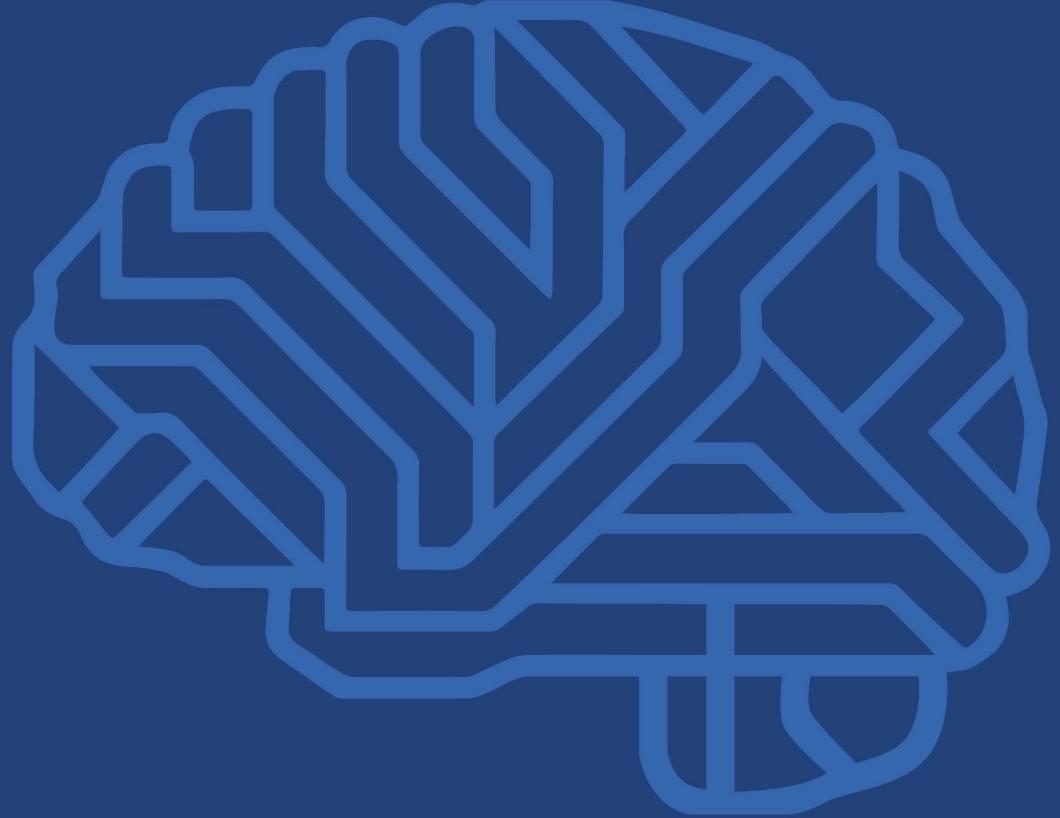
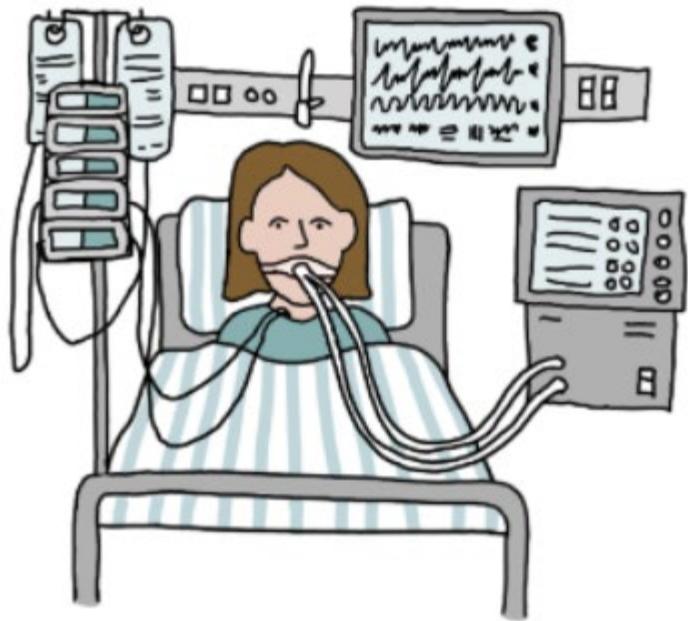
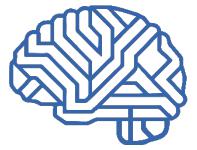
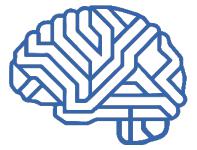


Katrine Astrup Sørensen  
PT, MSc, Ph.d. studerende  
Fysio- og Ergoterapi,  
Intensivt afsnit  
Aarhus Universitetshospital  
[katrs@rm.dk](mailto:katrs@rm.dk)





@Sygeplejestreger



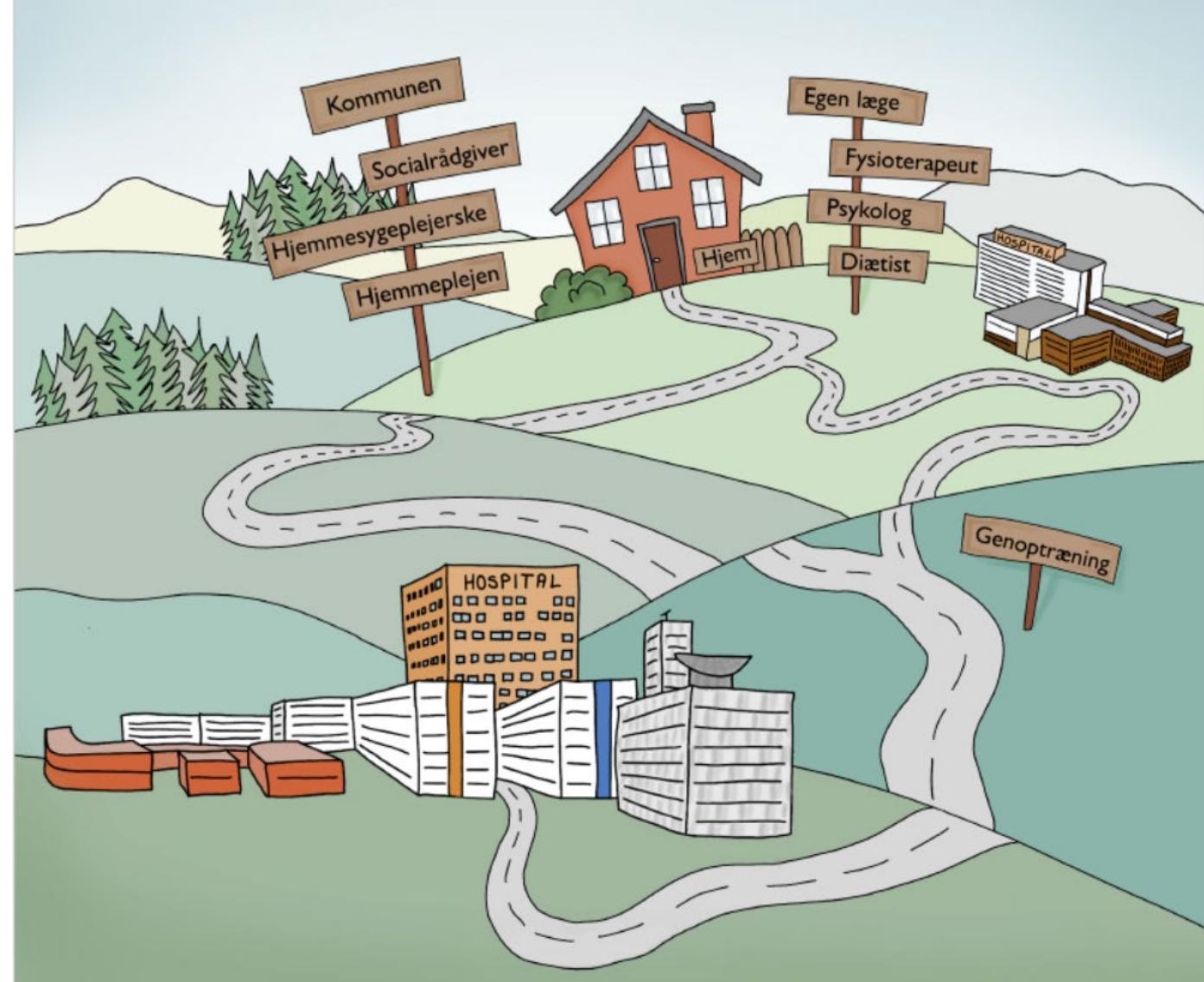
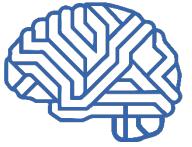
*“... Jeg har brug for hjælp og støtte, det ved jeg, men jeg vil ikke være en byrde for andre. Jeg får hjælp til at rehabiliter min krop, men ikke mit hoved. For at være ærlig er jeg ikke sikker på, hvordan...”*

