

Motivation til træning, træningsfastholdelse og facilitering til selvtræning



Regionshospitalet
Horsens

Simon Bruntse Andersen

Stifter & Adm. Direktør

61 68 35 68

simon@syncsense.io

Se mere www.syncsense.io

Annette Meineche Jørgensen

Fysioterapeut på Kirurgisk Sengeafsnit

Regionshospitalet Horsens



Johnson & Johnson Innovation

Awardee in the NAM Healthy Longevity

QuickFire Challenge



Fysisk inaktivitet og social isolation er et ignoreret og globalt problem

I en tid hvor den ældre generation vokser drastisk og presset på personaleressourcerne stiger dag for dag – stiger behovet også for at nytænke velfærd og måden vi skaber nye løsninger på.



Ældre patienter og borgere tilbringer op til **98%** af tiden hver dag, fysisk inaktive under deres indlæggelse eller ophold.



Alene i Danmark forårsager fysisk inaktivitet blandt ældre årligt mere end **50.000** unødvendige indlæggelser og genindlæggelser.



Behandlingen og pleje af fysisk inaktivitet koster årligt det danske samfund **5** milliarder kroner.



Fysisk inaktivitet forårsager årligt mere end **5.000** dødsfald

Problemet er paradoksalt

idet sundhedsvæsenet har investeret i masser af forskelligt træningsudstyr til at facilitere fysisk aktivitet. Eksisterende træningsudstyr bliver desværre ikke udnyttet godt nok – af de simple grunde:

- det er **for kedeligt** og der er **for lidt fokus/ressourcer**, når det kommer til træning og mobilisering.

Vores mission



er at udvikle og tilbyde evidens-baseret VR-terapi til forebyggelse og behandling af institutions-/hospitalsbetingede komplikationer ved sengeleje, lav fysisk aktivitet og alderdom.

Vores vision

er at fremme fysisk aktivitet og natur i sundhedsvæsenet og bringe det til de mennesker, som har mest brug for det.





Målgruppen:

- 1) Ældre med funktionsnedsættelse eller let til moderat demens m.fl.
- 2) Mennesker med fysiske, psykiske handicap, hjerneskade m.fl.

Særligt egnet til:

- Inaktive, umotiverede, isolerede, ensomme, ængstelige, depressive, sengeliggende og faldtruede borgere.

Tilbydes i dag på hospitaler, midlertidige rehabiliteringspladser, plejcentre og bo- og neurorehabiliteringscentre.
-VR-løsningen tilbydes som et supplement og udføres med/uden supervision.



VR-løsningen tilbyder både *aktiv* og *passiv* VR-træning



Aktiv VR-træning

foregår i kombination med træningsudstyr/sensor og kan virke som:

- Motivation til træning,
- træningsfastholdelse
- og kan facilitere til selvtræning.



Passiv VR-træning

foregår uden træningsudstyr/sensor og kan virke som:

- Adspredelse,
- beroligende
- og sanseintegration.



SYNCSENSE

Midlertidige rehabiliteringspladser

(1.5 min)

Video DEMO
Klik HER

Plejecenter

(1.5 min)

