



Nasjonalt
velferdsteknologiprogram

M-helse

Fremtidens muligheter

Helge T. Blindheim

M-helse og Digitale innbyggertjenester
Helsedirektoratet

@helgetb



Helsedirektoratet



Nasjonalt
velferdsteknologiprogram

M-Helse - mHealth



Mobile health

Helse og omsorg
med mobile
enheter

Hverdags-
teknologi

Egen-
monitorering

Selv-
diagnostisering



Utfordringen

M-helse...

...er rotete...

Hvordan skal helsetjenesten forholde seg til utviklingen?

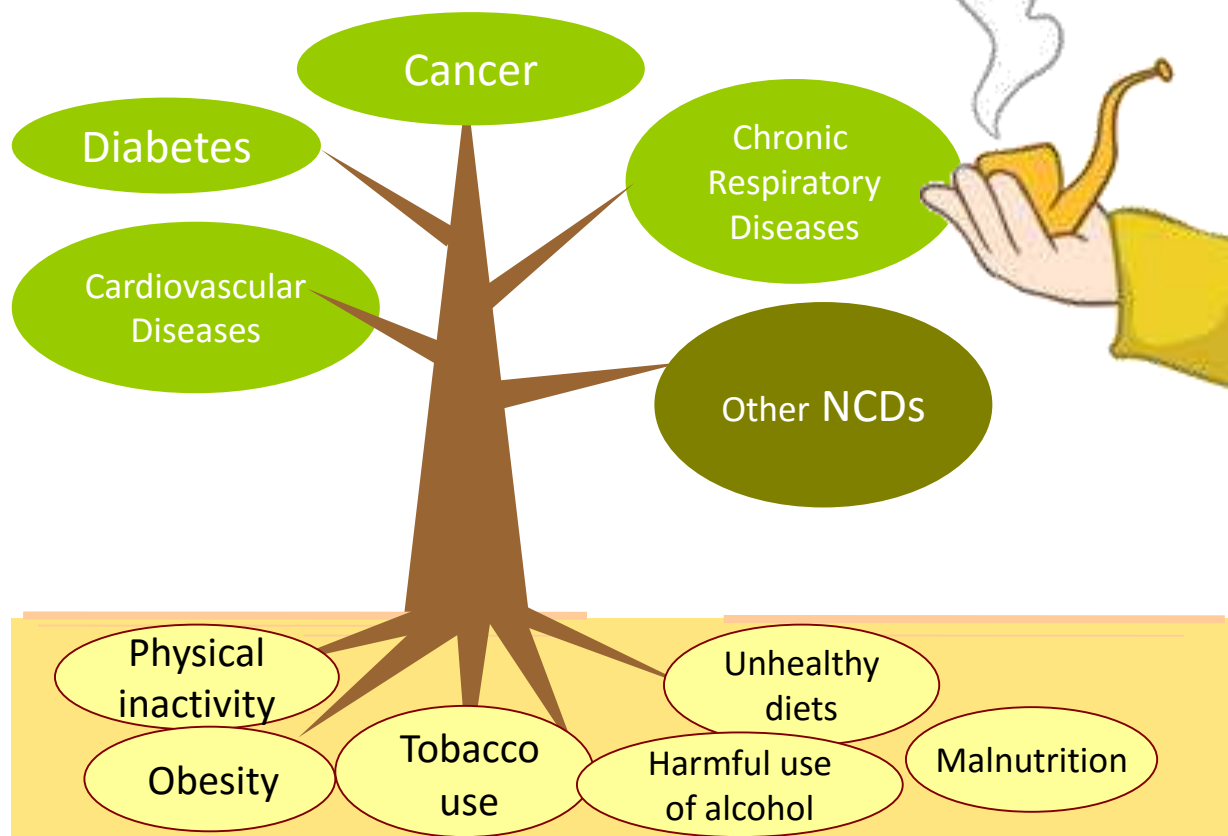


Utfordringen





Kampen



Kilde: WHO



Brytekampen om kvalitet

HealthKit

HomeKit

Helsetjenesten

Teknologi

Evidens

Hypotese



Google Fit Platform

Preview



Nasjonalt
velferdsteknologiprogram



Helsedirektoratet

Videreutvikling av europeisk
forskrift for medisinsk utstyr

Standardisering i området for
velferdsteknologiske løsninger

Selvdeklareringsordning for
helse-apper

App på resept?

Veiledning

helsenorge.no



Hva er pakkeforløp for kreft?

Pakkeforløp for kreft skal gi forutsigbarhet og trygghet for pasienter og pårørende. 28 pakkeforløp er nå etablert.

