

GODA innovationer

INNOVATIONSUTVECKLING I REGION STOCKHOLM

NR 4

Mer


Känner du dig otrygg?


Kontakta SL:s trygghetscentral dygnet runt vid pågående hot, våld, skadegörelse eller annat som gör dig otrygg. Vid livshotande situation ring 112.

 Ring trygghetscentralen

 Chatta med trygghetscentralen

INFORMATION OCH KUNDTJÄNST

 Trafikläget och störningar

 SL:s kundtjänst →
Vi finns till för dig om du har frågor kring din resa, biljetter eller annat som rör SL-trafiken.

 Biljettköp i appen →



Resor



Biljetter



Mer

Innovationsfonden

delar ut 15 miljoner kronor årligen

Vinnande tjänstedesign

Medicinska drönare

Eldriven bärplansbåt

5G i sjukvårdens tjänst

Robyn – administrativ robot

Den snabbt föränderliga omvärlden, tidigare pandemi och Stockholmsregionens position som en av de snabbast växande storstadsregionerna i Europa är faktorer som fortsätter att skapa nya utmaningar och möjligheter för Region Stockholm och som påverkar det dagliga innovationsarbetet.

Effekten av Region Stockholms Innovationsstrategi kan sammanfattas i fyra styrande perspektiv som beskriver den nytta som innovationsprojekt bör bidra till att uppfylla och som också är syftet med Region Stockholms Innovationsfond:

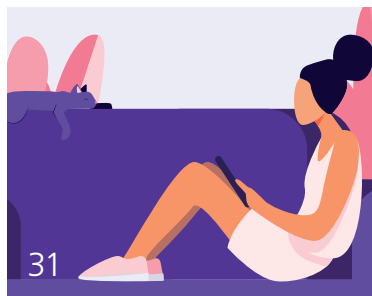
1. Nya tjänster som underlättar vardagen: Innovationsprojekt som fokuserar på att skapa nytta i vardagen för invånare, patienter, närstående, resenärer och besökare. Genom att möta de förändrade kraven och behoven som uppstår i en föränderlig omvärld, strävar man efter att utveckla nya tjänster som gör vardagen enklare och mer bekväm för människorna i regionen.
2. Höjd kvalitet i offentlig service: Innovationsprojekt som bidrar till att förbättra kvaliteten i Region Stockholms verksamheter. Genom att integrera innovativa lösningar strävar man efter att öka kvaliteten och säkerheten i leveransen av offentliga varor och tjänster. Detta innebär att man aktivt arbetar med att utveckla och implementera innovationer som höjer standarden för den offentliga servicen i regionen.
3. Ökad effektivitet i produktionen av tjänster: Genom att använda innovation som verktyg strävar man efter att skapa en mer resurseffektiv verksamhet. Genom att utveckla smartare processer och genom att utforska möjligheterna till automatisering och effektivisering kan man uppnå en ökad effektivitet i produktionen av tjänster i regionen. Detta gör det möjligt att göra mer med mindre resurser och möta de förändrade krav som den snabbt växande storstadsregionen ställer.
4. Förmåga till insikter, analys och kunskapsbildning: Genom att omfamna innovation möjliggör man delning, hantering och analys av stora mängder data och information. Detta ger möjlighet till insikter och kunskaper som tidigare inte varit möjliga att erhålla. Dessa insikter och kunskaper kan sedan användas som grund för beslut, verksamhetsutveckling och forskning. Samtidigt fungerar de också som en drivkraft för att generera nya innovationer och möjliggör kontinuerlig utveckling och förbättring.

När dessa fyra perspektiv integreras i innovationsarbetet kan Region Stockholm möta tidens utmaningar och möjligheter. I **Goda Innovationer 4** beskrivs medarbetare i Region Stockholm som gjort just det. På ett förträffligt sätt har de utvecklat nya tjänster och produkter som underlättar vardagen, höjt kvaliteten i offentlig service, ökat effektiviteten i verksamheter och därmed skapat en högre innovationsmognad i Region Stockholm.

Annette Alkebo, strateg och ansvarig för Innovationsfonden
Fredrik Engströmer, innovationschef



- 9 **QR-koden**
– genialisk i sin enkelhet
- 10 **Administrativ robot effektiviserar**
- 12 **Befintlig utrustning,**
nya användningsområden
- 18 **Regionövergripande**
kompetenscenter
- 22 **Musik – trygghet i livets slutskede**
- 26 **Tillväxtenheten:**
Näringslivet i fokus
- 31 **Digital KBT minskar väntetider**





15 miljoner kronor årligen möjliggör nya rutiner och smarta innovationer

Tack vare Region Stockholms innovationsfond har 380 projekt beviljats medel för att utveckla och testa nya tjänster, produkter och metoder i Region Stockholms verksamheter. Det handlar om innovationer som driver utvecklingen framåt och bidrar till förbättringar för medborgare, medarbetare, miljö och ekonomi.

Innovationsfonden startade 2015 och många av de projekt som har utvecklats inom ramen för fondens stöd har nu implementerats i regionens ordinarie verksamhet.

Flera av dem har även spridits till andra regioner.

Alla som arbetar minst halvtid inom Region Stockholm, eller hos en arbetsgivare som har avtal med och uppdrag från Region Stockholm, kan ansöka om medel. Det går att ansöka om medel både för nya idéer och för projekt som har kommit en bit på väg. Det finns två ansökningsperioder varje år, en på våren och en på hösten.

De förutsättningar som bedöms för att avgöra om ett projekt ska få medel är bland annat:

- Om det finns ett väsentligt behov av lösningen hos användare, patienter eller verksamhet.
- Om det finns goda förutsättningar att driva projektet och lösa behovet.
- Vilken nytta och mätbara fördelar som lösningen kommer att ge.
- Innovationshöjden, det vill säga hur unik och disruptiv lösningen är.

Ansökan

Förhandsgranskning

Beslut

Genomförande

Uppföljning

Har du en bra idé? Ansök om medel!

Du kan läsa mer om ansökan här:
www.regionstockholm.se/innovationsfonden

Flera vårdgivare har innovationsstödande enheter med medarbetare som kan vara bollplank för idéer om utvecklingsprojekt och hjälpa till med att göra din ansökan. Du kan också få hjälp med att utforma din ansökan av Region Stockholm Innovation.

E-post: innovation.rst@regionstockholm.se





Magnus Kaijsers grupp ska förbättra klassificering av röntgensvar för att underlätta forskning.

Foto: Danish Saroee

Mer lättillgänglig data ska förbättra röntgendiagnostiken

Region Stockholms röntgenarkiv utgör en unik, men hittills svårbehandlad, datakälla för kunskap om hur röntgendiagnostiken faktiskt bedrivs. En grupp vid Karolinska Universitetssjukhuset arbetar nu med att göra röntgenarkivet tillgängligt för forskning, något som kan leda till att radiologin blir både säkrare och mindre kostnadskrävande.

Trots att Region Stockholms röntgenarkiv utgör en enorm databas med information från alla röntgenundersökningar som gjorts inom regionen de senaste 20 åren – enbart under 2018 gjordes 1,2 miljoner undersökningar – så saknas det övergripande kunskap om hur röntgendiagnostiken faktiskt fungerar.

– Datan finns i arkivet, men har inte kunnat tas fram för att användas för forskning. Det är osystematiskt och remissvaren är skrivna som fritext, vilket gör att det blir otroligt räddigt och svårhanterligt, säger Magnus Kaijser, projektledare och överläkare vid Karolinska Universitetssjukhuset.

Projektet hade från början som syfte att utveckla en applikation som skulle underlätta manuell klassificering av röntgensvaren för att göra det möjligt att använda dem för forskning.

– Att ta fram en applikation har dock visat sig vara onödigt

för det finns redan tekniker som AI-baserad textinläsning för det. Det vi arbetar med nu är istället att sammanställa datan och kontrollera att den håller vad den lovar, säger Magnus Kaijser.

Att dessa data blir tillgängliga skulle öppna för betydelsefulla utvärderingar av röntgendiagnostiken. Det skulle till exempel bli möjligt att studera om de radiologiska undersökningar som utförs verkligen är berättigade och om metoderna är säkra. Sådan kunskap skulle för patienten innebära en minskad risk för att utsättas för onödiga röntgenundersökningar. Färre undersökningar skulle även innebära stora ekonomiska besparingar för verksamheten.

– Bland oss radiologer anser nog de flesta att det sker ett stort överutnyttjande av datortomografiundersökningar och att patienter därför utsätts för röntgenstrålning som ibland inte är motiverad. Ett mål med det här projektet är att

kunna ta reda på om så verkligen är fallet, förklarar Magnus Kaijser.

I dag vet man inte heller om patientens kön påverkar valet av undersökningsmetod och benägenheten att remittera till radiologiska undersökningar. Den övergripande uppföljning som mer lättillgänglig data kan leda till skulle alltså även kunna öka chansen till likvärdig vård i hela regionen. Om projektet blir framgångsrikt i Region Stockholm är målet att försöka göra registret rikstäckande.

Tack vare medel från Innovationsfonden har Magnus Kaijser fått möjlighet att avsätta forskartid för att driva utvecklingen, och för att köpa in hårdvara och de externa tjänster som projektet använder.

Deltar i projektet gör Karolinska Universitetssjukhuset (Medicinsk Diagnostik), Södersjukhuset, Danderyds sjukhus, Karolinska Institutet och Sectra, leverantör av IT-system för hantering av medicinska bilder och patientinformation.



Framtidens sjöfart är här

Region Stockholm kommer att testköra världens första eldrivna bärplansbåt för kollektivtrafik. Fartyget, som spås dra en bråkdel av den energi som vanliga båtar drar, liksom svävar fram med hjälp av bärfkraft från en ving nedsänkt under vattenytan. Marschfarten beräknas bli cirka 27 knop vilket motsvarar 50 kilometer i timmen. Därmed kan sjövägen under en period vara stockholmarnas skönaste och snabbaste väg till jobbet.

Under 2024 kommer världens första eldrivna bärplansbåt för passagerartrafik, Candela P-12 Shuttle, testköras mellan Ekerö och centrala Stockholm, en satsning som stöts upp med medel från Innovationsfonden. Pilotprojektet genomförs i samarbete mellan företaget Candela, Trafikverkets FoI-portfölj för Sjöfart och Region Stockholm.

För boende en bit ut, skulle sjövägen i framtiden kunna vara den bästa och smidigaste vägen till och från stadens centrala delar.

Det som gör bärplansbåten så snabb och energieffektiv är vingarna, de så kallade bärplanen, som sitter monterade på rörliga stag under skrovet. Så snart båten får upp tillräcklig fart lyfter båten och ställer sig på bärplanen. Med minskad kontakt med vattnet behövs inte lika mycket drivkraft samtidigt som hastigheten kan ökas.

