

# Behandlingsstöd för dig med sväljsvårigheter

Stöd och behandling, 1177

---

Utvecklad av Logopedimottagning Alingsås, Sjukhusen i väster



# Innehåll

Bakgrund

Syfte

Målgrupp

Koncept

Programmets innehåll

Modulernas upplägg

Arbetsflöde

Demonstration av  
programmet

Kom igång

# Hur har programmet arbetats fram?

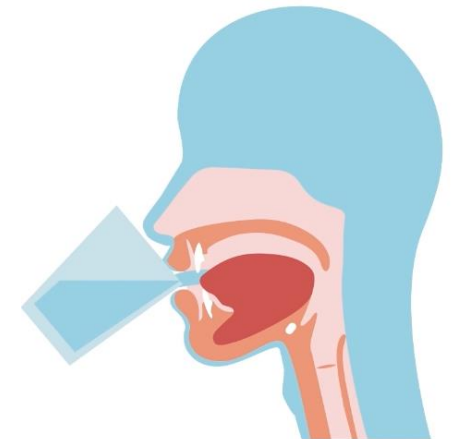
- Stödprogrammet är framtaget som en del i ett projekt finansierat av Innovationsfonden i Västra Götalandsregionen.
- Projektet, "Intensiv sväljrehabilitering via digital plattform", genomfördes under 2021-2022.
- Behovskartläggningen visade att logopeder arbetar alltmer med dysfagirehabilitering, utöver att erbjuda bedömning och kompensatoriska insatser.
- Förutsättningarna för att behandlingen ska ha effekt är intensitet, regelbundenhet och följsamhet.
- Möjlighet till rehabilitering kan vara begränsade av bristande resurser, långa restider och svårigheter att träna hemma.

# Varför ett digitalt stöd för dysfagi?

- Mål att fler patienter ska kunna erbjudas intensiv sväljträning med evidensbaserade metoder.
- Stöd till patienten att utföra träning hemma.
- Ökad följsamhet.
- Logoped kan säkerställa att träningen utförs på rätt sätt.
- Personal och anhörig kan lättare stötta patienten i behandlingen.
- Möjlighet att följa patientens träning utan besök på mottagning.

# När och för vem är programmet lämpligt?

- För patienter med dysfagi som:
  - ska följa ett behandlingsprogram, t ex utandningsträning med motstånd.
  - använder kompensatoriska manövrar, t ex supraglottisk sväljning.
  - behöver information om sväljning och sväljsvårigheter.
  - tränar hemma självständigt eller med hjälp av anhörig eller vårdpersonal.
- Logopeder kan även använda filmerna i programmet för att instruera en manöver inom slutenvården eller vid besök på mottagning.

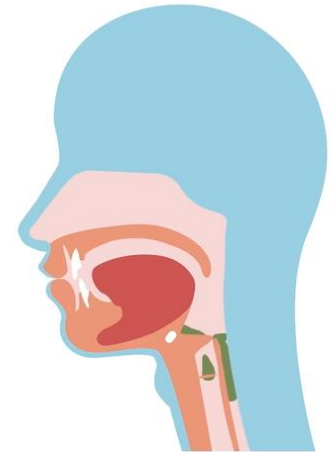


# Hur är programmet utformat?

- Innehållet i programmet har arbetats fram i samarbete med kliniskt verksamma logopedier.
- I programmet finns grundläggande information där sväljning och sväljsvårigheter förklaras på ett enkelt sätt.
- Tanken är att förståelse för hur sväljsvårigheterna påverkar förmågan att äta och dricka på ett säkert sätt kan göra patienten mer motiverad till träning och till att följa rekommendationer.
- Innehåller både kompensatoriska manövrar och mer övningsbaserade träningsprogram.
- Programmet är utformat för att vara tillgängligt även för personer med kognitiva svårigheter.

# Programmet innehåller 10 moduler

- Grundläggande moduler:
  - Introduktion (information om sväljning och sväljsvårigheter)
  - Självsfattning, SSQ (Sydney Swallow Questionnaire). Patienten kan skatta grad av sväljsvårigheter före och efter behandling.
- Valbara moduler:
  - Ett urval av manövrar (tekniker och huvudpositionering) och övningar.
  - Logoped väljer ut vilket eller vilka moment patienten ska utföra.
  - Namn på övningarna har förklarande begrepp istället för facktermer.



