

# MindApps

MinPlan



Appens navn : MinPlan

Dato: 5/1/2018

Score: 1,94 ud af 3

## Resume:

MinPlan er en elektronisk psykiatrisk kriseplan. Appen bruges til at udarbejde personlige handlestrategier hvis eller når krisen opstår. Appen er sikker at bruge. Data opbevares lokalt på telefonen, og brugeren kan selv vælge at dele data fra appen via beskedfunktionen. Brugeren skal være opmærksom på, at de data man vælger at dele via e-mail ikke krypteres og at deling af data derfor er på brugerens eget ansvar. MinPlan kræver ikke en databehandleraftale.

MinPlan har fået en rating på 1,94. Det der trækker op er baggrundsinformationerne samt den kliniske effekt, hvor MinPlan er udviklet i samarbejde med forskere og selvmordsforebyggende instanser. Det der derimod trækker lidt ned er, at flere har oplevet at appen fryser. Derudover er der også oplevet fejl i funktionen, hvor man kan tilkoble et musiklink.

## Screeningspanel:

Ergoterapeut - Psykiatrisk Afdeling Odense

### Navn og titel

Børn og unge arbejdsgruppe

### Navn og titel

Tascha Brandt Schosler, Projektmedarbejder, Telepsykiatrisk Center

### Navn og titel

### Navn og titel

## Download Links:



Link: <https://itunes.apple.com/dk/app/minplan-danmark/id882593683?l=da&mt=8>



Link: <https://play.google.com/store/apps/details?id=dk.minplan.controllers&hl=da>



Link: Ikke tilgængelig

## Beskrivelse af appen:

MinPlan er en elektronisk psykiatrisk kriseplan. Appen bruges til at udarbejde personlige handlestrategier hvis eller når krisen opstår. I appen indtaster brugeren de symptomer han/hun skal reagere på og handlestrategier, der hjælper brugeren ud af krisesituationen. Symptomer og handlestrategier kan kobles sammen og der kan tilføjes relevante kontaktpersoner, personlige billeder og musik, der understøtter handlestrategierne.

---

## Udvikler:

Minplan IVS

## Pris og tilkøbspriser i appen:

Gratis

## Sprog:

Dansk, engelsk, norsk, bokmål

## Målgruppe:

Generelt

## Metode:

Kriseplan

---

**Platform:** iOS

**Testet appversion:** 5.6

**Platform:** Android

**Testet appversion:** 26

**Platform:**

**Testet appversion:**

---

## Baggrundsinformation

---

### Hvor tydeligt er appens formål beskrevet?

Der er en tilstrækkelig beskrivelse af appens funktionalitet og i hvilken kontekst appen er udviklet på appstores og udviklerens egen hjemmeside.

---

### Hvordan er appen udviklet?

Minplan er udviklet i samarbejde med forskere og selvmordsforebyggende instanser i Danmark og Norge. Her kan bla. nævnes Livslinien og børnetelefonen.

---

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

Der er mulighed for at få support via en kontaktformular på [www.minplan.org](http://www.minplan.org). Der er dog ikke nogen beskrivelse af responstid.

---

**Delscore:** 2,10

---

## Klinisk Kvalitet

---

### Har appen dokumenteret effekt?

Appen er blandt andet afprøvet i Psykiatrisk Afdeling i Odense. Derudover er der lavet en rapport MYPLAN – A Mobile Phone Application for Supporting People at Risk of Suicide. I rapporten fremgår det at klinikere fra selvmordsforebyggende klinikker, rapporterer positivt tilbage ift. deres erfaringer med appen. F.eks. at det er let at bruge appen og appen er let accepteret af deres patienter. Ligeledes fremgår det, at deres patienter finder MinPlan let at bruge, appen hjælper dem med at tage ejerskab over deres krisestrategi og flere har brugt MinPlan i kritiske situationer. I rapporten fremgår det, at den største begrænsning ved MinPlan er, at de ikke ved, om den forebygger selvmord. Det er planlagt at teste appens effektivitet i et randomiseret kontrolleret forsøg.

---

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

Appen bygger på den almindeligt anerkendte metode 'kriseplan', 'mestringsplan' eller 'sikkerhedsplan', som normalt foregår på papir.

---

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

Appen har bred anvendelighed. Den kan bruges af alle, der har gavn af en krise- og/eller mestringsplan. Men det er ikke muligt for brugeren at fravælge 'Livslinien' og 'BørneTelefonen'

---

**Delscore:** 2,00

---

## Funktioner

---

### Hvor ofte opdateres appen og dens indhold?

Appen er løbende under udvikling i forbindelse med de forskellige projekter og afprøvninger app'en indgår i. Den bliver jævnligt opdateret på appstores dog uden tydelig angivelse af hvad der er opdateret.

---

### Virker appens funktioner efter hensigten?

Der er af og til problemer med at appen "fryser". Der er også oplevet fejl i den funktion, hvor man kan tilkoble et musiklink. Desuden er påmindelsesfunktionen blevet kritiseret for ikke at fungere optimalt, da påmindelseslyden kun er et enkelt 'bip'.

---

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

Der er mulighed for at sætte påmindelser, og for at dele kriseplanen som PDF til e-mail. Man skal dog være opmærksom på at deling via e-mail sker uden kryptering.

---

**Delscore: 1,83**

---

## Design

---

### Hvordan understøtter appens design brug og navigation?

Appen er overordnet set let at navigere i. Det der kræver lidt tilvænning er, at man for hver gang man taster noget ind, skal huske at trykke 'gem', da man ellers mister de indtastede oplysninger.

---

### Hvordan motiverer appen brugeren?

Der er mulighed for at indsætte, musik, billeder og link til video og reminders som en del af mestringsplanen.

---

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

Designet står skarpt, er enkelt og let forståeligt. Appen er ukompliceret og designet er med til at understøtte en hurtigt forståelse for og et overblik over appens elementer.

---

**Delscore:** 1,83

---

## Risikovurdering

Kode	Indhold	Risikoniveau
R2	App med påmindelsesfunktion	Moderat

## Datasikkerhed:

### Indsamler app'en persondata oplysninger?

Nej

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

Ja

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

Ja

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

Mobiltelefon

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

Nej

### Krypteres indsamlede personfølsomme data?

Ikke relevant

### Kategori af CE-Mærkning:

Ikke relevant

## Opsummering af Datasikkerhed:

Appen indeholder ingen sammenkobling mellem personoplysninger og personfølsomme oplysninger. Man skal være opmærksom på, at der er mulighed for at dele kriseplanen som PDF via e-mail, hvor forbindelsen ikke er krypteret. Appen kræver ingen databehandler aftale.

## Opsummering af CE-Mærkning:

Ikke relevant



## Subjektiv vurdering

---

Appens simple design og grundlæggende kriseplan-funktioner gør appen bredt anvendelig. Det betyder, at den kan indgå som et støtteelement i mange forskellige sammenhænge, lige fra ergoterapiens arbejde i psykiatrien til selvmordsforebyggelse. Det er et fleksibelt redskab, hvor det der bliver tastet ind i appen vil være en afspejling af den faglighed, der har introduceret appen for brugeren. Det er en stor fordel, at et redskab, der normalt har været i papirform nu er digitaliseret i form af denne app.

---

### Udviklers hjemmeside:

<http://www.minplan.org/>

### Evt. udviklingssamarbejdspartnere:

<http://www.minplan.org/news.html>

### Artikler eller lign. om appen:

"MYPLAN - A Mobile Phone Application for Supporting People at Risk of Suicide", skrevet af Jette L. 

### Andet: