



Apps i Almen Praksis – nyt værktøj i lægens værktøjskasse



MedCom Koordineringsgruppemøde 13. marts 2025

Alice Ørsted Kristensen

alk@medcom.dk

Mobil 20598840



Agenda

Projekt Apps i almen praksis

- Afprøvningsprojektet og dets formål

Den tekniske løsning

- Den tekniske løsning for læger (PLSP, Klinik+) og for patienter (MinLæge app)

Deloittes Evaluerings- og analyserapport

- Den tekniske evaluering
- Udsagn fra deltagerne

Storskalaafprøvning

- Rettelser foretaget i PLSP og MinLæge
- Tilbud til 50-100 klinikker
- Snitflade til app-liste på Sundhed.dk

Nævnet for Sundheds-apps

- Etablering af nævn til vurdering af apps
- Lovgivning
- Ansøgningsmulighed for app-leverandører
- Udstilling af app-liste



Hvorfor projekt Apps i almen praksis?

- I de seneste årtier er et stort antal sundheds-apps dukket frem, som har hjulpet millioner af mennesker på verdensplan med at blive fysisk aktive, tælle kalorier, finde indre ro, falde i søvn og tackle lignende udfordringer.
- Til stort set alle hyppigt forekommende sygdomme findes der i dag en app, der kan hjælpe. En af de store fordele ved apps er, at de kan styrke behandlingen både bredt og specifikt – **men** det kan være en stor mundfuld at navigere rundt i mængden apps for både sundhedsfaglige og borgere.



Formål med projekt Apps i almen praksis

- At udvikle og afprøve en teknisk løsning, der kan give den praktiserende læge nem og hurtig adgang til at anbefale relevante app's til borgere
- At sikre borgere hurtig og effektiv adgang til de anbefalede apps via Min Læge app'en
- At udvikle en løsning, der kan hjælpe borgere og læger med at navigere i "app-junglen"
- At borgere bliver i stand til at være aktive partnere
- At skabe en skalerbar løsning der på sigt kan bruges på tværs af sektorer
- At sundhedsvæsenet som helhed kan optimere brugen af ressourcer ved hjælp af sundhedsapps

Projektet har oprindeligt ophæng til regeringens strategi for [life science](#) fra 2021 gennem initiativ22: *"Udskrivning af sundhedsapps og nordisk samarbejde om bedre rammer for akkreditering".*