80 procent mindre energi

Ett av målen med testet av bärplansfartyg är att samla kunskap som ska kunna användas för kravställning i upphandlingar av framtidens fossilfria fartygsflotta. Under testperioden kommer driftdata samlas in och miljöpåverkande aspekter som storlek på svallvågor och nivå av buller kommer att mätas. Testfartyget spås förbruka upp till 80 procent mindre energi än konventionella dieseldrivna fartyg i jämförbar storlek. Självklart kommer även

frågor om komfort och användarupplevelse ställas till passagerarna. Testperioden planeras att pågå fram till vintern 2024 med påföljande utvärdering.

Sjön den smartaste resvägen

Fördelarna med eldrivna kollektivtrafikbåtar är uppenbara. Staden är alltså full av vatten och med snabbare fartyg kan sjövägen snart vara den smartaste och mest attraktiva resvägen i regionen. Den båtburna delen må vara en relativt liten del av kollektivtrafiken just nu, men den kan utvecklas mer och då med fokus på att vara fossilfri.

Välkommen ombord!

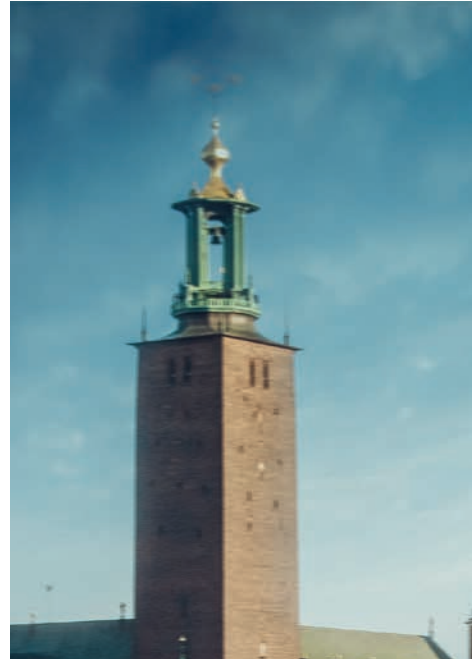


Foto: Candela

- Bärplansbåten Candela P-12 Shuttle är 12 meter lång och 4,5 meter bred och rymmer 30 passagerare.
- På- och avstigning sker i fören.
- Energiförbrukningen uppges vara upp till 80 procent lägre jämfört med konventionella dieseldrivna fartyg i samma storlek.
- Resan från Ekerö till Stockholms innerstad estimeras att ta cirka 25 minuter i stället för de 55 minuter som landtrafik och pendelbåtar tar i dag.
- För att fartyget ska kunna behålla sitt energieffektiva flygläge så mycket som möjligt har Länsstyrelsen för en viss period beviljat ett undantag från den hastighetsbegränsning som gäller den sista biten in till city (12 knop).
- Pilotprojektet görs i samarbete mellan Trafikverket, Candela och Region Stockholm.

Ekerö ← → Stockholms innerstad

55 min

25 min

Minskad restid

30
passagerare

Cirka

80%

lägre energiförbrukning

Cirka

27

knop

»Genom bärplansteknik kan testbåten bli världens energieffektivaste och snabbaste elektriska fartyg i passagerartrafik.«

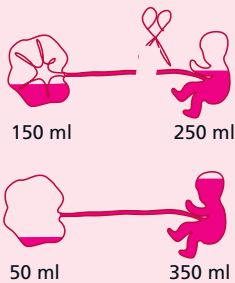


Ny rutin: Några minuter gör stor skillnad för nyfödda barn

Att avvakta med att klippa navelsträngen på för tidigt födda barn kan minska risken för komplikationer för barnen. I ett utvecklingsprojekt på Karolinska Universitetssjukhuset arbetar man nu med att ta fram en rutin för hur dessa barn bättre kan tas om hand vid förlossningen.

– Min forskning går ut på att förbättra hur för tidigt födda barn – födda vecka 30–35 – tas om hand vid förlossningen, säger Jenny Svedenkrans, projektledare och överläkare på neonatalverksamheten vid Karolinska Universitetssjukhuset.

Vid en förlossning med ett fullgånget barn klippas navelsträngen efter i genomsnitt sex minuter. Under den tiden kan blodutbytet mellan moderkakan och barnet bli färdigt samtidigt som mor och barn får tid att möta varandra. När det gäller för tidigt födda barn ser rutinen annorlunda ut. Efter en minut hos modern kapas navelsträngen och barnet förs ut ur förlossningssalen för att tas om hand i ett angränsande neo-rum med specialutrustning.



Om barnets navelsträng kläms av direkt kommer en tredjedel av barnets blod att stanna kvar i moderkakan. Om man istället väntar några minuter till cirkulationen upphört kommer större delen av blodet att föras över till barnet vilket ger en större blodvolym, bättre järnförråd och fler stamceller till barnet.

– Vår hypotes är att en senare avnavling än en minut samt tidig hud-mot-hud-kontakt har en positiv påverkan både på barnets fysiska utveckling och på anknytningsprocessen. Från forskning hos fullgångna barn vet vi att via blodöverföringen från moderkakan följer viktiga stamceller med, barnets järndepåer blir större och finmotoriken utvecklas bättre. Det här är inte några nya forskningsrön, utan det rör sig om att ta fram en ny arbetsrutin, berättar Jenny Svedenkrans.

Inga ökade kostnader

Den nya arbetsmetoden innebär att man väntar med att kapa navelsträngen tills den är blek och tunn eller tills moderkakan avgår. Barn födda i vecka 30–35 har sällan några större problem, men behöver ofta hjälp med andningen. Istället för att flytta barnet till neo-rummet får det stanna kvar hud-mot-hud hos mamman i förlossningssalen. De nödvändiga insatserna flyttas helt enkelt in till mamman.

Arbets sättet ger inga ökade kostnader, däremot krävs en ändrad arbetsinsats från personalens sida.

– Det har tagits emot väl, men det tidigare arbetssättet i neo-rummet var nog bättre rent ergonomiskt sett. Sedan tycker en del neo-personal att det är lite obehagligt att gå in på förlossningsrummet, men det jobbar vi på, förklarar Jenny Svedenkrans.

Minskad stress för föräldrar

En för tidig födsel kan vara traumatisk för föräldrarna. Hypotesen är att en tidig och lång hud-mot-hud-kontakt, senare avnavling och tidig bröststimulering, via fri oxytocinfrisättning hos modern, kan ge en snabbare anknytning, minskad stress och mindre risk för förlossningsdepression.

– Den kliniska rutinen ska sätts helt i augusti. Det här är den första delen i ett större projekt, där nästa steg blir att titta på barn födda före vecka 30. Där är utmaningarna större, bland annat när det gäller barnens kroppstemperatur, avslutar Jenny Svedenkrans.

Projektet är ett samarbete mellan Region Stockholm (Karolinska Universitetssjukhuset Huddinge och Sachsska barn- och ungdomssjukhuset) och Kronprinsessan Victorias barnsjukhus i Linköping.



Jenny Svedenkrans, överläkare på neonatalverksamheten vid Karolinska Universitetssjukhuset.



Japansk enkelhet – som pånyttfödd i Region Stockholm



Den föddes under Toyotas paraply, våren 1994. Sedan dess har den genialt enkla koden levt i skuggan av nya och mer komplexa innovationer. Samtidigt vinner enkelhet oftast i längden. Därför satsar Region Stockholm på snabbast möjliga service – med hjälp av den i dag 29 år gamla QR-koden.

Det var en gång för länge sedan i en bilfabrik i Japan. Där klagade lagerpersonalen på att ständigt behöva registrera långa produktkoder var gång en kundorder skulle packas. Ingenjör Hara Masahiro lyssnade, tog tag i saken och utvecklade en "Quick Response Code". I dag är QR-koden en så självklar sak att många knappt tänker på hur eller när de använder den, än mindre på hur bra den är.

På Locum, som är Region Stockholms fastighetsbolag för sjukhusen, jobbar ett antal personer med att utveckla regionens fastighetskötsel. I dag görs felanmälningar på telefon via Locums kundtjänst eller efter inlogg på en webbsida. Det kan upplevas för krångligt och glöms ibland bort. Tänk om alla, snabbt och enkelt, skulle kunna göra en felanmälan så snart de ser något fel: en pysande ventil, en kontakt som glappar, en persienn

som trasslar, rumsventilation som är dålig ... "Det borde väl inte vara rocket-science", säger någon och plötsligt tänker alla samma sak och det är genialiskt i sin enkelhet.

»Det är genialiskt i sin enkelhet.«

– Man riktar mobilkameran mot QR-koden och tar en bild och vips kan man lätt göra felanmälan direkt på mobilen, berättar Håkan Wilken, verksamhetsutvecklare på Locum.

Även om idén är enkel så kräver utförandet att processen jobbas igenom. Första steget, att generera koderna, är busenkel. Programvaran finns redan i Office-paketet så det kostar inte ett öre extra att ta fram koderna som behövs. Nästa steg, att placera ut koderna på rätt plats tål att tänkas på, liksom till vem och hur ärendet ska slussas vidare.

– Första delen av testfasen har startat på Locums huvudkontor där vi just nu minskar antalet kvadratmeter och möblerar om. I samband med det testar vi att den interna felanmälan görs med hjälp av QR-koder vid skrivbord och mötesrum, förklarar Håkan Wilken.

Medarbetarna kan felanmäla allt från IT-utrustning och möbler till själva lokalerna med hjälp av QR-koder – utan att behöva fundera på vem eller vilka olika organisationer som ansvarar för att ta hand om de olika typerna av fel. Om QR-koder därefter implementeras på de olika sjukhusen får testresultatet och framtiden utvisa.

– Det som kommer att synas utåt är inte nytt och unikt. Det unika för oss på Locum ligger i det som sker bakom, i själva processen där felanmälningar slussas till olika organisationer, avslutar Håkan Wilken.



Robyns flinka robotfingrar sparar pengar och tid

När antalet system växte och den manuella administrationen av de anställdas behörigheter blev ohanterlig ansökte Tiohundra om medel från Innovationsfonden för att utveckla roboten Robyn. Projektet har resulterat i minskat kringarbete och frigjord tid motsvarande upp till tre helårsarbeten.

Tiohundra AB i Norrtälje har cirka 3 000 anställda som var och en, beroende på befattning, har tillgång till ett antal system – upp mot 45 olika – som ger access till bland annat dörrar, medicinskåp, journal-system, operationssystem och röntgensystem. Vid varje förändring i ett anställningsförhållande behövde handläggaren gå in och ändra i var och ett av systemen manuellt, vilket blev en administrativ utmaning efterhand som antalet system ökade.

– Vi ansökte därför om medel från Innovationsfonden och har fått 632 000 kronor totalt. Det är en stor investering och stödet var avgörande för att vi skulle kunna komma igång med projektet, berättar Patrik Törnberg, CIO på Tiohundra.

Minskar arbete utan mervärde

Inom projektet Robyn arbetar Tiohundra nu med en robotisering av administrationen.

– Istället för manuella registreringar i flera system, kan ansvarig chef nu gå direkt in i administrationen via en portal. Uppgifterna

om den anställde hämtas från ett ställe och sedan är det roboten som bearbetar och fyller i uppgifterna i de olika systemen. Roboten är personalens fingrar kan man säga, berättar Patrik Törnberg.