## Fler funktioner

- Träningsschema:
  - Finns till varje modul.
  - Patienten kan fylla i antal träningstillfällen samt skatta grad av ansträngning från 1-10.
- Meddelandefunktion:
  - Logoped skickar instruktioner kring antal träningstillfällen och antal repetitioner för respektive övning.

Hur många gånger har du använt tekniken idag? \*

Hur ansträngande upplevde du att det var?

0=extremt lätt 10=maximalt ansträngande \*

Intervall är 1

0 5 10

✉ Meddelande

### Meddelanden

Här kan du skapa ny konversation, läsa och skriva meddelanden till ansvarig behandlare. När det finns nya meddelanden markeras ingången och konversationen. Dina meddelanden sparas som utkast om du inte skickar iväg dem.

OLÄST (0)

UTKAST (0)

NY KONVERSATION

# Programmets innehåll (översikt)

## Introduktion

- Information om sväljning
- Sväljsvårigheter

## Självskattning

- Mätning före behandling
- Mätning efter behandling

## Tekniker

- Förlängd sväljning (Mendelsohns manöver)
- Håll andan & svälj (Supraglottisk och supersupraglottisk)
- Kraftfull sväljning

## Huvudpositionering

- Huvudböckning
- Huvudlutning
- Huvudrotation

## Övningar

- Styrkeövningar för struphuvudets rörelse
  1. Övning huvudlyftning (Shaker exercise)
  2. Övning huvudböckning med motstånd (Chin tuck against resistance/CTAR)
- Tunghållning (Masakos manöver)
- Utandningsträning med motstånd (Expiratory muscle strength training/EMST)
- Munsärm

Grundläggande  
moduler

Valbara moduler  
- Logoped tilldelar ett eller flera avsnitt

## Modulernas upplägg

### Introduktion

- Kort information om övningen, uppmaning om att följa logopeders anvisningar om antalträningstillfällen och repetitioner.

### Varför?

- Kort information om syftet med övningen/tekniken.

### Hur?

- Instruktionsfilm om hur övningen utförs. Instruktionerna står även i text.

# Utandningsträning med motstånd

- Upplägget för modulen skiljer sig från övriga moduler.
- CE-märkt produkt.
- Den svenska manualen med i sin helhet.
- Befintlig instruktionsfilm från leverantör som hör till manualen.
- Filmen anpassad till programmet genom kortare klipp.
- Närbilder för att tydliggöra exempelvis justering av motstånd.
- Träningsschema.



Set 1 (vila minst 15 sekunder efter varje utblås, vila sedan minst 1 minut efter varje set) \*

Du kan välja 1-5 svarsalternativ

- Blås
- Blås
- Blås
- Blås
- Blås

Set 2 (vila minst 15 sekunder efter varje utblås, vila sedan minst 1 minut efter varje set) \*

Du kan välja 1-5 svarsalternativ

- Blås
- Blås
- Blås
- Blås
- Blås

# Programmets innehåll (exempel)

## Information om sväljsvårigheter

SVÄLJSVÅRIGHETER

### Introduktion

Sväljningen är en komplicerad process. Ett fyrtiotal muskler och minst fem olika nerver är involverade i varje sväljning! När man har sväljsvårigheter, eller dysfagi som det också kallas, fungerar inte processen normalt.

I nästa steg kan du läsa mer om sväljsvårigheter.

## Självskattning

1. Hur stora svårigheter har du för närvarande att kunna svälja?  
(0 = Inga svårigheter alls, 100 = Kan inte svälja alls) \*

Intervall är 1



2. Hur stora svårigheter har du att kunna svälja tunnflytande vätskor? (t ex vatten, te, saft, kaffe)

(0 = Inga svårigheter alls, 100 = Kan inte svälja alls) \*

Intervall är 1



## Tekniker

KRAFTFULL SVÄLJNING

### Hur?



[Här kan du se filmen textad](#) ↗

Filmen öppnas i samma fönster.

Om inte undertexten dyker upp direkt, klicka på cc under filmen och välj svenska.

Den här tekniken kan göras både med och utan mat eller dryck. Följ rekommendationerna du fått av din logoped.

- Ta en klunk, tugga eller samla saliv.
- Svälj därefter så kraftfullt du kan.
- Försök ta i med musklerna i svalget och tungan.

