

The background of the banner features a vibrant, abstract design with overlapping wavy bands in shades of blue, green, and yellow. Various educational icons are scattered throughout: a graduation cap in the top left, a glowing lightbulb and an open book in the top right, a magnifying glass and a speech bubble in the bottom left, and another speech bubble in the bottom right. The text is centered within a white, cloud-like shape.

Uddanneiseskonferencen

3. feb. 2025 – YL og OL



People's
DOCTOR

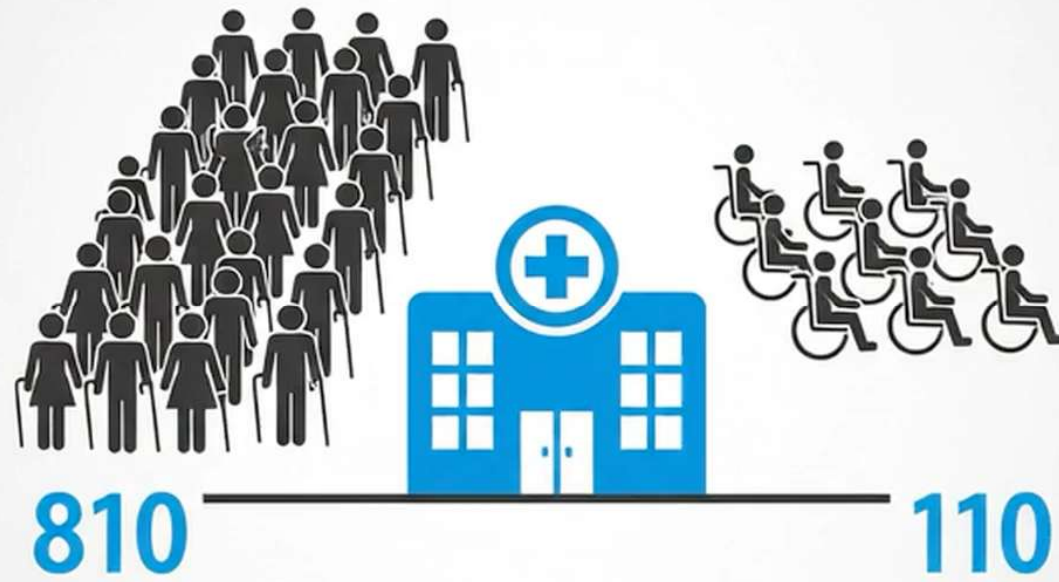
FioniaLocker

*Hvordan ser
fremtiden ud i
forhold til Almen
Praksis og AI?*

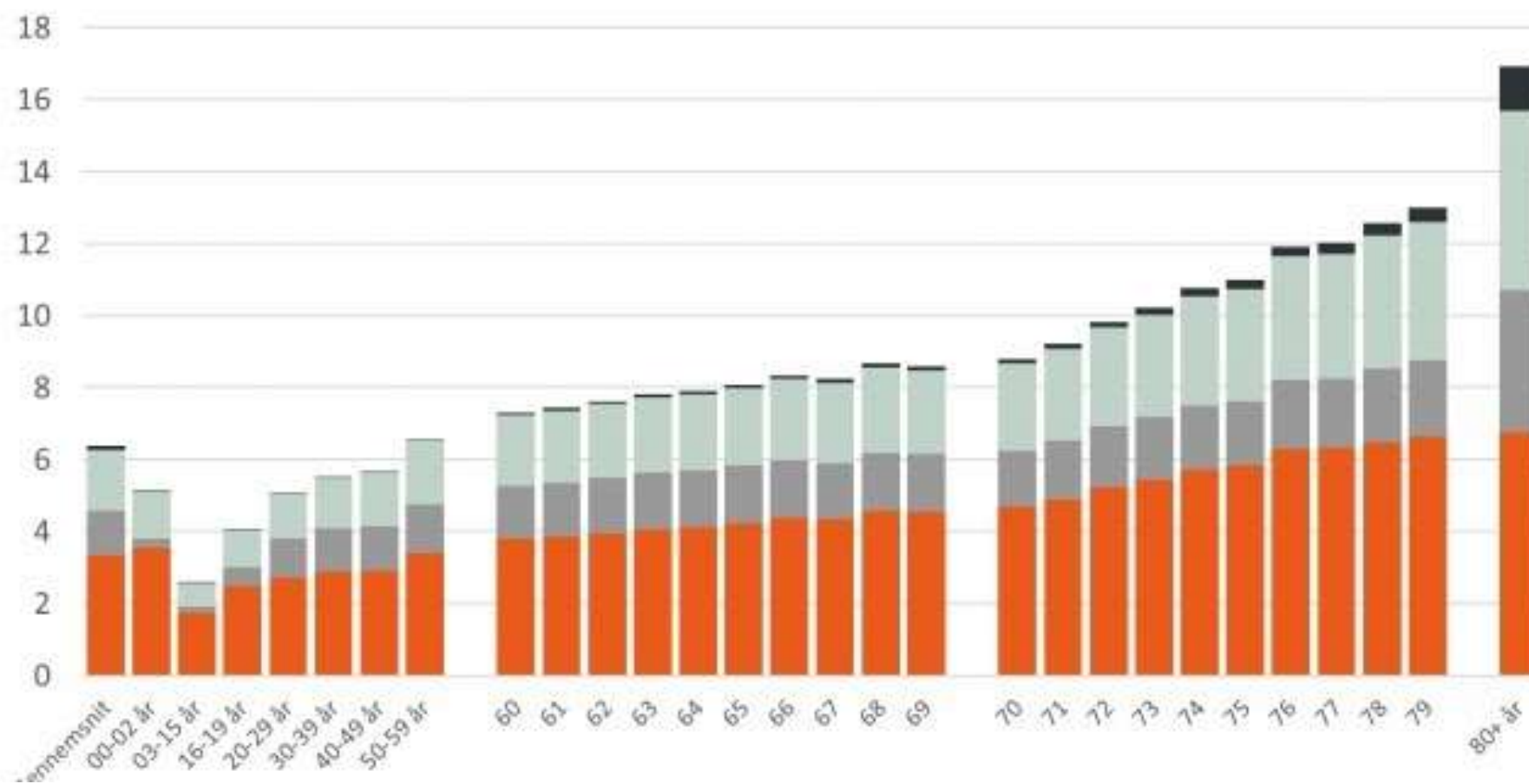


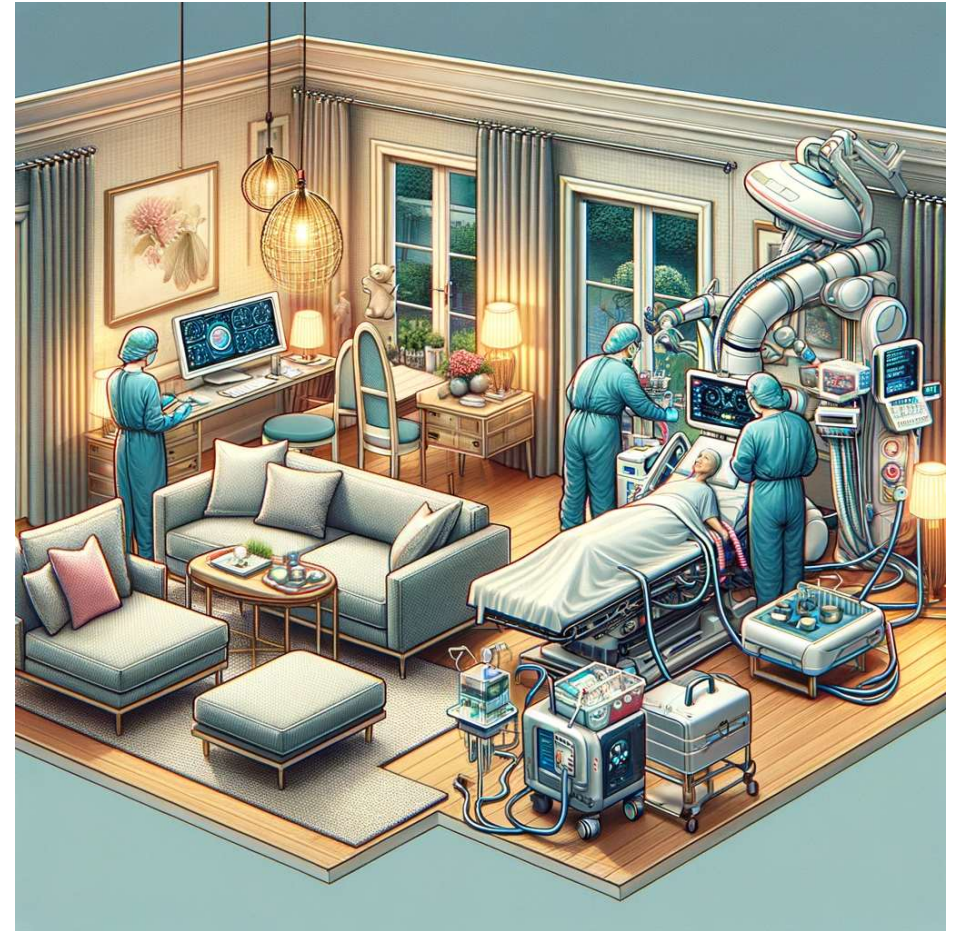
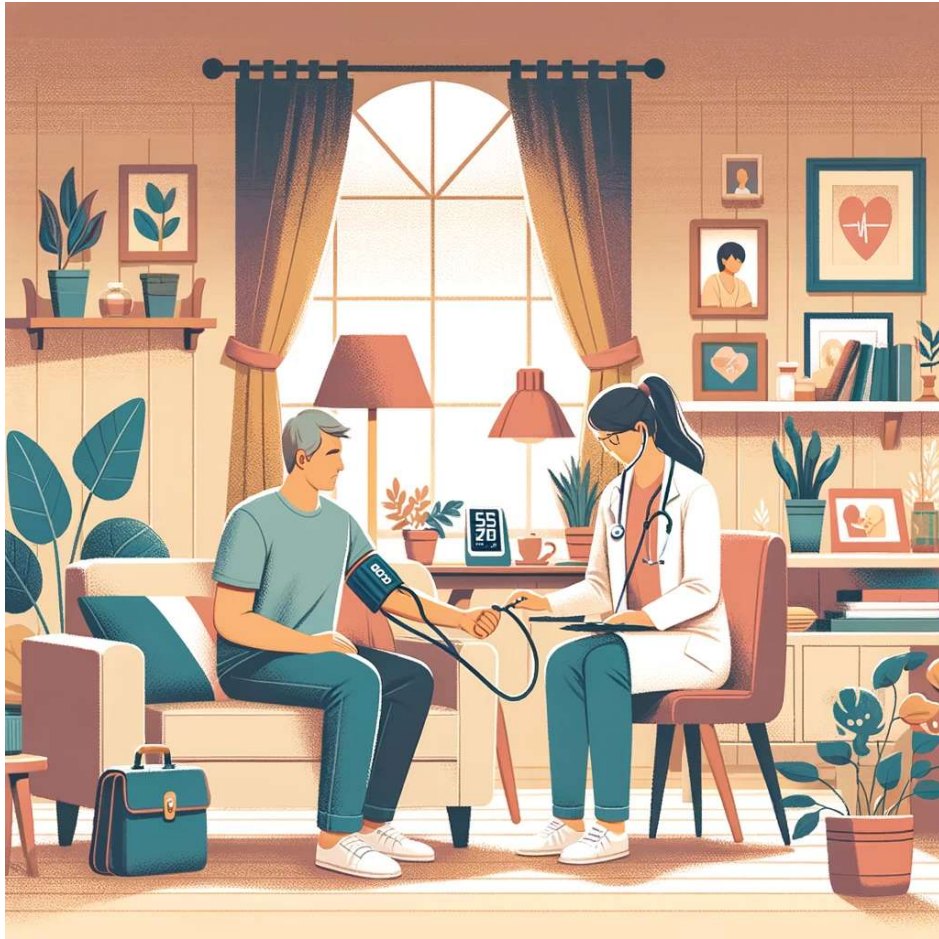