Den tekniske løsning kort fortalt

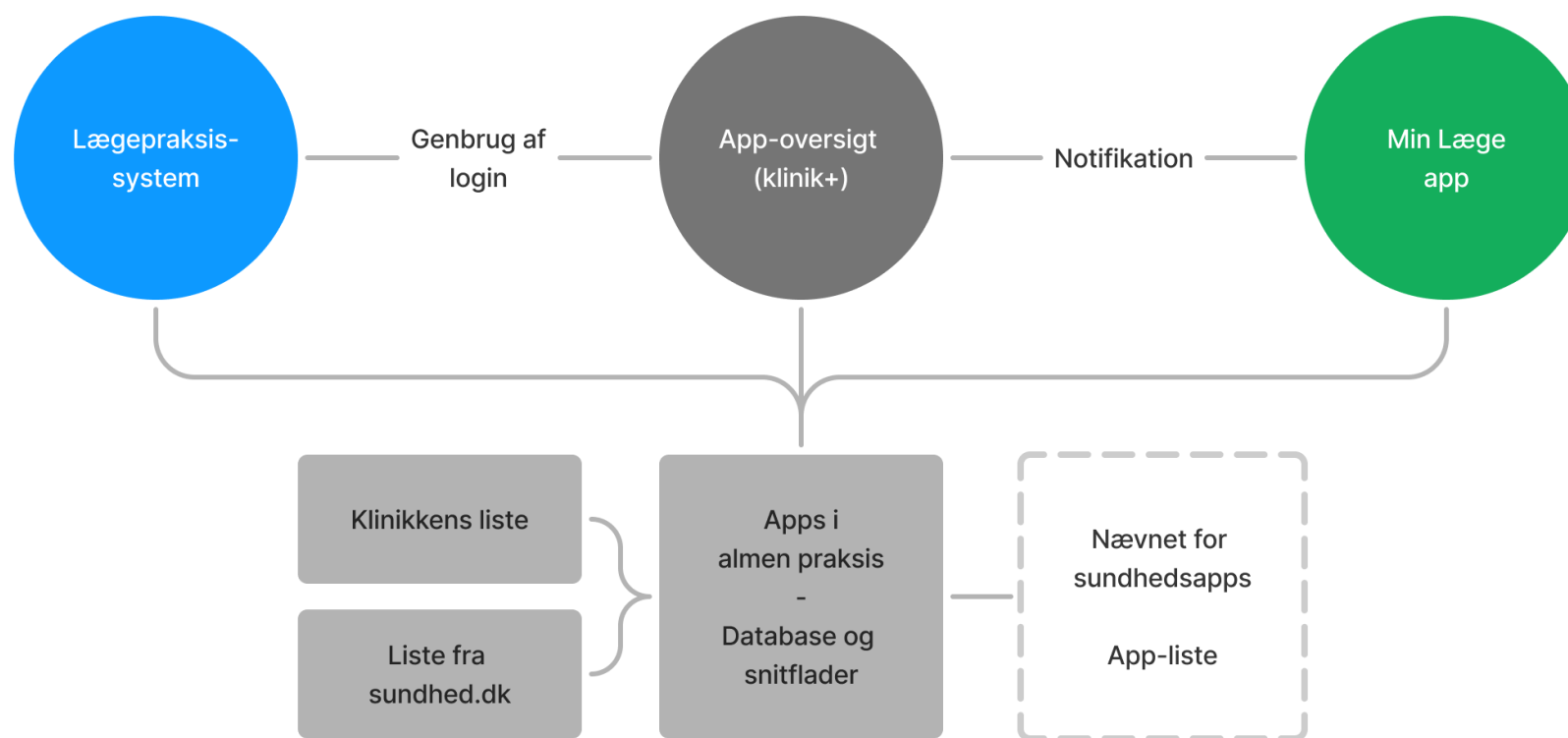
- Via Klinik+ applikationen på PLSP-plattformen kan praktiserende læger anbefale apps til borgere i Min Læge-appen fra en midlertidig app-liste*.
- Lægerne tilgår Klinik+ via en knap/one-login i lægepraksissystemet, og hvis en borger er i kontekst i lægens journal, forbliver denne i kontekst i Klinik+.
- Lægen anbefaler en app, og borgeren får en notifikation med en besked fra lægen og kan klikke videre til at downloade appen i f.eks. AppStore.

*Midlertidig app-liste under pilotafprøvningen:

- Oprettede apps hos PLSP's "Apps for sundhed"
- Liste over sundheds-apps fra Sundhed.dk
- Ønsker fra deltagende læger



Grafisk oversigt





Skærm billeder fra PLSP - Klinik+

- Fra test-miljøet

Alle apps



Alle apps

Anbefalede apps

Filtrér på kategori ▼

Favoritter



Headspace

GRATIS

Om app'en:

Stress mindre, sov dybere og bliv gladere. Lær at håndtere generel angst, mental...

Kategori:

ALMENT

PSYKISK

VIS DETAJLER



Apoteket

GRATIS

Om app'en:

Få overblik over din medicin, se lagerstatus på de nærmeste apoteker, opret fast...

Kategori:

ALMENT

VIS DETAJLER



Alle apps



Mit Liv - Min Sundhed

GRATIS

Om app'en:

Forebyggelse af kroniske sygdomme samt hjælp til sunde vaner og rygestop.



GenoptrænkDK

GRATIS

Om app'en:

Appen er et værktøj til borgere, således de kan se videoer af øvelser koblet på ...



wawa fertility

GRATIS

Om app'en:

wawa appen øger patienternes livskvalitet og giver en bedre oplevelse



Headspace

GRATIS

Om app'en:

Stress mindre, sov dybere og bliv gladere. Lær at håndtere generel angst,



Alle apps

Aftalt med patient

**Min Læge**
PLO

Kategori:

ALMENT

Om app'en:

> Klinisk beskrivelse

▼ Generel beskrivelse

Min Læge-appen giver dig nem adgang til din praktiserende læge og oplysninger omkring dine aftaler, prøvesvar, vaccinationer mm.