## Övningar

ÖVNING HUVUDBOCKNING MED MOTSTÅND

### Hur?



**Om du vill se filmen textad klicka på länken nedan**

<https://vimeo.com/668536734/cb7affb326> ↗

Om inte undertexten dyker upp direkt, klicka på cc under filmen och välj svenska.

Den här övningen kan utföras med exempelvis en liten boll, handen eller en ihoprullad handduk. Din logoped kan hjälpa dig att välja ett passande alternativ. Här kommer du få se övningen med en liten boll.

### Filmer på VGRplayer

- Alla instruktionsfilmer även tillgängliga på VGRplayer.
- För patienter som har svårt att själva använda programmet.
- En länk till filmen kan skickas via epost till patient, anhörig eller vårdpersonal.
- Filmerna kan även användas av logoped vid besök på mottagning eller inom slutenvården, för att t ex instruera en manöver.
- Länkar till filmerna finns i bilaga till användarstödet.



4 Svälj



# Arbetsflöde

Exempel på upplägg:

1

- ✓ Behandlande logoped träffar patienten på mottagning.
- ✓ Logopeden väljer vilka avsnitt som ska tilldelas.

2

- ✓ Logoped startar momentet för patienten.
- ✓ Patienten får patientinformation och vid behov genomgång av stödprogrammet.
- ✓ Logoped skickar instruktioner om antal träningstillfällen och antal repetitioner i meddelandefunktionen.

3

- ✓ Patienten fyller i självskattning.
- ✓ Patienten tränar hemma, logoped följer träningen via ifyllt träningschema.
- ✓ Avstämningar mellan hemträningen utifrån behov:
  - ✓ Besök på mottagning
  - ✓ Digitalt vårdmöte
  - ✓ Kontakt via meddelandefunktionen.

4

- ✓ Instruktioner justeras efter behov (ökning motstånd/antal repetitioner).
- ✓ Utvärdering av behandling (t ex självskattning och uppföljande bedömning).
- ✓ Programmet avslutas efter avslutad behandling.

## Demonstration av programmet

- Nedan följer 3 demonstrationsfilmer.
- Film 1 visar hur programmet ser ut utifrån behandlarens vy.
- I film 2 får du se hur det ser ut utifrån invånarens vy.
- Film 3 visar hur det ser ut när patienten har varit inne i programmet och fyllt i formulär.
- I användarstödet hittar du mer information om de olika funktionerna i programmet.
- I patientinformationen finns mer information till patienten om hur man använder programmet.

Film 1

[Länk till filmen](#)

[Länk till filmen](#)

[Länk till filmen](#)

# Testa programmet

### Testa både personalvy och invånarvy

Du kan logga in som testpersonal och starta upp programmet på dig själv. Därefter kan du logga in som testinvånare för att se hur programmet ser ut. Kontakta din förvaltnings kontaktperson för SoB för behörighet till utbildningsmiljön/mer information.

### Testa enbart invånarvy

Du kan logga in som testinvånare för att se hur programmet ser ut. Kontakta din förvaltnings kontaktperson för SoB, som kan starta upp programmet åt dig.

# Kom igång

### Är enheten ansluten till SoB?

**Nej:** Kontakta din förvaltnings kontaktperson för hjälp med anslutning. Ta därefter fram rutiner för programmets användning, gör riskanalys.

Kontaktperson meddelar därefter [sob@vgregion.se](mailto:sob@vgregion.se) som ordnar med anslutning och utdelning av program. Personal som ska använda programmet går **utbildning** på Lärportalen: [Kurs: Stöd och behandling via 1177 \(vgregion.se\)](#)

**Ja:** Kontakta din förvaltnings kontaktperson. Ta fram rutiner för programmets användning, gör mini-riskanalys. Kontaktperson meddelar därefter [sob@vgregion.se](mailto:sob@vgregion.se) som delar ut programmet.

[Läs mer på vgregion.se/sob](https://vgregion.se/sob)

# Utgivare

Utgivare: Klara Modig

Kontaktperson för programmet: Klara Modig, [klara.modig@vgregion.se](mailto:klara.modig@vgregion.se)

---

Kontakt regionala SoB-teamet

Funktionsbrevlåda: [sob@vgregion.se](mailto:sob@vgregion.se)