2005



Konsultationer efter alder, 2018





[Forside](#) > Screening for atrieflimren med app har store perspektiver

App Atrieflimren Forskning Screening Smartphoneapp Studie

Screening for atrieflimren med app har store perspektiver

Stort set alle har en smartphone, og det giver store perspektiver på screening af atrieflimren. Med en app kan man systematisk kunne registrere hjerteslag og derved komme i forebyggende behandling.





Lægemedler til Vægttab og Metabolisk Sundhed

- **Semaglutid (Wegovy)**, Tilgængelig, Adipositas, 🥗
- **Tirzepatid (Zepbound)**, Tilgængelig, Adipositas/Type 2-diabetes, 🥗
- **Retatrutid**, 2026-2028, Adipositas/Metabolisk syndrom, 🚀
- **CagriSema**, 2026, Adipositas/Type 2-diabetes, 🧬
- **Orforglipron**, 2026-2027, Adipositas (oral/tablet), 💊
- **Bimagrumab (+ incretin)**, 2028-2030+, Sarcopenisk adipositas (bevarelse af muskelmasse ved vægttab), 💪
- **Survodutid**, 5-10 år, Adipositas, 🧬
- **Amycretin (oral)**, >5 år (tidlig fase), Adipositas (oral/tablet), 💊
- **VK2735**, >5 år (tidlig fase), Adipositas, 🧬
- **Danuglipron**, Usikker (udfordret udvikling), Adipositas (oral/tablet), 💊

Lægemedler til Vågenhed og Søvnforstyrrelser

- **Ovexorexton**, 2026, Narkolepsi/Hypersomni, 🌞
- **Alixorexton**, 5-10 år, Narkolepsi/Hypersomni, 💡
- **ORX750**, >5 år (tidlig fase), Narkolepsi, 💡
- **Pitolisant (Wakix)**, Tilgængelig (specialistbrug), Narkolepsi/Hypersomni, 📖
- **Solriamfetol (Sunosi)**, Tilgængelig (specialistbrug), Søvnnapnø/Narkolepsi-relateret træthed, ☕
- **Danavorexton**, >5 år (tidlig fase), Narkolepsi, 💡

Lægemedler til Muskelmasse og Aldring

- **Sarconeos (BIO101)**, 5-20 år, Sarkopeni (aldersrelateret muskeltab), 🏃
- **Metformin (TAME-studie)**, >10 år, Aldringsmodulation, ⌚
- **Rapamycin/Rapaloger (Sirolimus, Everolimus)**, >10 år, Aldringsmodulation, 🌱
- **Dasatinib + Quercetin (Senolytika)**, >10 år, Aldringsmodulation, 🍂
- **NAD⁺-boostere (NR/NMN)**, >10 år (som lægemiddel), Aldringsmodulation, 🔋
- **Enobosarm**, >5 år, Bevarelse af muskelmasse/Sarkopeni, 💪

Lægemedler til Hår, Hud og Syn

- **Ritlecitinib (Litfulo)**, Tilgængelig, Alopecia Areata (pletskaldethed), 👤
- **Baricitinib (Olmiant)**, Tilgængelig, Alopecia Areata (pletskaldethed), 👤
- **Aceclidine (VIZZ)**, 2026-2027, Presbyopi (alderssyn), 👁
- **Andre miotika (Pilocarpin, Carbachol)**, Tilgængelig/Under udvikling, Presbyopi (alderssyn), 👁

- **Ruxolitinib creme (Opzelura)**, Forventet 2024 (EU), Vitiligo, 🌈

- **Clascoterone (Breezula)**, ca. 2026, Androgenetisk alopeci (alm. hårtab), 👤
- **Pyrlutamid (KX-826)**, ca. 2026+, Androgenetisk alopeci (alm. hårtab), 👤

Andre Fremtidige Lægemedler

- **AK-OTOF**, ca. 2028+, Arveligt høretab (genterapi), 🧠
- **YCT-529**, ca. 2030+, Mandlig prævention (p-pille til mænd), 🚫👤
- **RISUG/ADAM**, >10 år, Mandlig prævention (hydrogel), 🚫👤
- **MDMA-assisteret terapi**, ca. 2025-2026 (specialistbrug), PTSD, 🌸
- **Psilocybin-assisteret terapi**, ca. 2027+, Behandlingsresistent depression, 🌸
- **siRNA mod sFlt-1 (ALN-AGT)**, ca. 2030+, Svær præeklamsi (svangerskabsforgiftning), 🤰
- **Kisspeptin**, Tilgængelig (specialistbrug), Fertilitetsbehandling (IVF), 🍼



Lægeformand: Manglen på speciallæger er massiv

I Lægeforeningen har vi længe forsøgt at få politikere og myndigheder til at indse, at antallet af hoveduddannelsesstillinger skal øges med cirka 200 om året, hvis vi skal kunne tilbyde alle patienter med behov adgang til specialiseret behandling, skriver formand Camilla Rathcke.

Camilla Rathcke | 19/01/2023

Danmark vil mangle mere end 8.000 sygeplejersker i 2030

KL

25. januar 2022

Om bare 8 år kan vi mangle 16.000 SOSU'er

Ny analyse viser, at der i 2030 mangler 16.000 SOSU'er, hvis ikke vi lykkes med at uddanne flere, og vil opretholde niveauet i 2021. Det er den klart

PLO Analyse Behov for 5.000 praktiserende læger i 2030

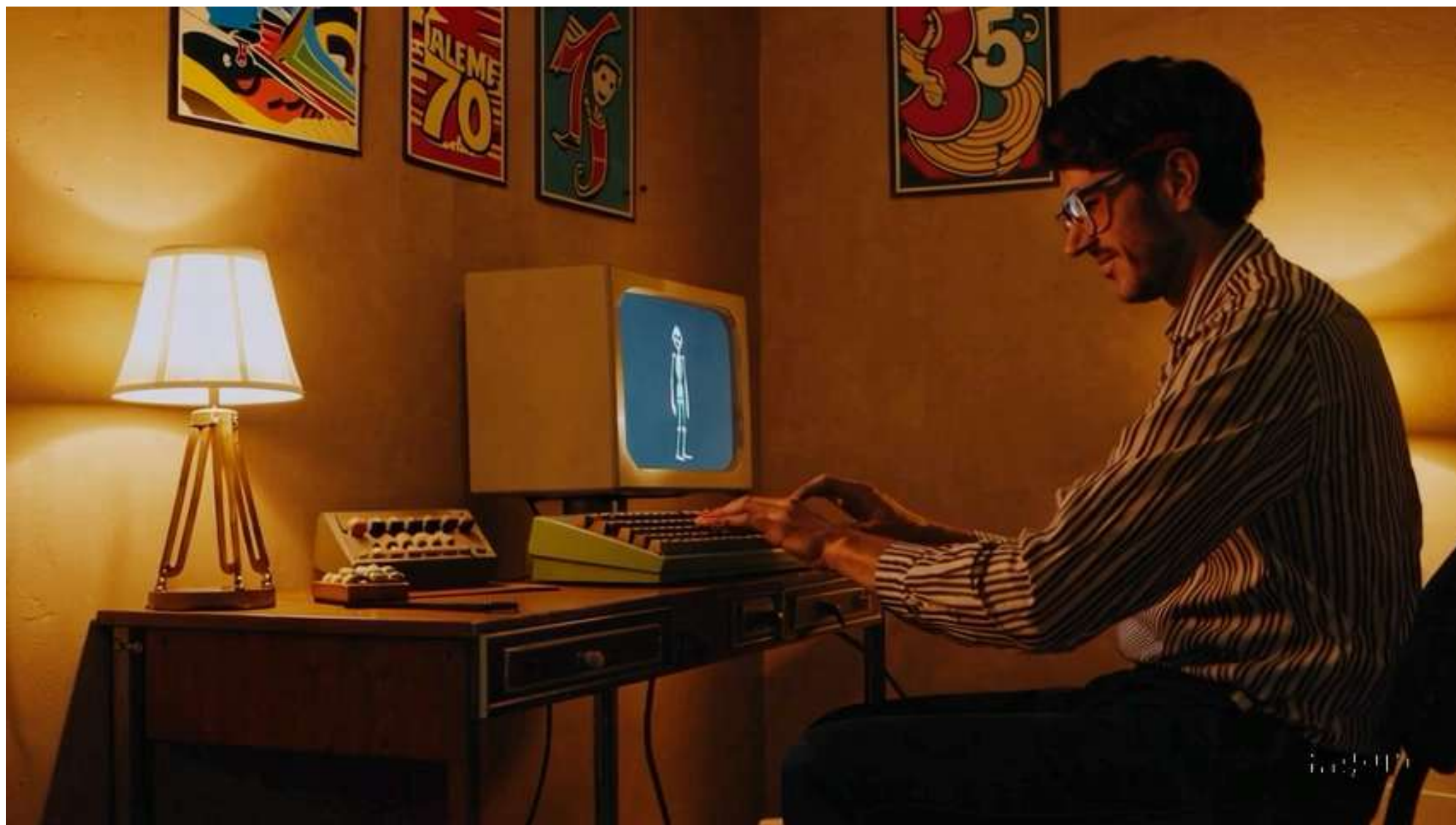


Brug 5 min med side manden

Overvej hvad der er sket de sidste 20 år og hvad der vil ske de næste 20 år.