Anette Alrø, PhD dissertation, 2024

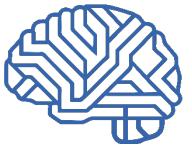


# Udvikling og evaluering af en kognitiv intervention til kritisk syge patienter under og efter intensivindlæggelse

# Baggrund

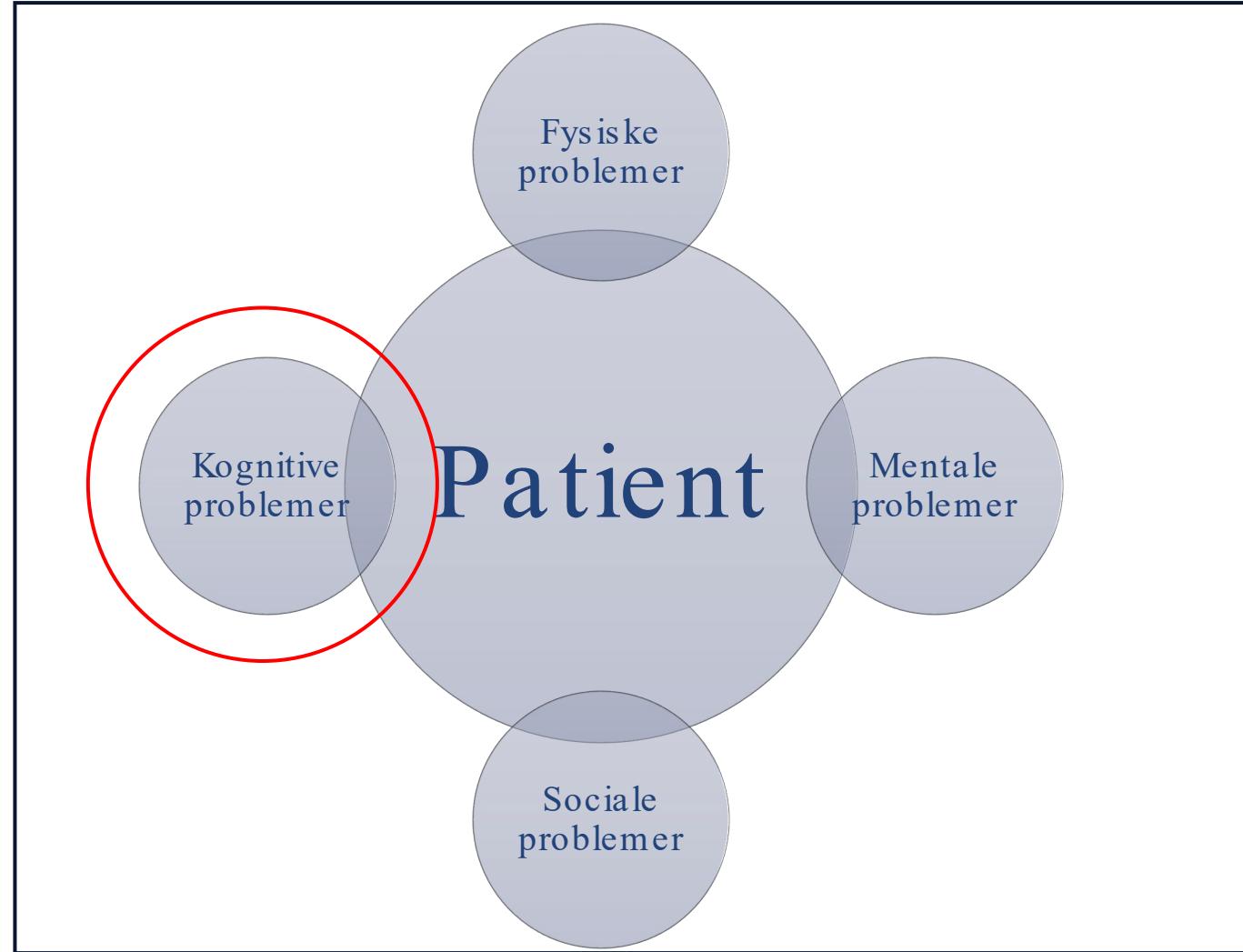


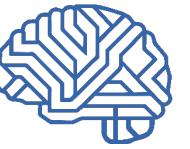
@sygeplejestreger



# Post Intensive Care Syndrome

↓  
Livskvalitet





# Hvad er problemet?

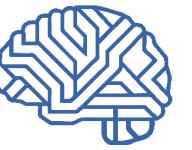
Prævalens 10%-100%  
(Honarmand 2024)



Hvornår og hvordan støtter  
vi patienterne bedst?



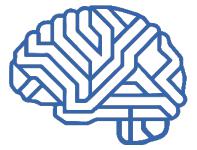
@sygeplejestreger



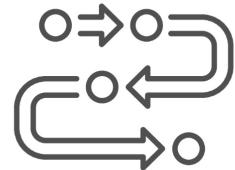
# Hvad gjorde vi så?



