

BRÁÐ ALVARLEG VEIKINDI

VIÐTALSRAMMI FYRIR SAMTAL UM MEÐFERÐARMARKMIÐ

» Undirbúningur fyrir samtal

Aðstæður

Næði, einrými ef hægt, fjarfundabúnaður ef annað er ekki hægt.

Þekktu sjúklinginn

Nafn, sjúkdómsgreining, undirliggjandi sjúkdómsástand, mat á hrumleika og horfum eins og hægt er.

Þekktu meðferðarmöguleika sem standa til boða

Hvað ætlar þú að segja að hægt sé að gera?

Viðhorf teymis

Vertu viss um að allir sem sinna sjúklingi séu sammála um meðferðarmarkmið. Hafðu einhvern með þér í samtalinu. Æskilegt er að hafa hjúkrunarfræðing með.

Markmið samtals

Settu þér markmið fyrir samtalið: Umræður, upplýsingaöflun, upplýsingagjöf, ákvörðun um meðferðarstig eða annað.

Vertu viss um að bjóða rétta fólkinu til samtals

Þeir sem sjúklingur skilgreinir sem nánustu aðstandendur, geta verið nánasta fjölskylda eða vinir. Skráðu nöfn þeirra sem taka þátt í samtalinu og tengingu við sjúkling.

Spurðu sjálfan þig

Hvað getur orðið erfitt í samtalinu?

Ef rætt er um að ekki eigi að beita endurlífgun vertu þá búin/n undir það að aðstandendur séu ekki sammála.

Hvernig ætlar þú að svara því? Kannaðu ástæður þess að sjúklingur/aðstandendur eru ósammála og hvað þeir vonast eftir.

» Samskipti við sjúkling og aðstandendur

Talaðu við réttan aðila

Ef þú getur ekki talað við sjúkling, talaðu þá við þann aðstandanda sem sjúklingur myndi kjósa.

Skilningur á sjúkdómsástandi

Kannaðu skilning viðstaddra á hvað sé að gerast, hverjar séu væntingar þeirra og af hverju þeir hafi áhyggjur. „Hver er skilningur þinn á sjúkdómsástandinu núna?“

Deildu áhyggjum þínum

- „Er í lagi að við ræðum hvað megi búast við að gerist í framhaldinu?“
- „Ég heyri að þú/þið voruð að vonast eftir að...og ég hef áhyggjur af því að ástand þitt/hans/hennar muni halda áfram að versna“ eða „og ég hef áhyggjur af því að eitthvað alvarlegt geti gerst/það geti brugðið til beggja vona næstu klukkustundir eða daga“.
- „Ég vildi að við þyrftum ekki að hafa áhyggjur af þessu eða að við þyrftum ekki að ræða þetta en það er mikilvægt að ég sé alveg heiðarleg/ur við þig/ykkur“

Kannaðu áherslur sjúklings

- „Ef ástand þitt heldur áfram að versna þá eru þetta mögulegar meðferðir sem hægt er að veita.....“
- „Hvað er mikilvægast fyrir þig í þessum aðstæðum?“
- „Hversu mikið veit fjölskylda þín (ef ekki á staðnum) um hvað er að gerast hjá þér og hvað viltu að ég segi þeim?“

Ráðleggingar og áætlun um framhald

- „Miðað við hvað við höfum rætt núna heyrir ég að þér er mikilvægast að.....“
- Lýstu áætlun um framhaldið.
- „Miðað við það sem við höfum rætt, hvernig líst þér/ykkur á þessa áætlun?“

Skráning í sjúkraskrá

- Skráðu niðurstöðu samtals í sjúkraskrá undir skráningarform í Heilsugátt: Samtal um meðferðarmarkmið.
- Skráðu meðferðarstig í snjóhorn Sögu.

Upplýsingar til starfsmanna sem sinna sjúklingi

Ræddu við teymi sjúklings um hvað kom fram í samtalinu.

» Góð ráð fyrir samtal

Hlusta

Gefðu sjúklingi og aðstandendum tækifæri til að tala. Gefðu upplýsingar í bútum. Ef þau hafa áhyggjur og spurningar reyndu að ræða þær jafnóðum. Ekki gera lítið úr áhyggjum eða væntingum aðstandenda. Sýndu samkennd: „Því miður er staðan svona núna, mér þykir það leitt“.

Áherslur samtals

Leggðu áherslu á tilgang þess sem verið er að gera. Áherslan er ekki á meðferð sem ekki er hægt að veita.

Góð samskiptatækni

Góð samskiptatækni felur í sér þögn, að bregðast við tilfinningum og speglun.

Þögn

Reyndu að tala minna en 50% tímans. Sjúklingur þarf tíma til að melta upplýsingar eftir að hann fær slæmar fréttir. Ef þú byrjar að tala þá getur það truflað hann í að melta upplýsingar sem hann var að fá.

Bregðast við tilfinningum (N.U.R.S.E.)

- **N (name) - Nefna tilfinninguna:** „Ég sé að þetta veldur uppnámi hjá þér“
- **U (understanding) - Sýna skilning:** „Það hlýtur að vera erfitt að heyra þetta“.
- **R (respect) - Sýna virðingu:** „Þú stendur þig vel við að takast á við þetta“ eða „þú hefur gert allt sem þú hefur getað“ eða (við aðstandendur) „Þú stendur þig vel í að sinna...“.
- **S (support) - Sýna stuðning:** „Við munum fylgja þér/ykkur í gegnum þetta“
- **E (explore) - Kanna nánar:** „Segðu mér meira frá...“ „Er eitthvað fleira sem þú ert að hugsa?“

Speglun

Setning sem endursegir eða túlkar það sem sjúklingur/aðstandandi hefur sagt. Speglun gefur til kynna að þú skiljir hvað sjúklingur/aðstandendur eru að segja, skiljir hvernig þeim líður og getur veitt þér meiri innsýn í hvað þau eru að ganga í gegnum.

1. Einföld speglun: Setning sem endurtekur, bergmálar eða endursegir án túlkunar.
 - Sjúklingur: „Ég trúir þessu ekki, þetta er svo óréttlátt“.
 - Heilbrigðisstarfsmaður: „Þetta er óréttlátt“.
2. Flókin speglun: Endurorðar eða speglar dýpri merkingu á því sem sagt hefur verið. Krefst túlkunar á því sem sjúklingi finnst eða hvernig honum líður.
 - Sjúklingur: „Ég get bara ekki hugsað um þetta, ég verð að vera jákvæður“.
 - Heilbrigðisstarfsmaður: „Það hlýtur að vera erfitt og skrítið að hugsa um svona mikil veikindi og jafnvel að ræða dauðann“.

Gefðu tækifæri til að spyrja spurninga.