**TAK FORDI DU REDDEDE
SUNDHEDSVÆSENET!**







BrainPOP

Hvor hurtigt går det?



JFK ASKS CONGRESS FOR FUNDS TO SEIZE SPACE LEADERSHIP

Arranged by
E. McDONNELL

MOVIETONE
NEWS

Described by
JOE KING



0:02 / 3:46



ET



SUBSCRIBE

2026



Brug 2 min med side manden

Overvej hvad der er sket de sidste 20 år og hvad der vil ske de næste 20 år.



Digitalt =
effektivt?







Tid



Overblik



Den syges
ressourcer

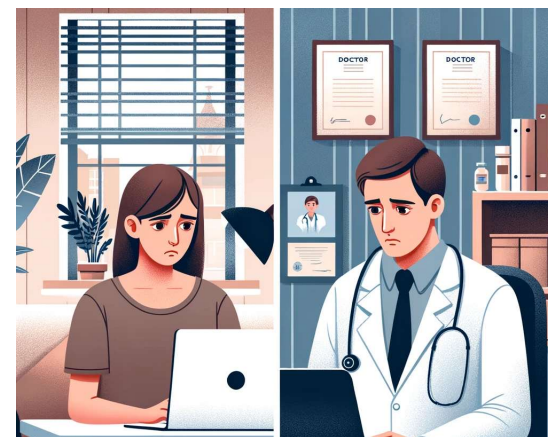


Begrænset indblik
i det levede liv





Hej læge,
Jeg har haft en lidt irreterende tør
hoste og en let feber i næsten 12
timer nu. Hosten vil bare ikke gå væk,
selvom jeg prøver al slags
håndkøbsmedicin. Jeg er osse rigtig
træt og har indimellem hovedpine. Hva
kan det her skyldes, og skal jeg gøre
nøgt særligt? PS ring gerne. Jeg er
oppe...



- Nej det er IKKE farligt. Det kan godt være du er oppe. Men jeg har sgu ikke tid til at skrive til dig kl 05:30 om morgenen med ligegyldigheder. Få dig en mormor og et liv!
- Nej. Book evt. en tid



- Kære patient,
Med henblik på dine nuværende symptomer – en vedvarende tør hoste, let feber, træthed og hovedpine – er der flere mulige årsager, såsom virusinfektioner som forkølelse eller influenza, eller potentielt COVID-19. Det er vigtigt, at du nøje overvåger dine symptomer. Jeg anbefaler, at du tager paracetamol for at mindske feber og hovedpine, sikrer dig, at du drikker rigeligt med væske, og får tilstrækkelig hvile. Skulle dine symptomer forværres, eller hvis du oplever åndenød, er det nødvendigt, at du straks søger lægehjælp. Som en forsigtighedsforanstaltning anbefaler jeg også, at du bliver testet for COVID-19. Vær opmærksom på eventuelle andre symptomer, der måtte opstå, og tøv ikke med at kontakte mig for yderligere rådgivning.



Opret

Konfigurer



Navn

MailRobot

Beskrivelse

Besvarer patienters e-mails kort, høfligt og informativt.

Instruktioner

Denne GPT fungerer som en assistent for en praktiserende læge og hjælper med at besvare e-mails fra patienter. Den skal formulere svar på en venlig, professionel og empatisk måde, mens den holder sig til relevante medicinske retningslinjer og privatlivsregler. Den kan give generelle oplysninger om symptomer, behandlinger og praksisens procedurer, men vil altid henvise til en konsultation for konkret medicinsk rådgivning. Den skal undgå at stille diagnoser eller anbefale specifikke behandlinger uden en fysisk konsultation. Svarene skal være korte, høflige og præcise. Hvis der er et åbenlyst råd, skal det gives. Hvis patienten ønsker en tid eller det vurderes relevant, skal MailRobot informere om bookingmulighederne: ↗

Samtalestartere

Hvordan svarer jeg en patient, der spørger om en receptfornyelse?



Hvad skal jeg skrive til en patient, der ønsker en tid hos lægen?



Hvordan forklarer jeg en patient, at de skal bestille en konsultation?



Hvordan besvarer jeg en e-mail fra en patient med generelle spørgsmål om influenza?



Viden

Hvis du uploader filer under Viden, kan samtaler med din GPT omfatte indholdet af filerne. Filer kan downloades, når Kodefortolker er aktiveret.

Upload filer

Evner

Forhåndsvisning



MailRobot

Besvarer patienters e-mails kort, høfligt og informativt.

Hvordan svarer jeg en patient, der spørger om en...

Hvad skal jeg skrive til en patient, der ønsker en tid...

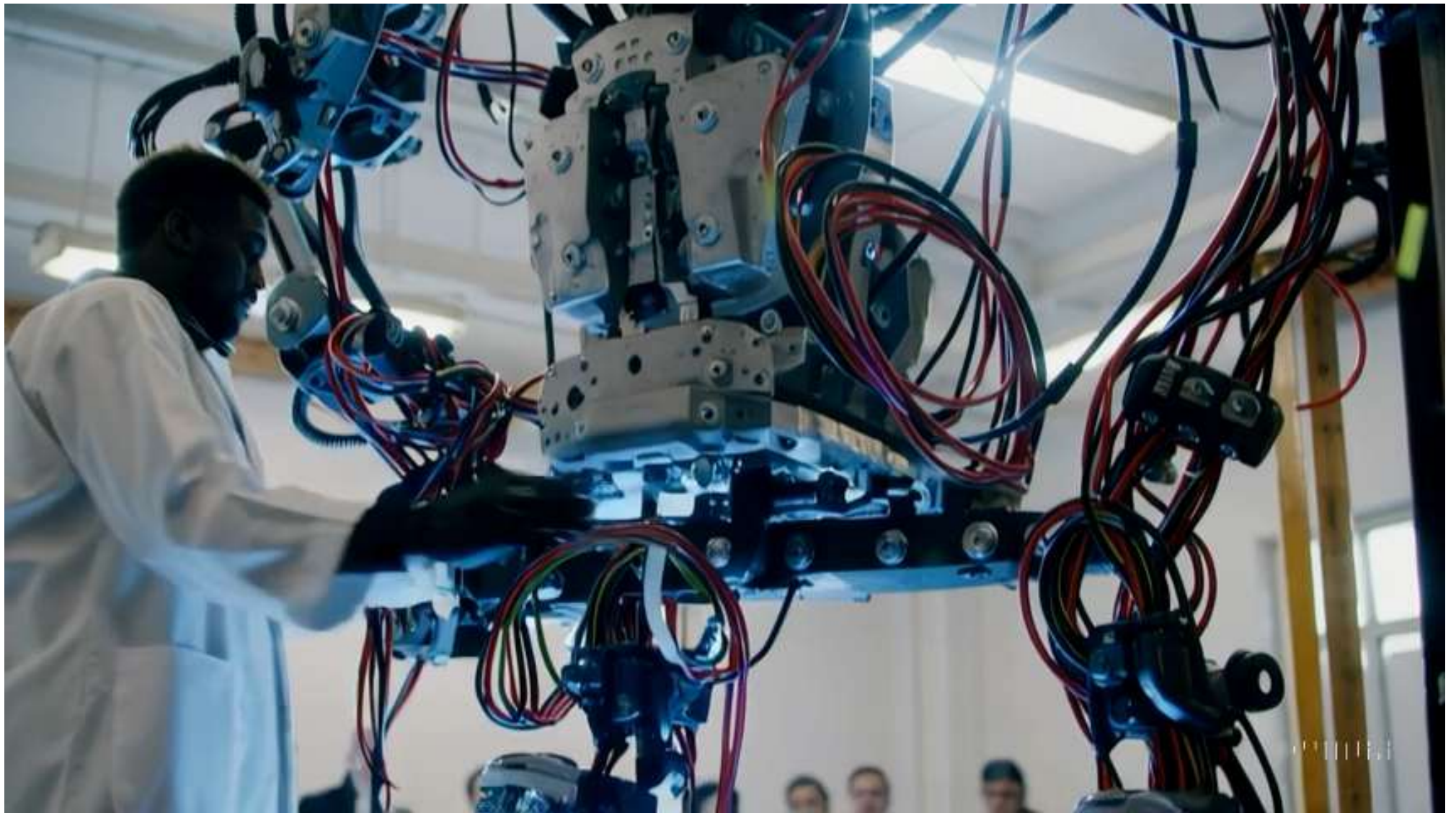
Hvordan forklarer jeg en patient, at de skal bestille en...

Hvordan besvarer jeg en e-mail fra en patient med...