Videns grundlag

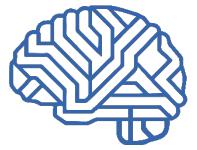


# Hvad gjorde vi så?

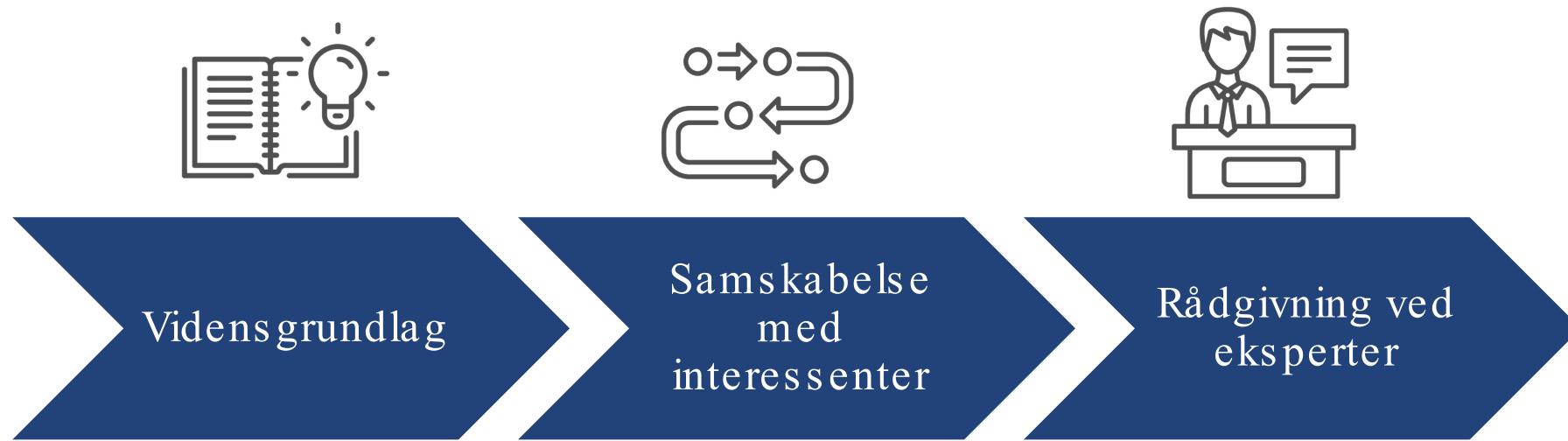


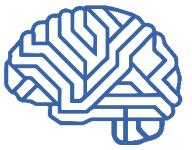
Videns grundlag

Samskabelse  
med  
interessenter

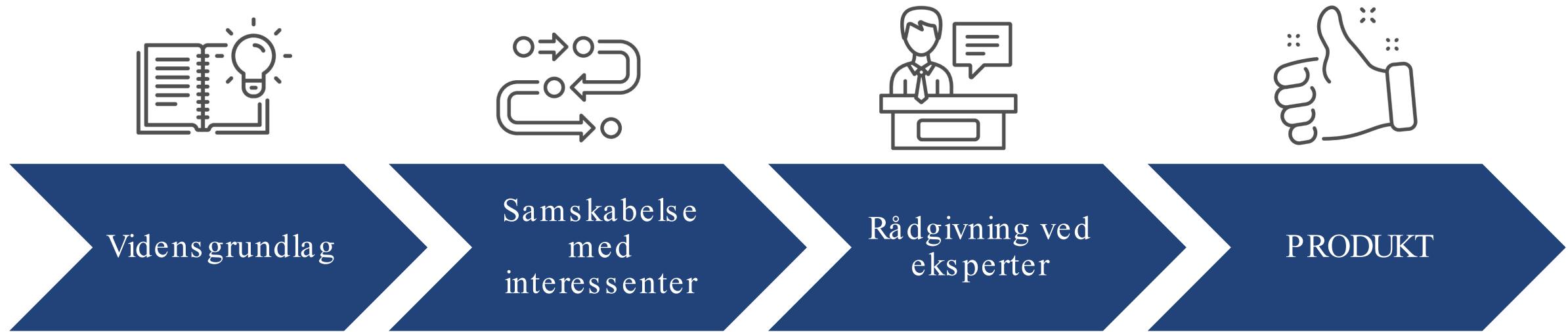


# Hvad gjorde vi så?

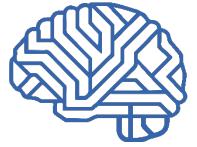




# Hvad gjorde vi så?



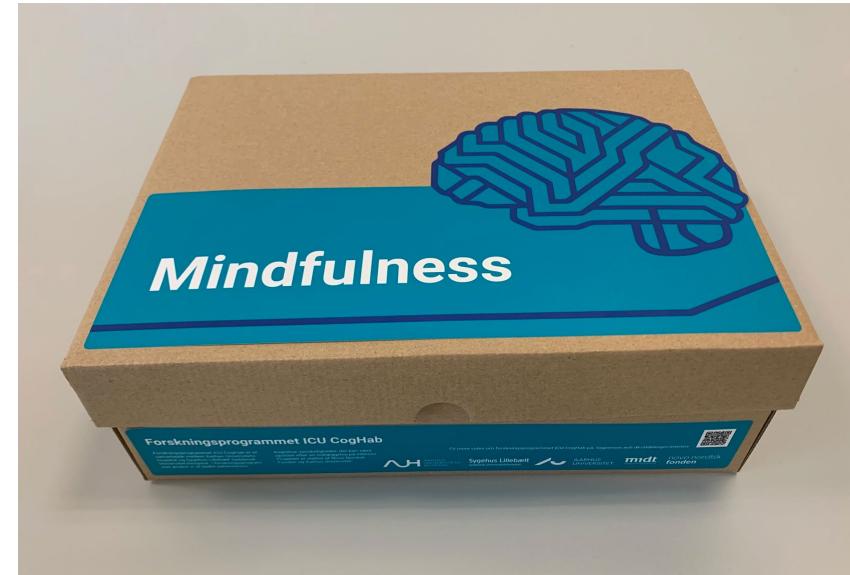
