

Kommunikasjon i møte med den alvorlig syke

– Det er avgjørende for leger å trene inn riktig måte å formidle de dårlige og vanskelige budskapene på.

Det sa psykiater Tor Jacob Moe på et kurs for allmennleger under Primærmedisinsk uke. Moe er overlege ved Olaviken alderspsykiatriske sykehus, og har tidligere jobbet 10 år som psykiater ved Radiumhospitalet.

– Jeg har i alle år vært opptatt av kommunikasjon. Da jeg begynte på Radiumhospitalet i 1987 følte jeg at jeg hadde for lite kunnskap om kommunikasjon mellom lege og den alvorlig syke og pårørende. Jeg meldte meg på et kommunikasjonskurs i regi av professor Peter Maguire ved Christie Hospital i Manchester, og jeg vil påstå at min evne til å kommunisere ble langt mer effektiv etter det, sa Moe. Han nevnte at ordet effektivt kan høres teknisk ut i en slik sammenheng, men at han har valgt å bruke det fordi både legens og pasientens tid er dyrebar. – Får man til en god samtale på den tiden man har til rådighet får du som lege en opplevelse av å ha gjort jobben tilfredsstillende, sa han.

– Kommunikasjon er et svært viktig redskap fordi vi bruker det hele tiden. Kriser er livets prøve, og de kommer for oss alle en eller annen gang i livet. Vi har usårbarhet og kontroll som utgangspunkt for et sunt og normalt liv, men møter vi en krise så forandrer dette seg helt plutselig og alt kan bli snudd på hodet, sa Moe. – Pasienter reagerer så forskjellig. En gang trodde jeg at en pasient jeg hadde hatt gjennom 15 år og som virket stabil og rolig skulle takle en dårlig nyhet, men så skjedde det motsatte, sa han. – Jeg spurte en gang en pasient som hadde fått beskjed om at hun var alvorlig kreftsyk om hva som bekymret henne mest. – Jeg bekymrer meg ikke for at jeg skal dø, men for at jeg kommer til å miste håret, svarte hun. – Hun hadde et vakkert hår og hun opplevde det som et tap og en trussel mot sitt selvbilde. Jeg kunne ikke da som lege si at i bytte med å overleve, så betyr vel ikke det å miste håret noe, sa han.

Må tre inn i pasientens landskap

Moe sa videre at det finnes gode og dårlige strategier i måten å formidle dårlige nyheter på, og la vekt på viktigheten av å skreddersy informasjonen etter pasientens ønske. Han nevnte krisens ulike faser; sjokkfasen, reaksjonsfasen, bearbeidingsfasen og orienteringsfasen.

– Det er viktig at pasienten møtes riktig i den fasen vedkommende befinner seg i. Vi må tre inn i det rommet pasienten er i. Vi vet ingenting om hva pasienten tenker før vi har spurt. Det er viktig at informasjon



– Vi må tre inn i det rommet pasienten er i før vi informerer, sier psykiater Tor Jacob Moe. Foto Lisbet T. Kongsvik

ikke holdes tilbake for de pasientene som ønsker å vite, men man må heller ikke presse på om pasienten på det daværende tidspunkt ikke ønsker eller ikke er i stand til å ta inn budskapet

– Erfaringsmessig er det viktig å begynne med det vage og så gi økende grad av klarhet i samtalen, sa Moe. Han nevnte som et eksempel at man kan si: – Hva tenker du nå etter å ha vært gjennom alle disse prøvene og det vi har snakket om? Så svarer pasienten f.eks.: – Jeg tenker at det er vel brystkreft fordi mange i min familie har vært rammet av det, og nå er det vel min tur. – Da befinner man seg i pasientens landskap og kan si: – Ja, det er dessverre kreft. – Ikke glem at du som lege i en slik situasjon er en nøkkelperson for pasienten, sa Moe.

Aldri for sent å lære

– Vi leger har tilbøyelighet til å bli belærende, sa Moe. – Forskning viser at det er en av grøftene vi leger går i. Jeg har arrangert kurs på Radiumhospitalet der godt voksne og erfarne overleger under rollespill har informert pasienten i senk uten å la pasienten slippe til, og som etter å ha sett seg selv i etterkant har kommet med et hjertesukk: «Jeg trodde jeg var bedre!»

Kommunikasjonskurset som gikk over 1 1/2 time samlet 30 allmennleger. Flere av deltakerne delte sine egne erfaringer med vanskelige pasientsamtaler i løpet av kurset, og fikk råd underveis av foredragsholderen.

Lisbet T. Kongsvik

lisbet.kongsvik@legeforeningen.no
Avdeling for informasjon og helsepolitikk

Har revidert røykeprogram for ungdom

Sosial- og helsedirektoratet lanserte i slutten av oktober FRI, en revidert utgave av skoleprogrammet VÆR røykFRI, som er et treårig undervisningsprogram med fokus på tobakk. Det har vært et gratis tilbud til alle ungdomsskoler i Norge siden 1997. Hvert år deltar mer enn 60 % av alle landets ungdomsskoleelever, dvs. over 120 000 elever i programmet. I en evaluering av effektive tiltak i skolen «Rapport om forebyggende innsatser i skolen» fra oktober 2006, vurderes FRI som et av de mest effektive av programmene som er evaluert. Et av hovedbudskapene i FRI er at det ikke er kult å være avhengig.

Les mer: www.shdir.no/tobakk

Nytt nettsted for pasientinformasjon

Norsk revmatologisk forening har åpnet et nytt nettsted for pasientinformasjon. Nettsiden inneholder pasientinformasjonsark om legemidler til behandling av revmatiske sykdommer. Arkene omhandler de fleste typer legemidler som brukes innen revmatologisk behandling. Hensikten er å fremme kunnskap om og optimal bruk av legemidlene og bidra til å gjøre pasientene i stand til å ta ansvar for egen legemiddelbruk. Nettadressen er: www.legeforeningen.no/nrf

Etablerer grenspesialitet for kirurgi på kvinnebryst og skjoldbruskkjertelen

Helse- og omsorgsdepartementet vil opprette en egen grenspesialitet i mamma- og para-/tyreoideakirurgi. Beslutningen er tatt på grunnlag av råd fra bl.a. Nasjonalt råd for spesialistutdanning av leger og Sosial- og helsedirektoratet. Departementet har med dette besluttet at brystkreftkirurgi og skjoldbruskkjertelkirurgi er fagområder som skal håndteres av egne legespesialister.

Skuffet over manglende prioritering av forskning

Akademikerne ga uttrykk for skuffelse over den manglende prioritering av forskning og høyere utdanning i regjeringens forslag til statsbudsjett da de møtte i Kirke-, utdannings- og forskningskomiteen i slutten av oktober. – Legeforeningen støtter fullt opp om Akademikernes innspill og vurderinger omkring manglende satsing på forskning, sier Torunn Janbu, Legeforeningens president.

Les mer: www.akademikerne.no