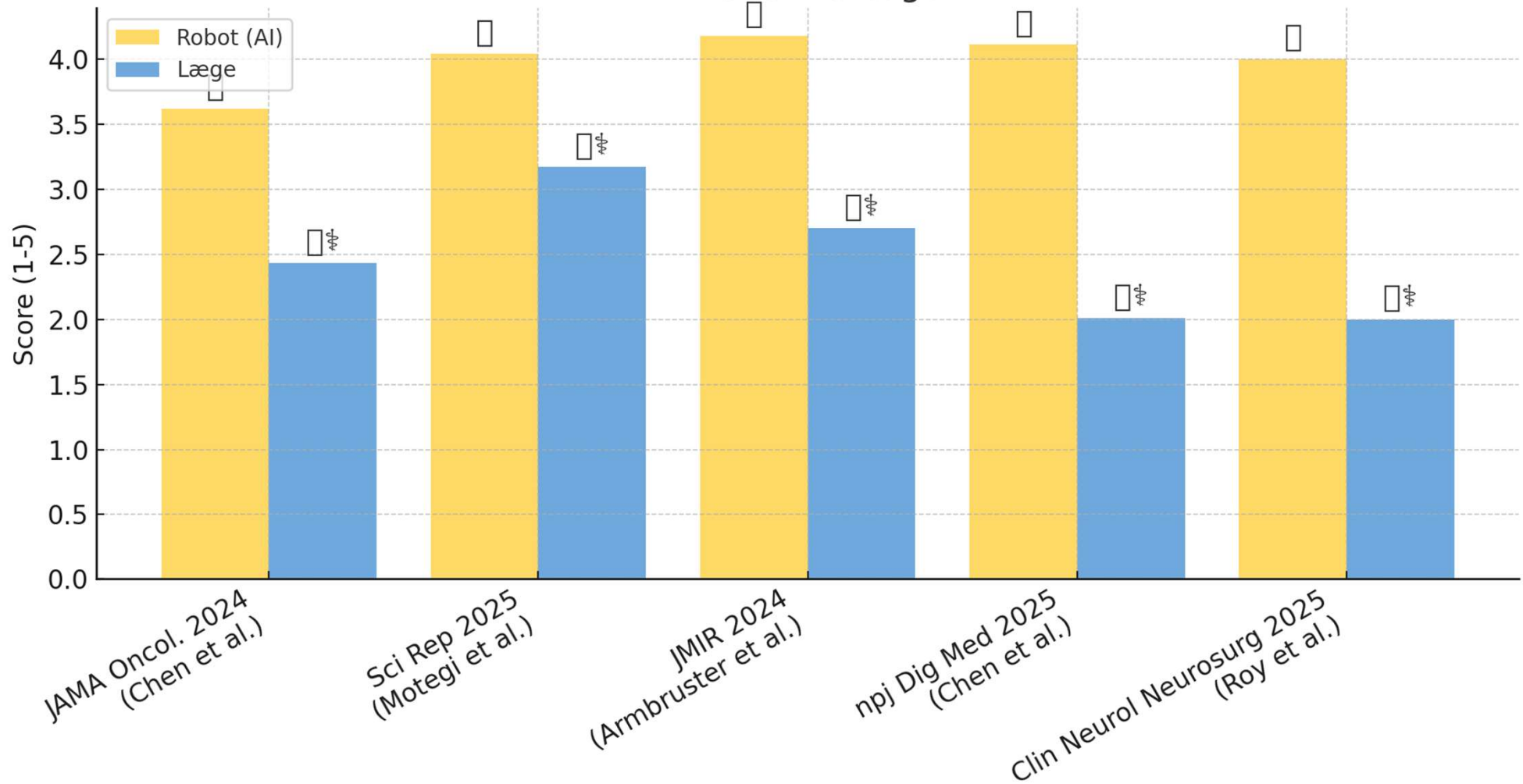
Spørg om hvad som helst

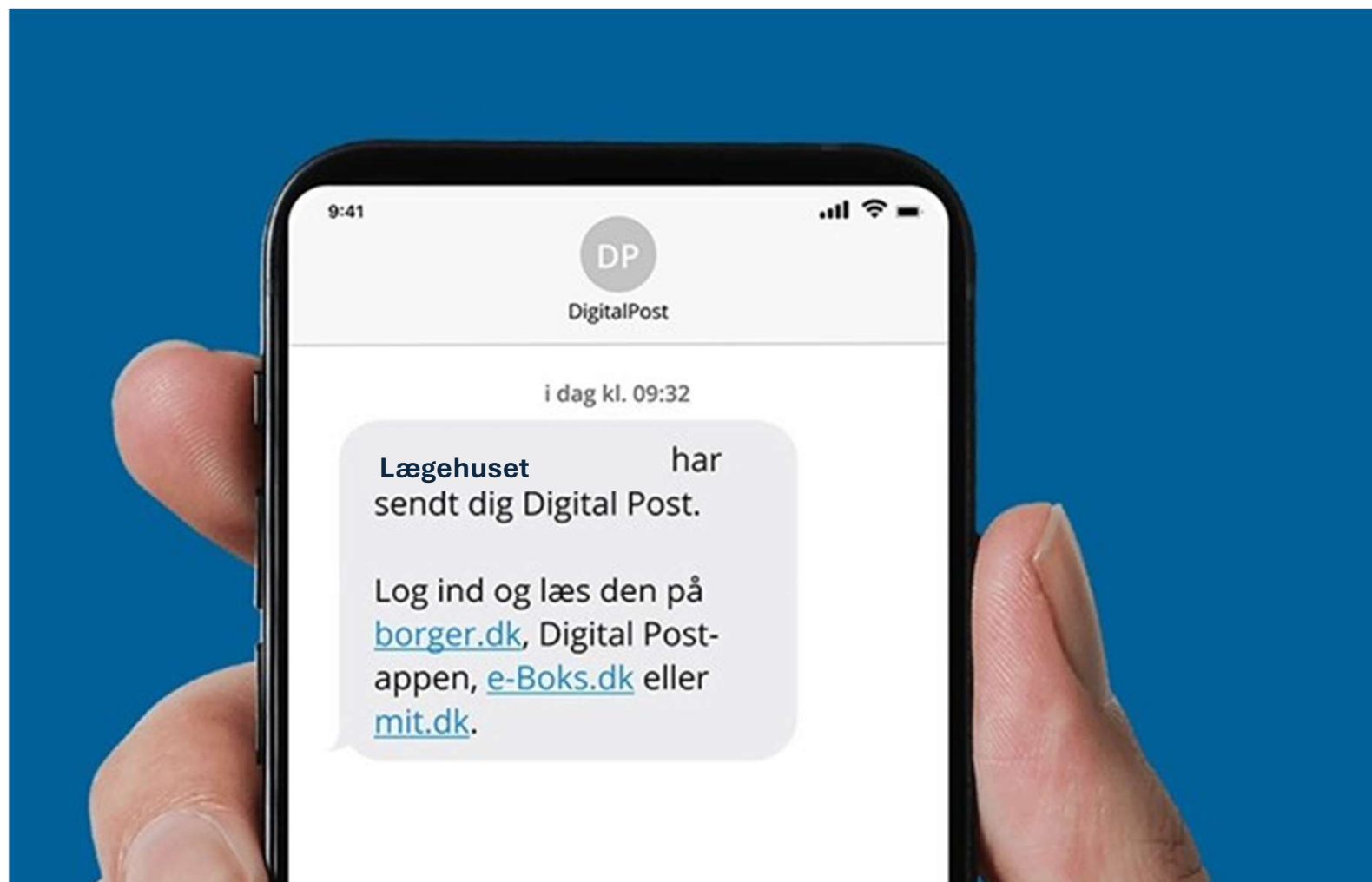


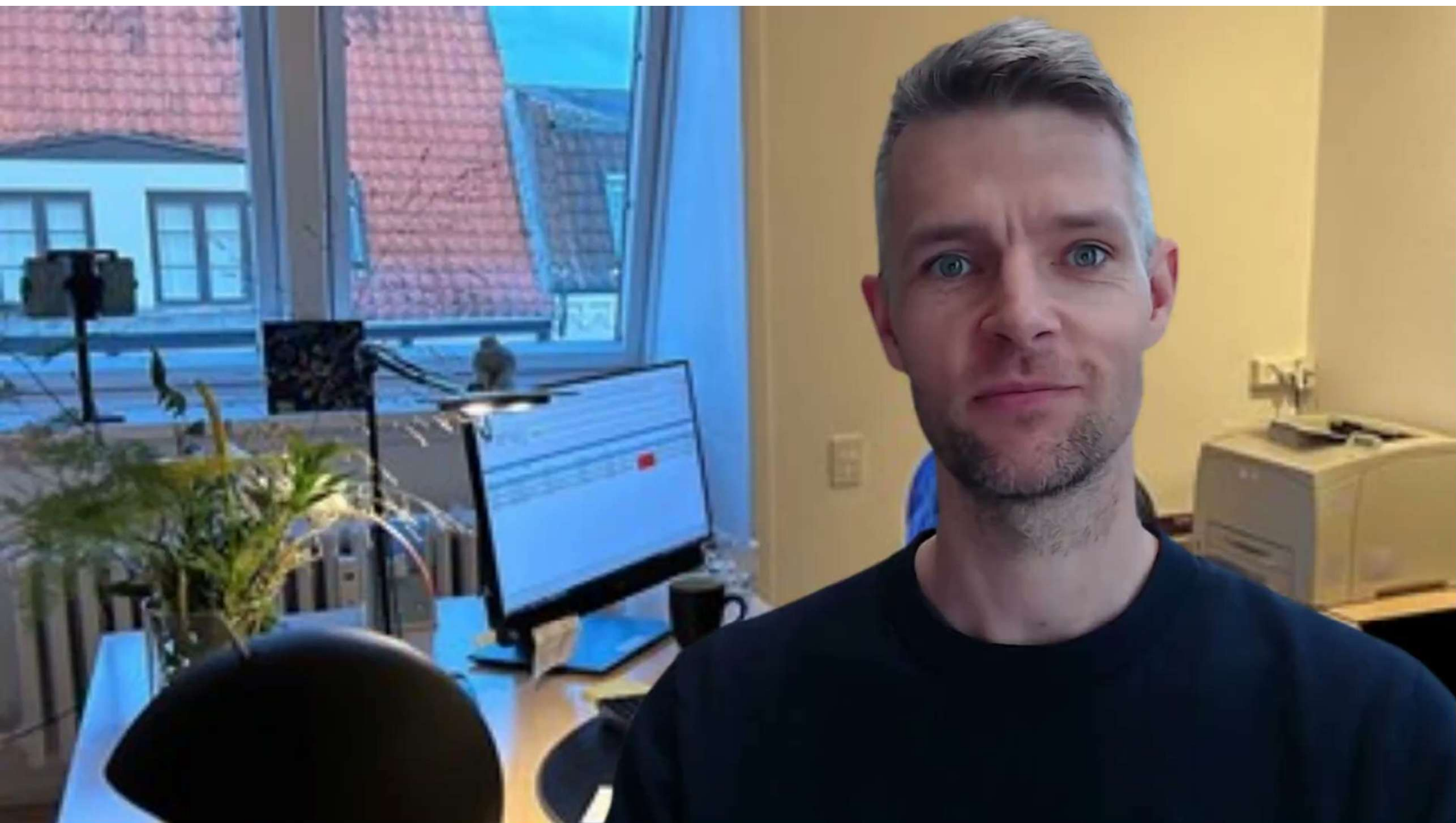




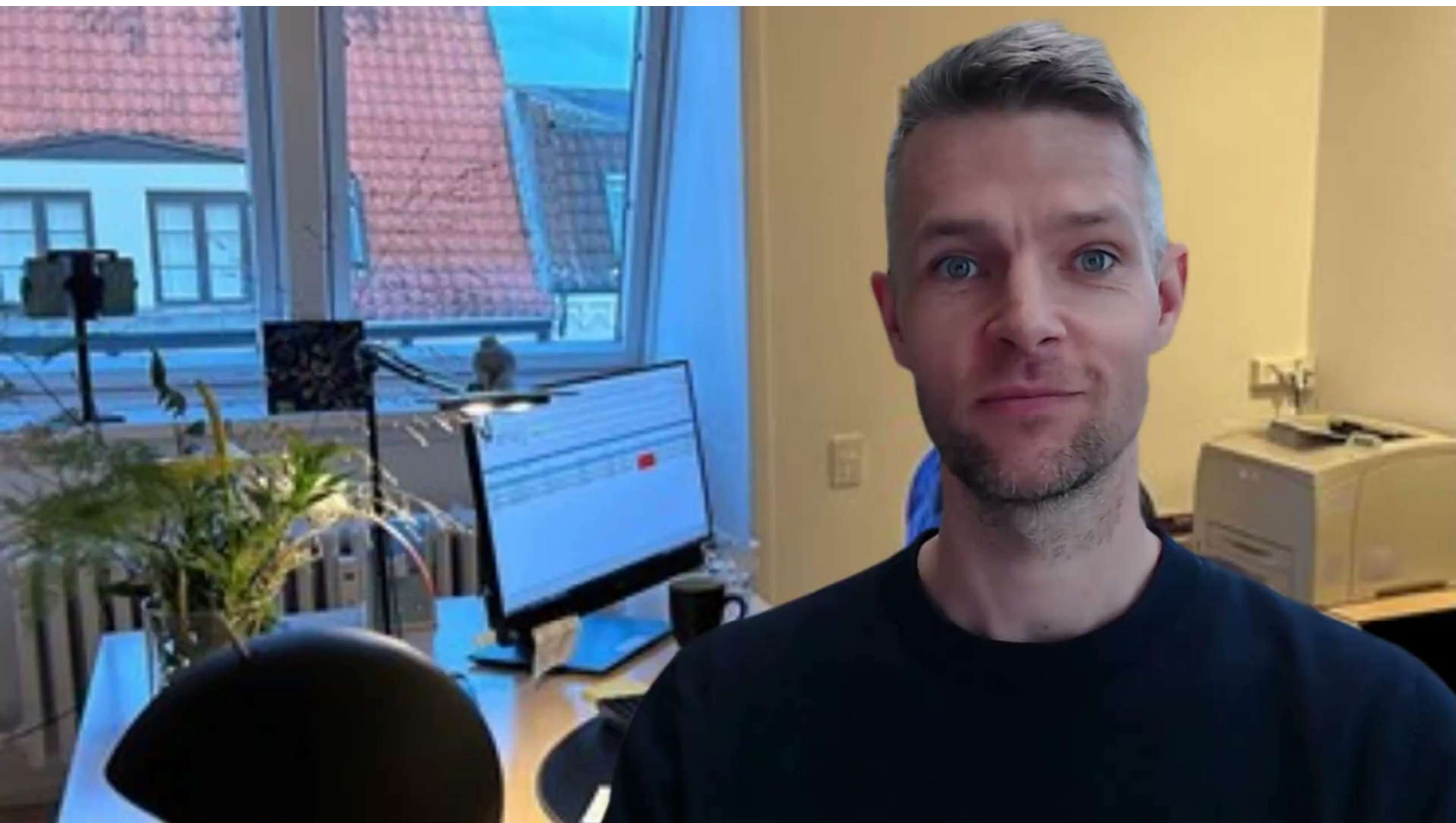
Empati-score i skriftlig patientkommunikation (2024-2025) AI-robot vs læger

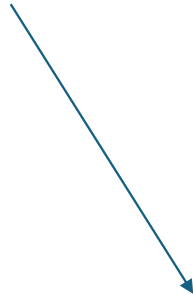




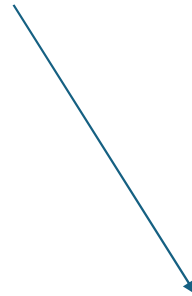
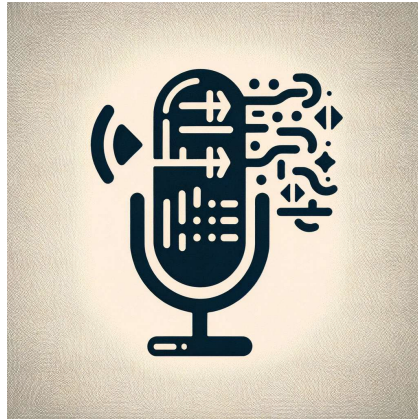




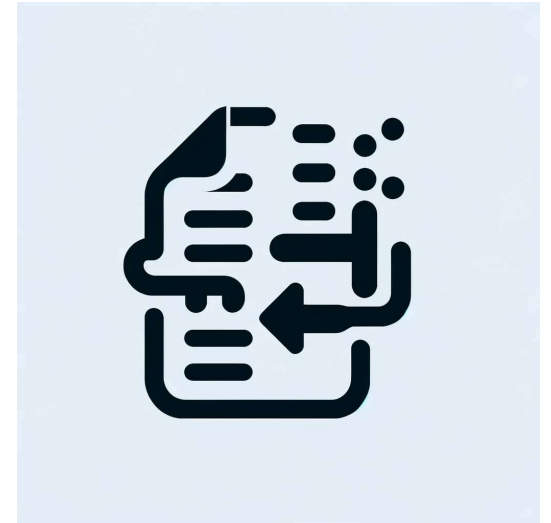




Noteless
omilon



People's
DOCTOR





clinic.peoplesdoctor.ai

Google Docs

Informal conversation offer

Vi præsenterer ChatGPT Health | O...

People's Doctor – AI notatlæsning ti...

https://clinic.peoplesdoctor.ai/das...

Sikker browserforklaring

Dansk

hejmadi

ere for lægen at hjælpe patienten

Mikrofon test

Altation

(FNX)

ad journal fil (FNX)

ELLER

mer

56

fornavn

Mellemnavn

Indtast mellemnavn (valgfrit)

Efternavn

Indtast efternavn

Notat Type

SOAP-notat (uden baggrund)

Indledende Notater

Indtast eventuelle indledende notater til denne konsultation...

Start Konsultation

Seneste Aktivitet

Antal: 20

Patientnavn	Dato	Emne	AI Notat	Handlinger
Unknown Patient	05.01.2026 12:08	IGANGVÆRENDE KONSULTATION	Ingen bedømmelse	Fortsæt Konsultation
Unknown Patient	22.12.2025 09:35	Vedvarende varmetformemmelse i låret AFVENTER GODKENDELSE	Ingen bedømmelse	Se / Rediger Konsultation
Unknown Patient	22.12.2025 08:29	Persisterende hudgener med væske	4/10	Se / Rediger Konsultation

v2.22.1

Help



clinic.peoplesdoctor.ai

Google DocsInformal conversation offerVi præsenterer ChatGPT Health | O...People's Doctor - AI notatlesning ti...https://clinic.peoplesdoctor.ai/...Sikker browserforklaring

ttetere for lægen at hjælpe patienten

🔍🇩🇰 Dansk🇭🇰 Højernavnethejmadi

sultation

Tal højere

Afslut konsultation

transskription

Transskriptionen vises snarest.

Notater

SOAP-notat (uden baggrund)Standard

Et meningsfuldt notat vil blive vist snarest.

Patient Resumé