Roboten innebär att Tiohundra har skalat bort arbete som inte skapar något mervärde. Chefen slipper den kringtid som tidigare gick åt till att ringa och mejla, för att den anställde skulle tas in eller ur respektive system. Tiden kan nu istället användas till värdefullt utvecklings- och kvalitetssäkringsarbete.

Pengar som kan läggas på annat

En annan positiv aspekt är den ökade patientsäkerheten till följd av att rätt personer har åtkomst till systemen. Risken för mänskliga fel minimeras och behörigheter tas bort direkt när någon slutar. På samma sätt går det fort att tilldela behörigheter när någon anställs.

– Projektet kommer resultera i en stor vinsthemtagning när det handlar om frigjord tid för varje handläggare. Med 3 000 anställda gör vi en besparing på 2,5 till 3

helårsarbeten varje år. I rena pengar innebär det en besparing på cirka tre miljoner kronor årligen. I och med att vi kan säkra avslut av personal och avrapportera utan fördröjning har vi inte heller oanvända konton och licenser som ligger kvar och kostar pengar, förklarar Patrik Törnberg.

Förändrat arbetsätt

Enligt Patrik Törnberg är det inte tekniken som är utmaningen, utan det förändrade arbetssättet. Robotiseringen innebär ett visst merjobb i början och det medför att organisationens arbetsätt kan behöva förändras.

– Vi samverkade i uppstarten med Danderyds sjukhus som var först ut i Region Stockholm med att robotisera behörighetsflödet och den tekniska lösningen fungerar hos oss också. Men när det gäller just anställningsprocessen och systemstöd ligger vi i framkant, och flera verksamheter inom Region Stockholms har visat intresse för vår lösning, avslutar Patrik Törnberg.

»I rena pengar innebär det en besparing på cirka tre miljoner kronor årligen.«

Samarbetsparter i projektet:

- **Tiohundra**
- **Danderyds sjukhus**
- **Region Stockholm**
– it-avdelningen på serviceförvaltningen
- **IT-företagen Atea, CoreIT**
- **Region Stockholms Innovationsfond**

Om Tiohundra AB

Tiohundra ägs av Kommunalförbundet Sjukvård och omsorg i Norrtälje som är ett samarbete mellan Region Stockholm och Norrtälje kommun. Tiohundra driver bland annat Norrtälje sjukhus, vårdcentraler och äldreboenden.



Smart utveckling av befintlig utrustning leder till nya användningsområden

Med stöd från Innovationsfonden arbetar Jakob Pansell och hans kollegor med att ta fram ett screening-verktyg för att identifiera förhöjt tryck i hjärnan genom mätning av pupillreaktioner. Målet är att enkelt, säkert och snabbt kunna identifiera patienter som är i behov att få en tryckmätare inopererad i hjärnan.

Ett förhöjt tryck i hjärnan måste hävas snabbt för att inte hjärnan ska ta skada. Trycket kan mätas genom att föra in en mätare i hjärnans hålrum eller i hjärnvävnaden. Dessa invasiva metoder innebär dock risker för blödningar och infektioner. På Karolinska Universitetssjukhuset utvecklar Jakob Pansell och hans forskarkollegor en metod där man använder sig av pupillmätning – en mätteknik där man inte behöver göra något ingrepp.

– Med en handhållen mätare med infraröd kamera kan vi mäta hur pupillen reagerar på ljus. Vi studerar hur snabbt pupillen reagerar, hur många procent den drar ihop sig och hur snabbt den utvidgar sig igen. Det är alla funktioner som påverkas av trycket i hjärnan, säger Jakob Pansell som är specialistsjuksköterska inom intensivvård vid Karolinska Universitetssjukhuset och doktorand vid Institutionen för Klinisk neurovetenskap, Karolinska Institutet.

Tusentals mätningar i pupillen

– Pupillometrar finns redan inom många vårdverksamheter och är i sig inget nytt. Innovationen består i att studera ett nytt tillämpningsområde, förklarar Jakob Pansell.

För att bättre förstå sambandet mellan pupillometri och trycket i hjärnan har forskargruppen studerat 2 700 mätningar i pupillen hos 65 patienter med en inopererad

tryckmätare. Pupillometri kan inte ersätta mätning av trycket i hjärnan, men det skulle kunna fungera som ett screeningverktyg för att utesluta högt tryck i hjärnan.

»Tekniken skulle kunna användas brett ute på fältet, i till exempel glesbygd eller i länder där det saknas avancerad sjukvård.«

– Ett användningsområde kan till exempel vara vid syrebristskador i hjärnan efter ett hjärtstopp. Då kan man följa pupillreaktionen över tid, och om den försämras kan det vara ett tecken på att trycket håller på att stiga, förklarar Jakob Pansell.

Banar väg för bred användning

Metoden kan med lätthet hanteras av all sjukvårdspersonal. Mobilappar för pupillometri är under utveckling, vilket innebär att tekniken skulle kunna användas brett ute på fältet, i till exempel glesbygd eller i länder där det saknas avancerad sjukvård. Metoden kan då vägleda och bättre identifiera vilka som bör skickas till en neurokirurgisk mottagning. Förmågan att utesluta högt tryck innebär även en potential att undvika onödiga ingrepp i hjärnan.

– Vi behöver dock göra vidare studier bland annat för att se hur snabbt pupillen reagerar när trycket förändras och hur mycket mätningen påverkas av exempelvis ljuset i rummet. Pupillreaktionen har även visat sig vara sämre hos diabetiker och vi behöver ta reda på hur stor skillnaden är och om vi ska ha lägre referensvärden för denna grupp, avslutar Jakob Pansell.

Projektet startade 2021 och kommer att pågå under en längre tid. Jakob och hans forskarkollegor kan redan nu dra vissa slutsatser, men den kliniska nyttan ligger några år framåt i tiden.





Konst i ambulansfordon

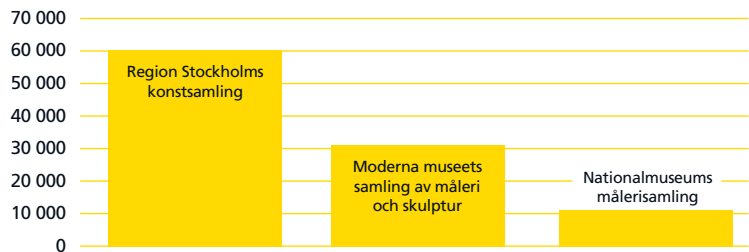
Konst i vårdverksamheter finns i många former och nyttan är väl belagd. Tack vare en ny studie med stöd från Region Stockholms Innovationsfond om ”konstnärlig intervenering i ambulansfordon” kan nu ett nytt område inkluderas.

Personalens bemötande är förstås det mest avgörande för att patienten ska känna sig välkommen till vården. Samtidigt är också sjukhusrummet viktigt och där spelar konstnärlig utsmyckning en stor roll. Därför finns sedan länge etablerade rutiner för hur Region Stockholm placerar konst i sjukhusmiljöer. Märkligt nog har ett av de mest välbesökta mottagningsrummen i regionen – ambulansen – saknat detta. Aisab, som driver ambulanssjukvården i Stockholm, ställde därför frågan: Kan inte konst vara något även för ambulanserna?

– Fram till att Aisab frågade hade vi inte heller reflekterat över det, berättar Finbar Krook-Rosato, som är projektledare för konstnärlig gestaltning på Kulturförvaltningen Region Stockholm.

Under 2022 genomfördes därför en förstudie med den inledande frågeställningen ”Går det att arbeta med konstnärlig gestaltning i ett ambulansfordon?”

Antal verk



– Vi pratade med forskare, vårdpersonal, konstnärer och patientföreningar. Det blev inte den vanliga diskussionen om ”Vilka väggar kan vi hänga tavlor på?” utan snarare ”Hur upplever man stress och oro, och vad är det som kan lindra detta?”, berättar Finbar Krook-Rosato.

Trots den tillfälliga kris och det trauma som pågår för patienterna som åker med, har det visat sig att ambulansen symboliserar trygghet och omhändertagande. Det Finbar Krook-Rosato och hans team nu undersöker är hur den trygghetskänslan kan vidareutvecklas. I dag brukar ambulanssjuksköterskan

alltid ge en nallebjörn till barnet. Finns något motsvarande som kan skapa trygghet för den vuxne? Går det att göra något åt ljud och ljus inne i fordonet? Kan konsten vara en väg? I Finbar Krook-Rosatos team ingår forskare, specialist-sjuksköterskor från Aisab och tre konstnärer med bred erfarenhet av konst i offentliga miljöer.

– Under det här året ska vi tillsammans utveckla några prototyper som vi kommer att installera i ett fordon. Det handlar inte om att snabbt hitta en lösning utan vi tar ett steg i taget, säger Finbar Krook-Rosato.



Kvinnor visar vägen till tryggare kollektivtrafik

Efter en kvalitativ studie bestående av djupintervjuer med kvinnor i Stockholm utvecklas nu lösningar med målet att göra kollektivtrafiken tryggare för alla. Detta med ekonomiskt stöd från Region Stockholms Innovationsfond och metodiken tjänstedesign.

Otryggheten i kollektivtrafiken är större hos kvinnor än hos män. Men vad beror otryggheten på och hur kan den minska?

– Under 2021 fokuserade vi på att samla insikter inom området. För att gå på djupet i frågan inledde vi en kvalitativ studie, berättar Jeanette Hegedüs, trygghetsstrateg på Trafikförvaltningen.

Ett tjugotal kvinnliga resenärer i skilda åldrar djupintervjuades.

Resultatet från intervjuerna lades samman med de trygghetsundersökningar som SL gör löpande. Därefter ansökte Trafikförvaltningen om stöd från Region Stockholms Innovationsfond för att göra en förstudie med hjälp av tjänstedesignmetodik. Enkelt beskrivet är metoden ett sätt att ta fram och utveckla en produkt eller tjänst tillsammans med kunden, i detta fall resenärerna.

– Under förstudien tog vi fram olika prototyper. ”Skulle det här öka tryggheten” frågade vi och tillsammans med resenärer kunde vi förfina prototyperna. Den samskapande metoden gör också resultatet mer trovärdigt och förankrat bland våra resenärer, berättar Linda Bennet Jansson, projektledare på Trafikförvaltningens trafikavdelning.



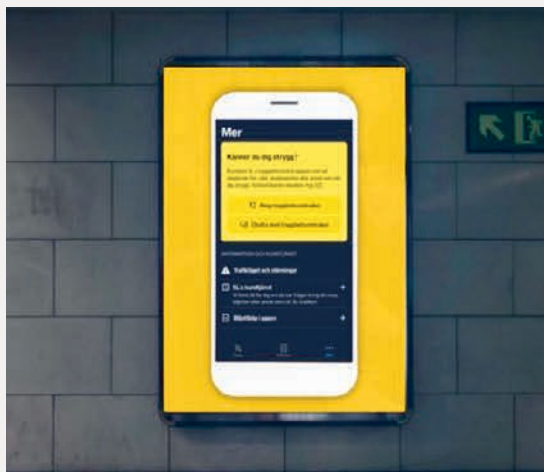
– Vi testade olika lösningar på utvalda stationer. Några av testerna var väldigt enkelt utformade men de gav ändå projektgruppen värdefulla insikter att kunna arbeta vidare med, säger Linda Bennet Jansson.

