

# MindApps

Rsyd LIFE



**Appens navn :** Rsyd LIFE

**Dato:** 16/1/2017

**Score:** 2,63 ud af 3

## Resume:

Rsyd Life appen er en kost og motionsapp der er udviklet i samarbejde med psykiatrien i Region Syddanmark. Appen er sikker at bruge. Man skal dog være opmærksom på at det kræver en databehandleraftale (Der er indgået en men Region Syddanmark). Appen er frit tilgængeligt, men der kan købes licenser for ekstra funktioner ved brug i en afdeling.

Rsyd LIFE har fået en rating på 2,63. Det der har trukket op er en velbeskrevet gennemgang af appen både på appstore, og på udviklers hjemmeside. Derudover bygger appen på allerede etableret metoder, og designet samt funktionerne er gode. Appen kunne være mere intuitiv da det kræver lidt tid, at lære alle dens funktioner ordentligt.

---

## Screeningspanel:

Anders Bay-Smidt, Konsulent - Telepsykiatrisk Center

---

### Navn og titel

Tidlig interventionsteam og Almenpsykiatrisk Team - Odense

---

### Navn og titel

---

### Navn og titel

---

### Navn og titel

---

## Download Links:



**Link:** <https://itunes.apple.com/gb/app/rsyd-life/id1114960930?mt=8>



**Link:** <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.mobilefitness.regionsyd>



**Link:** Ikke tilgængelig

## Beskrivelse af appen:

Rsyd LIFE er et effektivt redskab til dig, som gerne vil tabe dig, vedligeholde din vægt, komme i bedre form, få mere overskud, stoppe med at ryge eller blot leve sundere.

---

## Udvikler:

MobileFitness

## Pris og tilkøbspriser i appen:

Gratis

## Sprog:

Dansk

## Målgruppe:

Generelt

## Metode:

Selvmonitorering, Støtte, Vejledning, Motivation.

---

**Platform:** iOS

**Testet appversion:** 1.0.1

**Platform:** Android

**Testet appversion:** 1-regionsyd

**Platform:**

**Testet appversion:**

## Baggrundsinformation

---

### Hvor tydeligt er appens formål beskrevet?

Der er dybdegående beskrivelse af appen og dens funktioner på appstore og udviklers hjemmeside.

---

### Hvordan er appen udviklet?

Appen er udviklet i et samarbejde mellem MobileFitness og Psykiatrien i Region Syddanmark. I udviklingsarbejdet er der inddraget både klinisk personale samt patienter med diagnosen skizofreni.

---

### I hvilket omfang ydes der support på appen?

Der er mulighed for telefonisk support og mail til tekniske problemer samt hjælp til brug af programmet.

---

**Delscore:** 3,00

---

## Klinisk Kvalitet

---

### Har appen dokumenteret effekt?

Der er ikke nogen isoleret dokumenteret effekt på selve appen. Men appen er ved at blive testet af i et Kost og Motionsføløb hos skizofrene patienter i 2 psykiatriske afdelinger i Odense, hvor registrering af kost og motion før er sket på papir.

---

### Er appen baseret på en velbeskrevet og veldokumenteret klinisk metode?

Kost og motion er et fokusområde der går igen på tværs i psykiatrien, hvor en registrering af kost og motion også er en del af metoden flere steder.

---

### Hvor godt er appen tilpasset den målgruppe appen er udviklet til?

Appen henvender sig til en bred målgruppe. Selve udviklingsarbejdet er sket med skizofrene patienter, men den henvender sig generelt, så der er som udgangspunkt ikke nogen specifik målgruppetilpasning.

---

**Delscore:** 2,30

---

## Funktioner

---

### Hvor ofte opdateres appen og dens indhold?

Appen opdateres jævnligt, med seneste opdatering juni 2016. Der kunne dog ønskes en bedre beskrivelse af de rettelser opdateringen indbærer.

---

### Virker appens funktioner efter hensigten?

I testningen af appen oplevede vi ikke fejl i nogen af appens funktioner.

---

### Er der muligheder for individuel tilpasning af appen?

Der er mulighed for enkle indstillinger af notifikationer. Man kan bl.a. indstille hvor tit og hvilke typer beskeder som appen den notificere om. Derudover kan man bl.a. tilføje eller fjerne modulet omkring rygning.

---

**Delscore:** 2,60

---

## Design

---

### Hvordan understøtter appens design brug og navigation?

Appen er bygget op i moduler for at give et nemmere overblik. Der er dog en del indhold i appen både i form af at lære modulerne at kende, men også at finde rundt i de mange artikler der findes i appen. Så det kræver lidt tid før den er intuitiv i brug.

---

### Hvordan motiverer appen brugeren?

Appen motiverer via målsætninger og pushbeskeder, hvor man kan følge sin udvikling. Derudover bruges den på nuværende tidspunkt som en del af undervisningen i to afdelinger, hvor der motiveres igennem ugentlig opgaver i appen.

---

### Hvordan er kvaliteten af de skriftlige og visuelle elementer i appen?

Der er brugbare diagrammer, der kan sammenligne madindtag og fysisk udfoldelse. Derudover giver den diagrammer, hvor man kan følge ens udvikling.

---

**Delscore:** 2,60

---

## Risikovurdering

Kode	Indhold	Risikoniveau
R7	App med registrering af helbredsdata.	Højt

## Datasikkerhed:

### Indsamler app'en persondata oplysninger?

Ja, der oprettes en konto med brugerens mail.

### Kan data og konto-oplysninger slettes ved forespørgsel og ophør af brug?

Ja, data bliver slettet når kontoen slettes

### Kan man selv vælge om data deles med andre apps, digitale tjenester eller tredjepart af anden karakter?

Ja, det er brugerens eget valg, hvem data deles med.

### Opbevares data på mobiltelefon eller i 'skyen'?

Data opbevares i skyen, for at kunne tilgås fra flere enheder.

### Lagres data på en server placeret inden for EU's grænser?

Ja, data lagres på en server i København.

### Krypteres indsamlede personfølsomme data?

Ja, data krypteres med 128 bit

### Kategori af CE-Mærkning:

Appen falder ikke under lovgivningen for medicinsk udstyr og skal ikke CE-mærkes.

## Opsummering af Datasikkerhed:

Der er ingen sårbarheder i forhold til datasikkerhed. Man skal dog være opmærksom på, at det kræver en databehandleraftale for at bruge appen i behandlingen.

## Opsummering af CE-Mærkning:

Ikke relevant



## Subjektiv vurdering

---

Der blev ytret et ønske omkring scannerfunktion, og søvnregistrering i testperioden. Men appen har samtidig sine fordele, og brugen af den i psykiatrien i Region Syddanmark viser gode takter, hvor den supporterer undervisningen, og både behandlere og patienter generelt virker tilfredse med den. Der vil blive lavet en evaluering på projektet, der på sigt vil blive inddraget her i rapporten.

---

### Udviklers hjemmeside:

[www.mobilefitness.dk/en/](http://www.mobilefitness.dk/en/)

### Evt. udviklingssamarbejdspartnere:

Kommuner og Regioner

### Artikler eller lign. om appen:

### Andet:

<https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/>