# Interventionerne



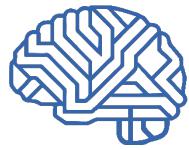
Hjernetræning



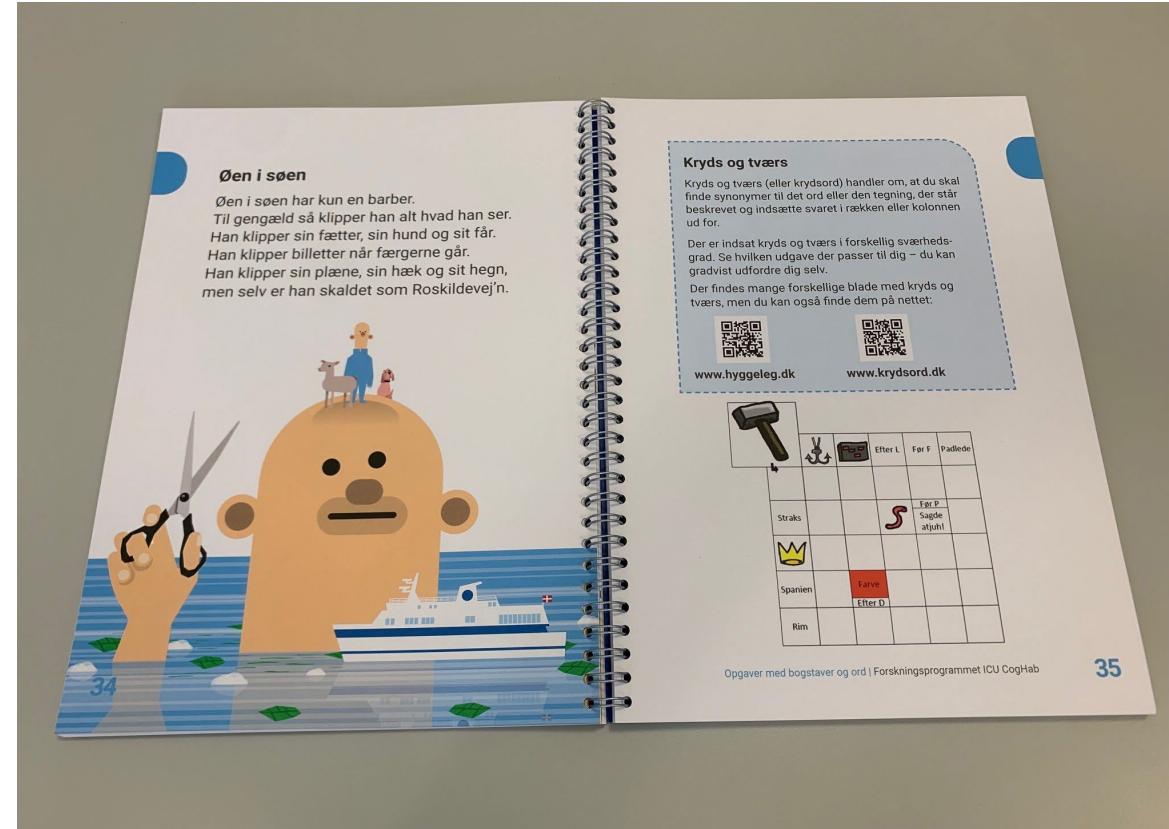
Mindfulness



# Interventionerne



## Hjernetræning



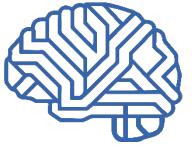


# Interventionerne

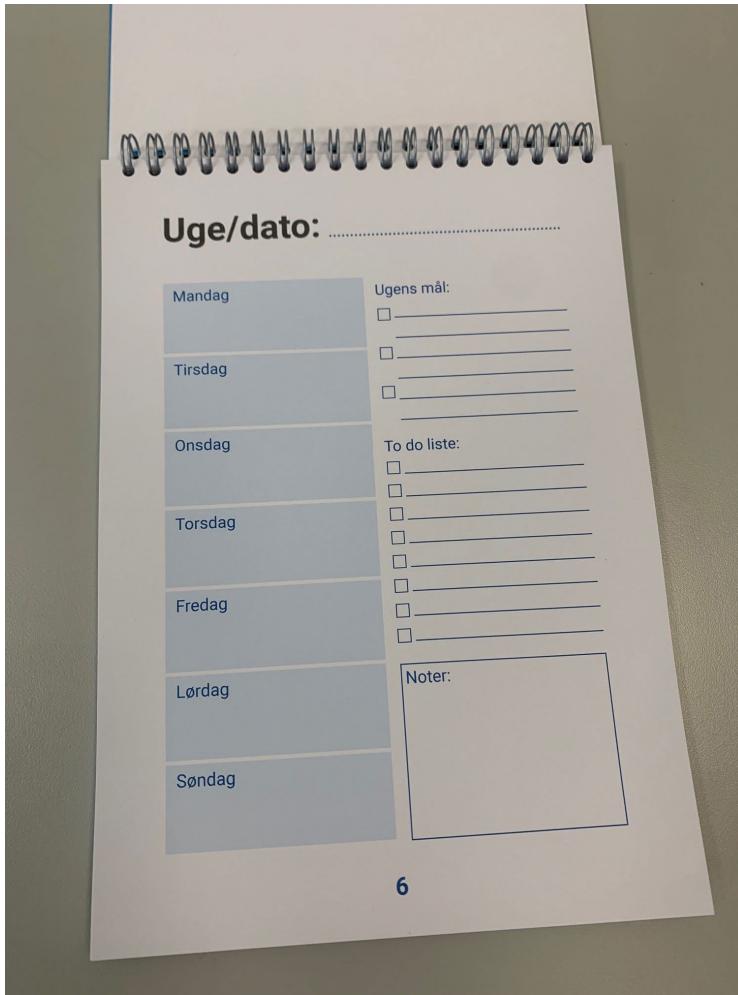
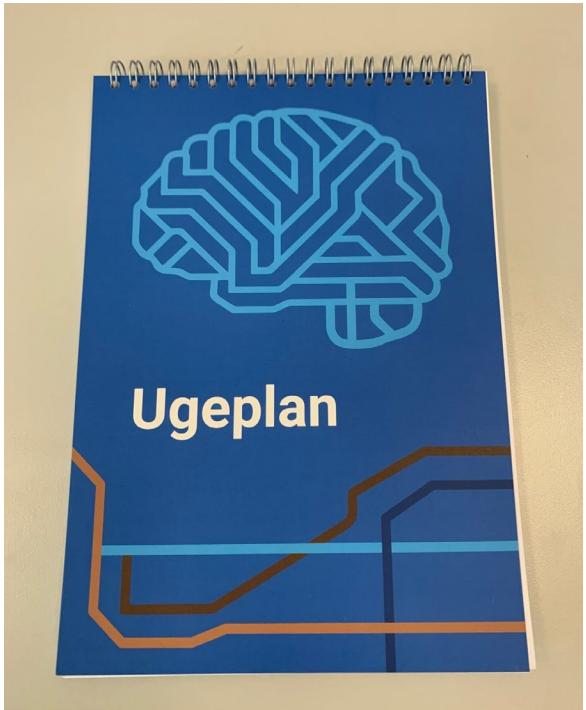
Hjernetræning



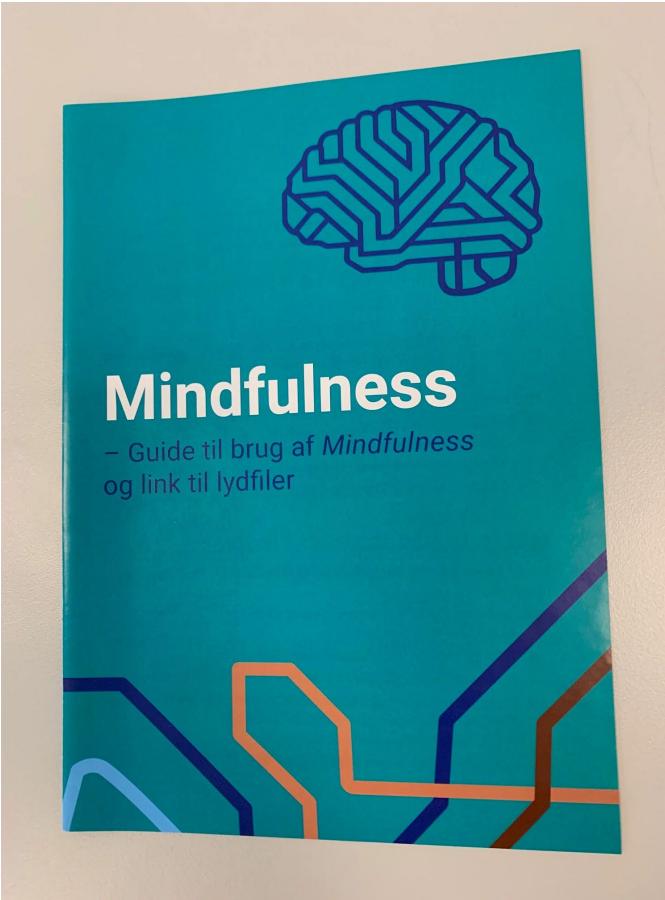
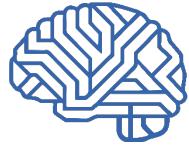
# Interventionerne



