

# Rapport EULAR E-Congress 2021

---

Även I år fick EULAR ha en virtuell kongress på grund av det rådande med pandemin. Att ha en E-kongress för andra året i rad har även medfört en förbättrad kommunikation mellan länderna som säkert kommer medföra nya arbetssätt i framtiden

Här kommer ett axplock av de sessioner som var med på årets E-congress.

## **Experience on distance health care: reshaping after the Pandemic**

Syftet med denna session var att:

- Bli medveten om verkningsfulla interventioner för att kunna erbjuda vård på distans
- Beskriva praktiska redskap för att främja följsamhet till behandling och planering vid vård på distans
- Öka förståelsen för oro och stress under pandemin hos personer med reumatisk sjukdom

### **Anette de Thurah, Danmark**

“Mapping: Efficacious interventions and required competencies to provide remote care in rheumatology”

Tele-medicin eller digital vård har gradvis utvecklats under det senaste decenniet, men har tagit ett stort steg framåt under pandemin. I en enkätstudie bland vårdgivare från 35 länder i Europa undersökte man vilken påverkan Covid-19 hade på antalet besök och typ av besök inom reumatologisk vård under 2020. Resultatet visade att andelen återbud eller uppskjutna besök var drygt 80%. I samband med återbesök var andelen återbud ännu högre. Majoriteten av patienterna erbjöds istället någon form av distansvård.

En litteraturöversikt presenterades där syftet var att identifiera bästa tillgängliga evidens för att utveckla, prioritera och implementera distansvård för patienter med RMD.

De specifika frågeställningarna var i huvudsak 1) att studera effekt, säkerhet, kostnadseffektivitet samt följsamhet hos patienterna, 2) studera hur distansvård erbjuds och hur den individanpassas, 3) Identifiera underlättande/ drivande och hindrade faktorer för implementering. Interventioner som genomfördes i studierna var fysioterapi, patientutbildning, kognitiv beteendeterapi samt monitorering av sjukdomssymtom. Utfallsvariabler var smärta, fysisk funktion, QoL, kostnadseffektivitet samt hur användarna upplever distansvård. Resultatet visade på goda, men kortvariga effekter avseende de flesta utfallsvariabler. Underlättande/ drivande faktorer var att det var tidsbesparande, lättillgängligt, enkelt att använda och flexibelt. Det visade sig vara mera effektivt om det initialt föregåtts av ett fysiskt besök och om det var videobesök och inte bara telefonsamtal. Hindrande faktorer var teknikproblem, digital osäkerhet, och att undersökningar och tester ej kan genomföras.

Sammanfattningsvis är det lovande resultat, men flera och större studier behöver genomföras avseende distansvård.

### **Andrea Marques, Spanien**

”The basics still work. Telephone help lines”

Presenterade en rapport om att telefonrådgivning har ökad med 50% i befolkningen under pandemin och bland personer med reumatisk sjukdom är ökningen ännu större. Det är i huvudsak personer som inte tidigare har sökt telefonrådgivning som står för det största ökningen.

### **Bas Hilberdink, Nederländerna**

“Innovative model for physical care delivery”

Presenterade en interventionsstudie där träningsprogram och konsultationer genomfördes digitalt på patienter med reumatisk sjukdom. Genom ett specifikt dataprogram för träning hade patienterna möjlighet att monitorera sin träning, ladda upp bilder och filmer samt att få individuell återkoppling och instruktioner. Resultatet visade på betydelsen av tydliga instruktioner och god uppmärksamhet från behandlaren. Negativa effekter var bland annat tekniska problem, minskad motivation av att träna på egen hand.

### **Tracy French, Storbritannien**

“The essentials: Providing first mental aid- from identification to referral”

Presenterade en fallstudie om effekter av Covid-19 på mental hälsa. I befolkningen har rädsla och oro, social isolering samt fatigue och sömnstörningar ökad. Andra negativa effekter är minskad fysisk aktivitet och rörlighet. Dessa effekter är särskilt stora hos personer med reumatisk sjukdom och bör identifieras och uppmärksammas.

### **HPR Abstract session**

Ett axplock av abstracts som presenterades

### **Gunnhild Berdal, Norge**

“Bridging gaps across levels of care in rehabilitation of patients with rheumatic- and musculoskeletal diseases: results from a stepped wedge cluster randomized trial”

Syfte med studien var att förbättra kvalitet, kommunikation och överbrygning vid rehabilitering mellan olika sjukvårdsnivåer. För att utvärdera detta tittade de på måluppfyllelse, fysisk funktion, och livskvalitet. Åtta rehabiliteringsenheter inkluderade deltagare i studien. Deltagarna skulle var personer med olika reumatiska diagnoser.

Programmet ”BRIDGE” skulle jämföras med ”vanlig” rehabilitering. BRIDGE inkluderade att strukturerade mål skulle sättas, en plan för att nå dessa mål skapas. Deltagarna fick personlig feedback och en individanpassad uppföljning efter utskrivning.

Studien kunde inte påvisa att BRIDGE programmet var mer effektivt än vanlig rehabilitering. Författarna påpekar att det fortfarande saknas kunskap om vilka faktorer som påverkar rehabiliteringsprocessen.

