



**S
P
I
K
E
S**



A photograph of a theater or cinema interior. The seats are arranged in rows. Most seats are a deep blue color. One seat in the foreground, on the left side, is a vibrant red color, standing out from the rest. The background shows more rows of blue seats receding into the distance. The lighting is somewhat dim, typical of a theater setting.

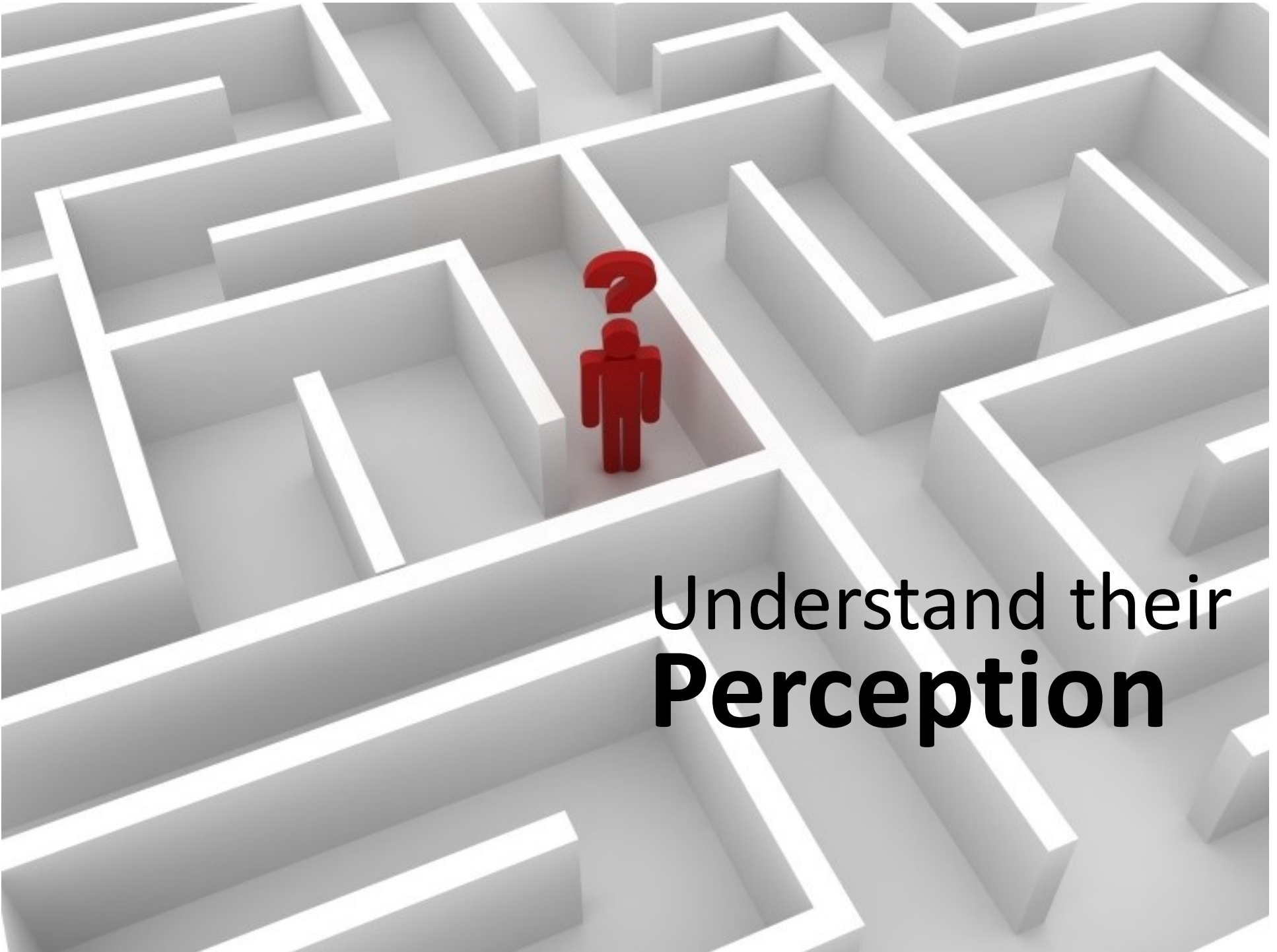
Setting the Scene

S - Undirbúningur

- Vertu búin/n að kynna þér ástand sjúklings
 - getur þurft að átta þig á lífslíkum/horfum, meðferðarmöguleikum
- Hefur sjúklingur getu til að taka eigin ákvarðanir
 - getur tekið við upplýsingum er varða eigin heilsu, mátað upplýsingar við sjálfan sig, tekið ákvörðun og rökstutt hana
 - ef ekki hver er talsmaður
- Veldu rólegt umhverfi fyrir fund/næði
- Hvert er markmið samtals?

