

Subjektive opplevelser...

...objektivt

Grasp



Å bruke Grasp er enkelt – klem det du opplever

Opplevelsene dine tar Grasp vare på og viser det til deg, når du ønsker det.



Grasp husker:



Når du klemte



Hvor lenge du klemte



Styrken du klemte med

Støtte ved bruk

Grasp skal støtte deg i det du opplever og gi en bevissthet rundt det du føler. Det skal virke avlastende å "fortelle" det til Grasp, og godt å vite at den tar vare på det du opplever.

Innsikt i egen tilstand

Når du ønsker det, kan Grasp vise deg alle klemmene dine - som et speilbilde av opplevelsene. Dette gir deg innsikt i hvordan du har det, i perspektiver på timer, dager og uker. På denne måten vil du forstå deg selv bedre.

Anerkjennelse og forståelse

Innsikt i hvordan du selv har det, er en nøkkel til å få andre til å forstå. Den visuelle fremstillingen av hverdagen gjennom klem på Grasp, gjør dine subjektive opplevelser objektive. Grasp-loggen kan kommuniseres til andre, og skape anerkjennelse og forståelse.

Kartlegging og oppfølging

– Pasienter under behandling utenfor sykehus



Flere pasienter behandles i dag utenfor sykehus med fast poliklinisk oppfølging. Dette er i de fleste tilfeller gunstig for pasienten, og besparende for staten.

En sentral utfordring med denne behandlingsformen er informasjon om hvordan pasienten har hatt det mellom konsultasjonene.

Ved å bruke Grasp kan man kartlegge og følge opp symptomer. Grasp skal gi pasient og lege innsikt i omfanget av symptomer. Dette muliggjør raskere og bedre persontilpasset oppfølging og identifisering av riktig tiltak.

Casene på de neste sidene er fremkommet i dialog med klinikere under utviklingen av Grasp.