Kan ikke oprette patientresumé: Ingen patientdata tilgængelig.

Help

v2.22.1



Jeg har haft rigtig ondt i halsen i fire dage nu, og det gør mere og mere ondt at synke.

Kom det pludseligt, eller har det udviklet sig over tid?

Det kom ret hurtigt, og jeg har også haft feber de første par dage.

Har du haft hoste, snot eller forkølelsessymptomer?

Nej, ikke rigtigt, det er mest bare halsen og så føler jeg mig ret utilpas.

Har du selv kigget i halsen?

Ja, der er sådan noget hvidt på mandlerne.

Okay, jeg vil lige kigge. Åbn munden og sig "aaah".

Ja, mandlerne er tydeligt røde og hævede, og der er belægninger på begge sider, det ser klassisk ud for halsbetændelse.

Jeg kan også mærke, at lymfeknuderne på halsen er hævede og ømme, og sammen med feber og fravær af hoste passer det godt med streptokok-halsbetændelse.

Hvad betyder det?

Det betyder, at jeg vil tage en streptokoktest fra halsen for at bekræfte det. Den tager et par minutter.

Okay.

Testen er positiv for streptokok A, så det forklarer dine symptomer. Det er en bakteriel infektion, og derfor skal den behandles med antibiotika.

Hvad skal jeg have?

Du skal have penicillin V 800 mg fire gange dagligt i 5 dage. Det er vigtigt, at du tager hele kuren, også selvom du hurtigt får det bedre.

Hvornår kan jeg forvente bedring?

De fleste mærker tydelig bedring inden for et til to døgn. Du er også langt mindre smitsom allerede efter det første døgn i behandling.

Må jeg tage noget mod smerterne imens?

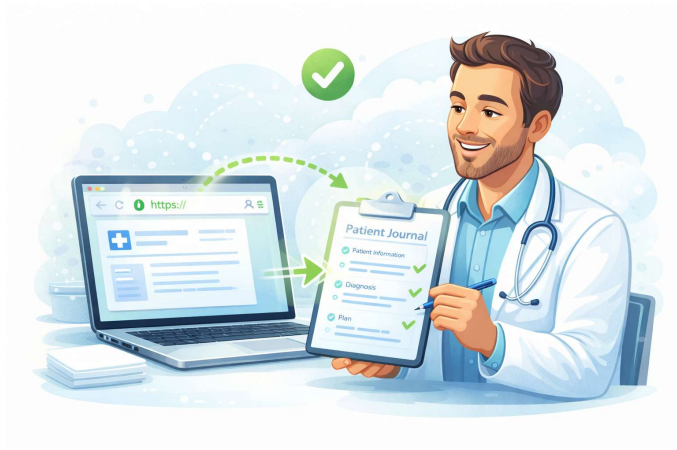
Ja, du må gerne tage paracetamol og ibuprofen, drikke rigeligt og tage det lidt med ro de næste dage.

Skal jeg blive hjemme fra arbejde?

Ja, mindst det første døgn efter opstart af antibiotika, og derefter alt efter hvordan du har det.

Okay, tak.

Jeg sender recepten med det samme, og du skal kontakte os igen, hvis du ikke får det bedre inden for et par dage eller hvis symptomerne forværres.