Video DEMO
Klik HER



SYNCSENSE



SYNCSENSE

Bo- og neurorehabiliteringscenter

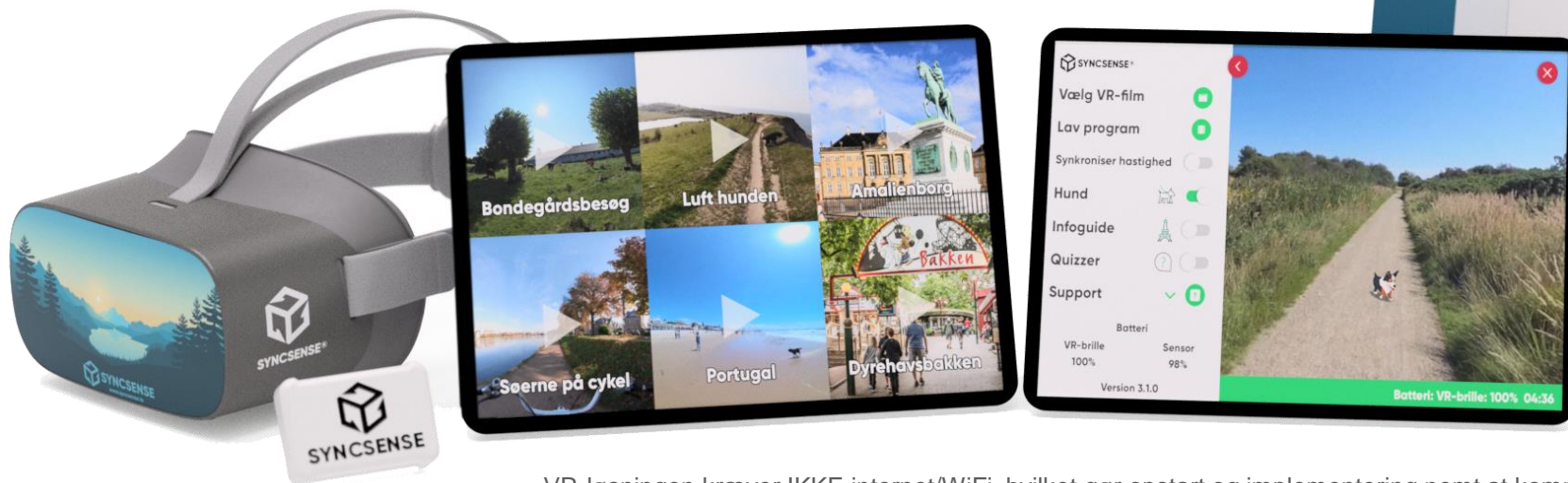
(1.5 min)

Video DEMO
Klik HER

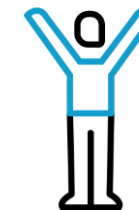
Hvad består SYNCSENSE® VR-løsningen af?

- 1) En eller flere VR-briller, bevægelsessensorer og tablets (inkl. SYNCSENSE® software/app).
- 2) Adgang til alle +100 specialdesignede VR-film/spil bibliotek.
- 3) Lokale VR-film kan skræddersys.
- 4) Adgang til et data compliance web modul, hvor brugen af VR-løsningerne løbende kan monitoreres.
- 5) Implementeringsservice og fuld support.
- 6) Løbende tekniske opdateringer/forbedringer.

Alle kan betjene
vores 1-klik-and-play
VR-løsning



VR-løsningen kræver IKKE internet/WiFi, hvilket gør opstart og implementering nemt at komme i gang med.



