



"Visjonen til eHjerteRehab er å gjere hjarterehabilitering tilgjengelig for alle."

• Våren er i anmarsj, og prosjektet går framover. Vi er i godt driv med inklusjon av pasientar i prosjektet, og det skjer mykje både på nasjonale og internasjonale arenaer.

• Ein av dei som har bidrege som brukar i samskapinga og til prosjektet sitt innhald er Alf Johannes Agcaoli Borge (39) frå Bergen. Les om hans oppleving av å [plutseleg bli hjartepasient og rehabiliteringa her](#): «Du lærer alle aspektene du går gjennom: trening, kosthold, stressmestring og det psykiske»



• Intervju: bli kjent med leiar for arbeidspakke om mental helse, Christian Moltu.



eHjerteRehab



@eHjerteRehab



@eCardiacRehab



PROCARD
Patient Reported Outcomes in Cardiology Research Group



@ProcardR



@ProcardForskningsgruppe



@ProcardResearchGroup



@ProcardResearchGroup



Kva har skjedd sidan sist?

• NSF eHelsekonferanse gjekk av stabelen 12.-13. februar i Lillestrøm. Kristin J Ramstad heldt foredrag om *Samskaping i utvikling av eit digitalt hjarterehabiliteringsprogram* og korleis vi har fokus på brukarmedverknad utover det tradisjonelle.

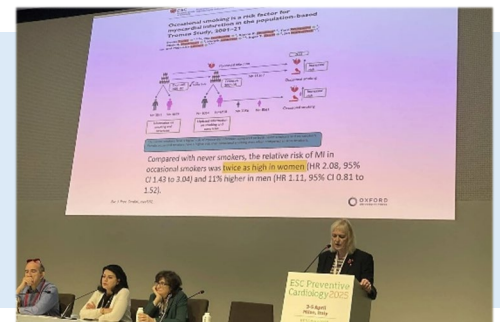


• Gode løysingar krev dialog på tvers av fagområde! Med *Frå idé til utvikling av eHjerteRehab* representerte Irene Valaker eHjerteRehab på Helseinnovasjonskonferansen 2025 «Krafta i samarbeid!» – ein tverrfagleg møteplass for dei som arbeider med innovasjon og verdiskaping i helsesektoren. [Les meir om konferansen her.](#)

• Prosjektleiar Tone M. Norekvål var på ESC Preventive Cardiology 2025 i Milano, der mellom anna hjarterehabilitering for eldre stod på agendaen, saman med førebygging og behandling av hjarte- og karsjukdomar hos kvinner.

[Her er fleire bilete frå kongressen,](#)

[og her kan du lesa meir om programmet!](#)



• Den fine gjengen med doktorgradsstipendiatar i prosjektet hadde eit produktivt arbeidsmøte 26.–27. mars, der dei diskuterte framdrifta i arbeidet sitt, delte erfaringar og planla vidare forskningsaktivitetar.

Portrettintervju med Christian Moltu



Fortel oss
litt om deg
sjølv

Eg heiter Christian Moltu, og er forskingsleiar ved Psykisk Helsevern i Helse Førde, og professor II ved Høgskulen på Vestlandet.

Kan du fortelje oss litt om di rolle i prosjektet?

Eg har ansvar for arbeidspakken som handlar om psykisk helse. Som psykolog er eg særleg oppteken av korleis psykisk helse og psykisk velvære er ein del av alle livsområde – også når sjukdom rammar. I eHjerteRehab er eg ansvarleg for å utvikle og forske på korleis tiltak for psykisk helse i e-rehabiliteringsprogrammet kan støtte, hjelpe og styrke dei det gjeld, i deira prosess mot betre helse, tryggleik og livskvalitet. Forhåpentlegvis vil arbeidspakken bidra til at deltakarane får ei heilskapleg tilnærming til rehabilitering, der kropp og sinn blir sett i samanheng.



Kvifor er dette prosjektet viktig?

Hjarte- og karsjukdom kan vere ei stor krise i livet til eit menneske. Etter vellukka behandling treng mange støtte og rehabilitering for å finne att tryggleiken og livskvaliteten dei hadde før sjukdomen. Ein bør ikkje bli ståande åleine etter den akutte fasen, men vi ser at det berre er eit mindretal som deltek i fysisk rehabiliteringsprogram. Det å ikkje få kontinuerleg støtte, tilskot til helsekompetanse og fagleg monitorering kan føre med seg risikoar for den enkelte. No er tida inne for å tilby betre tenester – digitalt!

Kva inneber arbeidspakken din?

Psykisk helse handlar ikkje berre om psykiatriske lidingar – det handlar om vanlege prosessar som å meistre, finne mening, føle seg trygg i staden for redd, og så vidare. Det er heilt normalt å reagere med sorg og uro på store hendingar i livet. Arbeidspakken handlar ikkje om sjukdom, men om det normale. Og dei vanlege behova som følgjer med krevjande livshendingar og kriser. Eg håpar arbeidspakken kan bidra til at alle involverte snakkar godt og ope om behova og reaksjonane som kjem når livet slår, på ein måte som støttar og tryggar tilfrisking.

Fun fact!

Eg har eit lite småbruk ved sjøen, og har tidlegare hatt geiter. Eg elska å vere med dei. Når livet blir litt rolegare, kjem eg til å ha geiter igjen – dei beste dyra som nokon gong er "oppfunne"!