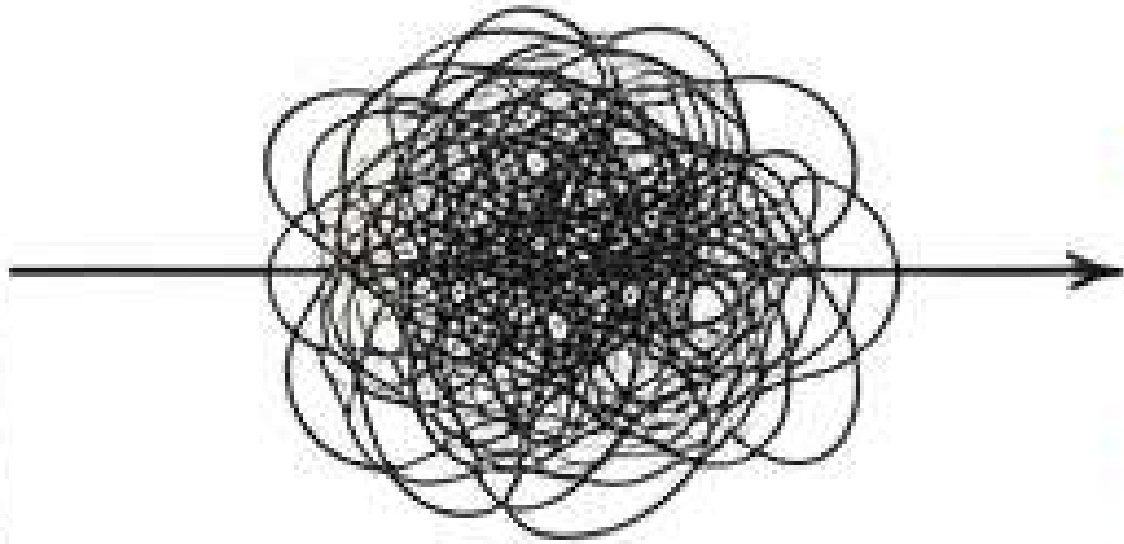
Ondt i halsen

Pt. med akutte halssmerter gennem 4 dage, tiltagende synkesmerter og utilpashed; initial feber, ingen hoste eller øvrige luftvejssymptomer. Obj. ses røde, hypertrofiske tonsiller med bilaterale belægninger samt ømme cervikale lymfeknuder. Strep A-test positiv. Samlet vurderes billedet foreneligt med streptokok tonsillitis uden komplikationstegn.

Plan

- PcV 800 mg x 4 i 5 dage, compliance og behandlingsvarighed gennemgået
- Smertelindring m. paracetamol ± ibuprofen, rigelig væske
- Kontakt ved manglende bedring efter 2-3 døgn, tiltagende smerter, synkebesvær eller almensvækkelse

AI



Overblik Notat ▾

Resume af journal



00109667.pdf
PDF



•



Send besked til Overblik Notat



Lægehuset Ferritslev chats i arbejdsområdet bruges ikke til at træne vores modeller. ChatGPT kan begå fejl.

?

Rammedelegationer

Kære Michael. Åse vil gerne have pamol til at ligge.

Men så skal vi jo have en instruks for hvornår det må gives





Rammendelegation Skriver

Af Michael Hejmadi 

Skriver korte, tilsynsrobuste rammendelegationer til hjemmesygeplejen.

Udkast
rammendelegation
for paracetamol ti...

Lav
rammendelegation
for hydrokortison...

Her er en mail fra
hjemmesygeplejen
– udtræk data og...

Ramme til PN
smertestillende
ved nyopstået...

Ny viden. Ingen tid.
NotebookLM

Kilder

+ Tilføj kilder

Prøv Deep Research for at få en dybdegående rapport og nye kilder.

Søg efter nye kilder på nettet

Website Fast Research

Vælg alle kilder

6647267-palliationsvejledning--web-13-02-25....

PALLIATION Tjeklister i det palliative forløb

Palliation - 2014

Palliation - 2014 - DSAM

Palliation - 2014 - Dansk Selskab for Almen Me...

Chat



Palliation: Clinical Guidance for General Practice

5 kilder

Denne kliniske vejledning fra Dansk Selskab for Almen Medicin (2024) fungerer som et omfattende værktøj til **palliative indsatser** i almen praksis. Materialet definerer rammerne for både **basal og specialiseret pleje**, med særligt fokus på at identificere patienter med livstruende sygdomme gennem systematiske redskaber som **SPICT-DK** og **Surprise Question**. Kilden beskriver detaljeret, hvordan læger kan lindre fysiske symptomer som **smerter, åndenød og delir**, samtidig med at der tages hånd om psykiske og eksistentielle behov. Der lægges vægt på rettidig kommunikation om **behandlingsniveau** og fremtidige ønsker, herunder fravalg af genoplivning. Endelig vejleder kilden om **tværfagligt samarbejde** med hjemmepleje og hospice samt de juridiske og sociale støttemuligheder for både **patienter og pårørende** i den sidste tid.

Gem i note

Hvordan identificerer lægen patienter med behov for palliativ indsats?

Hvad indebærer samtalen om Ønsker for Fremtidig Pleje og Behandling?

Hvordan lindres de hyppigste symptomer hos den døende patient?

Studio

Audiooverblik

Mindmap

Huskekort

Infografik

Datatablel

Videooverblik

Rapporter

Quiz

Diaspræsentation

Palliativ behandling

1 kilde · For 114 d. siden

Palliation: Den Nye Vejledning Afliver...

1 kilde · For 114 d. siden

Forklar hvad de vigtigste forskelle mellem den gamle og nye vejledning er.

- **Systematisk planlægning (FPB):** Indførelse af begrebet *Ønsker for Fremtidig Pleje og Behandling* med REDMAP-modellen til strukturerede samtaler.
- **Behandlingsniveau og genoplivning:** Nye regler pr. 2025 og værktøjet POLST til præcisering af lægeligt ansvar og patientønsker.
- **Pårørende i fokus:** Pårørende anerkendes nu som en selvstændig gruppe med egne behov for støtte og opmærksomhed.
- **Nye værktøjer:** Implementering af SPICT og Clinical Frailty Scale til bedre identifikation af palliative behov og skrøbelighed.
- **Medicin:** Øget fokus på aktiv *afmedicinering* og brug af seponeringslisten i takt med, at restlevetiden falder

Kilder

+ Tilføj kilder

Prøv Deep Research for at få en dybdegående rapport og nye kilder.

Søg efter nye kilder på nettet

Website Fast Research

Vælg alle kilder

6647267-palliationsvejledning--web-13-02-25....

PALLIATION Tjeklister i det palliative forløb

Palliation - 2014

Palliation - 2014 - DSAM

Palliation - 2014 - Dansk Selskab for Almen Me...

Chat

Palliation: Clinical Guidance for General Practice

5 kilder

Denne kliniske vejledning fra Dansk Selskab for Almen Medicin (2024) fungerer som et omfattende værktøj til **palliative indsatser** i almen praksis. Materialet definerer rammerne for både **basal og specialiseret pleje**, med særligt fokus på at identificere patienter med livstruende sygdomme gennem systematiske redskaber som **SPICT-DK** og **Surprise Question**. Kilden beskriver detaljeret, hvordan læger kan lindre fysiske symptomer som **smerter, åndenød og delir**, samtidig med at der tages hånd om psykiske og eksistentielle behov. Der lægges vægt på rettidig kommunikation om **behandlingsniveau** og fremtidige ønsker, herunder fravalg af genoplivning. Endelig vejleder kilden om **tværfagligt samarbejde** med hjemmepleje og hospice samt de juridiske og sociale støttemuligheder for både **patienter og pårørende** i den sidste tid.

Gem i note

Hvordan identificerer lægen patienter med behov for palliativ indsats?

Hvad indebærer samtalen om Ønsker for Fremtidig Pleje og Behandling?

Hvordan lindres de hyppigste symptomer hos den døende patient?

Studio

Audiooverblik

Videooverblik

Mindmap

Rapporter

Huskekort

Quiz

Infografik

Diaspræsentation

Datatabel

Palliativ behandling

1 kilde · For 114 d. siden

Palliation: Den Nye Vejledning Afliver...

1 kilde · For 114 d. siden



Fraser, instrukser mv ved nye guidelines

Lav en ny frase til vores årskontrol af lavt stofskifte ud fra vedhæftede.

Vores tidligere så ud som følger: KONTROL STOFSKIFTE (MYX)

Aktuel behandling inkl. dosering: ☒ Komplikationer: ☒ Komorbiditet: ☒ Status/symptomer (vægtændring, dyspnø, hjertebanken, tremor, struma,

brystsmerter, svimmelhed, træthed, globulusfornemmelse): ☒

OBJ: se lab kort for TSH,T4 PLAN: Ændringer: ☒ Næste kontrol: ☒

Kronikerplan + behandlingsmål ajourført på forsiden: ☒ Recepter fornyet og FMK saneret.

Lav den nye så kort som muligt

Ny frase

ÅRSKONTROL STOFSKIFTE (HYPO)

Aktuel behandling (præparat/dosis): ☐

Symptomer/compliance/bivirkninger: ☐

OBJ:

TSH ($\pm$ T4) jf. lab

VURD.:

Eutyroid / behov for justering

PLAN:

Evt. dosisændring: ☐

Næste kontrol: ☐

FMK gennemgået, recepter fornyet, kronikerplan opdateret.

Instruks

“Lav en instruks, der opfylder STPK/STPS-krav ved udelegering til sygeplejerske i forbindelse med denne opgave. Lægen godkender altid oplægget. Instruksen skal være så kort som mulig.”

Instruks – selvstændig årskontrol for lavt stofskifte (sygeplejerske)

Opgave:

Sygeplejersken varetager selvstændigt årskontrol af patienter med kendt, stabil hypothyreose.

Indhold:

Afklaring af aktuell behandling og compliance

Systematisk symptomgennemgang

Vurdering af relevante laboratorieresultater (TSH ± T4)

Beslutning om uændret behandling og kontrolinterval

Fornøjelse af recepter jf. instruks

Kompetencekrav:

Sygeplejersken skal være oplært i opgaven, kende gældende instruks og kunne identificere afvigende symptomer eller laboratorieresultater.

