

Titel: No "one size fits all": Individuelt tilpasset digital behandling

Oplægsholder: Mette Trøllund Rask, seniorforsker, lektor, Funktionelle lidelser, Aarhus Universitetshospital og Institut for Klinisk Medicin, Aarhus Universitet

Øvrige bidragsydere:

Oliver Rønn Christensen, IT-projektleder, Funktionelle lidelser, Aarhus Universitetshospital, Lisbeth Frostholt, ledende klinisk psykolog, professor, Funktionelle lidelser, Aarhus Universitetshospital og Institut for Klinisk Medicin, Aarhus Universitet, Marianne Rosendal, seniorforsker, specialist i almen medicin, Funktionelle lidelser, Aarhus Universitetshospital.

Keywords: Digital behandling, stepped care, individualisering

Resumé:

Sundhedsreformen 2024 sigter mod, at flere borgere skal tilbydes behandling i eller tæt på eget hjem. Dette skal bl.a. sikres ved brug af innovative digitale løsninger. Afdeling for Funktionelle Lidelser, Aarhus Universitetshospital har i en årrække forsket i digital behandling til patienter med længerevarende fysiske symptomer og funktionel lidelse. Programmerne spænder fra selvhjælpsprogrammer til terapeutstøttede programmer på tværs af sundhedsvæsenets organisering med afsæt i patienters forskelligartede behov. I oplægget formidles både afdelingens erfaringer og forskningsresultater for forskellige digitale løsninger.

Oplægget tager udgangspunkt i fire konkrete eksempler på digitale indsatser: 1) *Mine Symptomer*, et selvhjælpsprogram til patienter med længerevarende symptomer i primærsektoren, 2) *Mine Symptomer for Stress*, et selvhjælpsprogram med minimal støtte målrettet arbejdsmarkedet, 3) *Internetbaseret terapi til helbredsangst*, et nationalt tilbud med psykologstøtte og 4) *Ét skridt ad gangen*, et psykologstøttet forløb målrettet patienter med funktionel lidelse i det sekundære sundhedsvæsen. Med afsæt i disse eksempler diskuteres, hvordan udvikling og implementering af nye digitale sundhedsindsatser kan baseres på en stepped care-tilgang og AI og muliggøre differentierede tilbud, hvor indsatsens indhold og intensitet er tilpasset den enkelte borgers behov, sundhedskompetence og egenmestring. Oplægget bidrager dermed til, at fremtidige digitale løsninger i sundhedsvæsenet kvalificeres med individuel tilpasning for at opnå størst mulig effekt.

Kort præsentation af oplægsholder:

Mette Trøllund Rask har siden 2008 forsket i længerevarende symptomer og funktionelle lidelser og har siden 2018 deltaget i udvikling og implementering af digital behandling til patienter i almen praksis.