



Din neste pasient har utviklingshemning!

10 gode råd til helsepersonell på lege – og tannlegekontor

- eller annet helsepersonell som yter tjenester til personer med utviklingshemning

1. Tilby den første timen på morgenen eller første time etter lunsj

Noen er engstelige for å gå til lege/tannlege. Ekstra ventetid på et venteværelse kan skape uro for dem selv og for andre pasienter.

2. Sett av god tid til konsultasjonen

Mange vil ha behov for en utvidet time. Benytt takstkode 660 i *Normaltariffen* ved årlig helsekontroll hos fastlegen.

3. Snakk alltid direkte til den det gjelder

Oppfordre pasienten til å svare selv før du spør ledsager om hjelp. Mange vil bruke tid på å forstå hva du sier og å fortelle om egne behov og symptomer. Ledsager kan hjelpe til i samtalen når pasienten ber om hjelp eller når du trenger hjelp. Finn ut om pasienten bruker alternative kommunikasjonsformer eller hjelpemidler for å kommunisere.

4. Benytt åpne spørsmål og still det samme spørsmålet på ulike måter for å kontrollere om spørsmålet er oppfattet riktig

Gjenta gjerne hva vedkommende har fortalt deg og spør: ”Har jeg oppfattet deg riktig?”, ”Var det dette du mente?” Det er ikke sikkert at pasienten forstår gangen i en konsultasjon og vil da heller ikke forstå hensikten med undersøkelsen eller spørsmålene. Mange med utviklingshemning vil gjerne svare riktig. De kan komme til å svare det de tror du ønsker å høre, selv om de mener noe annet eller ikke har forstått spørsmålet.

5. Forklar hva du har tenkt å gjøre ved denne konsultasjonen

- først vil jeg at du forteller meg hvorfor du har kommet
- så ønsker jeg å undersøke deg
- deretter må jeg finne ut hva som kan feile deg
- jeg vil fortelle deg hva jeg gjør hele tiden

Noen kan være redde for utstyr og instrumenter som blir brukt ved undersøkelser. Forklar hvorfor du vil gjøre undersøkelsen og demonstrer hvordan du vil bruke utstyret på deg selv eller på ledsager, før du starter undersøkelsen. Gi beskjed hvis du tror at undersøkelsen kan gjøre vondt.

6. Snakk forståelig. Bruk korte setninger, benytt vanlig ord og bruk gjerne bilder, konkrete ting eller symboler

Vær oppmerksom på at det kan være forskjell på evnen til å forstå det som blir fortalt og evnen til selv å gjøre seg forstått. Mange kan ha problemer med å fortelle om egne følelser eller beskrive hvor de har smerter eller ubehag.

7. Av og til må en innhente informasjon fra ledsager

Det kan være nyttig å innhente tileggsinformasjon fra ledsager. Ulikheter kan forkomme i forklaringer fra ledsager og fra pasient. Men vær oppmerksom på at du hele tiden har hovedfokus på pasienten. Ikke vær redd for å fortelle at du ikke forstår eller er usikker på det som pasienten sier, og derfor må henvende deg til ledsager.

Hvis det er undersøkelser som ikke lar seg gjennomføre på grunn av angst eller usikkerhet, ta dette opp med ledsager og vurder om det er elementer i undersøkelsen de kan trene på sammen med pasienten før neste konsultasjon.

8. Sjekk om pasienten har forstått det du formidler ved å få dem til å forklare med egne ord

De fleste forstår ikke medisinsk sjargong eller terminologi. Hvis du spør om vedkommende har fått tømt tarmen i dag, er det ikke sikkert at spørsmålet blir forstått. Dine forklaringer må være enkle og konkrete, ikke abstrakte eller inneholde utsagn som kan oppfattes feil. Eks: ” Magesekken må tømmes før denne undersøkelsen”.....hvilken sekk? Vær også oppmerksom på at noen kan ha ekkotale – det vil si at de svarer tilnærmet det samme som du sier.

9. Når du snakker om tid, knytt dette til kjente hendelser

Noen har dårlig forståelse av tid. Bruk derfor alternative forklaringer om tidsangivelser. Hvis du for eksempel skal forklare at medisinen skal tas to ganger om dagen, er det best å si at du må ta medisinen når du spiser frokost og når du spiser kveldsmat.

10. Ikke anta pasienter skjønner at det er en sammenheng mellom sykdom og noe de har gjort eller noe som har hendt dem

Det er ikke alltid at personer med utviklingshemning oppfatter sammenhengen mellom det å føle seg syk og en eventuell skade påført kroppen eller en påvist sykdom. De kan også ha problemer med å se sammenheng mellom levestil og livsstil og fare for sykdom senere i livet. Vær derfor mest mulig konkret i formidlingen og informer ledsager om temaer eller endringer som de bør jobbe sammen med pasienten om i tiden fremover.

LYKKE TIL MED DIN NESTE PASIENT!

Utarbeidet i prosjektet *Helsesjekk ved utviklingshemning*, Utviklingshemning og aldring,

Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse

Rådene bygger på en ide fra The National Health Service, NHS (Storbritannia)

Kontaktperson: stine.skorpen@aldringoghelse.no