Afgrænsning og eskalation:

Læge kontaktes ved:

Afvigende TSH/T4

Vedvarende eller nyttilkomne symptomer

Mistanke om over- eller underbehandling

Graviditet, graviditetsønske eller komorbiditet af betydning

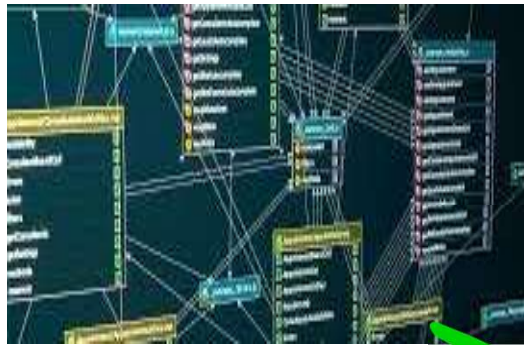
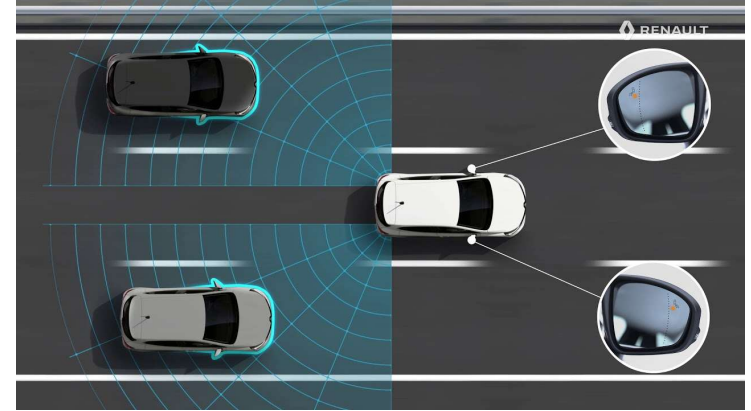
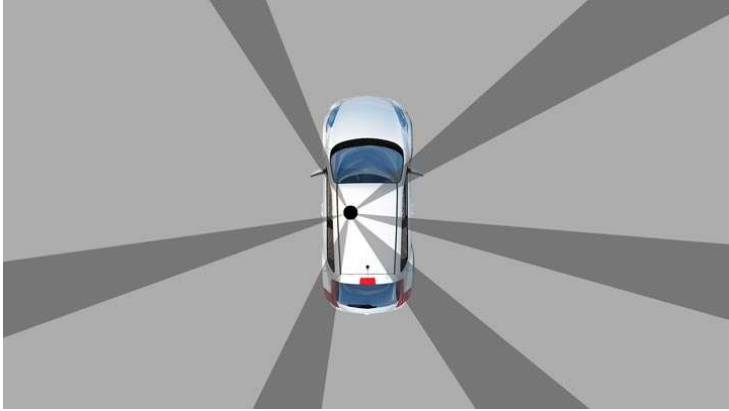
Ansvar:

Sygeplejersken har ansvar for korrekt udførelse inden for instruksen. Lægen har det overordnede behandlingsansvar.

Dokumentation:

Årskontrol journalføres af sygeplejersken jf. instruks.

Alle de store Journal systemer har integreret
AI notatsystemer i 2026 – I ALMEN
PRAKSIS



Billeder



Morgenrutine for
øget produktivitet



Sjovt fact om
Romerriget



Planlæg en
afslappende dag



Stop med at lave
overspringshandling



Ud fra opskriften på denne hjemmeside ønskes vedhæftet udslæt beskrevet. Det ønskes kun at udslættet beskrives. Ikke at der findes på andet. Jeg vil gerne have et bud på 3 diagnoser. Jeg er læge. hjemmesiden:

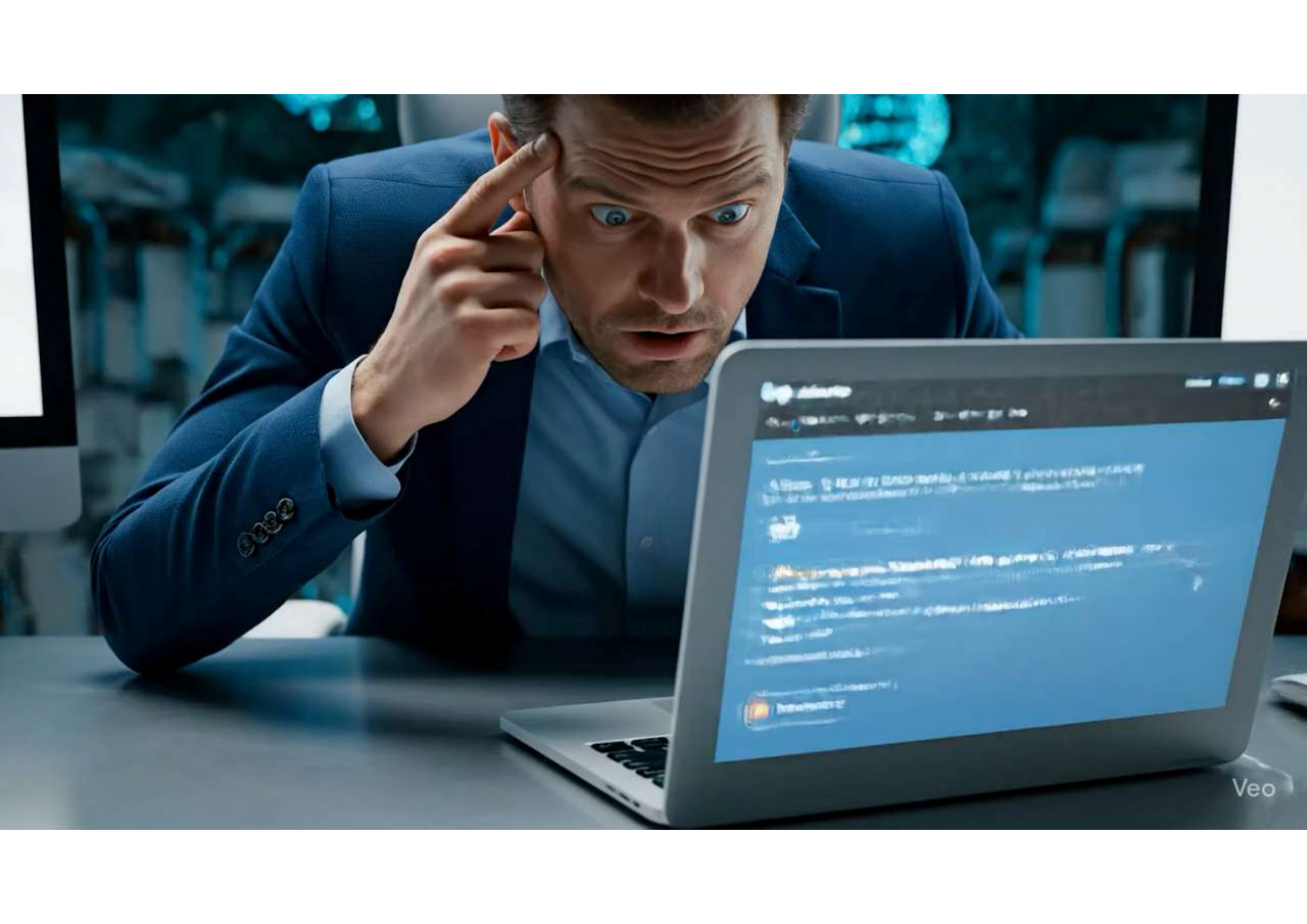
<https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/hud/om-huden/hudens-alfabet-morfologi/> på dansk jeg vil gerne vide om sygdommen er farlig

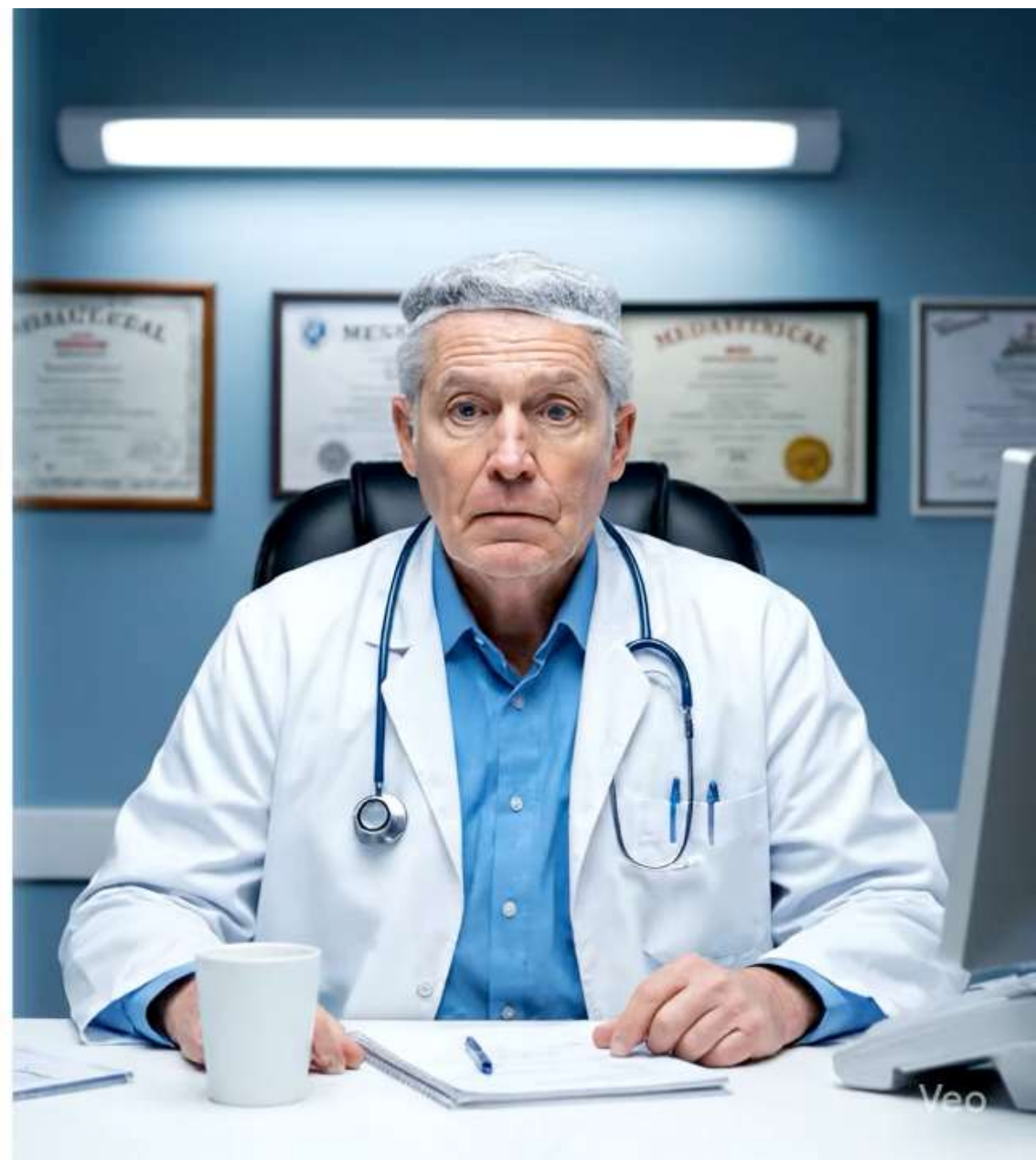




**Ung mand skrev til
ChatGPT, og kort efter var
han indlagt**

Direktør i Danske Patienter
ser store potentialer i brugen
af kunstig intelligens.





