

PEP-fløjte instruktion – en ydelse på apotek

Netværk for Udvikling af Apotekspraksis - hjælper de danske apotekere med at udvikle apoteket til gavn for borger og samfund.

Indhold

Formål:	3
<u>Problemstillinger:</u>	3
<u>Målgruppe for ydelsen:</u>	3
<u>Eksklusionskriterier for målgruppen til ydelsen:</u>	3
<u>Metode</u>	3
<u>Resultater</u>	4
<u>Diskussion</u>	7
<u>Konklusion</u>	7
<u>Formidling</u>	8
<u>Perspektivering:</u>	8

Forfattere:

Lisbeth Haagen (Aarhus Åbyhøj Pharmacy)

Lone Søndergaard (Aarhus Viby Pharmacy)

Pernille Jørgensen (Rødding Pharmacy)

Sara Elgaard Frantzen (Research & Development, Pharmakon)

Baggrund

PEP-fløjten tilbydes i dag til en række af patienter med lungelidelser. Det inkluderer både KOL-patienter, astma-patienter samt patienter med senfølger efter Covid-19. (1)

Ifølge Sundhedsstyrelsen lever omkring 320.000 danskere med KOL. Astma ses hos 7-10 % af befolkningen (2, 3)

Litteraturstudie har vist, at der kun findes begrænset opmærksomhed på området om brugen af PEP-fløjte; både inden for forskning og sundheds- og forebyggelsesområdet (4).

En undersøgelse fra 2021 viser, at brugen af PEP-fløjte vil kunne reducere antallet af indlæggelser i forbindelse med smitte med COVID-19. Undersøgelsen fremhæver, at der er behov for vejledning i anvendelse af PEP-fløjten samt oplister fordelene ved at bruge en PEP-fløjte i forbindelse med infektioner i luftvejene (4).

Et andet studie med 80 patienter dokumenterede, at brugen af PEP-fløjte var med til at forebygge udvikling af lungebetændelse (5).

Den seneste forskning tyder på, at brugen af PEP-fløjte, med få midler, kan have stor social betydning for den enkelte borger med lungesygdom (6).

Apotekspersonalet (herefter refereret til som personalet) på landets apoteker møder patienter, der kommer fra den praktiserende læge eller ambulatorier, med en besked om at skulle købe en PEP-fløjte til træning af lungemuskulaturen, løsne slim samt træne vejrtrækning. De seneste år møder personalet også patienter, der har fået kendskab til brugen af PEP-fløjte via deres venner eller familie. Kundens udgifter til anskaffelse af en PEP-fløjte samt tilhørende modstande ligger i størrelsesordenen 100-150 kr. (7) Apotekerforeningen arbejder på at sikre mere lige adgang til sundhed i hele landet, da apotekerne er en central del af det nære og sammenhængende sundhedsvæsen (8). Apotekerne skal, jf. Bekendtgørelsen om apoteker og sygehusapotekers driftsforhold, yde relevant og nødvendig information og rådgivning om lægemidler tilpasset borgerens behov, herunder rådgivning om egenomsorg. Apotekerne tilbyder tre specifikke sundhedsydelser, som er relevante for borgere med en luftvejslidelse: "Medicinsamtale", "Compliancesamtale" og "Tjek på inhalation". Der kræves ikke henvisning til ydelserne, og de er gratis for borgeren (9).

Apoteket har i dag ikke tilstrækkelig viden til at vejlede kunden i hvilken modstand, kunden skal bruge i PEP-fløjten, da det kræver en specialviden, som i dag er forbeholdt sygeplejersker eller fysioterapeuter med efteruddannelse indenfor lungeområdet. Derudover mangler personalet viden om hvilke patienter, der ikke skal tilbydes en PEP-fløjte grundet kontraindikationer.

I efteråret 2023 vedtog folkettinget en lov, der skal løfte sundhedsområdet med tilbud til de kronisk syge borgere ude i kommunerne. Til dette er der udarbejdet en række kvalitetsstandarder. Disse standarder rummer krav om, at kommunerne fremover tilbyder bl.a. afklarende samtaler og sygdomsmestring til kronisk syge borgere (10).

I flg. Sundhedsstyrelsen er der forskel på, hvem der deltager i forebyggelse og rehabilitering. Borgere med nedsat sundhedskompetence deltager sjældnere og falder oftere fra. Grunden til den manglende deltagelse kan fx dreje sig om adgang, kommunikation, fejl i overgangen mellem sektorer eller at nogle borgere ikke ser indsatsen som relevant (11).

