

## TAPAS

### Baggrunden for forsøget

Under hospitalsindlæggelse accepteres fysisk inaktivitet i stor udstrækning. Det er påvist, at ældre indlagte patienter er sengeliggende 17-20 timer/døgn. Dette er uhensigtsmæssigt, da langvarigt sengeleje kan medføre en forringet evne til selvstændigt at udføre dagligdagsaktiviteter, såsom det at komme omkring, tage tøj på/af og gå på toilettet. Der er tale om grundlæggende aktiviteter af afgørende betydning for livskvaliteten. Der er ydermere fundet en stærk sammenhæng mellem et lavt fysisk aktivitetsniveau under indlæggelse og øget risiko for død blandt ældre medicinske patienter efter hospitalsudskrivelse.

Et sådant fald i funktions- og aktivitetsniveau kan skyldes tab af muskelvæv. Immobilisering i færre end 14 dage har vist sig at reducere muskelmassen med 5-9 procent hos ellers raske personer. Både blandt unge og ældre voksne kan muskeltab have en række negative helbredskonsekvenser og hos ældre medicinske personer fører tabet af muskelvæv til forsinket genopbyggelse af muskelstyrke.

Langvarig sengeleje/inaktivitet i forbindelse med medicinske sygdomme under hospitalsindlæggelse udgør således en trussel mod funktionsevnen hos ældre.

Lungerne er mest effektive, når man indtager en opretstående kropstilling, og højere fysisk aktivitetsniveau betyder forøget ventilation. Derfor er det særligt vigtigt for lungepatienter at bevæge sig med en ret kropsholdning. Der findes, os bekendt, ingen medicin eller anden passiv terapi, der forhindrer inaktivitet og sygdomsrelateret muskeltab. Derfor bør fysiske aktiviteter og øvelser udgøre en større del af hospitalsindlæggelsen og tildeles mere opmærksomhed fra det tværfaglige personale.

Fysisk aktivitet hos patienter under indlæggelse er målt objektivt (med talværdier) med anvendelse af f.eks. accelerometre-apparat i flere forsøg. Oplysningerne har tilsyneladende ikke været delt med sundhedspersonalet, patienterne og deres pårørende under indlæggelsen, selvom dette kunne forbedre motivationen for fysisk aktivitet.

Vi fremsætter derfor dette forsøg, der sigter på at be- eller afkræfte hypotesen om, at en objektiv visuel tilbagemelding om de ældre indlagte patienters fysiske aktivitetsniveau øger deres tid brugt ude af sengen.

Os bekendt er der ingen igangværende eller fuldførte forsøg, hvor disse forskningsspørgsmål er besvaret. Vi udførte en litteratursøgning på to elektroniske litteratur-databaser (Pubmed.com og clinicaltrials.gov) og fandt ingen lignende forskning.

Vi konkluderer således, at ældre hospitalsindlagte patienter typisk er fysisk inaktive og dermed i forøget risiko for at tabe funktionsevne. Det er tilsyneladende uklart om et let tilgængeligt display, som viser patientens fysiske aktivitetsniveau til personalet, patienten og pårørende kan reducere patientens sengelejetid.

### Forsøgets design

Forsøget vil blive udført på Bispebjerg Hospital i København. 108 voksne indlagt på den medicinske/lungeafdeling vil blive inkluderet i forsøget, og de vil få deres fysiske aktivitetsniveau målt. Halvdelen af deltagerne (54) vil få fremvist disse informationer på en skærm ved sengen. De første 18 deltagere får ingen skræm sat op og når disse patienter er udskrevet får de næste 18 patienter sat en skærm om. Denne

procedure gentages 3 gange til de planlagte 108 deltagere er blevet observeret (se figur 1). Deltagerne bliver hver observeret fra indlæggelsesdagen til maksimalt 7. døgn.

En patient kan kun inkluderes i forsøget såfremt vedkommende kan læse og tale dansk og har underskrevet et informeret samtykke. Da måleapparatet sættes fast på kroppen med plastre, vil vi ikke inkludere patienter med plasterallergi. Forsøgslederen kan også vælge at nægte patienter at deltage af andre årsager. Deltagerne får besked om at de kan trække sig fra forsøget på et hvilket som helst tidspunkt, uden at dette får konsekvenser for deres videre behandling.

Vores konklusion vil primært basere sig på forskellen i ændringen i den seneliggende tid mellem de to grupper (med/uden skærm). Her anser vi 30 minutters forbedring som en væsentlig forskel. Derudover vil vi se på deltagernes tid brugt siddende, stående og gående.

Figur 1.

