

Cardiac **AR**rest survivors

**DIGITAL SUPPORT**



**The CARDIS study**

## CARDIS-studien

The **CARDIS** (Cardiac **AR**rest survivors  
**D**igital **S**upport) **study**

Effekter av ett digitalt stödprogram  
för hjärtstoppsoverlevare

En randomiserad kontrollerad studie  
med processutvärdering



## Bakgrund

- Hjärtstopp kan leda till betydande kognitiva, fysiska, psykiska och sociala följder för den drabbade.
- Ett stort antal patienter upplever långvarig nedsättning av sin dagliga funktion och försämrad livskvalitet.
- Förutom fysiska begränsningar är psykiska problem som ångest, depression, sömnsvårigheter och posttraumatiskt stressyndrom vanliga och drabbar upp till var fjärde överlevande.
- En betydande andel har någon grad av kognitiv funktionsnedsättning och många besväras av en uttalad trötthet.
- Behovet av en strukturerad och mångsidig rehabilitering är stort för att förbättra livskvaliteten och möjliggöra återgång till arbete.
- Genom att identifiera de långsiktiga behoven hos både överlevande och deras närstående, kan vård och rehabilitering anpassas och förbättras.



Enligt rådande riktlinjer ska patienter och deras närstående erbjudas uppföljning 1-3 månader efter hjärtstopp.

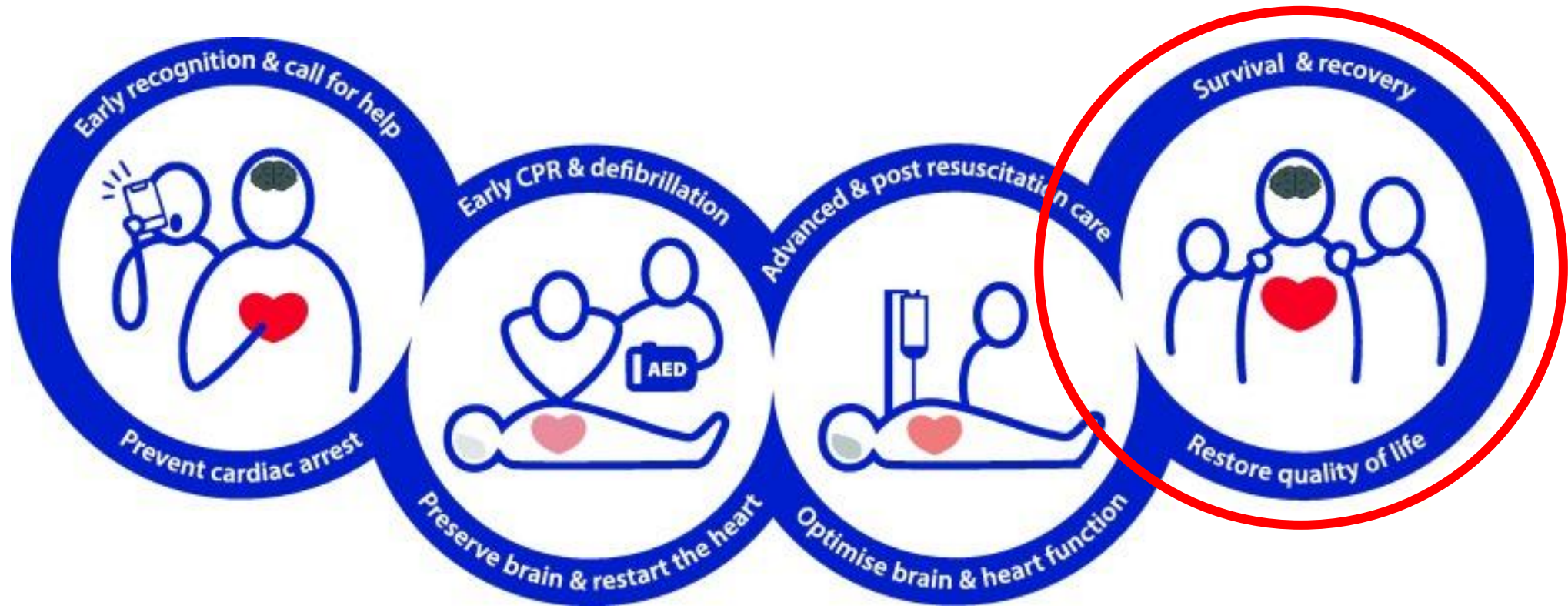
Bedömning ska göras av det fysiska och emotionella måendet och av kognitionen.