Foto: Melina Pykkönen



Medtittarmonitorer

Genom monitorer är tanken att resenärerna ska få en överblick över hur det ser ut på perrongen redan när hen befinner sig i biljetthallen eller vice versa. På så sätt kan resenären själv göra bedömningen om hen ska vänta på sitt tåg på perrongen eller i biljetthallen som oftast är bemannad med trafikpersonal.



Trygghetsinformationszoner

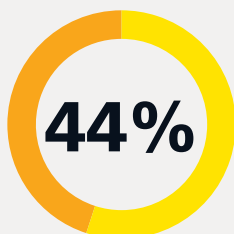
Stationerna föreslås utrustas med stora digitala tavlor som exempelvis informerar resenären vad man kan göra om något otryggt skulle inträffa, vilka personalgrupper det finns i trafiken som man kan vända sig till och hur man själv skulle kunna agera i en oförudd situation. Exempelvis om en medresenär svimmar.

I nuläget jobbar projektgruppen med att testa och utveckla två lösningar: trygghetsinformationszoner och medtittarmonitorer. Att utveckla nya lösningar i offentlig miljö är en utmaning eftersom hänsyn måste tas till olika regelverk, i detta fall till exempel GDPR, befintlig arkitektur och trafiksäkerhet.

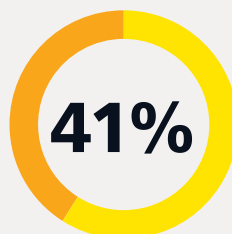
Det är också en av anledningarna till att projektet undersöker möjligheten att göra vissa tester med hjälp av VR-miljöer som projiceras i VR-glasögon.

– Under 2023 fortsätter vi att testa och utveckla prototyperna och nästa år hoppas vi på att kunna installera de nya lösningarna på

en eller två tunnelbanestationer. Därefter behöver vi utvärdera den faktiska effekten lösningarna har på resenärernas upplevda trygghet, innan de kan installeras på ytterligare stationer, avslutar Linda Bennet Jansson.



är oroliga för att utsättas för brott i Stockholms kollektivtrafik.



känner sig otrygga i Stockholms kollektivtrafik på grund av bråkiga och stökiga personer.

Källa: Kollektivtrafikbarometern 2021

Så kan 5G stärka akutsjukvården i Stockholm

Tänk ett mobilt internet som aldrig laggar med näst intill noll fördröjning och du har 5G i ett nötskal. För att undersöka möjligheter med 5G i hälso- och sjukvårdens tjänst så driver Region Stockholm ett innovationsprojekt kring mobila vårdlösningar. I praktiken handlar det om ett helt nytt sätt att se patientresan – från ögonblicket larmet går.

För att undersöka möjligheter med 5G i hälso- och sjukvårdens tjänst så driver Region Stockholm ett innovationsprojekt kring mobila vårdlösningar. När ambulanspersonalen kommer fram till en olycka börjar de med att ta om hand om de skadade. Så snart de hinner, rapporterar de tillbaka till sjukhusets akutrum. För personer som svävar mellan liv och död är varenda sekund dyrbar och för personal på plats kan 5G göra stor skillnad. Enkelt förklarar är 5G den femte generationen av den globala standarden för mobil kommunikation som möjliggör robust och extremt snabb dataöverföring med låg latens, ökad datakapacitet och säkerhet.

– Det här är ett unikt och regionsövergripande innovationsprojekt som har varit igång sedan 2021, berättar Fredrik Engströmer som är innovationschef för Region Stockholm.

Syftet med projektet är att undersöka hur avancerade mobila kommunikationstjänster kan användas för att stärka patientsäkerhet och kommunikation i en platsberoende mobil vårdkontext. I grunden finns en 5G-plattform som kan användas för att skapa innovativa mobila lösningar och nya användarfall. Ett område som undersöks är hur 5G-nätets kapacitet kan användas för att förbättra kommunikationen



Foto: Henrik Möller

mellan sjukhus och mobila enheter, där kameror och skärmar inom den prehospitala akutsjukvården testas för att förmedla lägesbilden till sjukhusen.

– Exempelvis skulle läkare på sjukhuset, tack vare den snabba och säkra 5G-uppkopplingen, kunna se och kommunicera med såväl patienter som ambulanspersonal. Då blir det möjligt, vid ett mycket tidigare skede än i dag, att ge råd och fatta beslut om vad som bör göras, redan innan patienten kommer till sjukhuset, förklarar Fredrik Engströmer.

Sedan projektet startade 2021 har ett flertal innovationskontor, vårdverksamheter och fastighetsbolag i regionen samarbetat.

– Än så länge är det ett innovationsprojekt som befinner sig i första fasen och som fortsätter under 2023. Vi har nu testat kroppskameror på ambulanspersonal och i fordon och utvärderat det. Det vi eftersöker är hur 5G kan stärka patientsäkerheten, öka vårdkvaliteten och effektiviteten, avslutar Fredrik Engströmer.

Mål med 5G-projektet är att undersöka hur:

- digitaliseringen kan användas för att effektivisera vårdprocesser och säkerställa patientsäkerheten vid omställningen till en mer platsberoende vård.
- 5G-tekniken kan förbättra patientsäkerhet, tillgänglighet och resursoptimering genom att förändra och effektivisera arbetsprocesser och infrastruktur inom den pre- och intrahospitala akuta vården.
- 5G-tekniken kan effektivisera fastighetsdrift samt bidra till ökad säkerhet i fastighetsinstallationer och fastighetsövervakning.

Samverkande aktörer i projektet 2023 är:

- Ambulanssjukvården i Storstockholm AB (AISAB)
- Forskning och Innovation vid regionledningskontoret i Region Stockholm
- Tiohundra AB
- Karolinska Universitetssjukhuset
- Hälso- och sjukvårdsförvaltningen
- Stockholms läns sjukvårdsområde (SLSO)
- Locum AB
- Telia
- Dedalus



Klimatsensorer för bättre miljö och ökad patientsäkerhet

Bakterier trivs i fukt och värme. För att hålla sjukhusets sterila miljöer så bakteriefria som möjligt krävs klimatreglerande system. Just nu utvecklar Locum ett nytt slags klimatsystem som med hjälp av sensorer och SMHI gör regleringen av luftfuktighet och temperatur mindre kostsam – och garanterat mer otrivsam för bakterier.

Bakterier kan ligga länge i luften, inkapslade i mikroskopiskt små droppar. Ju varmare och fuktigare luften är, desto fler blir de. Om bakterierna hamnar på sterila instrument eller på en nyopererad patient kan allvarliga kirurgiska infektioner uppstå. För patienternas säkerhet hålls därför temperaturen i operationssalar sällan högre än 22 grader.

Att kunna förutse väder och varje dag finjustera inomhusklimatet i de sterila sjukhusmiljöerna är viktigt. Just nu pågår därför en vidareutveckling av ett system som bättre ska kunna förutse risken för ogynnsamt inneklimat i operationssalar och sterilcentraler. Projektet finansieras med medel från Region Stockholms Innovationsfond.

– Det började som ett besparingsprojekt eftersom det kostar pengar att förbereda operationssalar och långvarig hög luftfuktighet gjorde att planerade operationer fick ställas in med kort varsel.

Dessutom används mycket ånga och varmvatten vid sterilisering vilket också kostar pengar i form av energi, berättar Håkan Wilken som är verksamhetsutvecklare på Locum.

Det nya klimatsystemet bygger enkelt förklarat på tre delar:

- 1.** I grunden ligger SMHI:s väderprognoser.
- 2.** Sensorer placeras ut på valda platser i fastigheten. Dessa mäter temperatur och luftfuktighet på plats och rapporterar tillbaka till systemets programvara.
- 3.** Systemet gör en prognos framåt. Om risk för hög luftfuktighet uppstår, går en varning ut till driftcentralen. Risken kan då avstyras, genom att tillfälligt höja temperaturen eller genom att fastighetsskötarna placerar ut portabla luftavfuktare.

Fram tills nu har arbetet handlat om att ta fram programvara och placera ett 20-tal sensorer i sterilcentraler, förråd och operationssalar. Under året kommer man fokusera på hur insamlad fakta presenteras på de drift- och lokalansvarigas skärmar för att göra systemet mer användarvänligt.

– Målet är att slutföra testerna under 2023. När systemet implementeras på alla akutsjukhus och dess prioriterade verksamheter så kommer det att bli betydligt fler mätpunkter, avslutar Håkan Wilken.

Vårdrelaterade infektioner är den vanligaste vårdskadan i Sverige.

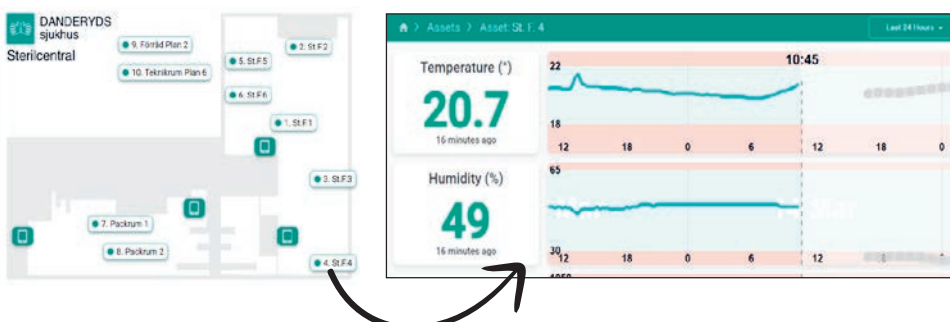
4,4

miljarder kronor årligen beräknas extra vård dagar på sjukhus kosta till följd av vårdrelaterade infektioner.

30-50

procent av alla vårdrelaterade infektioner beräknas kunna undvikas genom preventiva åtgärder.

Källa: www.vardhandboken.se/vardhygien-infektioner-och-smittspridning/operationssjukvard/postoperativa-infektioner/





Regionövergripande kompetenscenter för system- och tjänstedesign stöttar och utvecklar

Sedan hösten 2021 finns ett regionövergripande kompetenscenter för system- och tjänstedesign som stödjer utvecklingen av nya innovativa lösningar. Det är en regional plattform där flera aktörer möts för att lösa gemensamma utmaningar utifrån ett medborgar-, patient-, brukar- och närstående perspektiv. Kompetenscentret drivs i samverkan mellan Södersjukhuset (Sös), Karolinska Universitetssjukhuset, Hälso- och sjukvårdsförvaltningen (HSF) samt Stockholms läns sjukvårdsområde (SLSO) och de akademiska vårdcentralerna.

