

# Virtual Reality i lugnande syfte inför endoskopiska undersökningar

Julia Bengtsson & Martina Qvist



Bild från Calm Place, programmet som patienterna fick använda innan undersökningen.

©Mimerse

## VR kan minska oro/ångest inför endoskopiska undersökningar

Oro/ångest är ett återkommande problem bland patienter som ska genomgå endoskopiska undersökningar. Därför genomfördes en studie där syftet var att undersöka om VR kan ha en positiv inverkan.

I vår studie kunde vi se en minskad oro/ångest hos de som fick använda VR avslappning. Ingen tyckte att VR var svårt att använda, vilket pekar på att det är ett enkelt hjälpmedel för att kunna distrahera patienterna i väntan på att undersökningen ska starta.

## Metod

I studien ingick 31 deltagare som testade VR samt 33 deltagare i en kontrollgrupp.

VR var ett 9 minuters långt program där patienterna själva fick välja miljö, samt om de önskade guidad avslappning eller endast ville lyssna på musik.

VR gruppen fick först skatta sin oro/ångest på en skala mellan 0-10 innan de fick prova VR programmet. Efter VR programmet fick de ånyo skatta sin oro/ångest mellan 0-10.

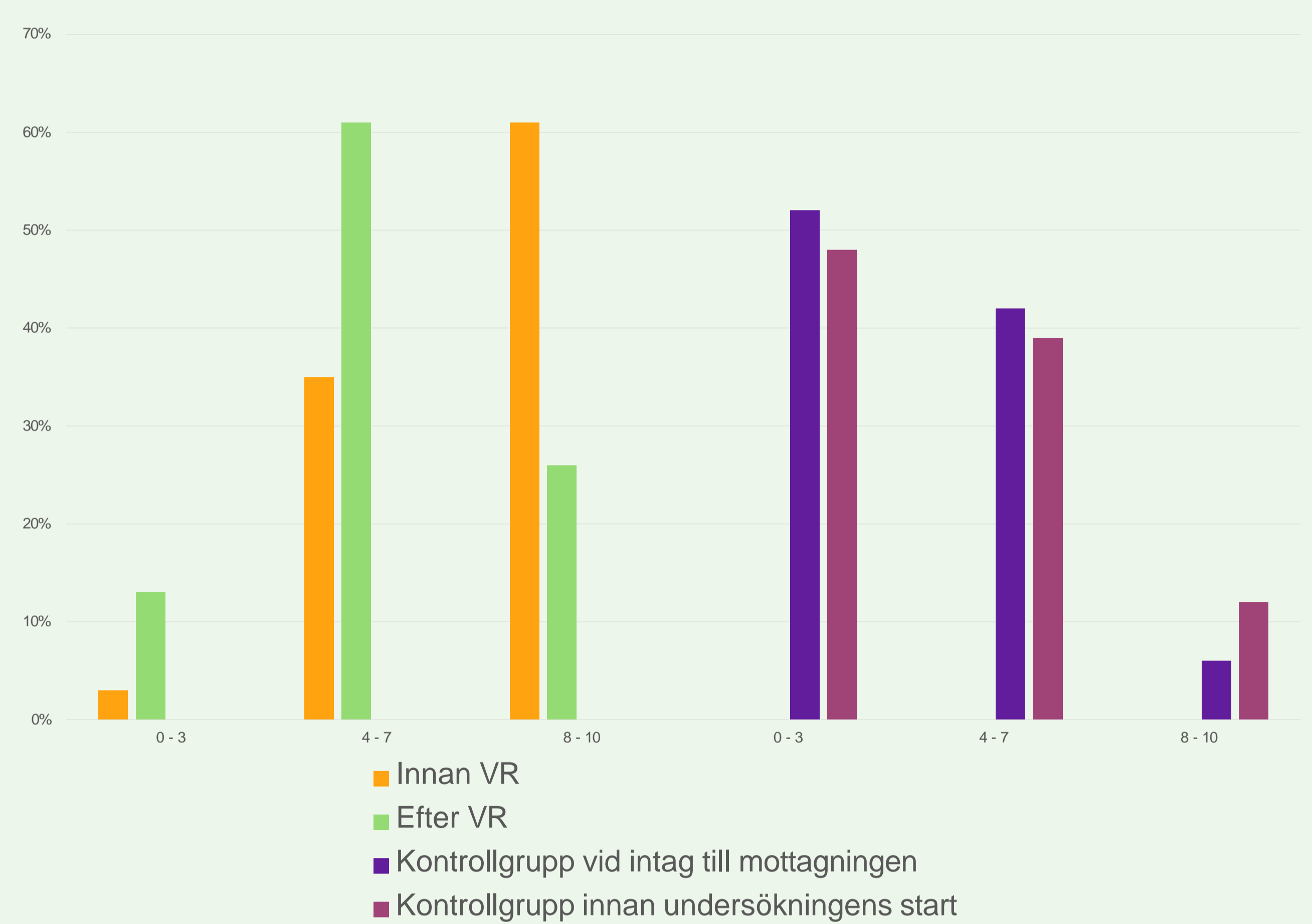
Kontrollgruppen fick skatta sin oro/ångest på en skala mellan 0-10 när de togs in till mottagningen, samt ånyo innan undersökningen startade.



Bild från Calm Place, programmet som patienterna fick använda innan undersökningen.

©Mimerse

## Resultat



Diagrammet visar en minskning av oro/ångest i VR-gruppen, jämfört med kontrollgruppen dvs. de lilafärgade staplarna till höger.

Bland patienterna i VR gruppen som skattade sin oro/ångest mellan 8-10, det vill säga stark oro, sågs en minskning från 61% till 26% efter VR programmet.

Bland de patienter som deltog i kontrollgruppen, dvs de som inte använde VR, ökade istället den upplevda oron/ångesten. Från intaget till mottagningen till att undersökningen startade, sågs en ökning bland de som skattat sig mellan 8-10 från 6% till 12%.

Ingen upplevde VR svårt att använda.