Ved at implementere ydelsen på apoteket, vil personalets viden om PEP-fløjten blive styrket, og det vil lette adgangen til instruktion af brugen af PEP-fløjte for alle borgere.

Formål:

Formålet med projektet er at beskrive og pilotafprøve ydelsen ”PEP-fløjte instruktion”.

Problemstillinger:

1. Hvordan ser en ydelse med PEP-fløjte instruktion ud på apoteket?
2. Hvordan oplever apotekspersonalet at anvende materialerne og levere instruktionen i PEP-fløjte ydelsen?

Målgruppe for ydelsen:

Voksne over 18 år, der forespørger på køb af PEP-fløjte.

Det var ikke et krav til ydelsen, at kunden skulle være henvist fra læge eller andet sundheds-personale.

Eksklusionskriterier for målgruppen til ydelsen:

Børn 0-17

Patienter med kendskab til vand i lungerne blev udelukket fra undersøgelsen, da de var kontraindicerede i forhold til brugen af PEP-fløjte.

Metode

Alle patienter, der i projektperioden efterspurgte en PEP-fløjte eller rådgivning i brugen af denne, blev tilbudt instruktionen. Instruktionen blev udført af et udvalgt antal medarbejdere. Disse medarbejder havde fået en dybdegående gennemgang af projektet og projektets materialer.

I projektet udarbejdede projektgruppen i samarbejde med Pharmakon følgende materialer:

- manual til beskrivelse af ydelsen ”PEP-fløjte instruktion” på apotek
- formular til registrering af ydelsen
- protokol for ydelsen

Materialerne er opbygget på samme måde som materialerne til ydelsen ”Tjek på inhalation” (12). Som en del af materialet indgik også en video om brug af PEP-fløjte, udarbejdet af lungeforeningen, denne blev tilgået via QR-kode til YouTube (13).

Vi indsamlede både kvantitative og kvalitative data i projektet.

Der blev indsamlet kvantitative data gennem tre metoder:

En formular hvor vi registrerede førstegangs- eller flergangsbrugere og formålet med brugen af PEP-fløjten for kunden m.m.

Et spørgeskema hvor der blev registreret hvilken type rådgivning, der blev lagt vægt på ved rådgivningen.

Der blev også indsamlet kvantitative data gennem spørgeskema, der havde til formål at registrere apoteksmedarbejderens vurdering af brug af de udarbejdede materialer til ydelsen.

Inden projektstart blev spørgeskemaerne testet på tre personer på hvert deltagende apotek, hvorefter det blev tilrettet af projektgruppen i samarbejde med Pharmakon.

Kvalitative data blev indsamlet via en logbog, hvor de involverede apoteksmedarbejdere dokumenterede deres erfaringer. Derudover havde de deltagende medarbejdere mulighed for at tilføje kommentarer til spørgeskemaet og formularen.

Projektet blev gennemført på fire apoteksenheder i Region Syddanmark og syv apoteksenheder i Region Midt. I alt deltog tre apoteker.

Afprøvning af materialet samt data registrering fandt for ti af apotekerne sted i fire uger i januar 2024, og for ét apotek blev der indsamlet i otte uger i december og januar.

Resultater

Der blev udført 34 instruktioner i testperioden. Se tabel 1 for fordeling af ydelser pr medarbejder/apotek.

Medarbejder	Apotek 1	Apotek 2	Apotek 3
Medarbejder 1	1	6	5
Medarbejder 2	1	6	2
Medarbejder 3	0	6	2
Medarbejder 4	0	3	1
Medarbejder 5	0	0	1

De kvantitative data:

Sekstogtyve af disse instruktioner var nye brugere, mens otte havde brugt PEP-fløjten tidligere. Én af disse otte brugere havde tidligere modtaget instruktion i brugen af PEP-fløjte.

De kvantitative data fra Formularen "Tjek på PEP-fløjte", som blev udfyldt i forbindelse med ydelsen:

Formålet med brugen af PEP-fløjte blandt patienterne var:

- at få løsnet slim (31)
- at få kontrol over vejtrækningen (3)

