



<b>Huvudhandledare:</b>	David Moulaee Conradsson, docent, sjukgymnast David.m.conradsson@ki.se 070 236 76 25
<b>Projekttitel:</b>	Främjande av fysisk aktivitet och hälsa efter stroke eller transitorisk ischemisk attack – en innovativ e-hälsolösning via telehälsa

### **Bakgrund**

Det finns idag ett starkt stöd för att fysisk aktivitet vid stroke och transitorisk ischemisk attack (TIA) minskar risken för att återinsjukna. Det finns dock behov av nya distanslösningar för att fler ska kunna ta del av dessa hälsoeffekter. Rehabilitering på distans är dock väldigt eftersatt efter stroke och TIA vilket har bidragit till utebliven behandling under COVID-19 pandemin.

### **Syfte/Frågeställningar**

Syftet är att utveckla ett digitalt stöd i form av en mobilapplikation för telerehabilitering för personer med stroke eller TIA, och att studera genomförbarhet, preliminära effekter och studiedeltagarnas upplevelse av rehabiliteringsprogrammet.

### **Metoder**

Co-design studie, randomiserad kontrollerad pilotstudie, kvalitativa och kvantitativa analysmetoder.

### **Planerade studier**

**Delstudie 1** är en co-design studie där personer med stroke och TIA och fysioterapeuter kommer delta i workshops i syfte utveckla och anpassa en mobilapplikation för rehabilitering på distans.

Därefter kommer en randomiserad kontrollerad pilotstudie genomföras där personer med stroke/TIA lottas till en experimentgrupp som erhåller handledd fysisk träning via videolänk, egen träning och beteendeförändring för fysisk aktivitet med stöd av den mobilapplikation som utvecklats i delstudie 1, eller till en kontrollgrupp. Denna studie planeras ligga till grund för delstudie 2-4 i doktorandprojektet:

**Delstudie 2** syftar till att undersöka genomförbarheten av telehälsoprogrammet avseende rekrytering, följsamhet, säkerhet och processer.

**Delstudie 3** syftar till att undersöka preliminära effekter av programmet avseende systoliskt blodtryck, fysisk aktivitet, gångförmåga, trötthet, depressiva symtom och livskvalitet upp till 6 månader efter avslutad intervention.

**Delstudie 4** syftar till att utforska deltagarnas upplevelse av programmet.

### **Betydelse**

Telerehabiliteringsprogrammet erbjuder en hållbar lösning för att möta det ökade behovet av rehabilitering under och efter COVID-19 pandemin och har stor potential att förbättra hälsan för många personer med stroke och TIA oberoende var de bor.