Seks tips

Matpakken som smaker

Innhold A-Å

A B C D E F G H I J K L
M N O P Q R S T U V W X Y
Z ☒ Å

Min helse

Logg inn for å se dine egenmelder, bytte fastlege, bestille Eurotest, helseattest, se oversikt over dine resepter, melde bivirkninger, se din ljerjournal (i utvalgte områder) og se dine tinnavtaler ved sykehus i Helse Vest-regionen.

LOGG INN I MIN HELSE



Nytt nasjonalt legevaktnummer

Fra 1. september kan du ringe 115 117 for å komme i kontakt med legevakt, samme hvor i Norge du oppholder deg.



Se hvilke aktiviteter som gir høyest energiforbruk

Vissle du for eksempel at power yoga og det å ruke løv med moderat intensitet gir tilsvarende lik treningsgevinst?

Gratis kondomer



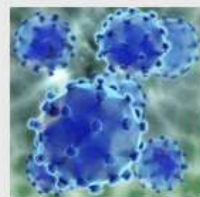
Giftinformasjonen



Frikort for helsetjenester



Oversikt over fastleger



Det er hepatitt B

Hepatitt B gir ofte ingen symptomer, men langvarig hepatitt B-infeksjon kan påvirke leveren. Disse gruppene har større risiko for å få hepatitt B enn andre.



Noen legemidler kan gravide ta

Det er fordi de ganske sikkert ikke skader fosteret. Se hvilke medikamenter du kan og ikke kan bruke i graviditeten.



Brennkopper er vanligst blant barn

Hudinfeksjonen kan være plagsom, men den går som regel over etter noen dager med riktig behandling.



Bytt fastlegen din her

Dersom du er på flyttefot, kan det være aktuelt for deg å bytte fastlege. Se også oversikt over hvilke fastleger som er ledige i ditt nærområde.

Hva er pakkeforløp for kreft?

Pakkeforløp for kreft skal gi forutsigbarhet og trygghet for pasienter og pårørende. 28 pakkeforløp er nå etablert.

Innhold A-Å

A B C D E F G H I J K L
M N O P Q R S T U V W X Y
Z ☒ Å

Min helse

Logg inn for å se dine egenmelder, bytte fastlege, bestille Eurotest, helseattest, se oversikt over dine resepter, melde bivirkninger, se din ljerjournal (i utvalgte områder) og se dine tinnavtaler ved sykehus i Helse Vest-regionen.

LOGG INN I MIN HELSE



Nytt nasjonalt legevaktnummer

Fra 1. september kan du ringe 115 117 for å komme i kontakt med legevakt, samme hvor i Norge du oppholder deg.



Se hvilke aktiviteter som gir høyest energiforbruk

Vissle du for eksempel at power yoga og det å ruke løv med moderat intensitet gir tilsvarende lik treningsgevinst?



Gratis kondomer



Giftinformasjonen



Frikort for helsetjenester



Oversikt over fastleger



Det er hepatitt B

Hepatitt B gir ofte ingen symptomer, men langvarig hepatitt B-infeksjon kan påvirke

Du ser helseopplysningene til **Ole Fos Thømt**

Bytt person

MIN HELSE

Reseptstatus

☒ Aktive resepter og resepter utlevert siste året (36) ☐ Alle resepter (3 års historikk) (27)**Bergensk Brystbalsam NAF****Mikst**

Vekkestoff, Kombinasjoner

Bruksområde:

Ved behov
VELDIG FORKJØLET

Status:

● Aktiv

Denne resepten
kan fremdeles
brukes

Sist utlevert: 10.12.14

[Bergensk Brystbalsam NAF Mikst](#)VELDIG FORKJØLET ER SVÆRT FORKJØLET OG HOSER
MYE. TRENGER ET MELKEGLASS VED SENGETID**Marevan Tab 2,5 mg**

Vekkestoff, Warfarin

Bruksområde:

Fast
MOT BLODPROPP

Status:

● Aktiv

Denne resepten
kan fremdeles
brukes

Sist utlevert: 10.12.14

[Marevan Tab 2,5 mg](#)MOT BLODPROPP Brukes ifølge INR-verdi som avtalt med
legen**Fluconazol Bluefish Kaps 50
mg**

Vekkestoff, Fluconazol

Bruksområde:

Kur
MOT CANDIDA INFESJON

Status:

● Aktiv

Denne resepten
kan fremdeles
brukes

Sist utlevert: 18.11.14

[Fluconazol Kaps 50 mg](#)

(Tilsvare Fluconazol Bluefish Kaps 50 mg)

MOT CANDIDA INFESJON 1 kapsel daglig Svelges hele
Tilsvare Fluconazol bmm**Jacob Tore Staalesen**

Din fastlege siden 01.01.2001

DD Fastlege InfoDoc

Testadresse reg. i AR_test

1358 JAR

Telefonnummer: 22222222

[Mer praktisk informasjon](#)[Tjenester hos fastlegen](#)

hvis du ønsker vaksine.

