

VÅRDPLANERING INOM VUXENPSYKIATRIN

All vård som planeras för dig beskrivs i en vårdplan. Vårdplanen ska ge en samlad bild av dina behov, dina mål med vården och den behandling du kommer att få.

Varför?

Syftet med vårdplanen är att du ska vara delaktig i och få inflytande över din vård.

I planen framgår vem som är ansvarig för vad.

När?

När du kommer till psykiatri gör vi en inledande bedömning för att avgöra om dina besvär ska utredas och behandlas hos oss.

Om du sedan fortsätter att ha kontakt med psykiatri görs

en vårdplan. Vårdplanen uppdateras och kompletteras efter behov.

Var?

Vårdplaneringen görs oftast på den mottagning du har kontakt med.

Vem?

Du och vårdpersonalen gör vårdplanen tillsammans. Det är ofta bra att ha med en närstående som stöd när vårdplaneringen görs.

Även andra personer kan vara med i vårdplaneringen, till exempel någon från Försäkringskassan eller kommunen.

Om du inte vill vara med när vårdplaneringen görs kan du välja en annan person som är med istället för dig.

Hur?

Under vårdplaneringen går ni bland annat igenom:

- dina behov
- dina mål och delmål med vården
- vilken vård som kan hjälpa dig
- dina egna styrkor och resurser
- vilken hjälp du kan få av personer i din närhet.

Du bestämmer själv vilka dina mål och delmål är. Det kan till exempel vara att du ska få minskade symtom, mer kunskap om din diagnos, nya sätt att hantera dina besvär och ökad livskvalitet.

Innan vårdplaneringen avslutas ska ni gå igenom vad som har planerats så att alla är överens om vad som har bestämts. Det är viktigt att du känner dig delaktig i planeringen och besluten, annars ska du säga till – det är din vårdplan.

När vårdplanen är klar får du den utskrivna på papper.

Krisplan

För många patienter är det bra att tillsammans med vårdpersonalen upprätta en krisplan.

Den ska beskriva dina risksituationer, tidiga tecken på försämring och hur dessa ska hanteras. I krisplanen beskrivs vad som ska göras om du ändå skulle hamna i en krissituation och till exempel behöva sjukhusvård.

Du får en utskrift av krisplanen med dig hem.



- Mål för vården.
- Valavbehandling och insatser.
- Tidsplan.
- Vem ansvarar för vad?
- Plan för uppföljning.

Inom vuxenpsykiatri planerar du din vård tillsammans med vårdpersonalen.

© Stockholms läns sjukvårdsområde
feb 2017

Vad händer sen?

Både vårdplan och krisplan ska regelbundet utvärderas och uppdateras. Det gör du och vårdpersonalen tillsammans.

Inför vårdplaneringen

Förbered dig gärna inför vårdplaneringen genom att tänka igenom vad du vill ha hjälp med, dina styrkor och resurser samt dina mål och delmål. Det kan vara bra att skriva ner dina tankar och frågor och ta med till vårdplaneringen.

Vill du ha information om möjliga behandlingar kan du gå in på vår webbplats psykiatri.sll.se, se under rubriken **Vård hos oss**. På Vårdguiden, 1177.se, finns information om olika diagnoser och behandlingar.

Undrar du över något när det gäller din behandling kan du alltid fråga vårdpersonalen.

EGNA ANTECKNINGAR

På raderna nedan kan du skriva ner dina tankar inför vårdplaneringen. Ta gärna med anteckningarna till mötet.



JAG VILL HA HJÄLP MED: _____

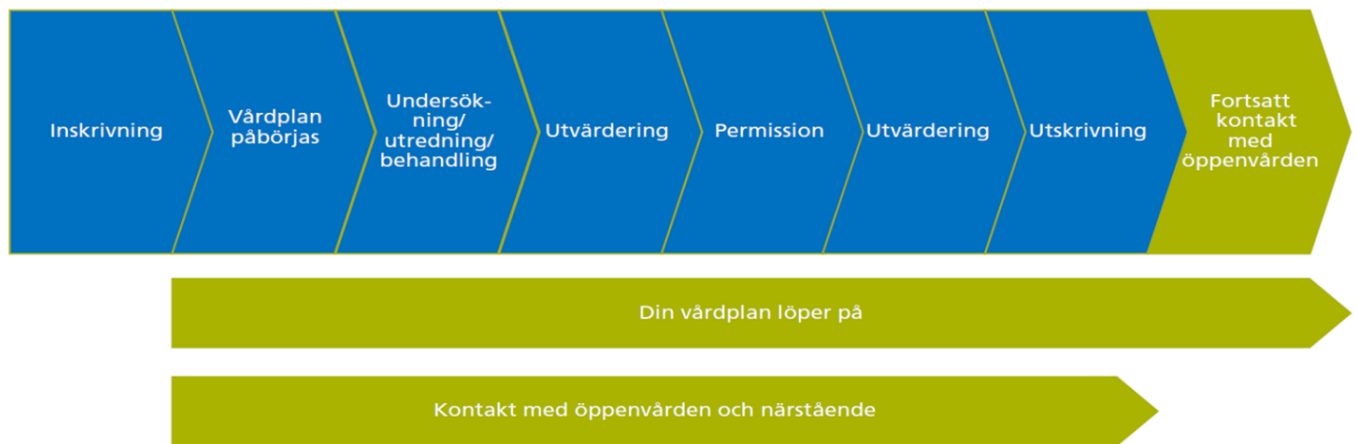
MINA STYRKOR OCH RESURSER: _____

MINA DELMÅL: _____

MINA MÅL: _____

FRÅGOR: _____

Så här kan vårdtiden hos oss se ut:



