

Data hjælper Mads Trier-Blom med at tage kontrol over sin psykiske lidelse

Monsenso er en databaseret app, som hjælper Mads Trier-Blom og andre patienter med sindslidelser til bedre at kunne håndtere deres sygdom. Samtidig fungerer appen som et støtteredskab til pårørende og ikke mindst sundhedspersonalet.

Mads Trier-Blom har en bipolar lidelse og må balancere sig gennem livet. Monsensos app er udviklet særligt til psykisk udsatte og har hjulpet patienter som Mads Trier-Blom med at genvinde kontrollen over deres sygdom gennem selvmonitorering og tæt kontakt med sundhedspersonalet. Det kan være svært for patienten selv at vurdere, om det går bedre eller værre end for en måned siden, men med Monsenso kan patienten følge sit sygdomsforløb. Helt konkret foretager patienten daglige selvevalueringer direkte i appen, ligesom appen løbende registrerer patientens adfærd. Den registrerer for eksempel

patientens bevægelse, og om patienten bruger mobilen til at tale med andre mennesker.

Disse data kan sundhedspersonalet tilgå fra en webportal. Det giver en mere holistisk vurdering af patientens tilstand og sikrer en tidlig indgriben, hvis patienten er i forværring. Det kan nemlig være svært for patienten selv at opfange. Med tilladelse fra patienten kan pårørende også få adgang til dataene, følge hvordan det går samt tilføje evalueringer af patienten, som alt sammen bidrager til en mere nøjagtig vurdering af patientens tilstand.



Foto: Rasmus Cornelius Nielsen

Patient Mads Trier-Blom om Monsenso

Mads Trier-Blom er 42 år og har en bipolar lidelse. Han har brugt Monsenso i et halvt år.

”

“Første gang jeg oplevede, at Monsenso kunne noget særligt, var en dag, hvor jeg kørte i bil, og jeg var en smule anspændt. Min telefon ringede. Det var en kvinde fra sundhedspersonalet, som ville høre, hvordan jeg havde det. Jeg forstod det ikke helt, men hun kunne se, at jeg ikke havde registreret noget i Monsenso i tre dage, og hun var begyndt at blive bekymret.”

”

“At leve med en bipolar lidelse er som at gå på line. Jeg må ikke tabe kontrollen, hverken til depression eller mani. Jeg kan undgå at miste styringen ved tidligt at registrere, hvordan mit humør ændrer sig. På den måde hjælper appen mig med at bevare kontrollen over mit liv.”

”

“Monsenso gør mig opmærksom på situationer, som potentielt kan udvikle sig til noget kritisk. Appen har hjulpet mig med at leve et bedre og nemmere liv.”



Nem adgang til patientdata giver en bedre behandling

Registrering af psykisk syges tilstand fra dag til dag og indsamling af adfærdsdata kan hjælpe den enkelte patient til at tackle sin sygdom i hverdagen. Desuden kan der sikres en bedre behandling, fordi sundhedspersonalet har let og hurtig adgang til aktuelle oplysninger om patientens tilstand.

Monsenso-appen er et støtteredskab for psykisk syge til bedre at kunne følge udviklingen i deres sygdom. Patienten laver daglige evalueringer og svarer på spørgsmål om for eksempel humør og sindstilstand. Monsenso indsamler samtidig data om patientens sociale og fysiske aktivitet, hvilket fortæller noget om, hvordan patienten har det. Gennem disse data kan patienten selv blive klogere på sine symptomer og lære at tage hånd om dem i det daglige. Patienten har gennem Monsenso mulighed for at spotte faresignaler og reagere, så den adfærd, som kunne blive kritisk eller i værste fald farlig, ikke når dertil.

Hvis patienten ikke selv har overskud til at reagere, muliggør Monsenso, at sundhedspersonalet kan gribe ind. Appen er nemlig tilknyttet patientens behandler, som har nem og hurtig adgang til patientoplysningerne. Sundhedspersonalet kan for eksempel se, hvis patienten ikke har bevæget sig uden for hjemmet, talt med andre mennesker eller lavet de daglige evalueringer. Den bevågenhed oplevede Mads Trier-Blom, da han en dag blev kontaktet af en kvinde fra sundhedspersonalet. Hun kunne se, at Mads Trier-Blom ikke havde været aktiv på Monsenso i flere dage og var blevet bekymret. Når sundhedspersonalet kan følge med i patientens aktuelle tilstand, kan de ganske enkelt give en bedre og mere effektiv behandling.



Kort om psykisk sygdom

Hver femte dansker har eller har haft en psykisk sygdom. Ifølge Statens Institut for Folkesundhed vil 700.000-800.000 danskere i løbet af ét år have psykiske symptomer, som svarer til kriterierne for en eller flere psykiske sygdomme. De hyppigste lidelser er depression og angst, men psykiske sygdomme tæller blandt andet også personlighedsforstyrrelser, skizofreni og bipolare lidelser.

Kilde: Statens Institut for Folkesundhed, Epinion, Psykiatrifonden.

Monsenso helt kort

Monsenso er en app baseret på patientdata, og den er udviklet til mennesker med psykiske lidelser. I Monsenso kan patienten udfylde rutinemæssige selvevalueringer, ligesom appen indsamler adfærdsdata og giver feedback fra patientens behandler. Gennem appen kan sundhedspersonale, patientens pårørende og patienten selv se og vurdere patientens aktuelle tilstand.