

Examensarbete i Interaktion och design (30 hp)

Mobil app för att bibehålla en hälsosam aktivitetsbalans i vardagen

Bakgrund

Allt fler människor blir idag sjukskrivna på grund av stress och utmattning, med svårigheter att hitta en hälsosam aktivitetsbalans i vardagen. Jennie Forsgren, arbetsterapeut på Citymottagningen i Umeå, träffar i sitt arbete på mottagningen dagligen patienter med dessa problem. Även om stressrehabilitering ofta genomförs med gott resultat, ser hon hur många patienter återfaller i gamla och ohälsosamma vane- och beteendemönster en tid efter avslutad behandling. De appar och hjälpmedel som idag förskrivs vid kognitiva nedsättningar och liknande symptom är inte tillräckliga för att stödja dessa patienter i sitt tillfrisknande.

Målsättning

Syftet med projektet är att minska sjukskrivningslängden för patienter med utmattningssyndrom, genom att skapa en mobil app som hjälper patienten att bibehålla en hälsosam aktivitetsbalans i vardagen. Appen ska understödja planering av aktiviteter och ge patienten direkt feedback, t.ex. om det är för mycket aktiviteter som tar energi och för få aktiviteter som ger energi, samt presentera förslag på åtgärd.

Arbetsbeskrivning

Projektet avser en begränsad och väl formulerad del med god vetenskaplig nivå och bör anses lämpligt till ett 30 poängs examensarbete för blivande civilingenjörer inom Interaktion och design.

Arbetet består i att:

- Göra en tids- och projektplanering
- Genomföra en litteraturstudie
- Arbeta med att ta fram en prototyp till appen
- Testa prototypen på slutanvändare (patienter finns via Citymottagningen)
- Utvärdera och analysera resultatet
- Redovisa projektet muntligt, samt skriftligt i en rapport

Se även universitetets information för aktuellt program.

Handledare

Jennie Forsgren

Rehabkoordinator/Leg. arbetsterapeut

Citymottagningen

Tel.: 070-562 66 14

E-post: jennie.forsgren@ptj.se

Web: <http://www.ptj.se/citymottagningen/>