Alla nya patienter inom vuxenpsykiatri får göra en **Basutredning**. Resultatet avgör om och hur en **Utökad utredning** ska göras.

Basutredning

- Kartläggning av besvären med hjälp av intervjuer och frågeformulär.
- Genomgång av sjukdomshistoria och aktuell livssituation.
- Kartläggning av alkohol- och drogvanor.
- Diagnostisk bedömning och eventuellt förslag om utökad utredning.

Utökad utredning

- Fördjupad intervju och anpassade frågeformulär.
- Problemformulering.
- Eventuellt samtal med närstående.
- Vid behov hälsokontroll och labb-prover.
- Information om diagnos och behandlingsalternativ.

Vårdplanering

- Mål för vården.
- Val av behandling och insatser.
- Tidsplan.
- Vem ansvarar för vad?
- Plan för uppföljning.

Behandling och insatser

- Läkemedel och/eller psykologisk behandling.
- Vid behov andra hälsofrämjande åtgärder.
- Patient- och närståendebildning.
- Vid behov samplanering med socialtjänsten.

Uppföljning

- Utvärdering av behandlingens effekt.
- Bedömning av eventuella biverkningar av medicinering.
- Avstämning av vårdplanens mål.
- Beslut om avslut eller ytterligare insatser.

- Mål för vården
- Val av behandling och insatser
- Tidsplan
- Vem ansvarar för vad?
- Plan för uppföljning

Hur? Under vårdplaneringen går ni bland annat igenom:

- dina behov
- dina mål och delmål med vården
- vilken vård som kan hjälpa dig
- dina egna styrkor och resurser
- vilken hjälp du kan få av personer i din närhet.

Du bestämmer själv vilka dina mål och delmål är.

Det kan till exempel vara att du ska få minskade symtom, mer kunskap om din diagnos, nya sätt att hantera dina besvär och ökad livskvalitet. Innan vårdplaneringen avslutas ska ni gå igenom vad som har planerats så att alla är överens om vad som har bestämts.

Det är viktigt att du känner dig delaktig i planeringen och besluten, annars ska du säga till – det är din vårdplan.

När vårdplanen är klar får du den utskrivna på papper.

KRISPLAN

I vårdplanen ska även en krisplan ingå.

Vårdplanering ska också innehålla en plan, för vad som händer om du blir akut sämre och hamnar i en kris.

En krisplan handlar om att behandlare, läkare, patient och närstående kan hantera tidiga tecken på försämring

- dels under vårdtiden
- men också inför permission och utskrivning.

I krisplanen kan ni planera i förväg och bestämma vad som ska hända om närhen börjar bli sjuk.

I planen framgår till exempel:

- Vad som ska göra när det inte går som är tänkt, och i vilken ordning.
- Vem ska kontaktas.
- Vad kan vänner eller familj hjälpa till med.
- Vad behandlare ska göra om den drabbade drabbas av en akut kris.

Vårdplanen uppdateras fortlöpande under vårdtiden.

- Situationer som innebär risk för att jag ska återinsjukna/ allvarligt försämrats
- Mina tidiga tecken på återinsjuknad/ allvarlig försämring
Uppvarvning:
- Nedstämdhet:.....
- Blandat:
- Om något av dessa uppträder ska jag
Uppvarvning:.....
- Nedstämdhet:.....
- Blandat:.....

Tidigt Kontakta/boka med sjukvården

- Om något av dessa uppträder vill jag att mina närstående, vården, kommun, övriga
- Rekommendationer till vården vid allvarlig försämring

Mobila teamet:

Inläggning

Situationer som innebär risk för att jag ska återinsjukna/allvarligt försämrats.

Mina tidiga tecken på återinsjuknande/allvarlig försämring är.

Om något av dessa uppträder ska jag;

Om något av dessa tecken uppträder vill jag att mina närstående/kontakter inom vården/kontakter inom kommunen/övriga kontakter ska.....

Rekommendationer till vården vid allvarlig försämring.

Telefonnummer till;

- Närstående
- mina behandlare/mottagning inom vården
- jourteam/akutmottagning
- mina kontakter inom kommunen
- samt övriga kontakter.

Krisplanen finns i patientjournalen och kan skrivas ut för att ge till patienten och exempelvis närstående.