

Afdækning af patienternes ADFÆRD

Patientens adfærd kan omhandle flere elementer:

- Patienten kan have nedsat/øget aktivitetsniveau (aktiviteter der udføres individuelt) og deltagelsesniveau (aktiviteter der udføres i fællesskab med andre), hvilket kan omhandle både fritid og arbejde
- Patienten kan være præget af nedsat/øget søvn (kvalitet og mængde)
- Patientens kan have mistet troen på selv at kunne håndtere tilstanden

Ved afdækningen undersøger I patientens adfærds-mæssige strategier: er de hensigtsmæssige for patientens tilstand og forløb og har patienten tro på egen evne til at håndtere tilstanden.

Kerne spørgsmål til afdækning af patientens adfærd:

- ❖ **Hvordan er din adfærd, gør du mere eller mindre end du plejer?**

Supplerende spørgsmål:

- ❖ Hvordan er dit aktivitetsniveau – er det som det plejer eller er du stoppet med nogle aktiviteter? (hvorfor)
- ❖ Hvilke aktiviteter har værdi for dig i dit liv - hvilke er smertefulde eller undgår du helt?
- ❖ Er du sammen med dine venner/familie/sociale netværk i samme omfang som du plejer?
- ❖ Hvordan påvirkes din arbejdssevne af dine smerter?
- ❖ Har du tidligere været sygemeldt fra arbejde grundet rygsmerter?
- ❖ Hvad gør du for at klare rygsmerterne?
- ❖ Hvordan sover du om natten?

Eksempler på flere afdækkende spørgsmål:

Aktivitets- og deltagelsesniveau (fritid):

Når man har smerte ændrer man nogen gange sit aktivitetsniveau og sit sociale liv – er dit som det plejer eller gør du mere eller mindre?

- Hvorfor?
- Hvad hindrer dig i at udføre/deltage i ... (aktivitet/deltagelse), som du plejer?
- Ønsker du at genoptage ... (aktiviteten/deltagelsen)?
- Hvilke aktiviteter og sociale begivenheder, ønsker du at komme tilbage til?

Aktivitetsniveau (arbejde):

Hvilke funktioner har du på dit arbejde – er der nogle, som du ikke længere udfører?

- Hvorfor?
- Har du andre funktioner, som du i stedet udfører? Hvilke?
- Ønsker du at komme tilbage til dine oprindelige arbejdsfunktioner?

Søvn:

Hvor meget søvn får du i gennemsnit hver nat?

- Hvor meget søvn, synes du er optimal for dig?
- Hvordan er din søvn?
- Har du problemer med at sove?
- Hvorfor?
- Hvad gør du, når du har problemer med at sove?
- Er det din oplevelse, at din søvn har betydning for din tilstand?

Adfærdsstrategier / evne til at håndtere tilstanden:

Hvad gør du for øjeblikket, for at klare dig bedst muligt med dine smerter?

- Hvor godt føler du, at du kan håndtere tilstanden?
- Hvis du er i gang med et eller andet, og du mærker forværring i din ryg, hvad gør du?
- Hvad gør du, når du får flere smerter?
- Er der noget, du kan gøre, der hjælper dig?
- Er der noget, du kan gøre for at lette eller reducere dine symptomer?
- Kan du tilrettelægge dagen, så du kan gøre det, der er bedst for dig?