Hjernetræning



# Interventionerne



Mindfulness

**Mindfulness**

*Mindfulness er en form for meditation, hvor man øver sig i at være nærværende og have fuld opmærksomhed på sig selv og livet, som det udspiller sig lige nu. Mindfulness kan være en hjælp til at acceptere det, der sker omkring dig, som du ikke har mulighed for at ændre på. Det kan desuden være med til, at du kan finde ro i dit sind og din krop i de omgivelser, du er i.*

*Du kan under og efter indlæggelse på intensiv have mange tanker, der fylder. Der kan også være meget af det, der sker omkring dig, som du ikke selv har indbrydelse på. Det kan føles stressende at være i.*

**Ved at lytte til Mindfulness under og efter indlæggelse på intensiv, kan du opleve:**

- Mindre stress omkring det, du gennemgår.
- Mere accept af tingene, som de er.
- En mere positiv holdning til dig selv og ting omkring dig.

**Hjælp til håndtering af lydfiler**

*For at hente og afspille lydfilerne til Mindfulness, skal du gøre følgende:*

- Ønsker du links til lydfilerne tilsendt på en SMS, skriv da til tlf. 24 42 00 77.
- Eller du kan scanne QR-koderne på næste side.
- Lydfilerne kan nu afspilles på din telefon eller tablet.
- Du kan have lydfilerne liggende i din browser eller gemme dem i en arkivmappe på din telefon eller tablet (f.eks. under Arkiver på iPhone).
- Når lydfilen skal bruges, klikker du på "play" for at afspille.

**Lydfil 1**  
**Kærligt åndedræt**  
(Indtalt af en mand)

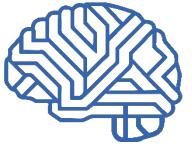
**Lydfil 2**  
**Kærligt åndedræt**  
(Indtalt af en kvinde)

**Lydfil 3**  
**Body scan**

**Lydfil 4**  
**Beroligende berøring**

Four QR codes, each corresponding to one of the four audio files mentioned in the booklet.

# Interventionerne



Mindfulness





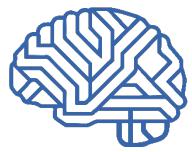
# Interventionerne

Hjernetræning

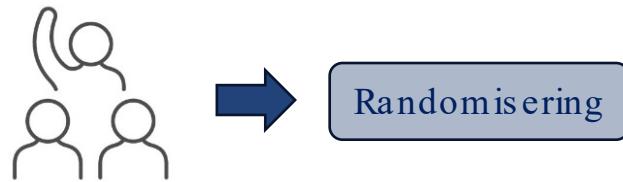
Mindfulness



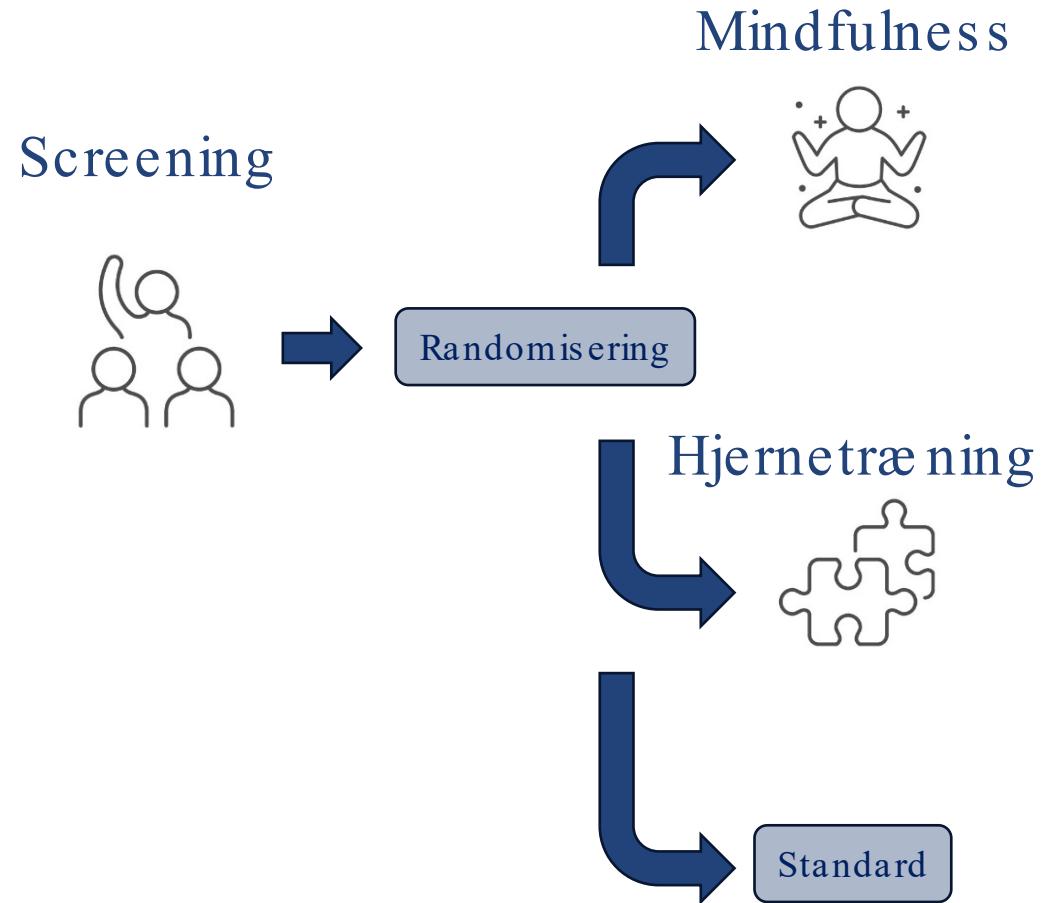
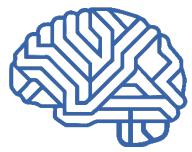
# Randomiseret feasibility studie