I appen finder du følgende:

- Din læge: Se adresse, kontaktoplysninger, åbningstider og ferieafløser
- Lægevagten: Ring til lægevagten i din region (uden for lægens åbningstid)
- Indbakke: Se dine e-konsultationer, stil spørgsmål og få svar
- Tidsbestilling: Bestil tid online eller aflys en booket aftale
- Aftaler: Få overblik over kommende og tidligere aftaler
- Prøvesvar: Se resultater fra udvalgte analyser direkte i app'en
- Vaccinationer: Se dine eller dine børns vaccinationer
- Aktuelle henvisninger fra din læge, samt mulighed for at finde ønskede behandler
- Diagnoser og forløbsplaner
- Videokonsultation
- Adgang til dine børns data, heriblandt vaccinationer, medicin mm.

Oplysninger om appen:

Email: info@sundhed.dk

Telefon : 44222080

Hjemmeside: <https://minlaegeapp.dk/>

Alle apps

Anbefalede apps



Headspace

GRATIS

Om app'en:

Stress mindre, sov dybere og bliv gladere. Lær at håndtere generel angst, mental...

Kategori:

ALMENT

PSYKISK

VIS DETAJLER



Apoteket

GRATIS

Om app'en:

Få overblik over din medicin, se lagerstatus på de nærmeste apoteker, opret fast...

Kategori:

ALMENT

VIS DETAJLER



Mit Liv - Min Sundhed

GRATIS

Om app'en:

Forebyggelse af kroniske sygdomme samt hjælp til sunde vaner og rygestop.

Kategori:

ALMENT

VIS DETAJLER



Anbefal app til patient

Nancy Ann Test Berggren(2512489996)



Mit Liv - Min Sundhed

Om app'en:

Forebyggelse af kroniske sygdomme samt hjælp til sunde vaner og rygestop.

Kategori:

ALMENT

Obligatorisk*

Skriv besked til modtager

ANBEFAL



wawa fertility

GRATIS

Om app'en:

wawa appen øger patienternes livskvalitet og giver en bedre oplevelse under beha...

Kategori:

ALMENT

SVANGERSKAB/FØDSEL/ANTIKNCEPTION

VIS DETAJLER



Headspace

GRATIS

Om app'en:

Stress mindre, sov dybere og bliv gladere. Lær at håndtere generel angst, mental...

Kategori:

ALMENT

PSYKISK

VIS DETAJLER



Alle apps

Aftalt med patient



Aftalt med patient

Vis filtering for: ☒ Enkelt patient ☐ Alle patienter

Søg på app



SØG

NULSTIL

Navn på App	Aftalt med	Dato for aftale	Status	
wawa fertility	Karl Svendsen	19-12-2023 kl. 13:24	SENDT	▼
Mit Liv - Min Sundhed	Karl Svendsen	19-12-2023 kl. 13:24	SENDT	▲
Om app'en: Mit liv - min sundhed er en app til dig, som gerne vil have information og værktøjer, som kan inspirere og støtte dig til et sundt liv. Appen er udviklet i et samarbejde mellem Region Syddanmark samt kommunerne og patientforeningerne i partnerskabet om Det Digitale Sundhedscenter. En liste over aktuelle partnere fremgår af partnerskabets hjemmeside: https://detdigitalesundhedscenter.dk/		Besked fra klinikken: hej (19-12-2023 kl. 13:24)		
SelfBack	Karl Svendsen	03-01-2024 kl. 14:25	SENDT	▼

