

Smarttelefon i svangerskapsomsorgen

■ BJØRN BACKE • Dr.med. professor (emeritus), Institutt for Laboratoriemedisin, barne og kvinnesykdommer, NTNU, Trondheim
STOUM H¹, STAVEN T¹, DENSTAD S¹, BYE JOHANSEN S², ØDELIEN SM² | 1 Fødselavdelingen, KK, St Olavs Hospital, Trondheim • 2 Technology Transfer, NTNU AS, Trondheim

Gravide kvinner er ivrige brukere av smarttelefoner. Apper for gravide er svært populære, og det er et rikt utvalg. Vi har utviklet en app for registrering av symfysefundus-mål målt av den gravide selv. Hensikten er at appen skal være et nyttig hjelpemiddel i svangerskapsomsorgen.

Den rutinemessige helsekontrollen av gravide – svangerskapsomsorgen – er det største forebyggende helseprogrammet med over 60000 nye klienter hvert år. De siste tall tyder på at de gravide gjennomgår 12 kontroller hver, i primær- og spesialisthelsetjenesten, før fødselen. Et av målene i svangerskapsomsorgen er å identifisere fostre med intrauterin tilveksthemming, som gir økt risiko for mortalitet og morbiditet. På 1970-tallet ble symfysefundus (SF)-måling lansert av den svenske gynekologen Bjørn Westin, som et hjelpemiddel til å finne fostre som vokste for lite. Til tross for at verdien av SF-målinger er usikker (1) er SF-måling blitt en sentral del av svangerskapsomsorgen i de fleste europeiske land. Det er rimelig å anta at verdien av SF-målinger blir redusert hvis antall målinger synker ved reduksjon i antall svangerskapskontroller, og hvis målingene

ene utføres av forskjellige personer. Dessuten reduseres verdien hvis man ikke sammenligner med en korrekt normalkurve. I Norge brukes fortsatt Westins originalkurve på Helsekort for gravide (2). Denne kurven er for langt utdatert. Et alvorlig problem er at den tillater for lave verdier på slutten av svangerskapet. Dette er en vesentlig innvending, fordi det kan føre til at fostre med vekstretardasjon blir oversett.

Svenske studier har vist at den gravide selv kan måle SF-avstanden med god presi-

sjon sammenlignet med jordmors målinger, og med samme effektivitet når det gjelder diagnostikk av små fostre (3). Når kvinnene utfører målingene selv kan de måle oftere slik at kurven får flere punkter, og man unngår variasjonen som følger av at det er flere personer som måler.

Ny SF-kurve

En ny norsk SF-kurve kom i 2013, utviklet av en gruppe ved Folkehelseinstituttet med moderne statistiske metoder. Kurven bygger på et stort materiale, i alt 42 018 gravide kvinner som i gjennomsnitt hadde 6,8 målinger (3). Kvinnens høyde og vekt ved start av svangerskapet påvirker SF-verdiene. Den nye kurven kan justeres for høyde og vekt, slik at man får en individuelt tilpasset kurve. Det er viktig å merke seg at den nye kurven ligger høyere enn den gamle kurven på Helsekortet, og den har et litt annet forløp med mindre avflating på slutten av svangerskapet.

SF-appen

En gruppe ved St. Olavs Hospital /NTNU har nå utviklet en mobilapplikasjon (en app) som kvinnen selv kan bruke til å registrere sine SF-mål fra uke 24. Etter at ultralydtermin, høyde og før-gravid vekt er lagt inn vil appen vise resulta-



ILLUSTRASJONSFOTO: COLOURBOX

Dine detaljer

For å få en individuelt tilpasset normalkurve og påminnelser til riktig tid må du registrere noen opplysninger i appen.

- Alder
- Høyde
- Vekt ved svangerskapets start
- Ultralydtermin
- Blodtype

Se instruksjonsfilm

Toppen av livmor

Skambenet

Uke

Cm

Hvis kurven ikke øker jevnt, men flater av eller stiger brattere enn normalkurven, bør du ta det opp med jordmor/lege.

En bildetekst om appen hadde vært fint å få inn her. En bildetekst om appen hadde vært fint å få inn her.

tene av målingene i forhold til en individuelt tilpasset normalkurve.

SF-appen inneholder en kort instruksjonsvideo som viser hvordan kvinnen kan utføre målingene. Det anbefales at hun måler minst én gang hver uke. Dersom kvinnen ønsker det, kan appen gi en påminnelse om å gjøre en ny måling når en uke er gått. Rhesusnegative kvinner vil få påminnelse om at det skal tas kontrollprøver av rhesusantistoffer i uke 28 og 32, og det blir også gitt påminnelse om at det bør tas glukosebelastning i uke 26 dersom BMI er over 27 eller alder over 38 år, slik det framgår av Helsekortets veileder.

Hensikten er at appen skal være et hjelpemiddel i svangerskapsomsorgen, ved at den gravide viser fram sin selvmålte SF-kurve når hun kommer til de vanlige svangerskapskontrollene. Ved hjelp av appen kan hun sende SF-kurven som e-mail til seg selv, skrive den ut og ta den med til lege/jordmor, eller hun kan sende kurven

til jordmor/lege eller andre via mail. Dersom et mål faller utenfor normalområdet gir appen beskjed om det, og at man bør vise dette fram ved neste kontroll. Det er ikke meningen at selvmålingene skal erstatte SF-målingene som foretas av lege/jordmor.

Appen er tilgjengelig i AppStore og Google Play. Nedlastning og bruk er gratis.

REFERANSER

1. Robert Peter J, Ho JJ, Valliapan J, Sivasangari S. Symphysefundal height (SFH) measurement in pregnancy for detecting abnormal fetal growth. Cochrane Database of Systematic Reviews. 2012; (7) CD008136.
2. Pay AS, Frøen JF, Staff AC, Jacobsson B, Gjessing HK. A new population-based reference curve for symphysefundus height. Acta Obstet Gynecol Scand. 2013; 92: 925–33.
3. Bergman E, Kieler H, Petzold M, Sonesson C, Axelson O. Self-administered measurement of symphysefundus heights. Acta Obstet Gynecol Scand. 2007; 86: 671–7.

■ BJORN.BACKE@NTNU.NO

RIKTIG ANTIBIOTIKABRUK RETT I LOMMEN

Antibiotikasenteret for primærmedisin (ASP) har laget en app som inneholder Nasjonale faglige retningslinjer for antibiotikabruk i primærhelsetjenesten.

SIGURD HØVE

Norske allmennleger er flinke – men ikke flinkest – i klassen når det gjelder rasjonell antibiotikabruk. I regi av Antibiotikasenteret for primærmedisin og HelseDirektoratet har norske allmennleger, i samarbeid med et utvalg sykehusspesialister, laget retningslinjer for fornuftig og bærekraftig antibiotikabruk i primærhelsetjenesten. Den første versjonen kom i 2008, den siste ved årsskiftet 2012/2013. Nå finnes også retningslinjene som en egen applikasjon for smarttelefon og nettbrett. Hensikten med dette er å tilby allmennlegene kjapp og konsis informasjon om evidensbaserte behandlingsanbefalinger. Appen kan også brukes for å vise pasientene hva som er den riktige behandlingen for deres tilstand.

Appen er gratis og finnes både for Android, iPhone, nettbrett og i en egen internettsversjon.

10.27

Antibiotikabruk i primærhelsetjenesten

- Sykdommene >
- Prøvetaking >
- Spesielle pasientgrupper >
- Om antibiotika >
- Om retningslinjene >

Hjem, Søk, Oppdatering, Info, Favoritter