### **Mwidini Ndos, Storbritannien**

“Remote management of RA vs Routine outpatient follow-up: a prospective, longitudinal real-world study”

Syftet med studien som utfördes via Leeds University var att beskriva hur väl beslut som fattas baserat på självskattning via formulär stämmer överens med beslut som fattas vid rutinbesök på klinik. Självskattningarna utfördes månadsvis och besöken enligt rutin. Resultatet påvisade ”fair” samstämmighet mellan de olika grunderna till beslut och att det var genomförbart vilket indikerar att självskattning kan användas som grund.

### **Marie-Louise Karlsson, Sverige**

“Evaluation of a person-centered smoking cessation program in RA in rheumatology outpatient clinic setting – results of an interventional feasibility study”

En intervention för att sluta-röka baserades på personens individuella behov och önsknings. Interventionen inkluderade information om vinsterna med att sluta röka, stöd i beteende förändring, information om farmakoterapi, informationsblad om fördelarna att sluta röka och strategier för att lyckas samt uppföljningsbesök via telefon eller besök på sjukhuset.

Resultatet visade att ett sluta-röka program på en reumatologklinik är genomförbar och kan öka antalet personer som lyckas sluta röka. Även de som fortsatte röka kunde minska sin konsumtion. Vad studien även visade var att självskattad ångest var högre hos de som fortsatte röka och att detta bör tas om hand av teamet.

### **EULARS projects in Education and training**

Under denna session informerades om EULAR's nya utbildning för både läkare och hälsoprofessioner, men även för personer med reumatisk sjukdom.

Vid 2003 blev EULAR ledande för att leverera utbildning inom Reumatologi. EULAR School har som mål att erbjuda en utbildning med högkvalitet, förbättra utbildningens tillgänglighet genom att utveckla mer innovativa utbildningsmetoder som är baserade på pedagogisk praxis. EULAR School är integrerad och kombinerar olika utbildningskoncept, som live föreläsningar, online föreläsningar, publikationer och webinarer. 2021 får EULAR nya interaktiva system. Ett nytt format som gör att utbildningarna blir mer lättillgängliga. EULARS nya utbildning innehåller ett nytt utbildningsprogram för patientutbildning. WHO har beskrivit att patientutbildning ger patienten förmågor att på ett så bra sätt som möjligt klara sitt liv med sjukdomen. Det är en ständig pågående process som är integrerad i hälso och sjukvården.

## **Mastering self management state of art in a New Era**

Syftet med denna session var

- Beskriva self-management och vikten av self-management hos personer med artrit
- Beskriva strategier för att uppnå self management

### **Bente Appel Esbensen, Danmark**

Self-management: It does matter making the effort

Beskrev definitionen av self-management och utmaningen hos personer med reumatisk sjukdom. Eftersom det inte finns något botemedel så är målet med behandlingen att minimera sjukdomens fysiska och emotionella inverkan. Hon poängterar vikten av att stödja patienten i förändringen och att vara en aktiv lyssnare.

### **Janet L Pole, USA**

What do health professionals need to know to support self management.

Nyckeln till self-management är kommunikation. Hon beskriver skillnaden mellan patientutbildning och self-management. Att få patienten en aktiv roll över sin egen hälsa. Hon beskriver olika intervjumetoder och verktyg för att hjälpa patienten i förändringsprocessen.

### **Ailsa Bosworth, Storbritanien**

The power of peers and Patient Organizations

Både sjukvårdspersonal och patienter behöver ha ett mer holistiskt synsätt för att uppnå behandlingsmålen där det är av betydelse att ha med selfmanagement. Vikten av samarbetet belystes mellan patientorganisationer och hälso och sjukvårds personal. Publikationer med deras rekommendationer kommer ge en möjlighet att göra det.

Patientorganisationer behöver informera vad de kan bidra och erbjuda patienterna.

Flera patientorganisationer har information om bland annat self-management med en varierad tillgänglighet.

### **Elena Nikiphoru, Storbritanien**

EULAR Recommendations for implementations of self-management strategies in patients with inflammatory arthritis

Presenterade EULARs nya rekommendationer för implementering av self-management strategier för personer med IA. Ett multidisciplinärt team med 18 medlemmar från 11 Europeiska länder var sammankallade. En systematisk review samt information från hälsoprofessioner och patientorganisationer användes för att formulera de nya rekommendationerna. Tre övergripande principer och 9 rekommendationer formulerades.

### **Maria Andersson, Sverige**

HPR Empowerment and associations to disease activity and pain in patients with rheumatoid arthritis

Presenterade en longitudinell studie där de undersökt empowerment hos personer med RA och hur det korrelerar med olika sjukdomsparametrar. Patienterna bedömdes vid inklusion, 3, 6, 12, 24, 60, 96 och 180 månader. Låg empowerment är associerad med sämre hälsa. Interventioner som syftar till att förbättra empowerment kan inkludera smärthantering, förbättra fysisk funktion och fysisk aktivitet.

Vid pennan

2021-07-28

Christina Emilson, Malin Regardt, Karin Åström