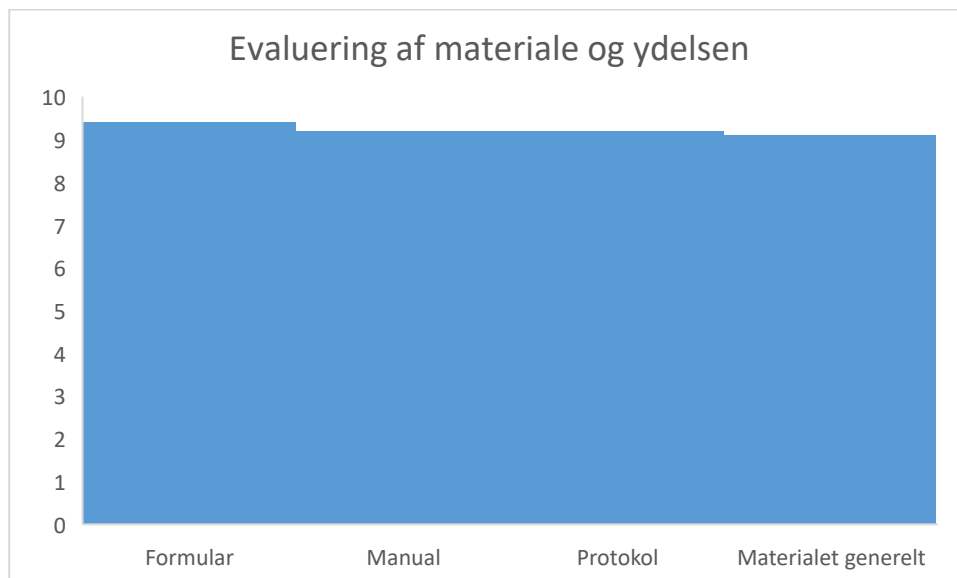
Personalet rådgav omkring:

- valg af modstand (34)
- hvor ofte PEP-fløjten bør anvendes (33)
- rengøring af fløjten (31)
- opbevaring af PEP-fløjten (22).

Kvantitativt data fra spørgeskema til personalet vedr. brugen af materialet og udførelse af ydelsen PEP-fløjte-instruktion:

I alt deltog 11 medarbejdere i levering af ydelsen iht. det udarbejdede materiale.

På en skala fra 1 (hvor 1 er dårligt og 10 er godt) scorede materialet flg:



Til at vurdere materialet generelt, blev deltagerne spurgt om flg: "efter du har læst materialet og set videoen, hvordan føler du dig klædt på til at udføre ydelsen"

Der udover vurderede de deltagende medarbejdere hvilket informationsmateriale, de mener, vil være mest relevant for patienterne.

De vurderede flg:

QR-koden med læringsvideoen, som viser hvordan PEP-fløjten anvendes var mest relevant for kunden (n=7), dog vil det også være relevant med en indlægsseddel eller andet skriftligt materiale (n=4).

Vi spurgte personalet "hvordan fungerede det at levere PEP-fløjte ydelsen". Spørgsmålet scorede 7,6, hvilket viser, at personalet generelt havde en positiv oplevelse med at levere ydelsen.

De kvalitative data fra logbogen og formular

I logbogen og på formularen har personalet afgivet flere kommentarer til ydelsen. Dem har vi kategoriserede i tre temaer. Kommentarer til ydelsen, kommentarer til materialerne og kommentarer til baggrund for køb af PEP-fløjte.

Nedenstående kommentarer er repræsentative for personalets kommentarer:

Kommentarer til ydelsen var fx:

"Efter at have læst materialet i gennem må jeg sande, at der er behov for at prøve det af i praksis, før man bliver fortrolig med ydelsen"

"Fungerer godt (ydelsen), men det tager lang tid at finde video frem"

"Evt. lave en kortere video med det mest relevante."

"man (kan) give kunden en brochure med hjem, så de har noget at læse. Tænker der er en del for dem at huske, fx hvor mange gentagelser var det nu, hvor tit skulle jeg bruge den, hvordan var det nu jeg skulle gøre den ren? "

"Som ved TPI så føles det ikke nok at deles om én demo"

"Det fungerer ikke helt godt at levere ydelsen, når ikke vi har vores egne demo vi kan vi ydelsen korrekt på"

Kommentarer til materialerne var fx

"Jeg savner punkter vedr. kontraindikationer i manualen og protokollen"

"En indlægsseddel til PEP-fløjten, der passer bedre til målgruppen. Videolinket er kun til de ikke alt for gamle."

