

FÖRSTÅ MIG RÄTT

Ett sätt att minska missförstånd

För att patienten ska kunna vara delaktig i sin behandling, fatta beslut och kunna ta ansvar för sin hälsa, är det viktigt att patienten får information, förstår den och kan tillgodogöra sig den.

Förstå mig rätt är en metod där vi som vårdpersonal tar ansvar för att patienten förstår den information vi vill ge kring hälsa och behandling. Det skapar bra förutsättningar för att vi ska förstå varandra bättre.

Forskning har visat:

- Patienter missförstår eller glömmet omedelbart över hälften av den medicinska informationen som ges av sjukvårdspersonal.
- Nästan hälften av patienterna kan inte redogöra för riskerna vid sin operation trots att de gett sitt samtycke till den.
- En av de tio bästa evidensbaserade åtgärderna för att generellt öka patientsäkerheten är att ”kontrollera att en patient korrekt uppfattat information om sin behandling och dess risker”.
- Diabetespatienter där läkare använt **teach-back** har betydligt bättre sockervärden.

Forskningsreferenser hittar du på
jamlikvard.vgregion.se

Denna folder är framtagen av
Kunskapscentrum för Jämlik vård.

Vill du veta mer eller kanske
få en introduktion i metoden,
tveka inte att kontakta oss!

kjv.regionservice@vgregion.se
jamlikvard.vgregion.se



FÖRSTÅ MIG RÄTT

Ett sätt att minska missförstånd

Vård är i allra högsta grad en kommunikativ verksamhet. Kommunikation är också bland det svåraste man kan arbeta med. Vi tolkar ofta vad som sägs och fattar beslut utifrån den förståelse vi tror oss ha. Men stämmer tolkningen verkligen med vad patienten vill ha sagt? Dessutom är vi ofta övertygade om att vi har gett all nödvändig information. Men vet vi att patienten också har förstått den?

Kunskapscentrum för Jämlig vård har utifrån **teach-back** utarbetat en metod för att minska riskerna för missförstånd. Vi har valt att kalla metoden **Förstå mig rätt**. Metoden fungerar i de flesta sammanhang där vi antingen ger eller får information och lämpar sig särskilt vid samtal med stöd av tolk.

Skulle jag boka återbesök eller hur var det?

Vad var det nu de sa att jag hade egentligen?

Så här gör du:

- Be patienten, med jämna mellanrum, att berätta eller visa vad ni har talat om för att få en återkoppling på hur väl du har förklarat.
- Undvik ja- och nej-frågor, exempelvis "Har du förstått?" eller "Undrar du över något?"
- Kan inte patienten berätta eller visa? Förklara igen och gärna på ett annat sätt.
- Ett tips är att kombinera samtalet med broschyrer, whiteboardtavla eller papper och penna.
- Sammanfatta också med egna ord vad patienten har sagt så att du inte har missat eller missuppfattat något.

Måste jag ringa läkaren för att förnya receptet?

Det finns olika sätt hur man kan be patienten att återberätta. Så här kan du till exempel fråga för att undvika att patienten känner sig kontrollerad:

"Jag vill vara säker på att jag har förklarat på ett bra sätt. Därför skulle jag vilja att du berättar för mig vad jag har sagt så att jag inte missar någon viktig information."

"Om du skulle berätta för någon som står dig nära vad vi pratat om idag – vad skulle du berätta då?"

Fler exempel på hur du kan ställa **teach-back**-frågor finns i filmen som har tagits fram av Memologen i Umeå. Du hittar den på [youtube.com](https://www.youtube.com), sök på **teach-back**.

