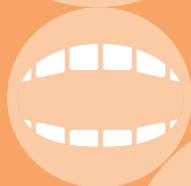
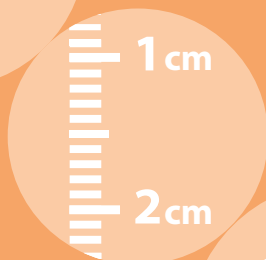


# SUNDHEDSTJEK VED DIN LÆGE

information til  
personale på bosteder



## Indledning

Undersøgelser viser, at personer med en betydelig intellektuel eller psykisk funktionsnedsættelse har øget forekomst af en række somatiske sygdomme, uopdagede sygdomme og kortere levealder. Målgruppen har også vanskeligere end den resterende befolkning ved at efterspørge sundhedsydelse.

Både udenlandske og danske erfaringer viser, at et sundhedstjek hos den praktiserende læge kan mindske uligheden og forbedre sundheden for borgere med udviklingshandicap eller psykiatriske problemstillinger. Baseret på de gode erfaringer har det siden den 1/1 2022 været muligt for voksne på botilbud at få et sundhedstjek hos den praktiserende læge. Målgruppen er personer på 18 år og derover, som opholder sig på botilbud på grund af betydelig nedsat fysisk, psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer.

Sundhedstjekket foregår på botilbuddet, så det kan gennemføres i forhold til borgerens behov og således, at det er muligt at sikre involvering af pårørende samt personalet på botilbuddet.

Sundhedstjekket gennemføres hvert andet år, men kan dog under særlige omstændigheder (fx komplicerede forløb eller mange kontakter med sundhedsvæsenet) benyttes en gang årligt.

Lægen har typisk forud for første sundhedstjek en kommunikation med personalet på botilbuddet og/eller pårørende.

I det følgende beskrives personalets rolle og opgaver i modellen for et sundhedstjek til personer med en fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse.

## Sundhedstjekket består af følgende:

- Borger og evt. dennes støtteperson bestiller tid ved egen læge til et sundhedstjek. Ved denne tidsbestilling skal lægen/almen praksis informere om, hvor og hvornår der skal tages blodprøve inden sundhedstjekket.
- Borgerens forberedelse til sundhedstjekket (i samarbejde med støtteperson/personale på botilbud/netværksperson).
- Udarbejdelse af en aftale/plan om fremtidig sundhedsindsats.

## Forberedelse inden der bestilles tid til sundhedstjek ved lægen

- Snak med borgeren om, hvad formålet med et sundhedstjek er, og hvordan det foregår. Det er væsentligt, at borgeren forstår hvorfor et sundhedstjek er vigtigt.
- Benyt evt. hjælpematerialet som er vedlagt. Her er en kort forklaring af sundhedstjekket og forklaring af de undersøgelser og test, der kan foregå før og under sundhedstjekket.
- Få borgerens samtykke til at borgeren ønsker at deltage i sundhedstjekket, herunder samtykke til at udveksle informationer med lægen.
- Har borgeren en værge skal denne evt. inddrages ift. samtykke.

## Forberedelse efter der er bestilt tid til sundhedstjek

Nedenstående forberedelse gennemføres:

- Hjælp borgeren med at bestille tid til blodprøve. Ved tidsbestillingen hos lægen blev der informeret om, hvor og hvornår der skulle tages blodprøve inden sundhedstjekket.
- Borgerens faste støtteperson eller selvvalgte netværksperson skal kunne ledsage borgeren. Borgeren beslutter, hvem borgeren ønsker som ledsager.
- Hjælp borgeren med at komme til sin aftale om blodprøve og støt borgeren, når blodprøven skal foretages, hvis borgeren ønsker støtte.
- Hjælp borgeren med at måle blodtryk. Der foretages 3 målinger på forskellige tidspunkter, sådan at resultatet afspejler borgerens normale blodtryk. Resultatet skrives i borgerens forberedelsesskema.
- Hjælp borgeren med at blive vejlet og målt, let påklædt uden sko. Ved måling af højde kan der evt. bruges en tommestok som sættes op mod væggen. Resultatet skrives på borgerens forberedelsesskema.
- Hjælp borgeren med at udfylde forberedelsesskemaet. Skemaet består af en række spørgsmål, der tilsammen tegner et billede af borgerens generelle helbredtstilstand.
- Hvis borgeren har en person i sit netværk, som borgeren ønsker, skal være ledsager ved sundhedstjekket, aftal da med netværkspersonen, hvordan vedkommende inddrages i forberedelsen.
- Medbring følgende til sundhedstjekket:  
**Borgerens medicinliste(r).**  
**Udfyldt spørgeskema med resultater fra blodtryksmåling, vægt og højde.**

## Selve sundhedstjekket

- Gennemgå evt. hvilke undersøgelser og test der skal foregå ved lægen inden lægebesøget, hvis borgeren har behov for dette.
- Aftal med borgeren, om du skal deltage under selve sundhedstjekket.
- Aftal med borgeren, om sundhedstjekket skal foregå i borgerens eget hjem eller evt. et andet egnet sted på botilbuddet.
- Sundhedstjekket kan vare fra 30-60 minutter, inklusiv forberedende samtale med borgeren, så hun/han er klar over at lægen kommer og foretager et sundhedstjek.
- Deltag i sundhedstjekket hvis aftalt med borgeren.

## Aftale/plan om fremtidig sundhedsindsats

- Lægen laver en aftale/plan med borgeren og pårørende/personale m.v., om indsatsen, så alle er bedre rustet til på egen hånd at hjælpe borgeren.
- Aftalen/planen kan omfatte en forebyggende indsats, en eller flere konkrete behandlingsindsatser eller henvisning m.v.
- Relevante pårørende/personale m.v. orienteres om planen.
- Hvis det er relevant, aftales opfølgende kontakt og/eller faste kontroller med lægen.

Materialet er lettere redigeret og udgivet i 2022 af Danske Handicaporganisationer i samarbejde med Dansk Selskab for Almen Medicin.

Tidligere versioner af materialet blev redigeret og udgivet i 2015 af Allerød, Egedal, Roskilde, Svendborg og Københavns Kommuner ifm. satspuljeprojektet "Fremme af lighed i sundhed og sundhedsvæsenet: Tidlig opsporing af sygdom hos borgere med betydelige kognitive og psykiske funktionsevnedssættelser".

Materialet er oprindeligt udarbejdet under ledelse af Danske Handicaporganisationer i forbindelse med pilotprojektet "Lige adgang til Sundhedsvæsenet" i 2011.

Illustrationer og fotos: Glad Design

Layout: Glad Design