"Kunne godt bruge 'vores egen' brochure omkring emnet – evt. fra Apotekerforeningen på sigt"

"gav en kopi af video-linket med til kunden"

Kommentarer til baggrund for køb af PEP-fløjte var fx:

"Læge havde ordineret recept på PEP-fløjte og bedt os lave instruktion"

"Fik den anbefalet i forbindelse med lungebetændelse. Lægen gav ikke yderligere info ud over 'køb en alm PEP-fløjte' til kunden"

"Kunden havde læst om den på nettet og søgte information om den"

"Kunden havde fået at vide hun skulle købe en PEP-fløjte efter at have hostet i 3 mdr. "

"Kunden havde fået udleveret en PEP-fløjte + 2 modstande hos lægen grundet KOL. Det viste sig at disse modstande ikke passede til en pt. med KOL. "

Diskussion

Materialet som personalet har afprøvet og bedømt, er bygget op på samme måde som materialet til ydelsen "tjek på inhalation" (12), som er en veletableret ydelse på landets apotekere. I projektet scorede personalet alle materialerne højt og de følte sig klædt på til at udføre ydelsen.

Genkendeligheden af materialet hos personalet, giver tryghed og gør, at det er let at bruge. Dog giver personalet også udtryk for, at det kræver lidt øvelse at blive fortrolig med ydelsen.

Personalet har tilføjet en del kommentarer og forslag til materialerne som med fordel kan implementeres for at tilpasse og forbedre materialet fx at der laves en indlægsseddel eller andet skriftligt materiale, som kunden kan få med efter instruktionen. Ved at tilbyde både skriftlig information samt henvise til en instruktionsvideo, kommunikeres til en brede patientgruppe.

Litteraturen beskriver, at PEP-fløjten er simpel opbygget, det kræver dog, at man bruger den korrekt for at få optimalt udbytte (10). I vores resultater så vi, at én ud af 34 patienter havde fået instruktion i brugen af PEP-fløjten før patienten kom og købte PEP-fløjten på apoteket. Desuden viser kommentarerne fra personalet, at en del patienter, var blevet henvist til apoteket for at købe en pep-fløjte, men ikke havde fået yderligere information om brugen.

Vi erfarede i projektet, at de fleste patienter havde brug for vejledning, både i forhold til valg af 'modstand' (n=34), 'hvor ofte fløjten skulle anvendes' (n=33) samt 'rengøring' (n=31). Det kan diskuteres, om apoteket er det rette sted at få instruktion i brug af PEP-fløjte, da det kræver en opmærksomhed på fx kontraindikationer. Patienterne i undersøgelsen giver udtryk for at de henvender sig grundet en henvisning fra lægen eller efter selv at have søgt information. Vores resultater viser, at det er et behov for ydelsen på apoteket blandt de patienter der køber PEP-fløjten eller modstand til PEP-fløjten. De adspurgte patienter havde ikke fået instruktionen på forhånd andetsteds.

Forskning har tidligere vist, at brugen af PEP-fløjte ved slim i lungerne, kan forebygge lungebetændelse (6). Størstedelen af de patienter, der deltog i undersøgelsen, var førstegangsbrugere (n=26), der ønskede at få løsnet slim (n=31). Det giver derfor god mening at inddrage PEP-fløjten som en del af forebyggelse og egenomsorg til borgere med lungesygdom, der henvender sig på apoteket.

Konklusion

Efter at vi havde afprøvet ydelsen "PEP-fløjte instruktion", kan vi som svar på problemstilling 1 "Hvordan ser en ydelse med PEP-fløjte instruktion ud på apoteket?" konkludere, at personalet føler sig godt klædt på til ydelsen ud fra det materiale, der er udviklet til projektet.

På baggrund af ovenstående er det vores vurdering, at ydelsen "PEP-fløjte instruktion" og materialet udviklet til ydelsen kan implementeres på landets apotekere, og den kan med fordel opbygges efter en model som personalet kender fra TPI-ydelsen.

Som svar på problemstilling 2 "Hvordan oplever apotekspersonalet at anvende materialerne og levere instruktionen i PEP-fløjte ydelsen?", viser projektet at personalet kan have et behov for at øve ydelsen, evt. under supervision, før man føler sig klædt på til at udføre den professionelt.

Der er også brug for, at personalet har en personlig demo-model, til at demonstrere brugen til patienten. Personalet anbefaler at der laves en læringsvideo, som er let tilgængelig for personalet og for kunden. De kvantitative data viser også, at der med fordel kan udarbejdes skriftligt materiale, der matcher den mundtlige vejledning, og som kan udleveres til kunden efter ydelsen.

Med en ydelse som denne på landets apotekere, er der større sandsynlighed for, at patienterne får et bedre udbytte af PEP-fløjten. Ydelsen kan udføres uden tidsbestilling og placeringen af apotekerne gør, at ydelsen er let tilgængelig for de fleste patienter.