Vises pr. side 10 ▼ 1-3 of 3 < >



Alle apps

Aftalt med patient

Aftalt med patient

Vis filtering for: ☐ Enkelt patient ☒ Alle patienter

Søg på app



SØG

NULSTIL

Cpr.-nummer	Navn på App	Aftalt med	Dato for aftale	Status	
	wawa fertility		13-12-2023 kl. 10:44	SENDT	IKKE LÆNGERE ANBEFALET
	Min Sundhed		14-12-2023 kl. 13:14	SENDT	IKKE LÆNGERE ANBEFALET
	Injurymap		14-12-2023 kl. 13:16	SENDT	IKKE LÆNGERE ANBEFALET
	SelfBack		14-12-2023 kl. 13:17	SENDT	IKKE LÆNGERE ANBEFALET
	Min Medicin		14-12-2023 kl. 13:18	KLIKKET PÅ LINK	
	Min Læge		14-12-2023 kl. 13:21	KLIKKET PÅ LINK	
	Din Sundhedsguide		14-12-2023 kl. 13:22	SENDT	IKKE LÆNGERE ANBEFALET
	GenoptrænDK		14-12-2023 kl. 14:46	SENDT	
	Min Sundhedsplatform		18-12-2023 kl. 13:26	KLIKKET PÅ LINK	
	Rytmedoktor		22-12-2023 kl. 09:30	SENDT	

Vises pr. side 10 11-20 of 22



Alle apps



Aftalt med patient

Aftalt med patient

Vis filtering for: ☒ Enkelt patient ☐ Alle patienter

Søg på app



SØG

NULSTIL

Navn på App

Apoteket

Medicinkortet

GenoptrænDK

Om app'en:

Genoptraen.dk er en virtuel genoptrænings
fleksibel. Genoptraen|DK hjælper dig med at
Genoptraen|DK i hånden, kan du fortsætte
af øvelserne, svare på spørgeskemaer og se
sættes op til at give dig en påmindelse, så du

Mit Liv - Min Sundhed

Træk anbefaling tilbage for patient

Hans Petersen(1710194919)



GenoptrænDK

Om app'en:

Appen er et værktøj til borgere, således de kan se videoer af
øvelser koblet på et genoptræningsforløb. Applikationen er en
erstatning af den fysiske pjece, hvor patienterne nu kan se
øvelser på video via appen.

Kategori:

ALMENT

Obligatorisk*

Skriv besked til modtager

TRÆK TILBAGE

Status

SENDT



SENDT

TRUKKET TILBAGE



SENDT



til patient:

onlig anbefaling (12-12-2023 kl. 09:34)

SENDT



Vises pr. side 10

1-4 of 4



Apps i almen praksis – Min Læge

Skærm billeder fra testmiljø





Notifikationer



Fra din læge

Embla

Via appen kan du blandt andet føre logbog over din kost, motion, søvn, medicin, symptomer og væske....

Kontakt

Egen læge

Lægerne Enghavevej
Enghavevej 2, 1.
5800 Nyborg

Åben: 08:00 - 16:00
Telefontid: 08:00 - 11:30
Konsultation: 08:00 - 14:30


Ring op


Skriv


Bestil tid


Start video

Speciallæger




Min læge


Indbakke


Aftaler


Journal


Mere

Mere


Anbefalede apps


Tidslinje


Profil

Vidste du at...

Du kan dele appen med en ven eller et familiemedlem



Tryk her for at dele

Log Ud


Min læge


Indbakke


Aftaler


Journal


Mere



<

Anbefalede apps

Aftalt med lægen

Du har aftalt med lægen at hente og bruge disse apps som en del af din behandling

Rytmedoktor

Patientunivers målrettet patienter med hjerterytmeforstyrrelser....

SelfBack

SelfBack leverer en helt ny løsning til patienter med lænderygproblematikker, ba...

TarmTjek

TarmTjek er til dig, der skal have foretaget en kikkertundersøgelse af tarm...

UV-indeks

Undgå solskoldninger og få gode råd til solbeskyttelse af netop din hud med den grati...

Tät

Bækkenbundstræni

Embla

Min læge

Indbakke

Aftaler

Journal

Mere

09.56

Godmorgen

Speciallæge
Alice Ørsted

Find speciallæge

Få overblik over tilgængelige speciallæger i hele landet

Flere funktioner

Medicin

Se din aktuelle og tidligere medicin samt udleveringer, og anmod om receptfornyelse.

