

Säker kommunikation för patient och närstående

Nedan presenteras en modell för kommunikation för att hjälpa dig som patient att sammanfatta din situation just nu och föra fram vad som är viktigt för just dig. Modellen kallas SBAR, och bygger på beskrivning av din Situation, din Bakgrund, ditt Aktuella tillstånd och din analys samt dina Rekommendationer och frågor. Frågorna är utformade för att minska risken att information missas eller missuppfattas.

Som patient eller närstående kan du alltid förbereda svar på frågorna nedan. Alla samtal varierar i hur de förs, men genom att förbereda dig inom de här områdena ökar chansen att du förmedlar och får svar på det viktigaste.

Steg-för-steg-guide:

- Tänk igenom och skriv gärna ner det som är viktigast för dig att få hjälp med/svar på.
- Var så specifik och tydlig du kan – ge konkreta exempel.
- Var beredd att svara på uppföljande frågor.

	Frågor du kan få:	För dig att tänka på / förbereda:
S	Situation Vem är du som kontaktar oss? Varför kontaktar du oss?	Presentera dig. Beskriv kort och tydligt din situation just nu och varför du söker vård.
B	Bakgrund Har du andra sjukdomar? Har du varit allvarligt sjuk eller inlagd på sjukhus? Har du nyligen opererats eller fått annan behandling?	Sammanfatta kort de sjukdomar du har och om du har haft liknande besvär tidigare. Berätta om eventuell pågående behandling.
A	Aktuella uppgifter/analys Vilka besvär har du? Hur länge har du haft besvär? Tar du läkemedel? Vilka? Har du någon allergi? Mot vad?	Beskriv hur du mår och eventuella förändringar av symptom.
R	Rekommendation/frågor? Vad är viktigt för dig? Vad vill du ha hjälp med?	Framför vad du tror att ditt tillstånd beror på och vad du vill ha hjälp med. Fråga vad du kan och ska göra själv. Fråga vad du ska vara uppmärksam på. Fråga efter det förväntade normala förloppet. Fråga efter vart du ska vända dig om symtomen kvarstår eller förvärras? Har du kontaktuppgifter?