



Delaktighet och egenansvar för sitt höga blodtryck. HC Renen

Syftet med utvecklingsuppdraget var att öka patienternas delaktighet, egenansvar och motivation kring att bättre sköta sitt blodtryck.

Bakgrund

Hälsocentralen Renen har idag 115 st patienter som fastställts med diagnosen hypertoni. Patientgruppen är överlag en rätt stor grupp i samhället. Vi upptäckte att endast ca 20% av patienter tillfrågats om sina levnadsvanor, medan patienterna med diagnostiserad diabetes typ 2 låg på 70%.

Genom det här projektet vill vi ge patienterna kunskap om sina diagnoser och medförande risker samt om effekterna av balanserade levnadsvanor och på så vis öka patienternas delaktighet, egenansvar och motivation kring att bättre sköta sitt blodtryck.

Metod

Distriktssköterskan som hållit i projektet har genomgått hypertoni 2-dagars utbildning via Svenska föreningen för hypertoni, stroke och vaskulärmedicin (SVM) under våren -24. Metoden för hur de rådgivande samtal skulle se ut har behövts omformas något under projektets gång.

Inledningsvis erbjöds patienter med fastställd diagnos ett fysiskt rådgivande samtal å 45-60 min i samband med att de lämnar de årliga blodproverna, men få ville avsätta tid för fysiska besök på hälsocentralen när de inte upplevde några besvär. De som avböjde fysiska rådgivande samtal med sköterska blev istället erbjudna rådgivande samtal över telefon. Även där avböjde somliga med anledning av tidsbrist.

Resultat

Trots att det varit svårt att få folk att intressera sig för sitt blodtryck och hur de själva kan påverka det så har siffrorna mer än dubblats, från 20 % till 50%.

Väldigt många av patienterna i den här gruppen har inte svarat i telefonen trots flertalet försök att ringa dem. En del av patienterna på listan har flyttat eller bytt hälsocentral.

Slutsats

Det är inte enkelt att få människor, i ett redan ganska stressat samhälle, att prioritera ett hälsobesök som de kanske kan skörda resultat av först många år fram. Det är somliga som inte har någon lust att prata om sina levnadsvanor, kanske de upplever det utlämnande och rädd för att bli dömda eller ifrågasatta. Det är av stor vikt hur sköterskor närmar sig ämnet levnadsvanor där utfallet kring hur benägen en patient känner sig att öppna upp i denna fråga eller sluta sig blir lite avgörande. Att vara en liten hälsocentral kan vara av godo då vi personal träffar patienter både i provtagningsstolen på lab, under mottagningstider och i receptionen. Det ger en förståelse för patientens hälsa och kan även i dessa sammanhang öppna upp för samtal kring deras hälsa.

Kontakt:

Linn Muller, linn.muller@hc.renen.se

Thomas Andersson, thomas.2.andersson@regionjh.se