Udvalgte sundhedsapps

MinSundhed

Se dine prøvesvar, billedbeskrivelser og journaler fra hospitalet.

Patienthåndbogen

Søg i Patienthåndbogens sygdomsartikler og illustrationer.

Min læge

Indbakke

Aftaler

Journal

Mere



14.41

96 %

←

Aftalt med lægen



Fra din læge

GenoptraenDK

Besked fra din læge

anbefaler som aftalt med lægen

Doktor Hansen (Test)

EG WinPLC Test1 Klinik

Genoptraen.dk er en virtuel genoptræningsportal, som gør genoptræning nem, sjov og fleksibel. GenoptraenDK hjælper dig med at understøtte træningen på egen hånd. Med GenoptraenDK i hånden, kan du fortsætte med din genoptræning på farten, du kan se videoer af øvelserne, svare på spørgeskemaer og sende beskeder til din fysioterapeut. Appen kan også sættes op til at give dig en påmindelse, så du ikke glemmer at træne.

Bemærk

Du er med i en afprøvning. App-anbefalingen erstatter ikke andre aftaler med din læge.

OK

10.13

5G



Hedia

Besked fra din læge

Hej Lars. Brug denne app dagligt til at måle og analysere dit blodsukker niveau i løbet af de næste 3 uger.

Helene Svendsen

Aros lægerne

Hedia Diabetes Assistant, en personlig og intelligent assistant, der stræber efter at give dig et mere stabilt blodsukker og et mere frit liv! - Og så er den gratis. Få den her!

Kom i gang med at bruge din egen personlige diabetes-hjælper. Track dit blodsukkerniveau, tæl kulhydraterne i dine måltider, få skræddersyede insulin-anbefalinger og meget mere.

Dato for aftale

7. januar 2024

Hent app'en

10.12

5G

←

Anbefalede apps

Aftalt med lægen

Du har aftalt med lægen at hente og bruge disse apps som en del af din behandling



Hedia

Hedia Diabetes Assistant, en personlig og intelligent assistant...



Vægttab

Denne App er udviklet som et værktøj primært for at motivere dig, hv...

10.14

5G

←

Aftalt med lægen



Ikke længere anbefalet

Vægttab

Besked fra din læge

Hej Lars. Jeg har valgt at trække min anbefaling af denne app tilbage. Jeg vil gerne anbefale dig at bruge en anden app i stedet.

Helene Svendsen

Aros lægerne

Denne App er udviklet som et værktøj primært for at motivere dig, hvad enten du er på diæt eller allerede godt i gang med med et motion program. Den hjælper dig med at nå din ønskede vægt, inden for en forud defineret periode. Som navnet antyder, vil du være i stand til at indtaste din vægt regelmæssigt og dermed overvåge dine fremskridt ved hjælp af statistikker og grafer. Du kan tilføje profiler og dermed følge med i hvordan det går familiemedlemmer, ægtefælle, venner, kolleger - eller blot oprette mere end 1 profil til



Pilot-klinikkernes opgaver

Deltagere:

- 4 klinikker og 25 udvalgte patienter deltog i pilotafprøvning fra 15. januar til 15. marts 2024
- Udvidelse til 8 klinikker og alle tilhørende patienter fra 15. april til 15. juni 2024

Aktiviteter:

- Information til patienter – udlevering af postkort
- Anbefaling af aftalte apps til patienter
- Anbefaling af apps til hele klinikkens population
- Tilbagetrækning af apps
- Deltagelse i fokusgruppeinterviews
- Besøg i klinikken fra Deloitte
- Telefoninterviews af deltagende patienter
 - Feed-back, forbedringsforslag, ønsker
 - Evaluering/analyse, interview
 - [Deloitte rapport](#)

Anbefalinger fra rapporten

Teknisk evaluering | Opsamling

Evalueringen viser, at løsningen er teknisk effektiv til at understøtte, at læger og klinikpersonale kan gennemføre anbefalinger af apps, og at patienter kan modtage dem. Løsningens brugervenlighed er høj set fra lægers perspektiv, mens der omvendt er en række forbedringspunkter for patienterne. Accepten er større hos patienterne end hos lægerne.

