

Vårdplanering inom vuxenpsykiatri

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.



Inom vuxenpsykiatri planerar du din vård tillsammans med vårdpersonalen.

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: _____