– Vi har länge arbetat med innovation på Södersjukhuset, och i takt med att efterfrågan och kunskapbehovet har vuxit fanns det skäl att samordna dessa viktiga frågor. Vi är en av få regioner i Sverige som har ett övergripande regionalt kompetenscenter, berättar Elin Hedbrandh, utvecklingsledare på kompetenscentret.

Kompetenscentrets uppgift är att bidra med stöd och kunskap

för att skapa en användardriven innovationskultur, utveckla nya tjänster, effektivisera och kvalitetssäkra verksamheten och på sikt bidra till att skapa ett mer hållbart och jämlikt samhälle.

– Ett exempel där vi kan göra stor skillnad är inom hälso- och sjukvården. Den medicinska kvaliteten i svensk hälso- och sjukvård är hög, men arbets sätt, organisation och struktur har inte utvecklats i samma takt och är inte tillräckligt anpassade för att möta invånarnas behov, säger Elin Hedbrandh.

Allt eftersom som kompetenscentret har drivit fler och mer komplexa projekt, har insikterna vuxit och metoden för tjänstedesign utvecklats.

– Vikten av samarbete blir mer och mer tydlig. De samhällsutmaningar vi har i Stockholmsregionen är inte unika, andra regioner har liknande utmaningar. Därför blir det allt viktigare att bredda regionens samarbete med andra huvudmän, förklarar

Maria Stockhaus, innovationsledare och tjänstedesigner på kompetenscentret.

Kompetenscentrets parter håller bland annat i utbildningar för alla anställda inom Region Stockholm och ger även kontinuerligt stöd till medarbetare som driver egna utvecklingsprojekt.

Utöver kompetenscentret har flera vårdgivare innovationsstödjande enheter som kan vara bollplank för idéer om utvecklingsprojekt och hjälpa till med ansökan om medel.

Kompetenscentret erbjuder:

1. Praktiska verktyg för användardriven innovation.
2. Kunskap och stöd inom patient- och medborgarsamverkan.
3. Stöd och coachning för att kravställa, starta upp och driva användardrivna utvecklingsprojekt.



Foto: Evelina Rönnbäck

Medarbetare från Södersjukhuset som även ingår i det regionövergripande kompetenscentret tog i juni 2023 hem förstaplatsen i kategorin tjänstedesign i Sveriges största design tävling Design S - Swedish Design Awards. I satsningen "När är det min tur?" har Södersjukhuset designat om patientupplevelsen för att öka trygghet och välmående på akuten. Läs mer om projektet på sidan 21.

Från vänster: Josefin Vargö, Clara Chague, Maria Stockhaus, Elin Hedbrandh och Pomme van Hoof.

Tjänstedesign – en metod som utgår från användares behov och upplevelser när nya tjänster, produkter och processer ska utvecklas

Metoden bygger på ett utforskande, involverande och samskapande förhållningsätt där användaren är delaktig under hela processen. Arbetet sker i flera iterationer och uppmuntrar till kreativitet och till att testa och ompröva idéer flera gånger innan de förverkligas. När tjänstedesign används i innovations- och utvecklingsarbetet leder det till lösningar som skapar bättre tjänster och större värde för användaren.

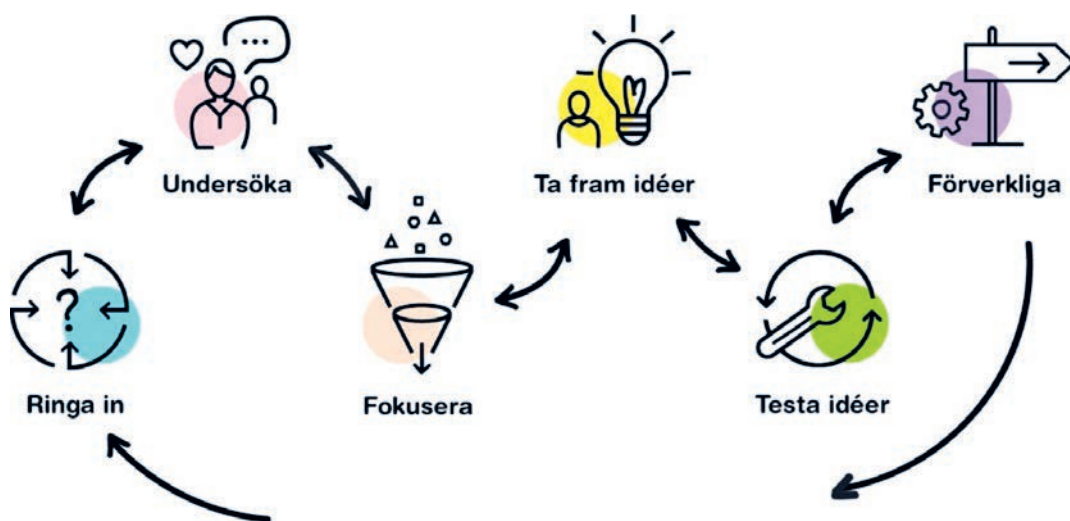


Illustration: Innovationsguiden.se (SKR)

Tjänstedesignmodellen enligt SKR:s Innovationsguide

1. Ringa in: Definiera vad som ska utvecklas och för vem. Formulera och skriv ner utmaningen utifrån en bred ansats. Titta på vilka olika aktörer som kan beröras av projektet.

2. Undersöka: Fatta beslut om hur användarna ska nås och vilka metoder som passar bäst. Lär känna användarna, ta reda på hur deras liv och verklighet ser ut. Tolka och förstå det samlade materialet.

3. Fokusera: Utmana det arbete som gjorts så här långt. Prioritera insikterna och formulera ett eller fler utvecklingsområden.

4. Ta fram idéer: Skapa ett kreativt och tillåtande klimat och ta fram ett stort urval av idéer. Bygg vidare på och utveckla idéerna. Välj, prioritera och konkretisera idéerna.

5. Testa idéer: Ta fram fysiska prototyper på lösningsförslagen. Testa prototyperna på användare och utförare. Samla in feedback, justera och testa igen.

6. Från vision till verklighet: Testa skarpt i liten skala. Få med alla på tåget. Lägg upp en plan för vad som behöver göras. Kommunicera och berätta om förändringen.

På nästa uppslag kan du läsa om olika projekt där metoden för tjänstedesign har använts.

Vad hände sen?

Här presenteras några goda exempel på projekt som utvecklats utifrån tjänstedesignmetoden och med stöd från Region Stockholms Innovationsfond.

Måltidsresan

Redan 2016 genomfördes en första "måltidsresa" på Södersjukhuset (Sös) som belyste exempel på när måltidssituationen fungerade bra och när den fungerade mindre bra för patienten. Till exempel serverades maten tidigare endast vissa tider, något som kunde bli ett problem om patienten hade en undersökningstid mitt under lunchen. Måltidssystemet var helt enkelt inte anpassat efter sjukhusets dygnet runt-öppna verksamhet med akut sjuka patienter.

Utifrån insikterna från måltidsresan, intervjuer med både patienter och personal och en workshop gjordes en stor behovsanalys över måltidsupplevelsen. Underlaget användes sedan vid utvecklingen av Sös nya måltidskoncept som

togs i bruk på Sös vårdavdelningar under 2018. Nu kan patienterna exempelvis välja när de vill och kan äta, och det från en bred och varierad meny.

2018 genomfördes en ny måltidsresa för att undersöka hur patienterna upplevde sina

måltider efter införandet av det nya konceptet. Patienterna var väldigt positiva till såväl maten som till att få välja sin mat från en bred meny. Måltidsresan har dessutom resulterat i ett minskat matsvinn med 72 procent per år på sjukhuset.



Foto: Maria Stockhamr

IVA-dagboken

Efter intensivvård drabbas många patienter och deras närstående av psykiska besvär. IVA-dagboken har länge varit ett viktigt verktyg i tillfrisknandet efter intensivvård och hjälper patienten att förstå vad som har hänt. Dokumentationen tar dock tid, och alla är inte vana att skriva i en dagbok.

I ett innovationsprojekt har nya dagböcker utvecklats som gör det enklare för vårdpersonalen att dokumentera det som sker.

Djupintervjuer har gjorts med före detta patienter och deras närstående runtom i landet. Sjukhuspersonal, sjukhuskuratorer, Sös lekterapi, eftervården och forskare inom området har också intervjuats. Utifrån dessa insikter har en ny version av IVA-dagboken tagits fram, som används sedan hösten 2022 på IVA Sös. Nya instruktioner ger stöd, bland annat med guidning för den som skriver: instruktions-texter, förfyllda delar, enkla rubriker med mera.

Parallellt undersöks nu även införandet av en digital dagbok, vilket även möjliggör skrivande på distans.

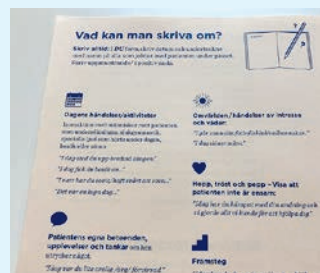


Foto: Clara Chague

Förbättrad upplevelse på akuten

I nummer 3 av Goda innovationer beskrevs innovationsprojektet "När är det min tur?" på Sachsska Barnakuten på Södersjukhuset. Lösningen bygger på ett system med färgkoder som visar hur patienterna prioriteras i realtid, vilket minskar oron och gör väntetiden lättare att förstå. 2022 tilldelades projektet Vitalisstipendiet, och lösningen har nu inspirerat andra regioner. Ett exempel är Drottning Silvias barnsjukhus, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, som i början på 2023 lanserade en liknande lösning.

»Bland det bästa jag har sett på mina 10 år. Tänk om vi haft detta nationellt, hur ett barn ska bemötas på en akutmottagning.«

Jonas Wallgren, Region Skåne

Ett liknande projekt har även genomförts på vuxenakuten på Sös. Genom tjänstedesign har en rad olika förändringar implementerats – alla med syftet att minska oro och motverka de missförstånd som tidigare skapat stress och frustration bland patienter och närstående. Några exempel är tydliga markeringar i golvet och skyltar för att hitta rätt, filmer om vad som kommer att hända under besöket och hur akutens patienter prioriteras. Viktig information presenteras på digitala skärmar, men även på skyltar i taket för de som ligger på britsar och inte kan se skärmarna. En introduktion för samtliga nyanställda på akutmottagningen baserat på insikter kring patientupplevelsen implementerades i maj 2023.

Ett flertal akutmottagningar och aktörer runt om i Sverige har varit intresserade av att ta del av resultatet, bland andra Södertälje akutmottagning, akutmottagningen i Västerås, Region Jönköping och Region Västra Götaland.

»Bra att redan i inskrivningen bli förberedd på att man kanske inte ska hit.«

Patient



Foto: Johan Adeligren



Foto: Pommie van Hoof

Empatigymmet

En av de viktigaste förmågorna för vårdpersonal är att kunna visa empati för patienters och närståendes situation. Alla mår bra av det, även vårdpersonalen. Empatigymmet, som är framtaget av Södersjukhusets Innovationsavdelning, är ett spel för att träna bemötande och empatisk förmåga på ett lustfyllt, roligt och minnesvärt sätt.