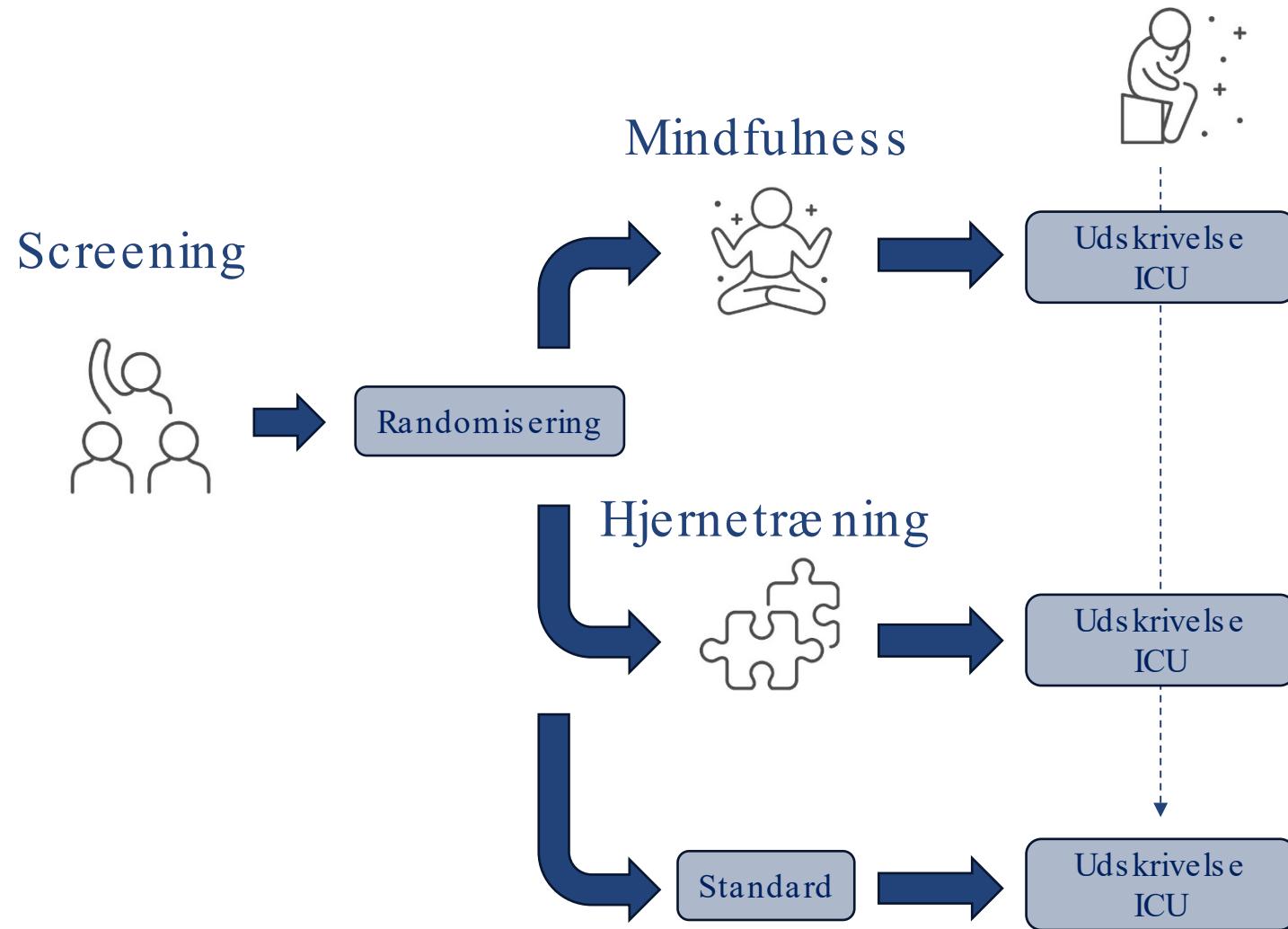
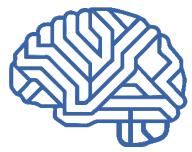
## Screening



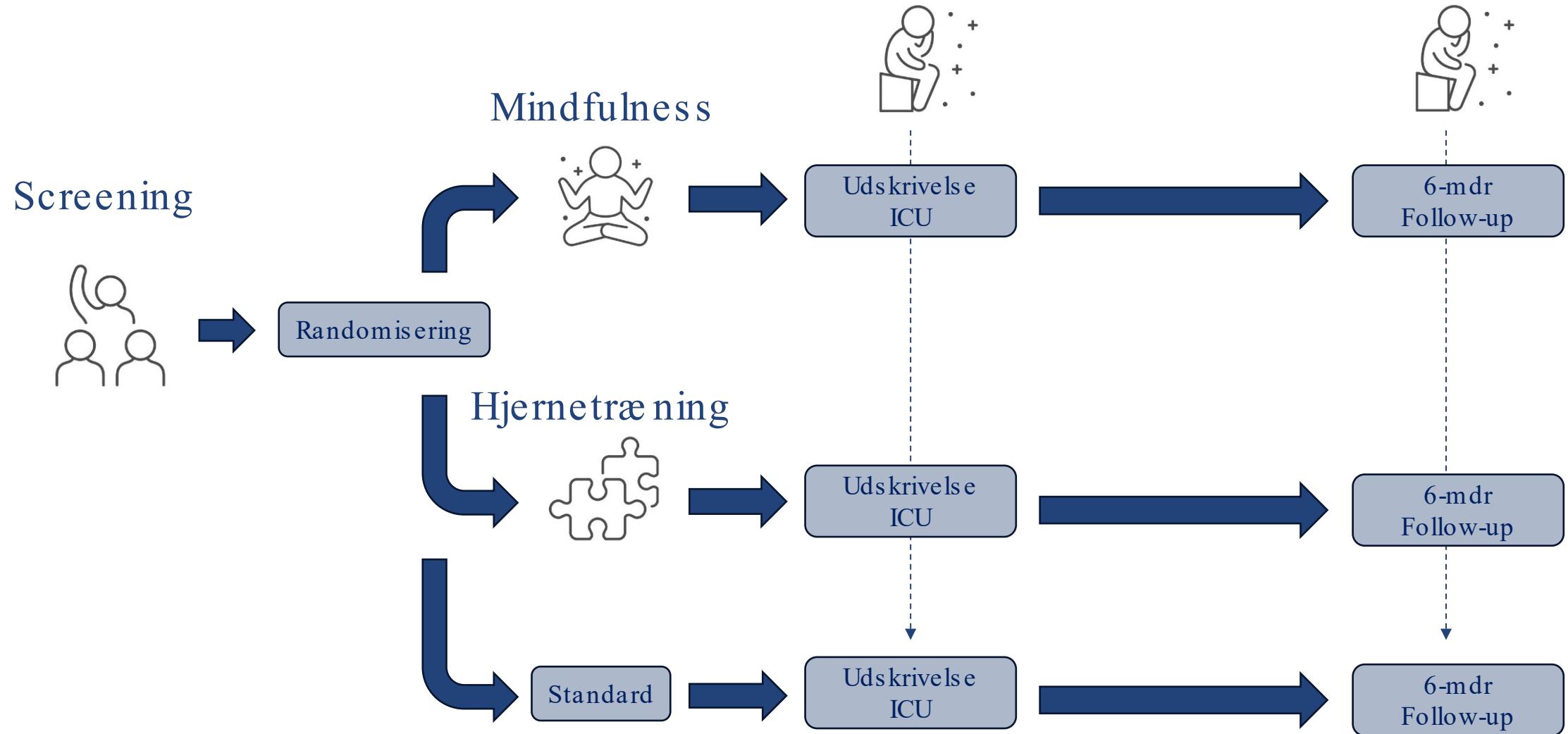
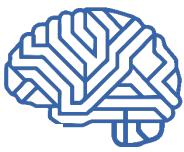
# Randomiseret feasibility studie