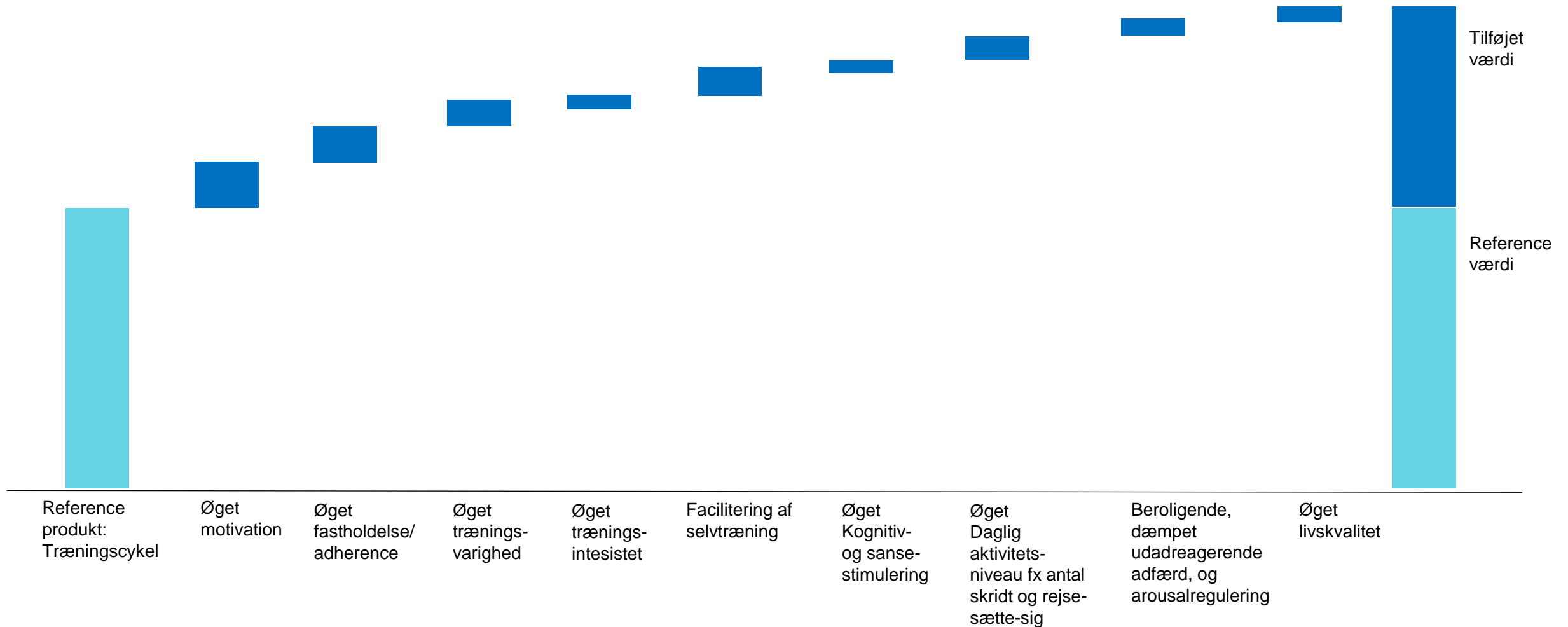
Glade kunder

Mere end **30** danske kommuner, regioner og private sundhedsaktører løfter allerede kvaliteten af plejen og rehabiliteringen for deres ældre og mennesker med handicap ved brug af vores VR-løsning.

- ✓ **Hospitaler**
- ✓ **Midlertidige pladser**
- ✓ **Plejecentre**
- ✓ **Bosteder**
- ? **Udforsker pt. hjemmeplejen og børn/unge**

Dette er vores værdiskabelsesdiagram: Vi udbygger løbende evidensen igennem samarbejde og dokumenterer direkte og afledte effekter

VR-løsningen tilføjer direkte og afledte effekter og skaber en øget merværdi



Siden idéen til SYNCSENSE startede i 2018, så har vi udviklet, testet og afprøvet VR-løsningen med mere end 30 danske kommuner, regioner, private sundhedsaktører og -udenlandske (se listen her: www.syncsense.io/partnere). Vi har gennemført 2 kliniske RCT-studier og mere end 20 pilot-studier i samarbejde med hospitaler, midlertidige rehabiliteringspladser, plejecentre og bo- og neurorehabiliteringscentre (se listen her: www.syncsense.io/evidens)

Natur og fuglesang i VR motiverer til træning, træningsfastholdelse og faciliterer til selvtræning – øger potentielt selvhjulpenhed og frigiver personaleressourcer



SYNCSENSE® VR-løsning øger livskvalitet

I et klinisk RCT-studie [1] har vi dokumenteret at VR-løsningen kan øge livskvaliteten signifikant. Vores ambition er, at træning i et VR-baseret naturmiljø med fuglesang kan være med til at løfte livskvaliteten med 20% for de patienter/borgere, som ikke ellers kan komme 'ud' af forskellige årsager.



Motivation øger fysisk aktivitetsniveau

Vores ambition er at 15 minutters træning i et VR-baseret naturmiljø med fuglesang vil øge den enkeltes generelle fysiske aktivitetsniveau med 30 minutter pr. dag. Patienten/borgeren vil efter interventionen opleve signifikant forøget livskvalitet [1], og vil træffe flere sunde og aktive beslutninger.



