



FORBEREDELSE AF SUNDHEDSTJEK MED BEBOERE

Sundhedstjek på botilbud for mennesker med udviklingshandicap
VEJLEDNING: FILM OM SUNDHEDSTJEK TIL BEBOERE



- LIVET MED UDVIKLINGSHANDICAP

Forberedelse af sundhedstjek med beboere

Denne vejledning er målrettet medarbejdere, som skal forberede beboere med udviklingshandicap, som bor på botilbud, til et sundhedstjek. Til vejledningen hører en film, som er målrettet beboere, og som I kan se sammen. Som medarbejder kan du i denne vejledning finde inspiration til, hvad du skal være opmærksom på, og hvordan du konkret kan tale med beboeren, når I forbereder sundhedstjekket, gennemfører sundhedstjekket og samler op på lægens plan efter sundhedstjekket.

Udover denne film og vejledning er der yderligere en film med tilhørende vejledning til ledere og medarbejdere, som skal i gang med at skabe gode rammer for sundhedstjek på botilbud.



← Film om sundhedstjek målrettet beboere
www.lev.dk/sundhedstjek

Vejledning til god praksis for sundhedstjek
www.lev.dk/sundhedstjek



RESUMÉ AF FILMEN

I filmen møder du Christian, som bor på botilbud og skal have lavet et sundhedstjek. Han forbereder sundhedstjekket med sin kontaktperson, Dennis. Sundhedstjekket udføres i Christians bolig af Astrid, som er praktiserende læge for Christian.

Filmen varer 5,29 min.



Brug filmen sammen med beboere og pårørende

Filmen er stilet til beboere, som bor på botilbud, og den ses sammen med beboeren, som et led i forberedelsen til et sundhedstjek. Formålet med filmen er, at beboeren får indsigt i, hvordan det foregår, når lægen kommer og undersøger beboeren på botilbuddet. Indsigten kan betyde, at beboeren føler sig tryk ved at medvirke til et sundhedstjek – og tegn på sygdom kan opdages og behandles i tide. Overordnet er formålet at skabe mere lighed i sundhed.

En del beboere kan være bekymrede for sundhedstjek, fordi de frygter, at det gør ondt, ikke kan lide at blive rørt ved af lægen eller har ubehagelige minder, som de forbinder med sundhedstjekket. Et sundhedstjek er dog vigtigt for at kunne bevare beboerens sundhed og livskvalitet og opdage sygdom så tidligt som muligt.

Beboerne har brug for, at I som medarbejdere støtter dem i en god forberedelse til sundhedstjekket med lægen. Forberedelsen kan gøre beboeren mere tryk ved at gennemføre undersøgelserne i et sundhedstjek og betyde, at flere beboere får et sundhedstjek af høj kvalitet.

Sundhedstjek på botilbud for mennesker med udviklingshandicap

VEJLEDNING: FILM OM SUNDHEDSTJEK TIL BEBOERE

Sådan gør du:

FORBEREDELSE

- **Print materialer om sundhedstjek:** Det er en god idé at printe folderen "Sundhedstjek ved din læge – information til borgeren", som med tekst og billeder beskriver hvad et sundhedstjek er. Print også "Spørgeskema – Borgerens forberedelse til sundhedstjek", som skal udfyldes sammen med beboeren inden sundhedstjekket (link til folder og spørgeskema).
- **Tal med en kollega eller din leder:** Tal om, hvordan I gennemfører sundhedstjek på jeres botilbud, og om der er noget særligt du skal være opmærksom på.
- **Orienter dig i den viden der findes:** Ved at orientere dig i den viden I allerede har om beboerens sundhed, bliver det muligt for dig at tilpasse information og kommunikation til den konkrete beboer. Du kan bl.a. orientere dig i beboerens dokumentation, journalnotater eller tale med en sundhedsfaglig medarbejder, hvis I har det på tilbuddet.



HVORFOR ER DET VIGTIGT AT FORBEREDE BEBOEREN TIL ET SUNDHEDSTJEK?