Stöd ska erbjudas i rehabiliteringen.

Hjärtstoppsuppföljningen i Sverige är ojämlig, med stora variationer mellan regioner och sjukhus, riktlinjerna inte efterföljs inte alltid.

Ett digitalt stödprogram kan bidra med ökad tillgänglighet till evidensbaserad kunskap, samt erbjuda strategier för självhantering av fysiska och emotionella konsekvenser efter hjärtstopp.

I ERC:s guidelines finns de nydesignade sista ringen som betonar vikten av återhämtning för att återställa livskvaliteten för den som överlevt hjärtstopp och deras närstående.





Stödprogrammet har utvecklats genom samskapande tillsammans med överlevande, forskargruppen och olika ämnesexperter.

## Forskargruppen



**Ingela Thylén**  
Legitimerad  
sjuksköterska,  
biträdande professor  
(projektansvarig forskare)



**Annette Waldemar**  
Legitimerad  
specialistsjuksköterska  
hjärtsjukvård, medicine  
doktor (forskare)



**Johan Israelsson**  
Legitimerad  
sjuksköterska, medicine  
doktor (forskare)



**Anders Bremer**  
Legitimerad  
specialistsjuksköterska  
ambulanssjukvård,  
professor (forskare)



**Kristofer Årestedt**  
Legitimerad  
specialistsjuksköterska  
intensivvård, professor  
(forskare)

## Medverkande forskare



**Per Nordberg**  
överläkare inom  
hjärtsjukvård och  
docent (forskare) vid  
Karolinska Institutet.



**Erik Blennow  
Nordström**  
legitimerad psykolog, oc  
medicine doktor  
(forskare) vid Lunds  
universitet



**Katarina Heimborg**  
legitimerad  
specialistfysioterapeut  
och medicine doktor  
(forskare) vid Lunds  
universitet



**Gisela Lilja**  
legitimerad  
arbetsterapeut och  
docent (forskare) vid  
Lunds universitet

## Experter som bidragit med kunskap, material och faktagranskning

**Mats Pettersson**  
överläkare inom hjärtsjukdomar

**Johan Herlitz**  
överläkare och forskare inom  
hjärtstopp

**Marianne Björegren**  
dietist inom hjärtsjukdomar

**Marie Lindgren**  
överläkare inom rehabmedicin

**Annika Landewall**  
legitimerad sjuksköterska,  
distriktsköterska och rehabkoordinator

**Lars Hermansson**  
sjukhuspastor

**Gunilla Edholm**  
legitimerad sjuksköterska, medlem HLR  
rådet

**Anne Eriksson**  
specialistsjuksköterska intensivvård,  
doktorand

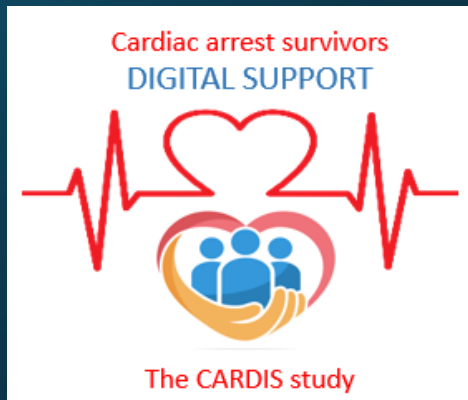
**Carina Svenlin**  
specialistsjuksköterska hjärtsjukvård

**Patrik Hellström**  
universitetsadjunkt, doktorand

**Nina Carlsson**  
universitetslektor

**Pär Källén**  
specialistsjuksköterska  
ambulanssjukvård

**Magnus Nilsson**  
specialistsjuksköterska  
ambulanssjukvård



# CARDIS- studien

- I forskningsprojektet har vi utvecklat ett webbaserat stödprogram som komplement till sjukvårdens uppföljning, som testas i en RCT-studie.
- Stödprogrammet har utformats tillsammans med hjärtstoppsoverlevare och medicinska experter och innehåller texter, föreläsningar, patient- och anhörigberättelser, filmer, bilder och länkar. Det innehåller även praktiska övningar och stöd för att reflektera över sin egen hälsa och återhämtning.
- Stödprogrammet inkluderar också ett chattforum lett av vårdpersonal.