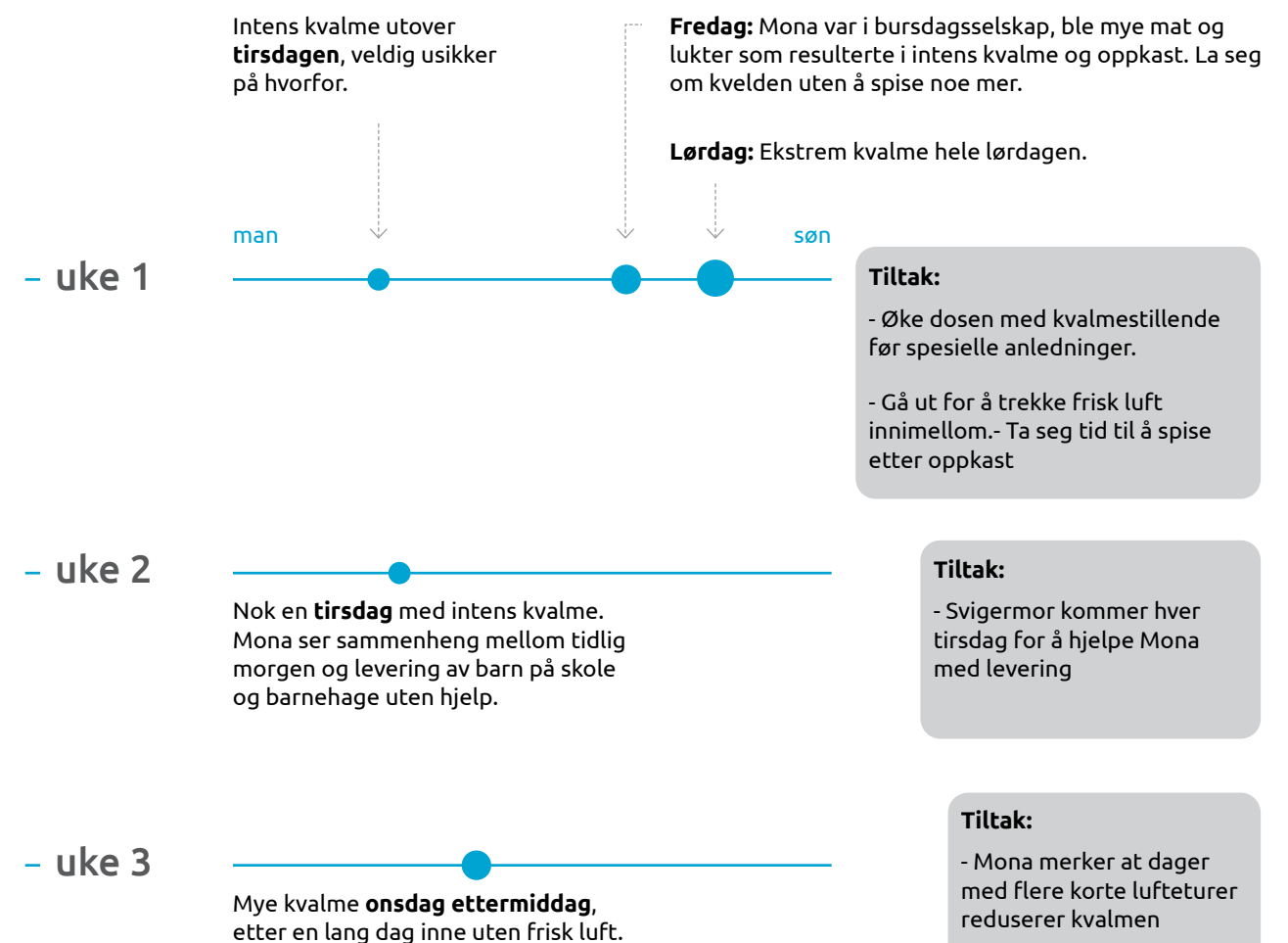
Case 1

– Pasient med kreft: Kvalme

Bakgrunn: “Mona” er under behandling for kreft. Hun står på cellegift som gir sterke bivirkninger, og kvalme er for øyeblikket den meste krevende bivirkningen. Mona er stortsett hjemme og har faste polikliniske konsultasjoner hver mandag.

Bruk: For å forstå omfanget av kvalmen, og finne tiltak som kan redusere denne bivirkningen, bruker Mona Grasp til å loggføre hvor ofte hun er kvalm, og hvor intens kvalmen er.

Analyse: Mona har bruk Grasp over tre uker, hver uke har hun sammen med sin lege analysert klemmene fra Grasp og iverksatt tiltak. I fremstillingen under vises loggen fra hver uke og hvilke tiltak som ble iverksatt.



Psykisk helse

– Pasienter med angst og depresjon



Psykiske sykdommer er en økende utfordring i vårt samfunn. Dette er til hinder for at folk kan fungere normalt, og det påvirker skole, jobb og privatliv. Behandling av psykiske sykdommer er ressurskrevende, og mange får ikke den hjelpen de trenger.

En av hovedutfordringene for pasienter med psykiske sykdommer, er at symptomene er så personlighetsgjennomtrengende at struktur og systematikk er vanskelig. Kognisjon er også

rammet, spesielt i dårlige perioder, slik at pasienten vanskelig kan gjengi symptombildet systematisk retrospektivt. Å få til en enkel, stedsuavhengig registrering og dokumentasjon av opplevelsene, har vært en utfordring med dagens løsninger.

Grasp tilbyr et nytt konsept for å møte disse utfordringene på brukerens premisser. Klem det du opplever når du opplever det, og uavhengig av alt annet. Det du registrerer kan brukes i terapeutiske samtaler for å skape innsikt, og videre for å forstå aktuelle angst- og depresjonsutløsende situasjoner eller hendelser.

Case 2

– Pasient med angst

Bakgrunn: "Eirik" er student og er plaget med sterke angstanfall. Han har også tidligere hatt angst, men anfallene oppleves nå som kraftigere. Nå har han utfordringer med å huske når eller forklare hvorfor han får anfall. Han går i dag til ukentlig samtaleterapi hos en psykolog.

Bruk: For å få innsikt i omfanget og kunne forklare hvordan hverdagen er, har Eirik tatt i bruk Grasp. Eirik har avtalt med sin psykolog at han skal bruke Grasp hver gang han opplever angst.

