

# VÆRD AT VIDE!

## Projekt Forebyggende Selvmonitorering

Faglige input produceret af og for partnere i Lev Vel, delprojekt Forebyggende Selvmonitorering



### Nr. 16: Ældre, sundhed og selvmonitorering

### Del 2

Fortsat fra del 1

Af Julie Bønnelycke, videnskabelig assistent, Center for Sund Aldring, Københavns Universitet, [juliebl@hum.ku.dk](mailto:juliebl@hum.ku.dk)



lignende. De fleste arbejder med det, de har, og finder praktiske løsninger i hverdagen. Flere opsøger selv viden, og søger begrundelser og forklaringer, også ved sundhedspersonalet og de eksisterende systemer, men samtidigt er der en bevidsthed om, at der er professionelle, der har erfaring med, og er bedre rustet til at håndtere ens lidelse.

Det er derfor især væsentligt, at ingen ønsker alene at stå med ansvaret for at forvalte egen sygdom og sundhed – netop visheden om, at der bliver taget hånd om en, og at man kan søge hjælp og vejledning er af afgørende betydning. Der skal være professionel hjælp og støtte; til at tolke kroppens signaler, til at fortælle, hvad der skal gøres, og til at sparre med, så man ikke føler sig alene. Således foregår behandlingsforløbet for rygpatienterne i tæt samarbejde, og med en konstant dialog og forhandling mellem patienternes virkelighed og muligheder, og personalets strategier og vurderinger. Det er også noget af det, patienterne fremhæver som særligt værdifuldt ved behandlingsforløbet: At de bliver hørt og forstået som individ, og at der bliver taget hensyn til deres personlige situation, interesser og udfordringer i hverdagen. Dét forklarer en af patienterne således:

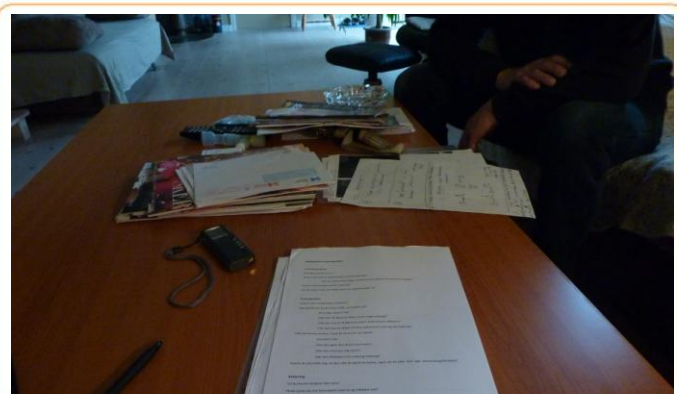
*Altså, i dét tilfælde nu, det er, at jeg fortæller om de problemer jeg har, og så laver hun noget, der hverken kommer fra Habermas eller fra side 17 i en fysioterapibog, men kommer fra mine problemer, og så siger hun "Det gør vi så. For at hjælpe det du snakker om." Dét synes jeg da er fantastisk.*

(Uddrag af interview)

De fleste synes ikke, at generelle budskaber eller gruppebeskeder formår at ramme dem godt nok. Man vil gerne føle, at man bliver behandlet som det individ, man er, uden dog at blive gjort til eneansvarlig. Adfærdændringerne såsom ændret træningsmønster

kommer af den hjælp og støtte, man får af personalet, ens sociale omgangskreds eller ægtefælle, og er også drevet af nødvendigheden udgjort af smerten og den konkrete lidelse. Dertil kommer de praktiske redskaber og hjælpemidler, der gøres til en del af behandlingen.

Således skal selvmonitoreringen eller sundhedsteknologien ifølge disse patienter give mening for den enkelte, i forhold til den aktuelle helbredssituation og ens tilværelse. Det skal derfor være et middel til at opnå en ønsket sundhedstilstand, og det skal ikke være noget, som den enkelte skal stå alene med, men skal indgå som en del af et samarbejde mellem borgeren og sundhedsprofessionelle, til at styrke og forbedre eksisterende relationer og lette kommunikation. Det skal ikke være en uddelegering af ansvar til individet alene, men kunne tilpasse sig den enkeltes behov for viden og handlemuligheder.



Billede ovenfor: Hjemmebesøg med interview hos patient.

Billede øverst på siden: At kunne gå til den næste lygtepæl på vejen kan være målestokken for succes.