11 January 2023 11:00 AM EST

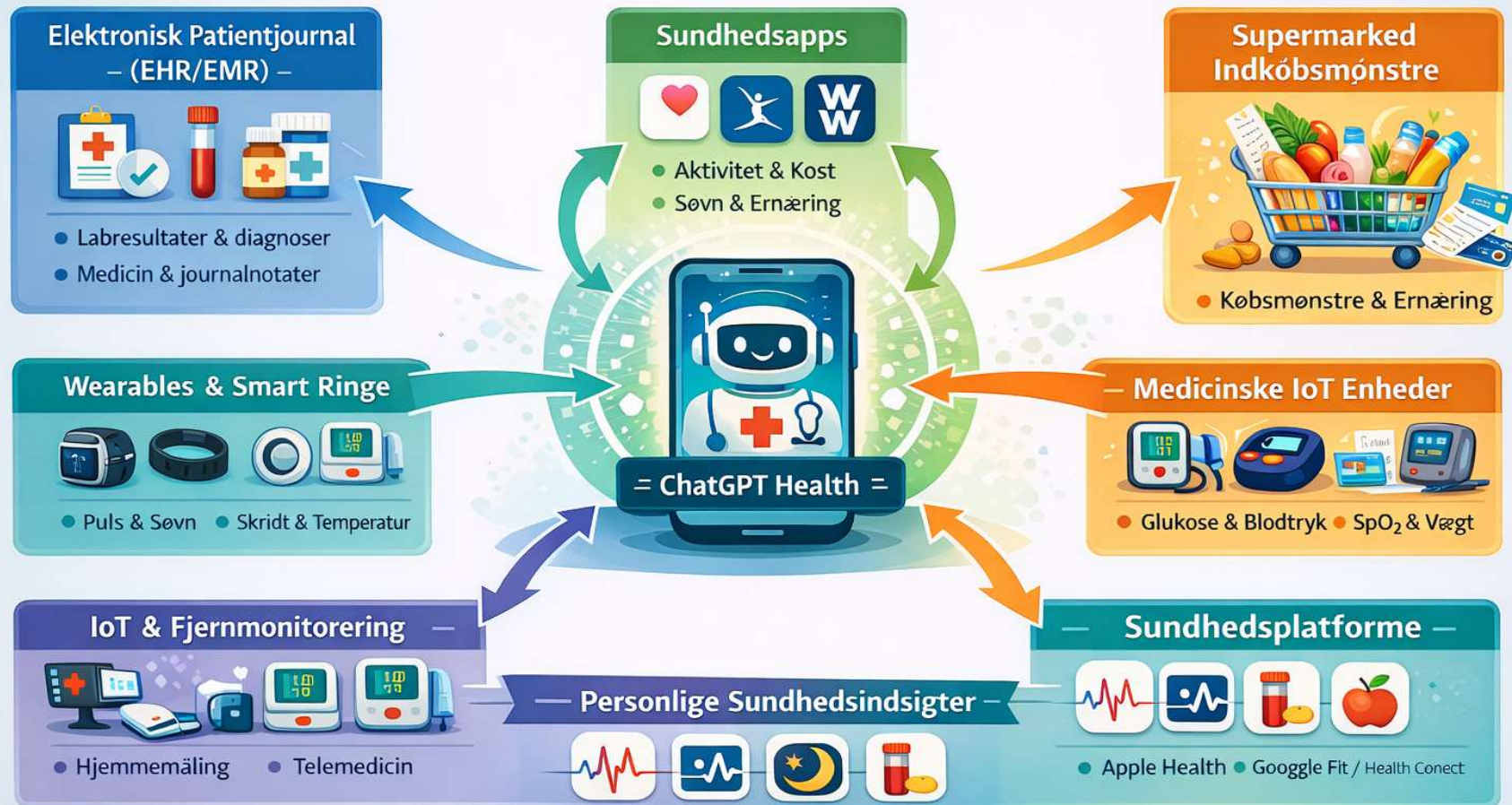
Vi præsenterer ChatGPT Health

En dedikeret oplevelse i ChatGPT designet til sundhed og velvære.

Meld dig til ventelisten ↗



Sundhedsdata i ChatGPT



Spørger man ChatGPT om det giver mere arbejde til os – så JA



Hvis du bruger én time i dag, er det realistisk, at du i starten bruger lidt mere end én time med ChatGPT i spil – fordi patienterne kommer bedre forberedt, men også med flere spørgsmål, AI-fortolkninger og ting, der skal bekræftes eller korrigeres.



På sigt kan det blive tæt på time-for-time igen – eller lidt mindre – men kun hvis vi holder klare grænser for, hvad ChatGPT er (forberedelse, overblik, forståelse) og hvad det ikke er (diagnose og behandling), og hvis vi indretter arbejdsgange, så det reducerer gentagelser i stedet for at skabe nye kontaktflader.



Øger eller mindsker det ulighed?

Baseline: risiko for mere ulighed. Det er typisk de ressourcestærke, der først får mest ud af det – fordi de har bedre digital rutine, bedre sprog og mere overskud til at bruge data og følge råd.

Men det kan også mindske ulighed, hvis det bliver et “oversætter- og strukturværktøj”: enklere forklaringer, hjælp til at stille spørgsmål, bedre overblik over medicin og aftaler – især for dem, der ellers har svært ved at navigere i systemet.

Kort sagt: uden aktivt design og støtte vil det nok øge ulighed

15 MIN



Brug ikke dit navn, CPR eller andre personoplysninger



Chatbots er ofte drevet af udenlandske virksomheder, og dine data kan blive brugt til at træne fremtidige modeller

Brug chatbotten som et bibliotek, ikke som en læge

Stil neutrale spørgsmål: "Jeg er mand i slut 40'erne og har fået konstateret diabetes. Jeg vil gerne forstå sygdommen bedre"



Brug chatfunktionen aktivt

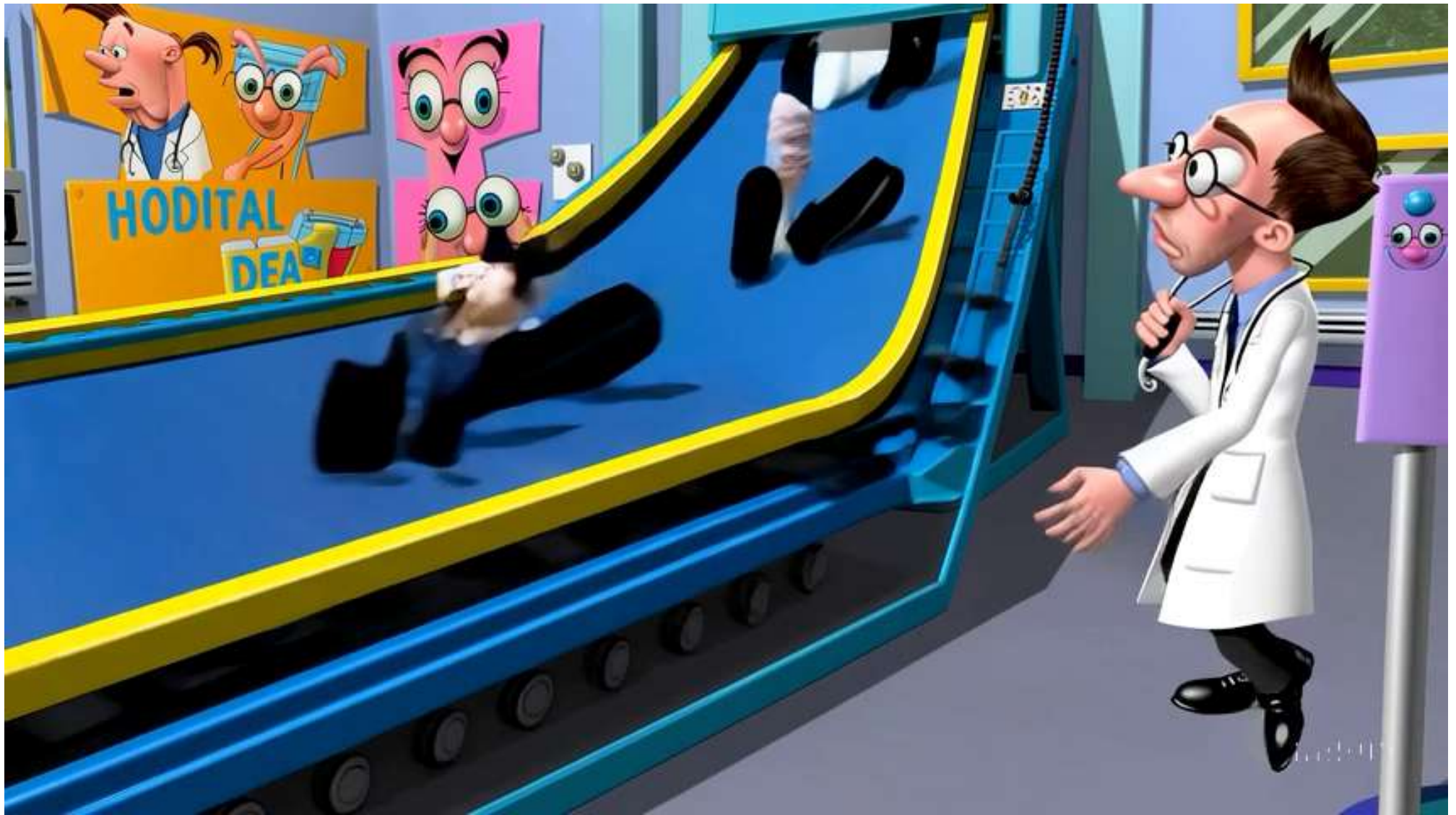
Stil opfølgende spørgsmål:
Hvilken medicin findes?
Hvad plejer lægen at spørge om?
Hvilke livsstilsændringer
har størst effekt?



Brug din sunde fornuft



Ligesom du ikke blindt stoler på et opslag på nettet, skal du heller ikke stole blindt på chatbotten



Hvordan kommer jeg i gang:

 **De 3 Store Generelle LLM'er**

 **ChatGPT (OpenAI)**

 chatgpt.com
Den mest alsidige all-rounder (GPT-5, GPT-4o).


 **Claude (Anthropic)**

 claude.ai
Kendt for nuanceret sprog, kodning og etik.


 **Gemini (Google)**

 gemini.google.com
Integreret med Google Workspace og store kontekstvinduer.


 **Specialværktøjet**

 **NotebookLM (Google)**
 notebooklm.google.com
Din personlige forskningsassistent – arbejder kun ud fra dine egne uploadede kilder.


Hvordan kommer jeg i gang:

- <https://peoplesdoctor.com>
- <https://www.noteless.com/dk>

Brug 5 min.

Tror I vi er klædt på til verden om 5 år?