»Det var roligt men ibland svårt. Det väckte många tankar kring fördomar, bemötande och hur jag och kollegor har hanterat situationer.«

Medarbetare

Spelet har utvecklats utifrån patientberättelser, insikter från workshops med vårdpersonal, omvärldsanalys av befintliga utbildningar och framför allt forskning inom ämnet. Alla övningar har sedan testats tillsammans med två pilotgrupper och därefter anpassats efter insikter från testgrupperna.

Empatigymmet är uppdelat i åtta olika träningspass. Alla träningspass består av en till fyra separata kortspel som var för sig tar ungefär 30 minuter. Det går bra att dela upp ett träningspass på flera tillfällen.

I skrivande stund har fyra av de åtta träningspassen implementerats på Södersjukhuset.



Utveckling av metod för musikterapi inom palliativ vård

I livets slutskede framträder andra vårdbehov än i övriga delar av vårdkedjan. I ett projekt för att modernisera den palliativa vården undersöks nu hur musik kan användas för att främja existentiell trygghet för människor vid livets slut.

Utmärkande för omhändertagandet av patienter i avslutande skede av livet, är att behovet av existentiell stöd ökar, vid sidan av den medicinska behandlingen. Musikterapi är en evidensbaserad vårdinsats inom många vårdgrenar men inte lika väl beforskad inom just palliativ vård.

Tack vare stöd från Region Stockholms Innovationsfond, har Capio påbörjat ett projekt där musikterapi används inom den palliativa vården, som ett komplement till den mer traditionella vården.

– Musik kan ha både en lugnande och en uppiggande effekt och även underlätta kommunikationen mellan såväl patient och vårdgivare som med anhöriga, berättar Katarina Lindblad som är musikterapeut och medverkar i projektet.

Katarina har arbetat en till två dagar i veckan med patienter som känner oro, nedstämdhet eller som

har svårt att uttrycka sig verbalt. Musikterapi kan bestå av allt från individuell sång, sångstunder med anhöriga och musik för avslappning till att lyssna på musik eller spela instrument.

»Musikterapin ger en så mycket minnen. Man blir glad.«

Patient

Mer personcentrerad vård

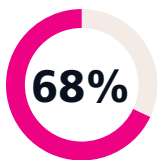
Under 2022 har arbetssätt utformats och justerats utifrån målgrupp och praktiska möjligheter. Allt eftersom har Katarinas roll utvecklats och hon deltar nu i ronder, läser journaler och hjälper övrig personal att hitta nya kommunikationssätt med hjälp av musiken.

– I slutet av året gjorde vi en utvärdering där det framkom att både medarbetare och patienter tyckte att musikterapin bidrog till ökat välbefinnande. Medarbetarna fick även insikter och kunskap som underlättade en mer personcentrerad vård, förklarar Linda Martinson, patientområdeschef för Capio Palliativa slutenvård på Sollentuna sjukhus.

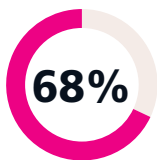
Ett problem är att det saknas praktiska arbetsmetoder för hur musikterapi kan användas i den palliativa vården.

– Projektet har nu fått mer medel för att förankra metoden ytterligare hos vårdpersonalen och ge dem fler verktyg för att använda musiken i vården. Målet är även att dokumentera metoden med en förhoppning om att kunna sprida den i början på 2024, avslutar Linda Martinson.

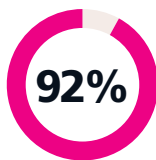
Patienterna om musikterapin:



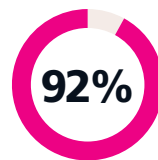
kände sig uppiggade



kände sig lugnade



kände sig avslappnade



var nöjda

Framtida medicinska transporter med drönare?



Årligen görs tusentals snabba godstransporter mellan Region Stockholms olika sjukhus och lager. I dag går den trafiken med olika typer av fordon, främst last- och transportbilar. De allra flesta av paketen väger under 2 kg, och skulle därför kunna passa för transport med drönare i stället. Med innovationsmedel har en förstudie analyserat förutsättningarna att i framtiden använda drönare för godstransporter mellan regionens akutsjukhus, och vilken nytta det skulle innebära.

– Cirka 95 procent av dagens behov av snabbtransporter av exempelvis olika typer av prover, plasma,

mediciner, blod för transfusioner med mera skulle kunna täckas av förutbestämda drönarrutter mellan akutsjukhusen, menar Håkan Wilken, projektledare för förstudien.

Kostnaden för en enskild drönartransport kan till en början bli betydligt högre än motsvarande transport med transportbil. Däremot kan drönartransporter ge andra fördelar, exempelvis rätt gods till rätt plats i rätt tid, och förutsägbart, vilket skulle kunna ge robustare produktionsmöjligheter för sjukhusens operationer och behandlingar av patienter. Med eldrivna drönare kan små godsmängder transporteras med

betydligt mindre miljöpåverkan än när samma mängd gods transporteras med bil.

– Drönarlogistiken är fortfarande i ett mycket tidigt skede och förutsättningarna för att bedriva robust drönartrafik i stadsmiljö behöver undersökas ytterligare innan det kan bli verklighet. Men vår vision är att på ett till två års sikt kunna genomföra testflygningar mellan några sjukhus, avslutar Håkan Wilken.



Foto: iStock.com/Wanji Bai

Väck sömnen till liv!

Att få en god natts sömn på sjukhus är långt ifrån enkelt. Hos redan svaga patienter kan sömnbrist leda till ytterligare komplikationer i form av försämrat immunförsvar, försämrad smärttolerans, störningar i insulinreglering, hypertoni samt öka risken för förvirring.

Trots detta är kunskapen om sömnens betydelse för återhämtning låg bland vårdpersonal och det saknas strategiskt förebyggande arbete för att främja patienternas sömn. Det är något som projektet Väck sömnen till liv ska råda bot på. Tack vare stöd från bland annat Region

Stockholms Innovationsfond har nu sömnfrämjande riktlinjer och en interaktiv sömnutbildning särskilt riktad till vårdpersonal tagits fram.

– En stor fördel med det digitala formatet är att utbildningen enkelt kan spridas till många enheter och att den kan göras när som helst under dygnet. Utbildningen behöver inte göras vid ett tillfälle utan det går bra att återkomma flera gånger vid tidsbrist, berättar Alicia Garcia Lantz, forsknings-sjuksköterska på Tema Hjärta, Kärl och Neuro vid Karolinska Universitetssjukhuset.

Med tydliga riktlinjer och en ökad kunskap om sömnfrämjande arbete förbättras dessutom möjligheterna att arbeta personcentrerat. Utöver detta har man även börjat att införa sömnansvariga sjuksköterskor på vårdavdelningarna inom Tema Hjärta, Kärl och Neuro.

– Målet med projektet är att lyfta sömn som en viktig del i omvårdnadsarbetet samt att ge förutsättningar för vårdpersonalen att arbeta sömnfrämjande. Det har vi lyckats med även om det är långt kvar innan sömn ingår som en självklar del i omvårdnadsarbetet, avslutar Alicia Garcia Lantz.



»Med ett bättre beslutsunderlag ökar sannolikheten för ett bättre behandlingsresultat.«

Tiden för snabbare och mer exakta provsvar är här

Världen runt diagnosticerar patologer vävnadsprover från patienter. Ser de något tar de en bild, printar ut och ringar in upptäckter med en rödpenna. Det blir underlag för en livsavgörande men ack så långsam process innan svaret skickas till ansvarig läkare. Med stöd från Innovationsfonden utvecklas nu MacroDoc, som ska bidra till att diagnostiken blir både snabbare och säkrare.

Föreställ dig patologen vars uppgift det är att granska de prover som oavbrutet skickas in: Vävnader från en 57-årig lever, en 18-årig tjocktarm eller en bit av ett nyupptäckt kliande födelsemärke... Är det cancer? I så fall, vilken sort? Och hur långt har den spridit sig?

Ju snabbare och ju mer exakt patologen kan svara, desto snabbare kan läkaren sätta in rätt behandling.

I projektet MacroDoc har man utforskat avancerad närfotografering med bildanalys för att på ett effektivt och säkert sätt kunna identifiera, mäta och kategorisera ett vävnadsprov. Målet har varit att skapa en tydlig karta för patologer så att de kan gå mellan mikroskopiska detaljer och en makroskopisk överblick för att snabbt kunna se medicinska sammanhang och kunna göra en mer precis diagnos.

– Om vi vinner en dag på diagnostiken, kan vi vinna en vecka vad gäller behandlingen så att

patienten inte behöver vänta, berättar Carlos Fernández Moro, som är överläkare i klinisk patologi på Karolinska Universitetssjukhuset.

Projektet, som finansieras genom Regions Stockholms Innovationsfond och Regionalt Cancercentrum Stockholm-Gotland, drivs av Karolinska Universitetssjukhuset tillsammans med IT-specialister inom bildanalys, kamerastyrning och teknisk analys. Just nu är projektet inne i den tredje fasen, där tidigare resultat valideras och finjusteras inom patologi-verksamheten på Karolinska Universitetssjukhuset.

– Om allt går bra kommer MacroDoc att leda till att det finns en IT-lösning som även är tillgänglig för andra sjukhus i regionen mot slutet av året, säger Attila Szakos, som är sektionsschef för Klinisk patologi och cancerdiagnostik på Karolinska Universitetssjukhuset.

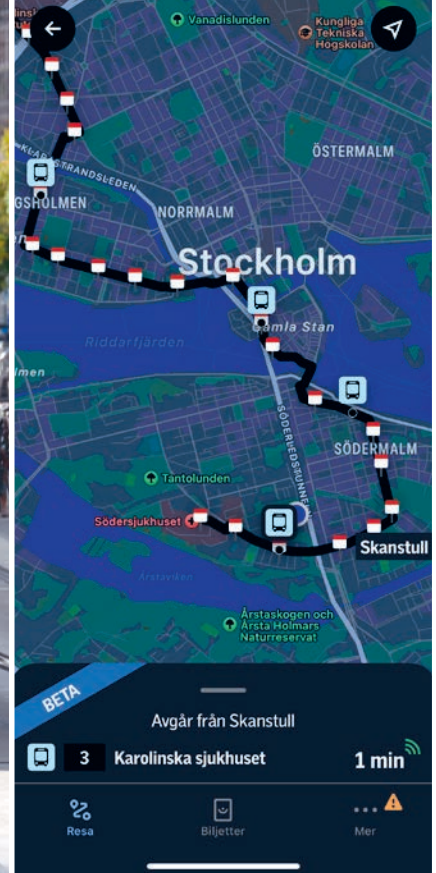
Tack vare MacroDoc elimineras många manuella moment, dokumentationen blir digital och ger patologer möjlighet att enkelt kunna se både anatomiska strukturer och mikroskopiska detaljer framför valfri skärm och på valfri plats. Med ett bättre beslutsunderlag ökar sannolikheten för ett bättre behandlingsresultat.