Analyse: Eirik har brukt Grasp i over fire uker. Hver uke har han sammen med psykologen sin analysert klemmene fra Grasp for å få innsikt og lete etter sammenhenger. I fremstillingen under vises loggen fra hver uke og hvilke tiltak som ble iverksatt.

– uke 1

man søn

Det er registrert mange klem fra **søndag kveld** til og med **torsdag ettermiddag**, også om natten klemmer Eirik i denne perioden. Eirik opplever at bussen er krevende, men at Grasp gir han støtte der.

Tiltak:

Eirik og psykologen hans blir enige om at Eirik skal gå, istedenfor å ta bussen, til forelesning en dag i neste uke.

– uke 2

Neste uke er tilnærmet lik, dagen uten buss hadde til Eirik sin overraskelse lite utslag på antall registrerte klem. Eirik og psykologen blir enige om at forelesningene kan trigge angstanfall både i forkant og ettekant. Eirik går gjennom hvordan han unngår å bli plukket ut av foreleser.

Tiltak:

Psykologen ønsker at Eirik sender mail til foreleser for å spørre om det er vanlig at han trekker ut personer fra salen til demonstrasjoner, og at han en dag i neste uke sitter slik at foreleser ikke kan plukke han ut.

– uke 3

Eirik fikk svar fra foreleser. Han kom ikke til å plukke ut noen fra salen. **Tirsdagen** hadde langt færre klem enn de øvrige dagene. Eirik hadde bestemt seg for at han skulle droppe forelesning for å sjekke hvordan det gikk.

Tiltak:

Psykologen til Eirik vil at han fokuserer på det foreleseren nå har svart og tar med seg Grasp også i perioden fremover.

– uke 4

Loggen for uke 4 viser at Eirik har langt færre angstanfall. Eirik føler stor motivasjon i å se at antall klem er redusert, som følge av færre angstanfall.

Case 3: Tannlegepasient

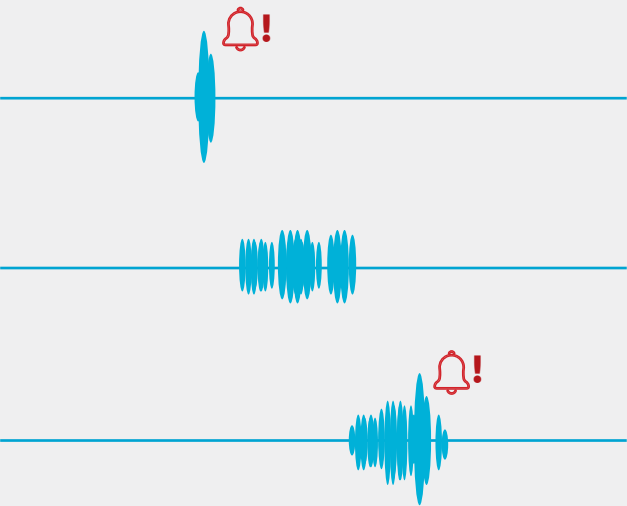
– Umiddelbar tilbakemelding ved smerte, ubehag og angst



Bakgrunn: Peder føler på sterkt ubehag når han er hos tannlege. Han har ikke vært hos tannlegen på flere år på grunn av dette. På grunn av sterk smerte må han oppsøke tannlege. Hos tannlegen får han et nytt hjelpemiddel i hånden som skal gi han mulighet til å kommunisere med tannlegen under behandlingen.

Bruk: Peder og tannlegen blir enige om at når Peder føler ubehag klemmer han på Grasp, da får tannlegen beskjed. Dersom behandlingen er så ubehagelig at Peder vil at tannlegen skal stoppe, klemmer han hardt. Da avgir Grasp et lydsignal som betyr “stopp”.

Analyse: Peder er skeptisk i starten, men opplever at han har fått kontroll over en veldig ubehagelig situasjon via Grasp. Under viser avbildning av tre logger fra Peder sin behandling.



Peder klemmer hardt med en gang. Lyd fra Grasp. Tannlegen stopper. Peder er redd, men opplevde at Grasp fungerte. Peder lar derfor tannlegen fortsette.