Beboeren har brug for din støtte til at få indsigt i, hvad et sundhedstjek er, hvordan det foregår og hvorfor det er vigtigt for beboerens sundhed at gennemføre et sundhedstjek. Din forberedelse med beboeren understøtter kvaliteten af selve sundhedstjekket og er derfor meget vigtig. Opgaven består i at:

- Forberede og støtte beboeren til sundhedstjek på en måde, som tager højde for beboerens individuelle funktionsniveau, bl.a. ved at formidlingen af viden om sundhedstjek tilpasses beboerens behov.
- Skabe den tryghed, beboeren har brug for i forbindelse med sundhedstjekket – og overveje, hvordan beboeren bedst kan motiveres til at gennemføre undersøgelse i sundhedstjekket.
- Sikre, at beboeren får støtte til at forstå undersøgelse og til at stille spørgsmål og få svar – på en måde, hvor beboeren bliver inddraget i samtalen med lægen.
- Støtte beboeren til at få en person med til selve sundhedstjekket, som kan støtte beboeren og som beboeren føler sig tryk ved. Det kan være en medarbejder, et familiemedlem eller en god ven.

Sundhedstjek på botilbud for mennesker med udviklingshandicap

VEJLEDNING: FILM OM SUNDHEDSTJEK TIL BEBOERE

SE FILMEN MED BEBOEREN

- **Se filmen sammen:** Find et roligt sted, hvor beboeren, som skal have et sundhedstjek, ser filmen sammen med sin kontaktperson eller en anden person, som beboeren er tryk ved. Pårørende kan også være med, særligt hvis det er en pårørende, som skal støtte beboeren under selve sundhedstjekket.

TAL MED BEBOEREN

- **Tal med beboeren om sundhedstjekket:** Tal om, hvordan beboeren har det med at skulle undersøges af lægen. En del beboere kan have svært ved, at lægen undersøger og rører ved kroppen. Hvis der skal tages blodprøve, kan det også være svært for mange.
- **Kig i folderen:** Folderen "Sundhedstjek ved din læge – information til borgeren" kan hjælpe beboeren med at huske de forskellige dele af undersøgelsen, som det kan være godt at tale om inden selve sundhedstjekket.
- **Støt beboeren i at komme til orde:** Husk beboeren på, at det er ok at stille spørgsmål til lægen og at sige fra, hvis der er dele af sundhedstjekket, beboeren ikke ønsker at gennemføre. Spørg ind til, om der er noget beboeren gerne vil fortælle lægen eller spørge lægen om og aftal, hvordan du som kontaktperson bedst kan støtte beboeren til at få svar på sine spørgsmål.
- **Udfyld spørgeskemaet:** En del af samtalen om sundhedstjek, kan I tage ud fra spørgeskemaet "Spørgeskema – Borgerens forberedelse til sundhedstjek". Brug gerne botilbuddets dokumentation til at udfylde spørgeskemaet.
- **Fortæl beboeren, hvad der sker efter sundhedstjekket.** Lægen sender et notat og en plan. Planen kan være et nyt sundhedstjek om 2 år eller ved behov. Andre gange kan der være brug for yderligere undersøgelser eller sundhedsfremmende tiltag, fx mere motion eller ændret kost.



SPØRGSMÅL TIL DIALOGEN MED BORGEREN

Spørgsmålene her er forslag og inspiration til, hvordan du kan få en samtale om sundhedstjek med beboeren i gang.

- Hvordan synes du, det er at blive undersøgt af lægen?
- Ved du godt, hvorfor det er vigtigt at blive undersøgt? (være sikker på man er sund og rask, opdage tegn på sygdom tidligst muligt).
- Vil du være med til alle undersøgelserne?
- Er der nogle af dem, du er bekymret for?
- Har du noget, som du gerne vil spørge lægen om? (ondt et sted, noget der bekymrer eller lignende).
- Vil du gerne selv spørge, eller skal jeg hjælpe dig?
- Hvordan hjælper jeg dig bedst? (inddrag og undgå at tale hen over hovedet, få svar på svære ord).

LAV EN AFTALE MED BEBOERENS PRAKTISERENDE LÆGE

- Aftalen med lægen om sundhedstjek kan aftales før eller efter, I ser filmen sammen.