Om namnet MacroDoc

I namnet ligger skillnaden. Vetenskapligt sett är makro motsatsen till mikro. Det makroskopiska är en metod, teknik eller ett system som är gjort för att studera stora och komplexa strukturer. Doc är helt enkelt förkortningen av dokumentation.



Foto: Pixabay/mherifurt



Ett arbete med att införa digital positionering av bussarna i SL:s app har pågått i det tysta sedan 2019. Nu har det mesta kommit på plats och det är nu dags att få resenärerna att hitta funktionen, som uppskattats stort av de som testat den.

Ny resetjänst: Koll på bussarna i realtid

Den nya funktionen innebär att GPS-positionen från alla bussar i SL-trafiken samlas in och möjliggör att resenärerna kan se SL-bussens position i realtid på en karta i SL-appen. Det är ett bra hjälpmedel i kollektivtrafiken, men få resenärer känner till det.

– Vi har medvetet valt att gå ut försiktigt med den nya funktionen, vars placering kan upplevas som lite gömd i appen just nu. Det var svårt att bedöma hur resenärerna skulle använda funktionen och vi ville först se att vår lösning skulle kunna hantera belastningen och skapa ett värde för resenären, säger Sofia Eriksson, förvaltningsledare på Trafikförvaltningen.

Att se var bussen befinner sig gör det lättare för resenären att fatta beslut om att till exempel stå kvar på hållplatsen eller välja att promenera till nästa hållplats och ändå hinna med samma buss. Eller se hur nära nästa buss är ifall man vill undvika en fullsatt avgång.

Uppskattat bland resenärerna

I en undersökning fick ett antal resenärer använda tjänsten under några veckor. Resenärerna uppskattade tjänsten och sa att de skulle bli besvikna om den togs bort. För vissa innebar den en ökad livskvalitet.

– Den digitala positioneringen har en stor potential och ger oss möjlighet att förbättra kvaliteten

på vår grundinformation; vi kan till exempel se om hållplatser har rätt koordinat i vår karta och om bussen kör den förväntade sträckan, säger Sofia Eriksson.

I dagsläget gäller positioneringsfunktionen bara för bussar – inte tåg, spårvagnar eller båtar. En av utmaningarna är att GPS inte fungerar tillräckligt bra i tunnlar och att det behöver utvecklas alternativa avläsningsmetoder.

– Nu när vi vet att informationen skapar ett värde ska vi få resenärerna att hitta tjänsten. Första försöket att visa informationen i appen landade ganska bra och vi har fått underlag från användare för att göra det ännu bättre, avslutar Sofia Eriksson.



Näringslivet i fokus på tillväxtenheten

Region Stockholms tillväxtenhet arbetar med insatser för att stärka innovationskraft, konkurrenskraft, kompetensförsörjning och skärgårdsutveckling i Stockholmsregionen.

– Innovation är viktigt för tillväxten och näringslivet spelar en central roll. När innovativa företag har goda möjligheter att växa och utvecklas bidrar det till att nya arbetstillfällen skapas, att nya smarta produkter kommer ut på marknaden och en förnyelse av samhällsekonomin som stärker grunden för välfärdssamhället, säger Julika Lamberth, tillväxtchef på Region Stockholm.

Stockholmsregionen är en av Europas mest innovativa regioner och att det går bra för Stockholmsregionen är viktigt för hela Sveriges tillväxt och välfärd: Stockholmsregionen fungerar nämligen som tillväxtmotor för hela landet genom globala värdekedjor.

Långsiktiga mål för 2050

Tillväxtenhetens arbete utgår från RUFSS 2050, som utgör den regionala

utvecklingsstrategin för Stockholmsregionen, och dess understrategi Näringslivs- och tillväxtstrategi för Stockholmsregionen, som även omfattar Stockholmsregionens forsknings- och innovationsstrategi för smart specialisering. RUFSS 2050 utgår i sin tur från Nationell strategi för hållbar regional utveckling och EU:s sammanhållningspolitik, som är EU:s viktigaste investeringspolitik. Region Stockholms regionala tillväxtarbete bidrar därmed till utveckling även på nationell nivå och EU-nivå.

– Näringslivs- och tillväxtstrategin för Stockholmsregionen genomförs bland annat genom olika projekt. Det kan vara inhouseprojekt som Region Stockholm driver, till exempel Besök framtiden. Det kan också vara projekt som ägs av en annan aktör, exempelvis

Ät!Stockholm. Där är det Södertälje kommun som håller i projektet, medan Region Stockholm är medfinansierare, säger Julika Lamberth.

Finansieringen sker genom en mix av regionala och nationella medel samt EU-medel, till exempel från EU:s regionalfonder.

– Vi har precis genomfört en omorganisering där finansieringsfrågorna samlats i en särskild finansieringsenhet för att förstärka det arbetet. Enheten hanterar både projektmedel och företagsstöd, bland annat så kallade affärsutvecklingscheckar till små och medelstora företag, avslutar Julika Lamberth.

Sedan 2019 har samtliga regioner i Sverige ett lagstadgat regionalt utvecklingsansvar. Uppdraget innebär bland annat att regionerna ska utarbeta en strategi för länets utveckling, samordna insatser för att genomföra strategin samt besluta om hur medel för regionalt tillväxtarbete ska användas. I Stockholmsregionen är det Region Stockholm som ansvarar för detta.



Foto: Janni Lipka

Julika Lamberth, tillväxtchef på Region Stockholm.

Ät!Stockholm

Ät!Stockholm är en tävling för nya, hållbara och innovativa livsmedelsprodukter baserade på svenska råvaror producerade på ett hållbart sätt i Stockholmsregionen. Tävlingsbidragen kan vara allt från nisch- och/eller premiumprodukter för den privata marknaden till produkter lämpliga för storkök och offentliga kök. Tävlingsbidragen bedöms efter smak, marknadspotential och hållbarhet.

– Med tävlingen Ät!Stockholm vill vi premiera och skapa inspiration till nya innovativa livsmedel. Det är oftast från de små företagen som de nya idéerna kommer och det behövs lite stjärnglans för att lyfta fram dessa hjältar och eldsjälar. Det behövs mod för att ta fram en helt ny produkt, säger Eva Helén, utvecklingsstrateg på MatLust

Utvecklingsnod och tävlingsledare för Ät!Stockholm.

Ät!Stockholm är ett samarbete mellan MatLust Utvecklingsnod, Södertälje kommun, Länsstyrelsen i Stockholms län och Region Stockholm. Vinnaren belönas både med ära och affärsmässig rådgivning för att få ut produkten på marknaden. Hösten 2022 arrangerades tävlingen för tredje året. Närmare 30 företag hade anmält intresse och av dessa valdes 11 ut till själva tävlingen. Vinnare blev Sweden Tempe Food med produkten ”Tempechips på svenska baljväxter”.

– Hallands Matgille har startat ÄT! Halland och vi hoppas att fler regioner hänger på så att tävlingen kan bli nationell, säger Eva Helén.



Foto: Liza Simonsson

Sen och Linn Gustafsson från Sweden Tempe Food vann Ät!Stockholm 2022.

Ät!Stockholm 2023 avgörs 21 november på Södertälje Science Park. Vill du delta som publik? Läs mer på [atstockholm.se!](http://atstockholm.se)

Besök framtiden

Besöksnäringen i Stockholmregionen drabbades hårt av restriktionerna under covid-pandemin. För att hjälpa företagen att överleva effekterna av nedstängningar och öka sin konkurrenskraft startade Region Stockholm under 2020 projektet Besök framtiden i samarbete med Almi företagspartner Stockholm Sörmland.

Projektet, som avslutades i april detta år, vänder sig till små och medelstora företag – ett insatsområde inom regionens närings- och tillväxtstrategi. De flesta

företagen var restauranger, hotell och reseföretag i kategorin mindre företag. Under första delen av projektet fick deltagarna utvecklingsmetoder och -verktyg helt anpassade för besöksnäringen, därefter erbjöds affärsrådgivande insatser för omställning och innovation.

– Vi fick ett fantastiskt utfall! Vid varje utbildningstillfälle har det varit fullsatt, säger projektledare och tillväxtstrateg Cissi Grape på Region Stockholm.

Hon berättar vidare att flera av företagen fick självisikt och såg

möjligheter att byta inriktning. Vissa deltagare svängde om helt.

– Som exempel kan jag nämna en företagare som hade tagit över sin farmors restaurang. Hen gjorde om den till en väldigt nischad och speciell restaurang, som har öppet kvällar och serverar enkla maträtter till livemusik, berättar Cissi Grape.

Besök framtiden har finansierats med medel från Europeiska regionala utvecklingsfonden och regionala utvecklingsmedel.



Nytt digitalt verktyg ska minska användningen av plast i laboratorier

Karolinska Universitetslaboratoriet och Karolinska Institutet strävar efter att bli ledande inom miljövänliga kliniska och forskningslaboratorier. I ett femårigt samarbete ska man nu för första gången analysera användningen av engångsplastartiklar och hitta nya lösningar för att minska den. Satsningen möjliggörs tack vare stöd från Region Stockholms Innovationsfond.

– Laboratorierna inom klinisk bakteriologi och virologi har tillsammans sannolikt ett av de största plastavfallen i hela sjukvårdssystemet. Dock saknas forskningsdata som beskriver mängden plast som används i detalj, säger Volkan Özenci, överläkare och adjungerad professor i klinisk mikrobiologi.

minska plastkonsumtionen. Redan 2021 utvecklade laboratoriet vid Karolinska Universitetssjukhuset en enkel, smart produkt, Agar-splittaren, som kan minska plastförbrukningen med 75–85 procent.

– Vid renodling måste varje bakterie odlas i en separat petris-skål. Med vårt egendesignade kors kan vi dela upp skålen i fyra eller åtta separata odlingar. Utöver miljöbesparingen, leder dessa initiativ ofta till en ökad kostnadseffektivitet och bättre arbetsmiljö, förklarar Volkan Özenci.

Det är den här typen av små innovationer som ofta kan få stort genomslag. En viktig del i projektet är därför att sprida kunskaperna för att motivera andra laboratorier att utveckla nya rutiner för att minska plastanvändningen. För att förenkla detta ska projektgruppen även utveckla ett digitalt verktyg.

– Verktöget ska kunna användas för att på ett enkelt sätt spåra och visualisera plastförbrukningen på laboratoriet och på så sätt skapa medvetenhet och engagemang runt dessa frågor, avslutar Volkan Özenci.



