

Brev
Fastleger

DET Å LYKKES I Å HJELPE PASIENTENE OPPLEVES GODT

Hvordan hjelper du pasienten som står fast?

Som de fleste andre har du det antagelig veldig travelt i hverdagen. Noen ganger må du kanskje også bruke kveld og helg fordi arbeidsdagen ikke strekker til. Forventningene til fastlegen er høy. Mange pasienter og pårørende er kravstore og forventer konkret hjelp. Ofte tyr du til medisiner selv om du vet at det ikke vil gi det store løftet. Dersom ingen ting virker kan det oppleves håpløst for alle parter.

Høres det kjent ut?

Vi mennesker ser lettere andre enn oss selv. De fleste av oss velger å fortsetter som før inntil vi mister grepet. Det å ta tak i seg selv er sårbart og skambelagt for en god del nordmenn, særlig menn. Vi har ikke kultur for forebygging. Pasienter som sliter med langvarige smerter og diffuse lidelser kan bli frustrerte og misfornøyde. Det er ikke alltid like lett å få pasienten til å innse sin egen påvirkningsmulighet og det kan føles vanskelig for deg å ta opp sårbare ting, både fordi du er redd for reaksjonen og har begrenset med tid før du må ta neste pasient. At smerte i stor grad er egen tolkning er det få som vil fortelle pasienten.

Hvordan lette din hverdag:

Vi har gode resultater og inviterer deg til samarbeid. Podium har i over 20 år jobbet med personer som har falt ut av arbeidslivet. Det er en god del "bivirkninger" som unngås om det slipper å bli så alvorlig. De siste 4 årene har Ansvarlig Helse vært engasjert i Podiums avklaringstiltak i Sandvika, med et livsmestringsverktøy for personer i AAP ytelse hos NAV. Det har gitt oppsiktsvekkende resultater for en del personer som har vært fastlåste i sine helseplager

Fastlege Sidsel Laderud Berge på Gran har selv funnet fram til Ansvarlig helse sitt program og har nå fulgt 14 pasienter før og etter opplæring. Langtidsoppfølging viser varig bedring og det gis gode tilbakemeldinger fra kursdeltakere - særlig menn føler seg hjulpet med æren i behold. Både for den enkelte, for helsevesenets og for samfunnet er det stor besparelse å komme på banen i tidlig fase. Vi opplever at manglende kunnskap, sårbarhet og behov for trygghet er hovedårsaker til pasientenes passivitet.

Du er en rollemodell:

Vi ønsker å hjelpe deg til å bevegete pasienter som du står fast med. Livsmestring er forebyggende. Vi tror på et godt samspill mellom involverte aktører. Vi lærer konkret hvordan du kan få det bedre med en gang.

Får du pasienten til å ta tak når det er plager og før det blir en lidelse, vil du kunne lette din egne hverdag og bidra til en enorm besparelse for samfunnet og pasient.

Vi tilbyr seminar på ditt kontor med tematikk:

HJELPE PASIENTEN MED ÆREN I BEHOLD

- 1 Hvilke pasienter vil ha glede av å begynne å ta ansvar
- 2 Hvordan starte samtalen
- 3 Hvordan du skal få pasienten til å våge og søke hjelp
- 4 Hvordan pasienten virkelig opplever god støtte fra deg som fastlege

Kontakt oss:

Ansvarlig Helse
Røde Kors-huset,
Elias Smiths vei 1, 1337 Sandvika
Tlf/sms: 975 31 932
E-post: post@ansvarlighelse.no