## Välkommen till Hjärtstoppsoverlevare.se

Det här digitala stödprogrammet är skapat för dig som har överlevt ett plötsligt hjärtstopp – och för dem som står dig nära. Här hittar du kunskap, vägledning och stöd för att förstå vad som hänt, hantera känslomässiga och fysiska utmaningar, och hitta vägar framåt i livet efter hjärtstoppet. Innehållet bygger på forskning och är framtaget av vårdpersonal och forskare med lång erfarenhet. Du kan ta del av stödprogrammet i din egen takt – lära, reflektera och få verktyg för din återhämtning. Välkommen att börja där du befinner dig just nu.



### Om Hjärtstopp

Ett hjärtstopp förändrar allt på några sekunder. Här får du hjälp att förstå vad som händer och vilka orsaker som är vanliga. Du får också veta mer om den vård och uppföljning som brukar



### Livet efter hjärtstopp

Efter ett hjärtstopp kan både kroppen och livet kännas annorlunda. Här tas vanliga reaktioner, tankar och känslor upp – liksom utmaningar kopplade till trötthet, smärta, sömn, närhet och



### Återhämtning

Återhämtning efter ett hjärtstopp tar tid och ser olika ut för varje person. Här får du stöd att hantera förändringar, lyssna till kroppens signaler och gradvis hitta tillbaka till en vardag som



### Stöd till omgivningen

Ett hjärtstopp drabbar inte bara den som blir sjuk – det påverkar också familj, vänner och andra i närheten. Här finns stöd för dig som är anhörig, efterlevande eller har bevittnat ett hjärtstopp.

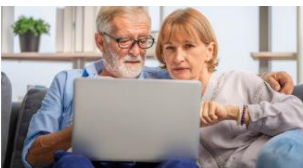
[Läs mer](#)



### Filmer

Här har vi samlat korta filmer från stödprogrammets olika delar – till exempel om vad som händer i ambulansen och på sjukhuset, känslomässiga reaktioner, kognitiva svårigheter och nätverksstöd. Du hittar också filmer där överlevare och närstående delar med sig av sina erfarenheter.

[Se filmer](#)



### Länkar

Här har vi samlat länkar till externa webbsidor och artiklar där du kan hitta tillförlitlig information såsom 1177.se, Riksförbundet HjärtLung, Svenska rådet för hjärtlungräddning, och Hjärt-Lungfonden.

[Läs mer](#)



### Hur du navigerar i stödprogrammet

Stödprogrammet består av fyra textmoduler med olika teman samt två moduler med filmer och länkar. Varje modul innehåller flera delar med fördjupat innehåll. Längst ner på sidan finns information om forskargruppen bakom Hjärtstoppsoverlevare.se och en ordlista som förklarar vanliga ord i stödprogrammet.

[Läs mer](#)



### Om Hjärtstoppsoverlevare.se

Detta stödprogram har utvecklats för – och tillsammans med – hjärtstoppsoverlevare, i samarbete med Riksförbundet HjärtLung. Projektet drivs av forskare vid Linköpings universitet tillsammans med forskare vid Linnéuniversitetet i Kalmar, Lunds universitet och Karolinska institutet. Här kan du läsa mer om forskningen bakom projektet.

[Läs mer](#)



The CARDIS study

### Om stödprogrammet

[Hur du navigerar i stödprogrammet](#)

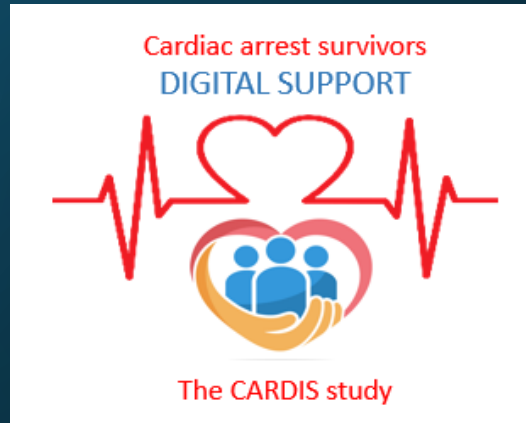
[Om Hjärtstoppsoverlevare.se](#)

[Ordlista](#)

[Kontakta oss](#)

[Om kakor \(cookies\) »](#)  
[Vår dataskyddspolicy »](#)

[www.hjartstoppsoverlevare.se](http://www.hjartstoppsoverlevare.se)



# RCT-studien

## **Syfte:**

Utvärdera det digitala stödprogrammets effekter avseende allmänt välbefinnande, livskvalitet, kognition, livstillfredsställelse, ångest och depression, posttraumatisk stress, uttalad trötthet (fatigue) och sömn.