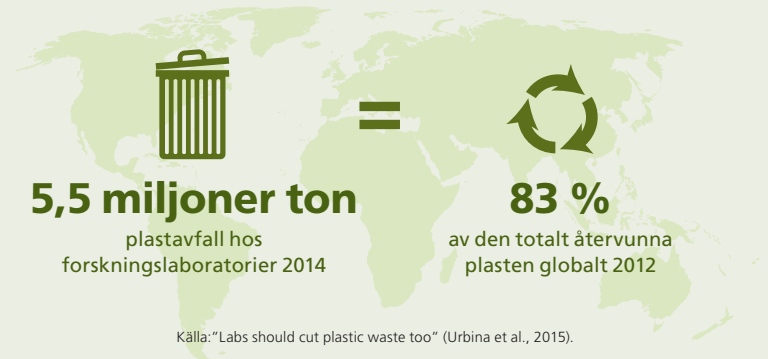
Foto: Damish Saroee

Volkan Özenci, överläkare och adjungerad professor i klinisk mikrobiologi vid Karolinska Universitetssjukhuset, drivs av hållbarhetsfrågor i laboratoriemiljö.



Karolinska Universitetssjukhusets egenutvecklade innovation "Agar-splittaren" kan minska plastförbrukningen med 75–85 procent.

Volkan och hans projektgrupp kommer nu att samla in data genom kvantitativa analyser av plastkonsumtionen inom klinisk bakteriologi och klinisk virologi över de senaste fem åren. Resultaten kommer sedan att delas med medarbetare vilket också blir starten på en tävling för att hitta alternativa arbetsflöden som kan



Nu är även tandvården på gång med cirkulära skyddsförkläden



Ali Kashani tillsammans med vaktmästare Juan Nunez Salcedo framför förklädespressen på Folk tandvården Eastmaninstitutet.

Först ut med återvinning av plastförkläden i regionen var Danderyds sjukhus, där det i samband med pandemin uppstod förklädesbrist. Nu undersöker Folk tandvården Stockholm om samma hantering kan införas även inom tandvården. Sedan i maj 2022 återvinner och cirkulerar Folk tandvården Eastmaninstitutet alla stora plastförkläden i ett pilotprojekt tillsammans med plastföretaget Trioworld. I februari 2023 utökades projektet till att även inkludera Folk tandvården Vasastan.

Metoden innebär att använda förkläden kastas i speciella kärl och pressas vid dagens slut ihop till plastbalar. Balarna hämtas av Trioworld som sorterar och tvättar plasten för att sedan smältas ner så den kan ingå som råvara till nya förkläden.

– Region Stockholms mål är att klimatpåverkan ska halveras till 2030 och att verksamhetens alla flöden ska vara cirkulära till 2035. Syftet med projektet är att bidra till målen och se om det cirkulära flö-

det är görbart, säger Ali Kashani, klinikchef på Folk tandvården Eastmaninstitutet.

Varje år används över 1,5 miljoner skyddsförkläden, som utgör den näst största utsläppskällan årligen efter handskar, baserat på Folk tandvårdens kända konsumtionsbaserade koldioxidutsläpp.

– Förutom klimatvinster kan systemet även ge ökad leveranssäkerhet och robusthet i och med att allt är närproducerat, vilket i sin tur leder till större patient-säkerhet, menar Ali Kashani.

Till skillnad från sjukhusen som har stora ytor till sitt förfogande, är förvaringen av balarna och de stora pressarna en utmaning på de mindre tandvårdsklinikerna. Ali Kashani räknar dock med att framtidens pressar kommer vara betydligt mindre, ungefär i samma storlek som en soptunna.

– I det stora hela har testet gått problemfritt. En av Folk tandvårdens fördelar är att vi har en stabil personalsituation med relativt få timanställda, vilket

underlättar införandet av nya arbetssätt, förklarar Ali Kashani.

Pilotprojektet beräknas pågå under hela 2023. Därefter ska data samlas in för att utvärdera hur det cirkulära flödet fungerar i vardagen och om återvinningen och flödet kan införas i fler verksamheter.

– Vi har ännu inga bekräftade uppgifter men vi beräknar att koldioxidutsläppen blir cirka 60 procent lägre med cirkulerade förkläden jämfört med användning av fossila skyddsförkläden som förbränns, avslutar Ali Kashani.



3–4 balar

lämnas in till återvinning var tredje vecka

60 %

minskad klimatpåverkan när platsförkläden cirkuleras jämfört med användning av fossila skyddsförkläden som förbränns



Ny digital intervention för att minska risken för återfall vid ätstörning

På Stockholms centrum för ätstörningar pågår ett projekt med att utveckla en digital intervention för att behålla effekten av ätstörningsbehandling och minska risken för återfall. I projektet medverkar patienter, närstående och behandlare.

Ätstörningar är allvarliga psykiatriska sjukdomar som yttrar sig i ihållande svårigheter kopplat till ätandet och många gånger bekymmer med kroppsform och vikt. Ätstörningar medför försämrad fysisk hälsa och psykosocial funktion. Personer som har behandlats förbättrats ofta eller tillfrisknar helt, men mellan 30 och 50 procent drabbas av återfall efter avslutad behandling.

Genom finansiering från Region Stockholms Innovationsfond har Stockholms centrum för ätstörningar fått möjlighet att utveckla en digital intervention. Förhoppningen är att interventionen ska bidra till att patienter behåller sina behandlingsframsteg och att risken för återfall minskar. Det i sin tur kan minska behovet av nya behandlingar och kortare väntetider. Inga liknande interventioner finns inom ätstörningsvården i dag.

Användarens behov i fokus

En utmaning när det gäller digitala interventioner inom hälso- och sjukvården är bristande följsamhet och engagemang. Projektgruppen för därför en nära dialog med Region Stockholm Innovation för att använda sig av expertis inom tjänsteutveckling.

– Forskning visar att en framgångsfaktor är en behovsdriven utveckling, som involverar slutanvändarna, det vill säga patient, personal och närstående, säger Anne-Charlotte Wiberg, projektledare.

Projektgruppen har intervjuat personal och näst på tur står patienter, närstående och brukarorganisation. Forskare medverkar också i projektet för att få med det vetenskapliga perspektivet. Därefter kommer en skiss på interventionen att utvecklas för upprepade utvärdering genom workshops och testning.

– Med ett digitalt format får patienten en snabb insats och vårdpersonalen ett strukturerat, resurseffektivt arbetssätt. På så sätt frigörs resurser till andra patienter, avslutar Anne-Charlotte Wiberg.

En färdig version av interventionen ska vara klar vid årets slut.

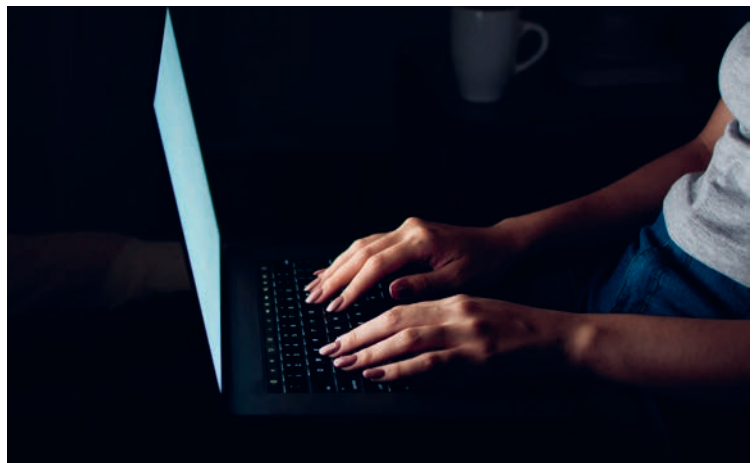
»Mellan 30 och 50 procent ungefär drabbas av återfall efter avslutad behandling.«

– Processen med utvärdering, testning och vidareutveckling fortgår till dess att vi har en färdig version som vi kan lägga in i 1177s e-tjänster. Projektet får utvisa hur interventionen ska utformas och erbjudas, fortsätter Anne-Charlotte Wiberg.

För att minska risken för återfall efter behandling är tiden en kritisk faktor.

FAKTA

Stockholms centrum för ätstörningar är en av världens största specialistkliniker för behandling av ätstörningar hos patienter i alla åldrar.





Traumafokuserad kognitiv beteendeterapi (KBT) är ett förstahandsval när det gäller behandling av patienter med post-traumatic stress disorder (PTSD), men på grund av bristande resurser erbjuds endast en liten del av dessa patienter vård. Vid Traumaprogrammet på Psykiatri Sydväst pågår ett forskningsprojekt med internetfördmedlad KBT för PTSD. Den digitaliserade behandlingen kräver mindre resurser än behandling ansikte mot ansikte och gör det möjligt att ta emot fler patienter.

Digital KBT minskar väntetider

– Vi har för få behandlare och ett växande behov. Väntetiderna är långa och en stor majoritet av de som lider av PTSD får dessvärre inte tillgång till behandling. Det övergripande syftet med vårt projekt är att öka tillgängligheten till behandling för dessa patienter, säger psykolog Maria Bragesjö, som leder forskningsprojektet tillsammans med professor Christian Rück.

Att behandla PTSD med KBT har man gjort länge – det som är nytt med projektet är att behandlingen har digitaliserats och nu är internetfördmedlad. Den digitala KBT:n kräver mindre resurser än traditionell behandling, behandlartid frigörs och det blir möjligt att ta emot fler patienter. I snitt ägnade psykologerna 15 minuter per vecka åt varje deltagare istället för ett vanligt samtal som tar cirka

90 minuter. För patienten blir behandlingen mer flexibel och kan underlätta för den som har svårt att ta sig till en mottagning, till exempel på grund av lång resväg.

PTSD innebär bland annat att man undviker situationer som påminner om det upplevda traumat. I den internetbaserade traumafokuserade KBT:n som är tillgänglig via surfplatta, mobil eller dator hjälper man patienten att närma sig traumarelaterade situationer och minnet av den händelse som förknippas med obehag, rädsla och fara. Behandlingen pågår under tio veckor och består av sex moduler, som patienten får tillgång till en i taget. Till varje modul hör praktiska övningar och utmaningar samt kunskapsfrågor som rapporteras till psykologen.

– Den digitala metoden kanske inte passar alla, men vi har haft

goda erfarenheter i liknande studier där det visade sig att patienterna tyckte det var skönt att slippa sitta ansikte mot ansikte med en behandlare. Det digitala behandlingssättet ställer dock lite mer krav på patienten själv, menar Maria Bragesjö.

Projektet startade i oktober 2022 och av de 30 patienter som deltagit är 27 helt färdigbehandlade.

– Vi tittar nu på om behandlingen kan fungera på klinik, om patienten genomför behandlingen och om resultatet håller i sig. En utvärdering kommer att göras om sex månader och om allt går bra, planerar vi att göra större studier och jämföra med en kontrollgrupp. Sedan kan den digitala metoden spridas och till slut förhoppningsvis erbjudas inom reguljär vård, avslutar Maria Bragesjö.



Forskargruppen leds av professor Christian Rück, KI, där psykolog Maria Bragesjö från Psykiatri Sydväst också är post-dok. Dessutom ingår forskarna Volen Ivanov och Erik Andersson båda från KI, samt två PTP-psykologer och två legitimerade psykologer.

regionstockholm.se/innovation