

”Varför gör dom inte som vi säger?”



Aron Sjöberg
STP-psykolog
Rehabcentrum Gotland/Minnesmottagningen
aron.sjoberg@gotland.se
Tel: 0498-26 88 25



Agenda

- Inledning
- Vad är följsamhet?
- Olika hinder för god följsamhet
- Tips och råd för att öka följsamhet



Det handlar egentligen om samma sak...

- Följsamhet
- Bemötande
- Respekt
- Behov
- Behandlingsförutsättningar
- Framgångsfaktorer
- Hinder



”Hälso- och sjukvården ska så långt som möjligt utformas och genomföras i samråd med patienten.

Vården ska ges med respekt för alla människors lika värde och för den enskilda människans värdighet.”

Patientlag (2014:821)



Vad är följsamhet?



”The physician should keep aware that patients often lie when they state that they have taken certain medicines.”



■ Compliance

Från *complire* som betyder att man skall uppfylla och således fullgöra en handling, transaktion eller process samt att hålla ett löfte.

Till vilken grad följer pat. vårdgivarens råd och godtar behandlingen?



■ Adherence

Från *adhaerere* som betyder att hålla fast vid, hålla nära eller bevara konstant.

Betoning på att pat. har en större valfrihet att följa de givna ordinationerna eller ej - ordinationer ska inte tolkas som order utan som rekommendationer och man skall försöka nå en *överenskommelse*.



Att se människan bakom samt att lyssna och samtala ökar förutsättningarna för att personal och person ska förstå varandra!



Olika hinder för god följsamhet

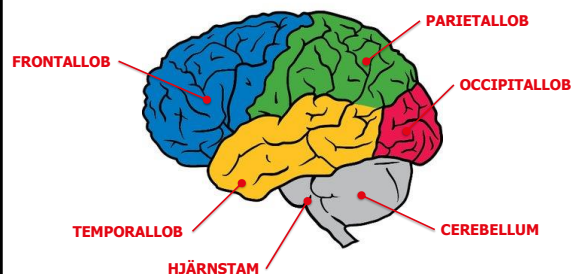


■ Information ÄR svårt!

- 40-80% av all medicinsk information är glömd direkt (Kessels 2003)
- Nästan hälften av den information som pat. kommer ihåg är felaktig (Anderson et al 1979)
- Mer information gör att mer information glöms (Guire 1996)
- 98% av alla medicinska misstag är kommunikationsrelaterade (AMA 2007)



■ Den mänskliga hjärnan



■ Kognitiva funktioner

- Verbala funktioner
- Perceptuella funktioner
- Uppmärksamhet
- Inläring och minne
- Exekutiva funktioner



■ Neurokognitiva störningar

- Neurodegenerativa sjukdomar
 - Alzheimers sjukdom
 - Vaskulär demens
- Förvärvade hjärnskador
 - Stroke
 - Traumatiska hjärnskador
 - Anoxiska hjärnskador



■ Neurokognitiva störningar (forts.)

- Neurologiska sjukdomar
 - MS
 - Parkinson
 - ALS
 - Hydrocefalus
 - Epilepsi
- Somatiska sjukdomar
 - Cancer
 - Infektioner
 - Endokrina sjukdomar
 - Hjärt- och kärlsjukdomar



■ Psykiatriska diagnoser

- Depression
- Schizofreni
- Ängest
- Personlighetsstörning



■ Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar

- ADHD
- ADD
- Autismspektrumtillstånd
- Intellektuell funktionsnedsättning



■ ... och mycket annat!

- Läs- och skrivsvårigheter
- Svagbegåvning (HIK 70-85)
- Kulturella skillnader
- Personlighet
- Värderingar
- Tidigare erfarenheter



Tips och råd för att öka följsamhet



Två olika vägar

- "Mjuka" lösningar – bemötande, förhållningssätt, kommunikation etc.
- "Hårda" lösningar – hjälpmedel, automatiska påminnelser, tekniska lösningar etc.



Vad tycker pat. har betydelse?

- ... är engagerade och bryr sig
- ... tar sig tid
- ... gör något extra
- ... gör undantag
- ... kommer ihåg
- ... är experter *och* medmänniskor
- ... respekterar patientens värdighet
- ... finns kvar



"... visar lugn och ro, lyssnar på en, inte sitter och tittar på klockan, i almanackan eller på papper, att dom visar att dom lyssnar.

För om den här personen inte är koncentrerad eller på något annat sätt inte är närvarande så i mitt fall, jag får panik, och jag kan inte koppla av, jag blir stressad och jag tror att som patient så är det viktigt att man känner sig avstressad när man sitter där."



Myndigheten för vårdanalys

- Patienter har tillgång till den information de behöver.
- Patienterna behandlas som individer.
- Verksamheten har en helhetssyn på patientens behov.
- Patientens familj och nära vänner engageras och involveras.
- Samordningen av vården.



Resultaten visar att när en patient är delaktig ökar till exempel motivationen att följa vårdens råd och rekommendationer.

Detta bidrar i sin tur till ett bättre behandlingsresultat, vilket *spar både lidande och pengar.*



■ De tre F:en

Patienten bör få möjlighet att berätta om sina...

- ... farhågor
- ... föreställningar
- ... förväntningar



■ S.I.M.P.L.E.

- **S**implifying regimen characteristics
- **I**mparting knowledge
- **M**odifying patient beliefs
- **P**atient communication
- **L**eaving the bias
- **E**valuating adherence



■ Patientkommunikation

- Planera för att ha så god kännedom om patienten.
- Inled med en öppen fråga.
- Ge återkoppling och bekräftelse.
- Ögonkontakt (om pat. trivs med det)!
- Korta sammanfattningar under samtalet.
- Be patienten att sammanfatta vad som sagts!



■ Patientkommunikation (forts.)

- Fråga pat. varför behandlingen inte följs!
- Undvik att omedelbart erbjuda en lösning!
- Tror pat. själv på behandlingen?
- Förstår pat. vad hen ska göra?
- Har pat. förutsättningar att följa behandlingen?
- Innebär behandlingen "bestraffningar"?
- Ber vi pat. om för mycket?



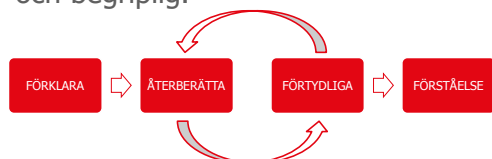
■ Kognitivt och kommunikativt stöd

- AKK – alternativ och kompletterande kommunikation
- Minneshjälpmedel
- Skriftliga sammanfattningar
- Digital journal
- Shared decision making (SDM)



■ Teach-back

- Metod för att säkra att muntlig och skriftlig information till pat. är tydlig och begriplig.



■ Teach-back (forts.)

- Be den du informerar att med egna ord förklara vad de behöver göra eller vad de känner till på ett omtänksamt sätt!

■ Teach-back (forts.)

<https://youtu.be/O0h0-CZaCJk>

■ Att tänka på!

- Visa empati med personen framför dig!
- Använd ett enkelt språk!
- Prata i ett lugnt tempo!
- Undvik krångliga begrepp!
- Fokusera på max tre saker i taget som är viktiga att komma ihåg!

■ Frågor och (kanske) svar!



■ Tack för er uppmärksamhet... och hör gärna av er!