## **Primär hypotes:**

Tillgången till ett digitalt stödprogram – som komplement till sedvanlig vård – förbättrar signifikant det psykiska välbefinnandet jämfört med en kontrollgrupp.

## **Sekundär hypotes:**

Tillgången till ett digitalt stödprogram – som komplement till sedvanlig vård – förbättrar signifikant livskvalitet, kognition, livstillfredsställelse, symptom på ångest och depression, posttraumatisk stress, fatigue och sömn jämfört med en kontrollgrupp

# In- och exklusionskriterier

## Inklusionskriterier:

Deltagarna ska vara  $\geq 18$  år, ha överlevt ett hjärtstopp för 1-3 månader sedan, samt ha tillgång till en mobil, surfplatta eller dator med internetuppkoppling.

## Exklusionskriterier:

Bristande språklig eller kognitiv förmåga att ta del av en digital intervention och besvara enkäter utformade på svenska, samt deltagande i annan studie som omfattar insamling av PROM-data.



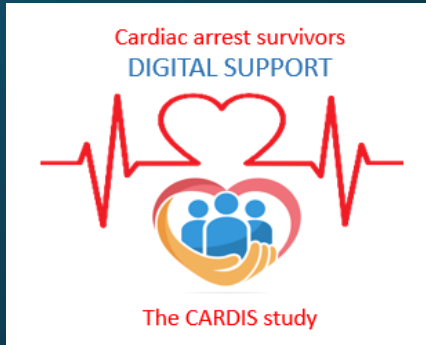


# Studiedesign

- Patienten får vid tre tillfällen, vid studiens början och efter 3 & 6 månader, fylla i en webbaserat enkät om hälsa och välbefinnande.
- Enkäten innehåller drygt 100 frågor och beräknas ta cirka 30 minuter att besvara.
- Patienten lottas till:
  - ✓ interventionsgrupp som får tillgång till programmet i 3 månader eller till
  - ✓ kontrollgrupp som får tillgång till ordinarie informationsmaterial och stöd från sjukvården.

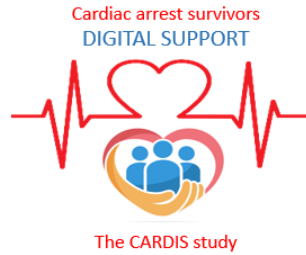


De som lottas till kontrollgruppen kommer efter 6 månader också erbjudas tillgång till det webbaserade stödprogrammet.

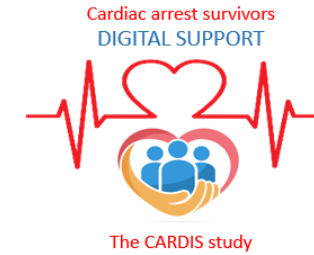


## Vad innebär det att delta i projektet?

- Studieteamet kommer ut till all kliniker som vill delta i studien och hjälper till med uppstart av hjärtstoppssuppföljning där det inte finns.
- Vid hjärtstoppssuppföljningen tillfrågas patienter på första besöket som bör vara inom ca en månad om de är intresserade av att delta.
- När patienten tillfrågats om intresse skriver ni in patienten i en loggbok.
- Ni delar ut skriftlig information om studien.
- Sedan kontaktar ni forskargruppen och uppger patientens kontaktuppgifter.
- **Någon ur forskargruppen kontaktar sedan patienten och gör därefter all uppföljning så studien ska inte belasta klinikkens sjuksköterskor.**



# Kontakta oss gärna!



## **Annette Waldemar**

Specialistsjuksköterska, medicine doktor, forskningskoordinator

Institutionen för hälsa, medicin och vård, Linköpings Universitet

Kardiologiska kliniken, Vrinnevisjukhuset, Norrköping

E-post: [annette.waldemar@liu.se](mailto:annette.waldemar@liu.se), [kontakt@hjartstoppsoverlevare.se](mailto:kontakt@hjartstoppsoverlevare.se)

Tel.nr: 076-939 95 88



## **Ingela Thylén**

Sjuksköterska, biträdande professor, projektansvarig forskare

Institutionen för hälsa, medicin och vård, Linköpings Universitet

Kardiologiska kliniken, Universitetssjukhuset, Linköping

E-post: [ingela.thylen@liu.se](mailto:ingela.thylen@liu.se)

Tel.nr: 010-103 21 80