PEP-fløjte projektet er et innovativt projekt, da der, så vidt vi ved, ikke findes lignende studier om emnet. Yderligere forskning er nødvendigt for at afgøre, om PEP-fløjte instruktion på danske apotekere kan bidrage til øget patientsikkerhed.

Formidling

Resultatet af projektet formidles på NUAPs hjemmeside, og som poster præsentation på FIP 2024. Der er ønske om en artikel i Farmaci på sigt.

Perspektivering:

Ved at kunne tilbyde instruktion til brugen af PEP-fløjte på landets apoteker, vil det øget tilgængeligheden for den enkelte borger. Apoteket vil kunne indføre denne ydelse med få greb, da den ligger tæt op ad ydelsen TPI, som i forvejen tilbydes på apotekere i Danmark.

Som det fremgår af sundhedsstyrelsens forebyggelsestilbud til borgere med kronisk sygdom (11) ved man, at adgang og kommunikation har betydning for om borgeren, gør brug af den forebyggende indsats, der tilbydes. Her kan apotekerne spille en væsentlig rolle i det nære sundhedsvæsen, ved at tilbyde PEP-fløjte instruktion til borgere i målgruppen; og bidrage til at forebygge indlæggelser og øge livskvaliteten hos patienterne.

Projektgruppen ser der er en bred målgruppe til PEP-fløjten. Denne målgruppe kan deles op i to grupper. Den ene er kunder, der aktivt spørger til køb af PEP-fløjten. Det gælder både blandt de patienter, der kommer fra lægen/hospitalet og er blevet bedt om at gå på apoteket og købe en PEP-fløjte. Det gælder også de patienter, der kommer direkte i skranken og efterspørger PEP-fløjten, efter de har søgt viden om den på nettet.

En anden målgruppe, der vil være interessant, er den patientgruppe, hvor apoteket aktivt tilbyder ydelsen og udbreder kendskabet til brugen af PEP-fløjte. Det kan være patienter med KOL, hvor ydelsen tilbydes i forbindelse med køb af medicin eller i forbindelse med der tilbydes TPI. En målgruppe for ydelsen kan også være patienter, der køber medicin mod lungebetændelse.

Projektgruppen drømmer om at ydelsen PEP-fløjte instruktion bliver en ydelse med 3. partsbetaling, som det er tilfældet med TPI og medicinsamtalerne.

Ønsket og drømmen er at ydelsen PEP-fløjte instruktion bliver en integreret del af apotekets ydelser på lige vilkår med TPI og medicinsamtale. At ydelsen bliver indarbejdet i hverdagen hos personalet på landet apotekere og bliver en ydelse som landet læger henviser til, når de møder patienter i målgruppen.

Referenceliste

- (1) Sundhed.dk, Lægehåndbogen: [KOL – Lægehåndbogen på sundhed.dk](#)
- (2) Lungeforeningen (www.lunge.dk) [Nøgletal om lungesygdomme](#) .
- (3) Sundhed.dk (www.sundhed.dk) [Astma, en oversigt - Patienthåndbogen på sundhed.dk](#)
- (4) Bmj (www.bmj.com) [Effect of PEP flute self-care versus usual care in early covid-19: non-drug, open label, randomised controlled trial in a Danish community setting | The BMJ](#)
- (5) Aalborg Universitetshospital (www.aalborguh.nu) [Forebyggende behandling med PEP-fløjte – forskningsprojekt – ude godt, hjemme bedst](#)
- (6) European journal of public health (www.academic.oup.com) [PEP-flute selfcare in epidemic respiratory infectious diseases – high societal impact at low cost? | European Journal of Public Health | Oxford Academic \(oup.com\)](#)
- (7) Med24.dk
- (8) Danmarks apotekerforening (www.apotekerforeningen.dk): [Danmarks Apotekerforenings politikpapirer](#)
- (9) Bekendtgørelse om apoteker og sygehusapotekers driftforhold
- (10) Indenrigs- og sundhedsministeriet, (ism.dk) - [kvalitetsstandarder 2024](#)
- (11) Sundhedsstyrelsen, (sst.dk) - [Forebyggelsestilbud til borgere med kronisk sygdom, Kvalitetsstandarder](#)
- (12) Danmarks Apotekerforening: [– Tjek på inhalation](#)
- (13) Lungeforeningen (www.lunge.dk) [PEP-fløjten: få hjælp til at løsne slim, håndtere åndenød og få en dybere og rolige vejtrækning](#)