Tabellen til højre viser en oversigt over evalueringens konklusioner på de tre centrale parametre: effektivitet, brugervenlighed og accept for praktiserende læger, klinikpersonale og patienter.

Evalueringen viser, at løsningen i høj grad er **teknisk effektiv** til at understøtte, at almen praksis kan foretage anbefalinger af apps, og at patienter kan modtage disse anbefalinger.

Læger og klinikpersonale anvender løsningen i Klinik+, og evalueringen viser, at løsningen **fra lægers og klinikpersonales perspektiv er brugervenlig** og intuitiv at navigere i. Patienter modtager anbefalinger i Min Læge-appen, og **fra patienters perspektiv er løsningen i mindre grad brugervenlig og intuitiv**. Pilotevalueringen viser, at størstedelen af patienterne har svært ved at lokalisere anbefalinger og at skelne mellem individuelle ("Aftalt med lægen") og generelle anbefalinger ("Klinikken anbefaler") samt tillige at skelne sidstnævnte fra "Andre sundhedsapps" i Min Læge-appen. Dette skyldes bl.a., at anbefalede apps og "Andre sundhedsapps" fremgår af forsiden på Min Læge-appen, mens det kræver flere klik at lokalisere kategorierne med individuelle ("Aftalt med lægen") og generelle anbefalinger ("Klinikken anbefaler").

For så vidt angår accept af løsningen viser analysen, at **patienter er mest positive over for brug af sundhedsapps**, men har forbehold ift. den konkrete løsning. **Læger har flere forbehold ift. brug af sundhedsapps, men er mest positive ift. den konkrete løsning.** Dette udfoldes i næste kapitel.

Grad af
sikkerhed om
evalueringens
konklusioner


Praktiserende
læger

Klinikpersonale


Patienter

Høj sikkerhed			Lav sikkerhed		
Effektivitet		Brugervenlighed		Accept	
Løsningen fungerer teknisk efter hensigten.		Løsningen er nem og intuitiv og giver en sømløs brugeroplevelse.		Aktører er trygge og positivt stemt over for løsningen.	
▪ Kan tilgå app-listen i Klinik+. ▪ Kan lave generelle og specifikke app-anbefalinger. ▪ Kan trække app-anbefalinger udage.		▪ Oplevelse af løsning som nem og intuitiv at navigere i. ▪ Er ikke i tvivl om, hvordan løsningen skal anvendes. ▪ Kan vejlede patienter ved spørgsmål om aftalt anvendelse af app.		▪ Vurdering af potentiale i løsningen. ▪ Oplevelse af løsningen som tidsbesparende. ▪ Grad af tilfredshed med digital understøttelse af arbejdsgang. ▪ Grad af tryghed ved at anbefale apps.	
▪ Modtager notifikationer. ▪ Kan modtage generelle og specifikke app-anbefalinger via Min Læge app. ▪ Bliver hurtigt kontakt til download af anbefalede apps.		▪ Oplevelse af løsning som nem og intuitiv at navigere i. ▪ Kan finde og downloade den relevante app.		▪ Grad af tryghed ved at modtage app-anbefalinger. ▪ Grad af tilfredshed med at inddrage digitale sundhedsapps i almen praksis. ▪ Opnår den hjælp, vedkommende har brug for.	



Udtalelser fra læger

66 *Præmissen holder. Det bliver en del af fremtiden, at vi skal kunne anbefale apps, og Min Læge-appen er den rette vej.* 99

66 *[Anbefalinger af apps] giver jo alt i alt en større sygdomserkendelse.* 99

66 *Hvis det kan gøre vores hverdag lettere, så er det godt.* 99

66 *Vi læger skal være med på vognen. Det er os, der skal overbevises snarere end patienterne.* 99

66 *Jeg er overrasket over, hvor mange af mine patienter, der er it-kyndige.* 99

66 *Vi kan jo mærke, at det kan blive en stor hjælp for os i det daglige. Det kræver bare, at begge parter [patient og læge] er fortrolige med det.* 99



Udtalelser fra patienter

"Jeg bruger [Min Læge-app] til hverdag, så det er en udmærket idé at have det dér."

