

Hvordan håndtere «kravlisten» fra pasientene?

10 gode tips fra Dr. Løfors og Dr. Tellum

- 1** Ikke avvis kravlisten, les den, vis interesse for den så blir du bedre kjent med pasienten.
- 2** Hvis lista er for lang; ta med pasienten på å prioritere hva dere skal fokusere på i dag.
- 3** Utforsk åpent hvorfor pasienten har skrevet opp nettopp det - hva tror pasienten at skal komme ut av det (punkt for punkt).
- 4** Ros pasientene for at de er godt forberedt og har tenkt igjennom hva de ønsker hjelp med.
- 5** Stryk ut punktene som er avklart og be pasienten ta med listen igjen til neste time - hvis problemet/de andre punktene fortsatt består.
- 6** Hør nøye på alt pasienten har å si, hvis legene avbryter eller utstråler at de ikke hører etter, vil pasienten ofte ikke føle seg forstått.
- 7** Spør hvilken sykdom/tilstand pasienten er bekymret for. Noen ganger får man uventede svar som man lett kan avkrefte.
- 8** Få pasienten til å forstå at du tar deres bekymringer på alvor, bagatellisering kan få pasientene til å føle seg dumme.
- 9** Berolige når det er mulig og riktig, og gjør adekvate undersøkelser og prøver for å underbygge dine antagelser når det er nødvendig. undersøkelser og prøver for å underbygge dine antagelser når det er nødvendig.
- 10** Prøv å komme til en felles forståelse ved å begrunne godt faglig. Noen ganger må man gi og ta, ikke være for bastant. Noe utredning kan være helsefremmende for pasienten, selv i de tilfeller legen i utgangspunktet ikke mener at det er strengt nødvendig.