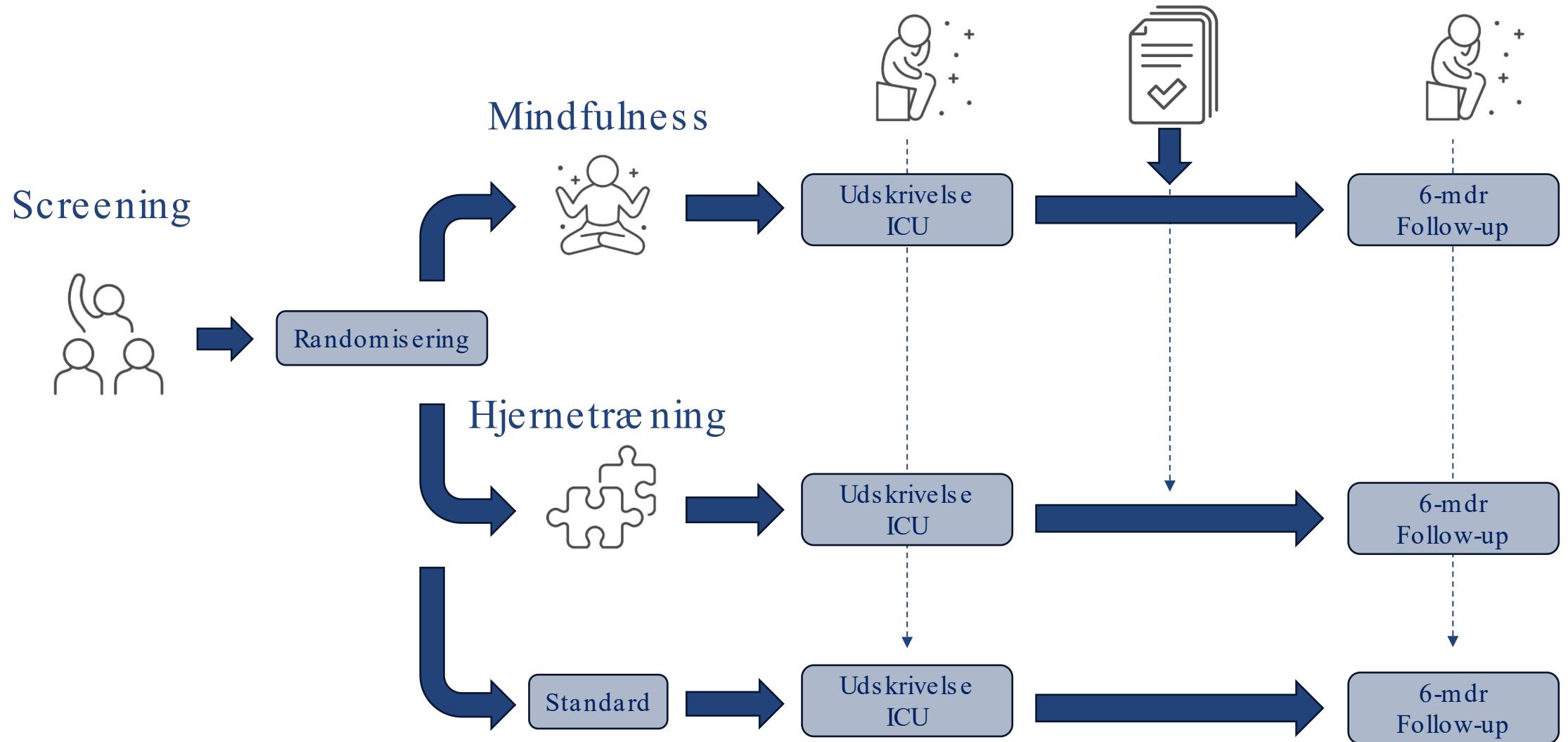
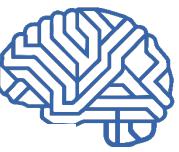
# Randomiseret feasibility studie