"Det virker lidt dumt, at man skal downloade en app for at downloade en ny app."

"Jeg kender jo Min Læge-app i forvejen. Der bestiller jeg tid til lægen."

"Der er flere apps end dem, jeg har fået anbefalet. Det er forvirrende."

"Jeg ville ikke have fundet de tre kategorier, hvis ikke I havde sagt, hvor de var."

"Man kan se anbefalede apps, så snart man kommer ind i appen. De ligger på forsiden. Man skal ikke rode rundt efter det."

"Jeg tænkte, 'Er det virkelig ikke sværere?'"

"Jeg havde ingen problemer med at installere appen."

"Jeg oplevede, at linket sagde, at app ikke længere virkede..."

"Jeg fik ikke nogen notifikation."

"Jeg gik bare ind i min indbakke og så en besked fra lægen."



Storskalaafprøvning sept. 2024 →

- Det fremgår af evaluerings- og analyserapporten, at der er potentiale i dette nye værktøj, men at det er nødvendigt med [fælles kvalitetssikring af apps, etablering af faglig tryghed og stor grad af sikkerhed](#) ift. videre udbredelse af anbefaling af apps i almen praksis. Derudover er der forslag til forbedringer af den tekniske løsning både i PLSP's løsning og i MinLæge app'en.
 - Indtil Nævnet for Sundhedsapps er klar med deres app-liste, og der er indgået aftale om etablering af snitflade mellem denne liste og den tekniske løsning samt klinisk udbredelse, køres en [fortsat afprøvning i større skala](#).
1. Konsolideret app-bibliotek på 10-15 apps med baggrund i de deltagende pilotpraksis' tilbagemeldinger på projektets midlertidige liste. Mulighed for udvidelse af listen via lægekollegiale anbefalinger.
 2. Den tekniske afprøvning udvides til 50 klinikker.
 3. PLSP og Trifork har tilrettet den tekniske løsning med udgangspunkt i de kortsigtede anbefalinger.
 4. Fortløbende proces for udvikling af snitflade mellem Nævnet for sundhedsapps appliste udstillet på Sundhed.dk og den tekniske løsning ift. anbefaling af apps.



Nævnet for Sundhedsapps (National app-guide)

App-liste

- Lovforslag om nedsættelse af nævn til vurdering og anbefaling af apps til app-liste blev fremsat i Folketinget okt. 2023. Trådte i kraft pr. 1. januar 2024
- Bekendtgørelse for Nævnets forretningsorden trådte i kraft pr. 1.juli 2024.
- Der er udpeget repræsentanter til Nævnet og etableret sekretariat i Lægemiddelstyrelsen
- Nævnet har været samlet 2 gange med fokus på procedurer, processer, vilkår mm. ift. hvordan app-leverandører ansøger om optagelse til og anbefaling om at komme på app-listen
- Pr. 3. marts 2025 var der kommet 3 ansøgninger fra app-leverandører
- Egentlig app-liste forventes klar efter Nævnets møde i november 2025 og udstilles på Sundhed.dk
- Sundhed.dk udvikler API/eksportløsning for data i løsningen Anbefalede Sundhedsapps. Denne forventes klar i efteråret 2025
- Projekt apps i almen praksis skal løse opgaven ift. etablering af snitflade mellem app-listen og den tekniske løsning hos PLSP mhp. videre implementering.
- <https://laegemiddelstyrelsen.dk/da/udstyr/naevnet-for-sundhedsapps/>



Samarbejdsparter i projektet

- ISM Indenrigs- og Sundhedsministeriet
- PLO Praktiserende Lægers Organisation
- LMST Lægemiddelstyrelsen
- PLSP Primærsektorens Leverandør Service Platform
- Trifork
- Deloitte
- Sundhed.dk
- MedCom



Spørgsmål

Projektleder:
Alice Ørsted Kristensen
alk@medcom.dk
Mobil 20598840