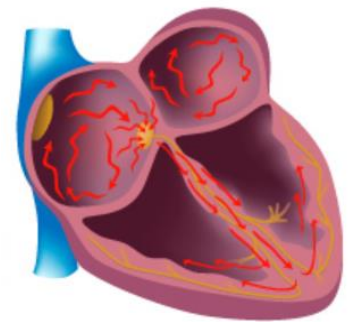
Varför en digital flimmerskola?

- Sämre livskvalité än både friska individer och patienter med andra hjärt- kärlsjukdomar
- Ångest/oro **för att få** symtom mycket vanligt
- Söker vård ofta



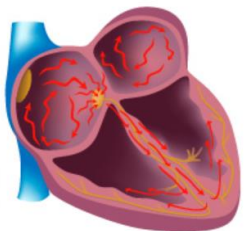
Syfte

- Välinformerade patienter
- Jämlik vård
- Föra ihop vårdnivåer
- Stärka primärvården
- Minska vårdbehov och oro, ekonomi

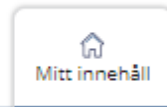


Genomförande

- Vinnova, slutenvård, primärvård, industrin, patientförening
- Projekt Innovationsfonden VGR
- Coach, stöd
- Stor hjärtplattform -> flimmer
- Textinsamling, 15 personer
- Korrekturläsning
- 1177 Stöd och Behandling
- Loggas på vid besök, gallras efter ett år
- 2 timmar i egen takt



Programmet innehåller 5 moduler



Mitt innehåll

Här får du en översikt samt kan ta del av de olika delar som ingår i Flimmerskolan.
Börja alltid med att ta del av innehållet innan du fyller i eventuella formulär.

Mitt aktuella innehåll

1. Om förmaksflimmer



2. Behandling



3. Påverka ditt flimmer



4. Frågor och svar



5. Kontakt och länkar



Programmets innehåll (exempel)

Informationstexter och bilder

OM FÖRMAKSFLIMMER

Vad är förmaksflimmer?

Förmaksflimmer är en vanlig rytmrubbning. Den elektriska aktiviteten i hjärtats förmak fungerar inte som den ska och hjärtat slår oregelbundet. Hjärtfrekvensen är ofta snabb, men den kan också vara långsammare än normalt.

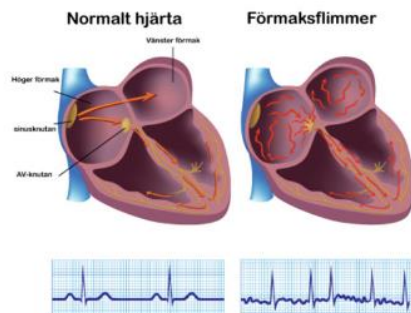
[Se film om förmaksflimmer](#)

Ökad risk för blodpropp

Vid förmaksflimmer finns en ökad risk för att det bildas blodproppar i hjärtat. Dessa blodproppar kan åka i väg och orsaka syrebrist i hjärnan (stroke) eller orsaka syrebrist i andra organ.

För att förhindra att blodet bildar proppar ges oftast blodförtunnande medicin. Mer om detta kan du läsa i ett senare kapitel.

[Se film om hur en blodpropp bildas](#)



GODA LEVNADSVANOR

Fysisk träning

Förmaksflimmer kan drabba personer med olika bakgrund, där några är vältränade och för övrigt friska, medan andra kan ha samtidig annan hjärtsjukdom. Följaktligen är det svårt att ge ett generellt råd om fysisk träning som fungerar för alla personer.

Ta hjälp av fysioterapeut

Om du tillhör specialistvården rekommenderar vi att du träffar en fysioterapeut vid hjärtrehabiliteringsenheten på ditt sjukhus. Där kan du få testa din fysiska kapacitet och få anpassade råd om träning som passar just dig. Om du tillhör primärvården kan du vända dig till primärvårdsrehab.



Effekter av fysisk träning

Regelbunden fysisk träning vid förmaksflimmer leder till:

- ökad kondition
- lägre hjärtfrekvens
- förbättrad livskvalitet
- minskad symtombörda.

Regelbunden fysisk träning leder även till positiv påverkan på kardiovaskulära riskfaktorer som kan förbättra sjukdomsförloppet.

Filmer

OM LÄKEMEDEL OCH ANDRA ÅTGÄRDER

Elkonvertering

Elkonvertering är en behandling som ibland kan användas när hjärtat inte slår som det ska. Du får en elektrisk stöt för att ändra hjärtats rytm så att det slår som vanligt igen. Under elkonverteringen, som är smärtfri, är du sövd under några minuters lätt narkos.

Så går det till

I filmen nedan berättar vi hur elkonvertering går till.



OM FÖRMAKSFLIMMER

Patientberättelser



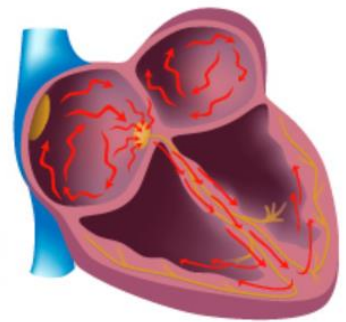
Vardagssituationer del 1

Det är lätt att ständigt scanna av kroppen när man lever med flimmer. I den här filmen får tips på hur du kan tänka i dessa situationer.



Resultat och framtidsvisioner

- 2300 påloggade patienter
- Alla sjukhus i Västra Götalandsregionen anslutna
- 35 vårdcentraler anslutna
- Skåne
- Halland
- Spridning i primärvården
- Film ablation
- Utvärdering
- Interaktiv?
- Bygga konceptet vidare för hjärtsvikt och ischemi?



Hur gör vi då?
Hur bygger vi broar?

- Hjärtsköterska i primärvård
- Remisser
- Screening
- KOK-boken
- Digitala skolor
- Digital hjärtrond
- Nätverk VIC

Tack!