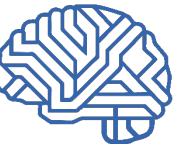


# Randomiseret feasibility studie

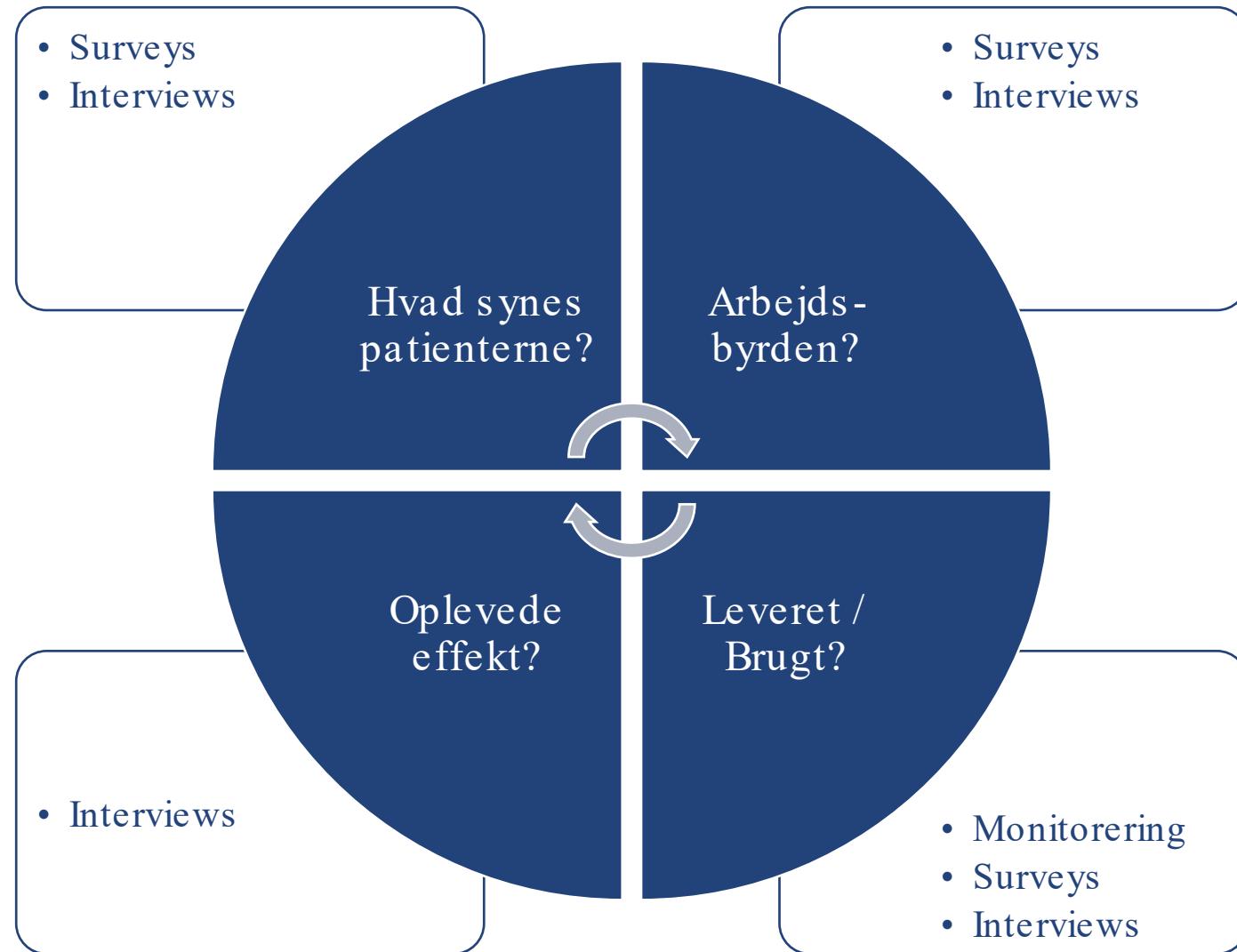


# Randomiseret feasibility studie





# Evalueringssmetoder



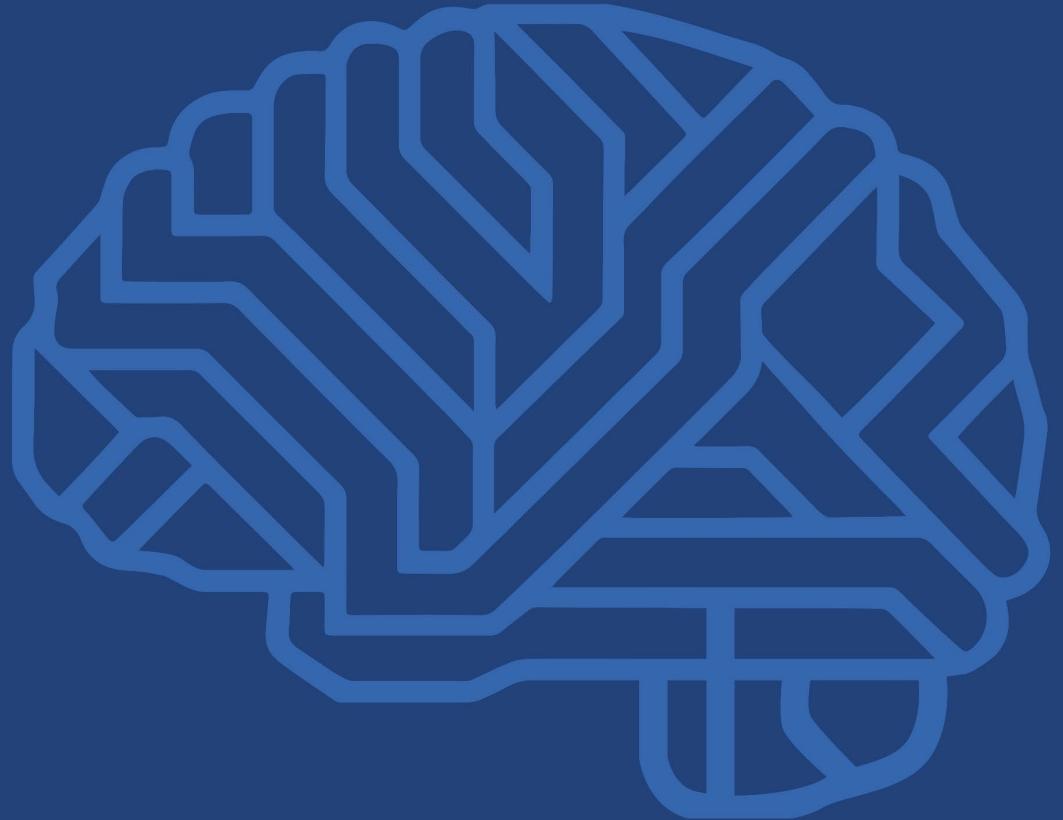


# Næste skridt



1. Tilpasser intervention (indhold, levering/brug, dosis, eller lignende)
2. Teste effekt / Implementere

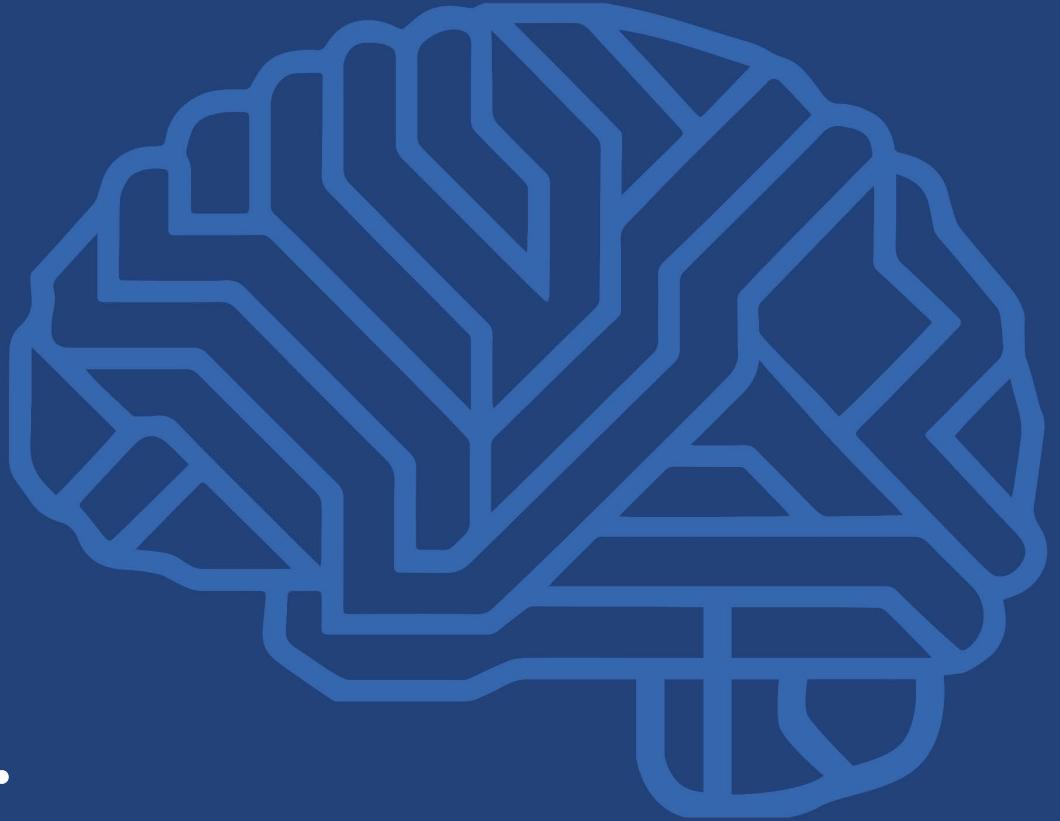
# Tusind tak



Kontakt:

Katrine Astrup Sørensen  
[katrs o@rm.dk](mailto:katrs o@rm.dk)

# EKSTRA SLIDES....



# Design and plan

- Randomized Clinical Feasibility Trial
- Inklusion fra:  
Juni 2024 - Juni 2025

