

En work-shop for

Varme - og effektive - helsearbeidere

24. februar 2020

Bård Fossli Jensen

[\(klikk for kontakt\)](#)

spesialist i barnesykdommer
ph.d. medisinsk kommunikasjon

bfj@somsagt.no

91100522

**Hva skiller privat og
profesjonell
kommunikasjon?**

Intensjon - Atferd - Effekt

hva gjør du når noen er fly
forbanna?

hva gjør du når noen begynner
hisse seg opp?

hva gjør du i en
behandlingstime?

Uavklarte symptomer og plager. Hvordan kommunisere at det ikke er kroppen det er noe galt med?

Bård Fosli Jensen
spesialist i barnesykdommer
ph.d. medisinsk kommunikasjon

Noen symptomer/diagnoser

Irritabel tarm, matvareintoleranse, kronisk tretthetssyndrom, utbrenthet, fibromyalgi, somatoform smertelidelse, nakkesleng, vertigo, multippel kjemisk hypersensitivitet, amalgamsyke, el-overfølsomhet, hodepine, migrene, nedsatt funksjon, lammelser, låsninger, ustøhet, koordinasjonsvansker, ufrivillige bevegelser, nedsatt sensibilitet, blindhet, ...

Vanlige begrep

Funksjonelle lidelser

Psykosomatiske lidelser

Konversjonslidelser

Dissosiative lidelser

Somatic Symptom Disorder

Medically Unexplained (Physical) Symptoms (MU(P)S)

Persistent Physical Symptoms*

Functional Symptoms*

Body Distress Disorder

Complex Physical Symptoms /slim på hovednerven

Behandlinger

Samtaleterapi bedre enn vanlig behandling og venting

CBT like effektiv som «enhanced care by patients doctor»

Ingen holdepunkt for effekt av fysioterapi

Egenomsorg i krevende yrker

Tre kjente fenomen

Terapeutisk utbrenthet

Rustout

Sekundær traumatisering

Jobbrelaterete varseltegn

Kynisk

Ufornuftig

Sykemeldt

Gledsløs

Fysiske varseltegn

Smerter

Magen streiker

Søvnproblemer og fatigue

Hjertebank

Emosjonelle varseltegn

Irritabilitet, engstelse

Humørsvingninger

Rastløshet (iphone syndrom)

Kognitive varseltegn

Hukommelse og konsentrasjonsproblemer

Verbale gjenhentingsproblemer

Ambivalens i beslutninger

Noen symptomer/diagnoser

Irritabel tarm, matvareintoleranse, kronisk tretthetssyndrom, utbrenthet, fibromyalgi, somatoform smertelidelse, nakkesleng, vertigo, multippel kjemisk hypersensitivitet, amalgamsyke, el-overfølsomhet, hodepine, migrene, nedsatt funksjon, lammelser, låsninger, ustøhet, koordinasjonsvansker, ufrivillige bevegelser, nedsatt sensibilitet, blindhet, ...

Behandlinger

Samtaleterapi bedre enn vanlig behandling og venting

CBT like effektiv som «enhanced care by patients doctor»

Ingen holdepunkt for effekt av fysioterapi

Jeg synes det er vanskelig når....

.....jeg må melde en familie til barnevernet

.....

.....mamma og pappa er helt uenig i hva som feiler barnet

.....

- ... den legen er jo helt
idiot

- ... han gruer seg så til
blodprøvene, skjønner
du...

- jeg er så jævla drittlei!

- jeg er så lei, jeg vet
ikke om jeg orker flere
medisiner

Pasient Terapeut

- Ja, det føles tomt å bli alene med alt du har å håndtere.

Empatisk respons

- Jeg føler meg helt tom etter at mannen min flyttet ut

- Helt tom, sier du...?

Bekymring

Oppfølger

- Alene, sier du...?

- Hvor flyttet han hen?

Oppfølger

Terminator

- OK, la meg se litt på ham. Kan du ta ham på fanget?

Hint

- Anfallene hans kommer bare oftere og oftere. Jeg er jo helt alene med alt dette.

Søsken.

Hva skal vi si til dem?

SIBS - Søskenprosjektet på Frambu

Søskenprosjektet - Frambu

sibs.frambu.com

Å snakke med barn

<https://frambu.no/tema/a-snakke-med-barn/>

Barn og raskt fremadskridende sykdommer

<https://sjelden.no/katalog/laer-om/nettkurs-aa-arbeide-med-barn-med-raskt-fremadskridende-sykdommer/>



Hvordan gi dårlige nyheter

Dårlige nyheter

Let i arkivet - finn frem et par dårlige nyheter
du tenker du må gi av og til

En litt dårlig...
og en veldig dårlig.

Hvordan gi dårlige nyheter

Varsel

Kom med nyheten

Vent.....

Håndter....

Følelser m. Empati

Spørsmål m. Svar