Peder klemmer svakt til middels. Peder synest det er ubehagelig, men føler kontroll og ønsker at tannlegen skal fortsette.

Peder klemmer hardt. Lyd fra Grasp. Tannlegen stopper. Peder kjenner sterke smerte. Tannlegen velger å bedøve Peder ytterligere.



Direkte overføring av data

Andre aktuelle bruksområder



Hjelpemiddel ved redusert evne til språk og kommunikasjon

- Pasient-/brukergrupper:
- Pasienter rammet av ulike nevrologiske tilstander
 - Barn under oppfølging av barnevernet
 - Flyktninger under behandling av norsk helsevesen



Kartlegging og oppfølging av fysiske parameter

- Pasient-/brukergrupper:
- Gravide
 - Idrettsutøvere
 - Pasienter under rehabilitering



Støtte og kartlegging ved problematiske relasjoner og utfordrende gruppedynamikk

- Pasient-/brukergrupper:
- Pårørende
 - Gruppe- og parterapi
 - Mobbing blant barn og unge



Kartlegging og støtte ved mindre alvorlige psykiske plager og abstinenser

- Pasient-/brukergrupper:
- Brukere som føler på ensomhet og redsel
 - Brukere med avhengighet
 - Brukere med tvangshandlinger

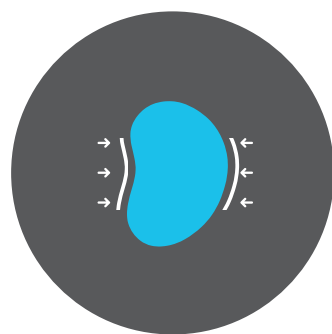
Produktet Grasp...

– en digital silikonstein med et unikt og brukervennlig design



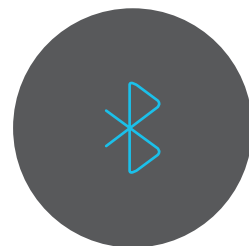
1

Planlegg bruk



2

Klem det du opplever



3

Last inn klemmene i analyseverktøyet

...og tjenesten

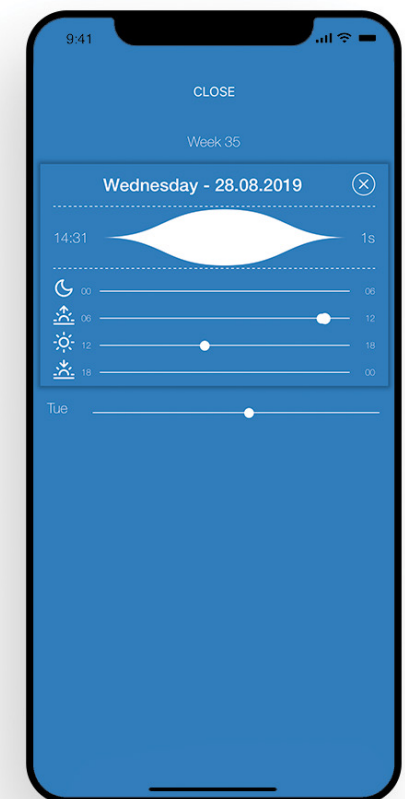
– spesialutviklet analyseverktøy som gir innsikt og skaper forståelse



Hva er mulighetene med analyseverktøyet?

Visuell fremstilling av klemmene dine:

- Få innsikt i dine egne opplevelser, se etter hendelser, tendenser, og sammenhenger.
- Skap forståelse og få anerkjennelse hos andre for hvordan du har det.
- Identifiser tiltak og følg opp. Bruk Grasp som støtte og motivasjon.





www.grasp.global



contact@grasp.global



Grasp AS Sæ 132, 5417 Stord, Norway

Lav brukerterskel

- Få brukerfeil

Registrerer intensitet, lengde og tidspunkt

Diskret

- Ta den med deg der du skal

Nonverbal

- Ingen språk eller tekst

Full kontroll over egne data

Lang batteritid

- Lades kun en gang per mnd

Stort minne

- Lagrer over 10 000 klem

Vanntett og robust

Bluetooth for overføring av data