**Start e-konsultasjon**Still et medisinsk spørsmål om en
sykdom eller situasjon som
fastlegen din allerede kjenner til.
Du betaler vanlig egenandel og
fakturaavgift.**Kontakt legekantoret**Still spørsmål til de i resepsjonen
om du lurar på noe praktisk.[Mine resepter](#)

Resepter



Bergensk Brystbalsam NAF

Mikst ↗

Virkestoff: Kombinasjoner

Bruksområde:

Ved behov
VELDIG FORKJØLET

Status:

● Aktiv

Denne resepten
kan fremdeles
brukes

Sist utlevert: 10.12.14

[Bergensk Brystbalsam NAF Mikst ↗](#)

VELDIG FORKJØLET ER SVÆRT FORKJØLET OG HOSTER
MYE. TRENGER ET MELKEGLASS VED SENGETID



E-resept

Forskrevet dato: 10.12.14

Gyldig til: 10.12.15

Reiterasjoner: 2 (Det betyr at du kan hente ut forskrevet mengde 3 ganger)

Pakningsstørrelse: 100 ml

Antall: 54

Forskrivende lege: Sofie Fos Ramm, Bæremeisen Fastlegekontor

[Mer om resepten ↗](#)

Utleveringshistorikk

10.12.14

[Bergensk Brystbalsam NAF
Mikst ↗](#)

Pakningsstørrelse: 100 ML

Antall: 54

VELDIG FORKJØLET ER
SVÆRT FORKJØLET OG
HOSTER MYE. TRENGER
ET MELKEGLASS VED
SENGETID

Hdir_Test4RF



Bergensk Brystbalsam NAF

Mikst ↗

Virkestoff: Kombinasjoner

Bruksområde

Ved behov
VELDIG FORKJØLET

Status:

● Aktiv

Denne resepten
kan fremdeles
brukes

Sist utlevert: 10.12.14

[Bergensk Brystbalsam NAF Mikst ↗](#)

VELDIG FORKJØLET ER SVÆRT FORKJØLET OG HOSTER
MYE. TRENGER ET MELKEGLASS VED SENGETID



E-resept

Forskrevet dato: 10.12.14

Gyldig til: 10.12.15

Reiterasjoner: 2 (Det betyr at du kan hente ut forskrevet mengde 3 ganger)

Pakningsstørrelse: 100 ml

Antall: 54

Forskrivende lege: Sofie Fos Ramm, Bæremeisen Fastlegekontor

[Mer om resepten ↗](#)

Utleveringshistorikk

10.12.14

[Bergensk Brystbalsam NAF
Mikst ↗](#)
Pakningsstørrelse: 100 ML
Antall: 54

VELDIG FORKJØLET ER
SVÆRT FORKJØLET OG
HOSTER MYE. TRENGER
ET MELKEGLASS VED
SENGETID

Hdir_Test4RF

[Sejst tidligere resepter \(1\) ↗](#)

E-resept

Forskrevet dato: 17.11.14

Gyldig til: 17.11.15

Reiterasjoner: 2 (Det betyr at du kan hente ut forskrevet mengde 3 ganger)

Pakningsstørrelse: 100 ml

Antall: 54

Forskrivende lege: Sofie Fos Ramm, Bæremeisen Fastlegekontor

[Mer om resepten ↗](#)

Utleveringshistorikk

17.11.14

[Bergensk Brystbalsam NAF
Mikst ↗](#)
Pakningsstørrelse: 100 ML
Antall: 54

VELDIG FORKJØLET ER
SVÆRT FORKJØLET OG
HOSTER MYE. TRENGER
ET MELKEGLASS VED
SENGETID

Hdir_Test4RF

17.11.14

[Bergensk Brystbalsam NAF
Mikst ↗](#)
Pakningsstørrelse: 100 ML
Antall: 54

VELDIG FORKJØLET ER
SVÆRT FORKJØLET OG
HOSTER MYE. TRENGER
ET MELKEGLASS VED
SENGETID

Hdir_Test4RF

E-resept

Forskrevet dato: 30.09.14

Gyldig til: 30.09.15

Reiterasjoner: 2 (Det betyr at du kan hente ut forskrevet mengde 3 ganger)

Pakningsstørrelse: 100 ml

Antall: 54

Forskrivende lege: Sofie Fos Ramm, Bæremeisen Fastlegekontor

[Mer om resepten ↗](#)



Heltene





Helsepersonell:
**Fra utsatt autoritet
til partner**

Teknologi kan gjøre
enhver innbygger
til en ressurs



Pasienten:
Fra problem til ressurs....



Nasjonalt
velferdsteknologiprogram

Takk for oppmerksomheten