S - Undirbúningur

- Hverjir eiga að vera á fundinum?
- Gerðu ráð fyrir nægjanlegum tíma(a.m.k. 30 mín)
- Slökktu á símanum á meðan
- Sittu í augnhæð við sjúkling
- Hafðu bréfpurrkur handhægar
- Byrjaðu samtalið
 - allir kynna sig, nafn og hlutverk
 - útskýrðu markmið fundarins



Understand their
Perception

P- vitneskja, hugmyndir og væntingar

- **Mjög mikilvægur hluti samtalsins**
- Nauðsynlegt að fá fram hvað sjúklingur veit og skilur, hvernig hann/hún sér stöðuna
 - fá sjúkling til að segja frá líðan og vitneskju um stöðu mála
 - “hvernig hefur þér liðið? Til að við séum örugglega á sömu blaðsíðu langar mig að spyrja hvernig þú sérð núverandi ástand?” “hvað hafa læknarnir sagt þér?”
 - gjarnan fá fram hugmyndir og væntingar

- Ef sjúklingur ekki fær um að tjá sig og viðtal er við aðstandendur, þá spyrja t.d.
 - “hvernig hefur heilsa viðkomandi verið undanfarna mánuði og svo í aðdragandanum nú”
- “hefur hann/hún einhvern tímann rætt hvernig meðferð hann/hún óskaði sér ef alvarlega veikur og horfur ekki góðar?”

I - leyfi

- Óskaðu eftir leyfi til að ræða viðkvæm efni
 - “ég er með niðurstöður rannsókna, er í lagi að við ræðum þær?”
 - “hversu miklar upplýsingar viltu fá um við hverju má búast í framtíðinni varðandi heilsufar þitt?”

Share Your
Knowledge



K – Deildu þekkingu þinni

- Mundu að sjúklingur sem er á krossgötum er hræddur
 - óviss um í hvaða átt líf hans er að stefna
 - líkur á tilfinningalegu uppnámi.. erfitt að taka við vitrænum upplýsingum
- Veittu fáar staðreyndir, engin smáatriði. Tala frekar um heildarmynd. Staldráðu við, þögnin getur verið dýrmæt
- Notaðu einfalt og skýrt mál. Ekki fara í kringum erfiðar staðreyndir með loðnu málfari
- Ræddu t.d.
 - núverandi sjúkdómsástand og meðferðarmöguleika



- Getan til að sýna samhygð er grundvöllur þess að mynda traust

E - Samhygð

- Eftir að hafa veitt slæmar/erfiðar fréttir
 - staldraðu við, notaðu þögnina
 - fylgstu með viðbrögðum sjúklins/tilfinningum
- Sjúklingurinn mun ekki meðtaka vitrænar upplýsingar fyrr en hann er búinn að jafna sig tilfinningalega
- Þú getur notað einhverja af NURSE setningunum hér til að veita sjúklingnum samhyggð

Setningar sem sýna samhygð NURSE setningar

Nefna tilfinninguna

Ég sé að þú ert döpur/dapur

Sýna skilning

“Ég ímynda mér að það sé erfitt
að heyra þetta”

“Ég get ekki ímyndað mér..... “

“það sem ég heyri er....

Sýna virðingu/lofa

“Þú hefur gert allt sem þú
getur...”

“Þú hefur staðið þig svo vel...”

Veita stuðning

“Þú getur alltaf leitað til mín”

Kanna frekar

“hvað ertu að hugsa núna?”

Ég vildi óska þess að..... staðan væri
önnur



S – Samantekt

- Þegar sjúklingur er tilbúinn
 - farðu yfir ráðleggingar um næstu skref
 - takmarkaðu magn upplýsinga
 - leggðu áherslu á áframhaldandi samskipti, hvenær næsti tími er.....