Frigiver personaleressourcer og sparer penge

I et klinisk RCT-studie [1] har vi dokumenteret at VR-løsningen er god til at facilitere selvtræning og kan reducere arbejdsbyrden i forbindelse med træning signifikant. Vores ambition er at frigive personaleressourcer og at de ældre opnår et reduceret behov for hjælp svarende til en gevinst på 40 – 45 timer pr. patient/borger pr. år.



Træning og natur forkorter indlæggelsestid

Et dansk studie [2] har vist at 15-20 minutters superviseret træning kan forkorte indlæggelsestiden med 20%. Andre studier har vist at natur [3] og fuglesang [4] kan forkorte indlæggelsestiden, nedbringe forbruget af smertestillende medicin, samt lindre negative følelser. Vores ambition er at VR-løsningen skal kunne simulere effekterne og dermed forkorte indlæggelsestiden med op til 20%.

1. Povlsen, S., Dela, F., and Suetta, C. (2021). Virtual Reality cycling exercise for elderly inpatient rehabilitation: an exploratory RCT. Abstract published at the research day for Danish Association for Geriatrics and Rehabilitation International World Congress.
2. Oestergaard, A. S., Mathiesen, M. H., Karlsen, A. et al. (2018). In acutely admitted geriatric patients, offering increased physical activity during hospitalization decreases length of stay and can improve mobility. Translational Sports Medicine 1, no. 1: 46-53.
3. Ulrich S. R. (1984). View through a Window May Influence Recovery from Surgery. Science 224.
4. Hammoud, R., Tognin, S., Burgess, L. et al. (2022). Smartphone-based ecological momentary assessment reveals mental health benefits of birdlife. Sci Rep 12, 17589.

**Introduktion til et testforløb på
Regionshospitalet Horsens, hvor
VR-understøttet træning er blevet afprøvet**

Brugen af VR på Regionshospitalet Horsens

3 måneders testforløb på Kirurgisk Sengeafsnit.

2 terapeuter til at varetage testforløb.

1 VR + cykel til rådighed på afdelingen.

Måleparametre

1. Brugervenligt: Er VR-løsningen brugervenlig nok for personalet at igangsætte?
1. Aktivitet: Bliver VR-løsningen brugt som et add on til træning eller erstatning for anden træning?
1. Værdi for patienter: Skaber VR værdi for patienterne?

Resultater

- 64 træningssessioner fordelt på 29 patienter.
- Af 29 patienter er der kun 2 patienter som ikke ønsker VR træning igen.
- For 28 patienter var VR træning et "add-on" og ikke en erstatning for anden aktivitet.

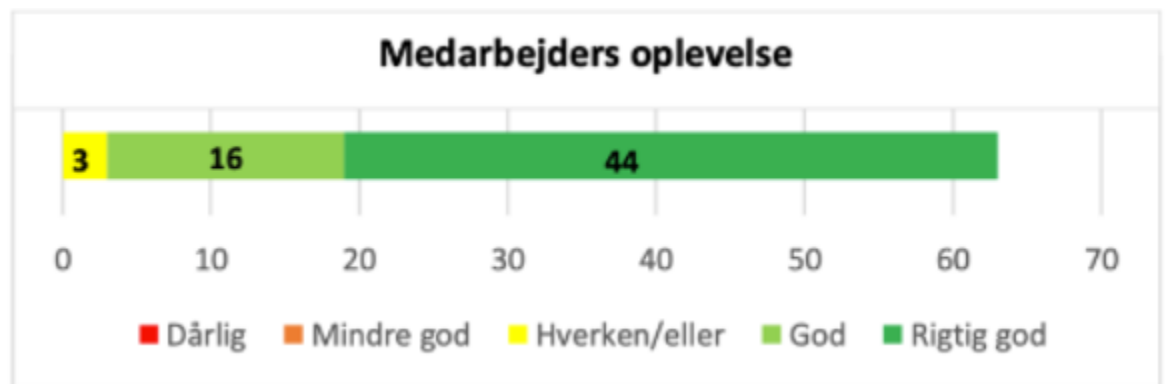
64 træningssessioner fordelt på patientgrupper:

- 34 sessioner for selvhjulpne patienter (Gnm-snitlig tr.tid på 15 min).
- 17 sessioner for delvis selvhjulpne (Gnm-snitlig tr.tid på 13 min).
- 13 sessioner for immobile (Gnm-snitlig tr.tid på 18 min)

Testresultater af måleparameteret ”brugervenlighed”

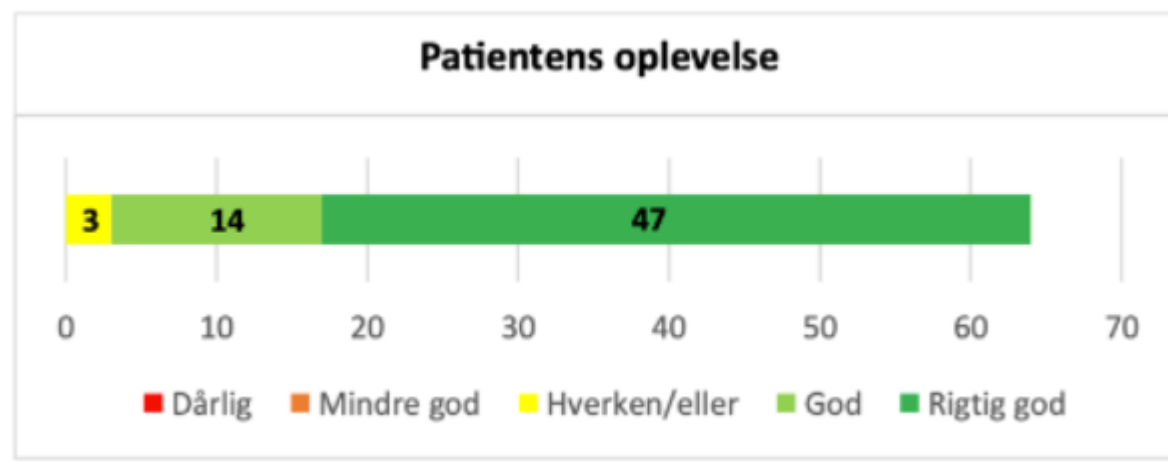
Løsningen anses som meget brugervenlig.

Medarbejdernes oplevelse ved brugen af løsningen er i 95 pct. af træningssessionerne blevet vurderet som god eller rigtig god.



Testresultater af måleparameteret "værdi for patienterne"

Udfyldelsen af registrerings-skema viser at patientoplevelsen har været god eller rigtig god i 61 ud 64 træningssessioner (95 %).



De selvhjulpe/delvis selvhjulpe patienter som anvender VR i kombination med træningscykel bliver fastholdt i træningen i længere tid end hvad vi normalt oplever.

De immobilie patienter som anvender VR uden træningscykel får en pause fra sygdom og hospitalsindlæggelse.

Gode erfaringer for at opnå bedst testforløb.

Ansvar for en opstart/test skal være på få hænder. Vigtigt at nogen tager ansvar og derved ikke spredes på mange hænder i opstart.

Vigtigt med en målsætning om forløb for at øge incitament for at afprøve selvom man måske tvivler på resultat.

Motivation til træning, træningsfastholdelse og facilitering til selvtræning



Regionshospitalet
Horsens

Simon Bruntse Andersen

Stifter & Adm. Direktør

61 68 35 68

simon@syncsense.io

Se mere www.syncsense.io

Annette Meineche Jørgensen

Fysioterapeut på Kirurgisk Sengeafsnit

Regionshospitalet Horsens

SPØRGSMÅL?



Johnson & Johnson Innovation

Awardee in the NAM Healthy Longevity

QuickFire Challenge



FINALIST
2022



© SYNCSENSE 2023
All Rights Reserved