

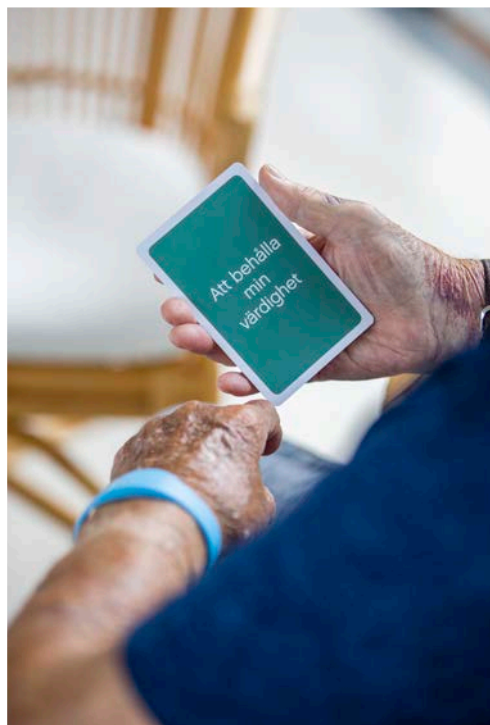
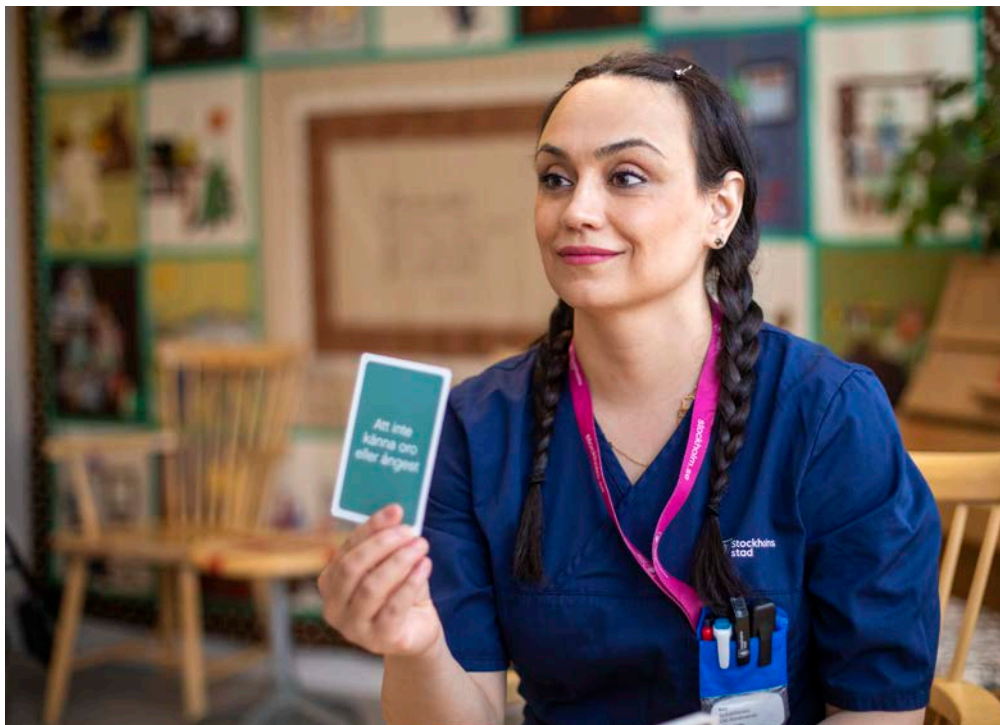


Stockholms
stad



Samtal om livets slutskede

Hjälp till dig som arbetar på särskilt boende för äldre,
och kommer hålla förberedande samtal.



Inledning

Forskning har visat att det är värdefullt med samtal som rör den sista tiden i livet – både för den boende, de anhöriga och dig i vården. Det är därför viktigt att den boende erbjuds ett "Förberedande samtal" i anslutning till flytt till särskilt boende – även om det kanske inte känns aktuellt just då. Samtalet syftar till att involvera och anpassa vården efter den boendes behov och önskemål i livets slutskede.

1. Förberedande samtal

Om värderingar och prioriteringar inför vård i livets slutskede inom äldreomsorg.

Personcentrerad vård och omsorg

Personcentrerad vård är ett förhållningssätt som innebär att se den enskilda personen, involvera och anpassa vården efter individens behov och önskemål. Du som personal ska bjuda in till dialog om vad som är viktigt för den enskilde, även när det handlar om den sista tiden i livet.

Vad är förberedande samtal?

Förberedande samtal är ett strukturerat samtal. Här är ett tillfälle att ställa frågor och prata om vad som är viktigt för boende och anhöriga inför den sista tiden i livet. I samtalet identifieras viktiga värderingar och prioriteringar för att kunna erbjuda personcentrerad vård.

Målet med förberedande samtal är att öka delaktighet i vård och omsorg samt öka kommunikation, trygghet och tillit mellan alla inblandade.

Förberedande samtal erbjuds i nära anslutning till flytten till särskilt boende, och kan behöva följas upp vid flera tillfällen. Samtalet är frivilligt och kan ta allt mellan 30 minuter och 1,5 timme.

Samtalsverktyget DöBra-kortleken

DöBra-kortleken är ett forskningsbaserat redskap framtaget för att underlätta att prata om det viktiga inför livets slutskede – oavsett om det handlar om fysiska, psykiska, sociala, praktiska eller existentiella aspekter. Den innehåller 37 kort med påståenden om vad som kan vara betydelsefullt i livets sista tid och valfria alternativ för att formulera annat som kan vara viktigt. DöBra-kortens påståenden säger en del om vad som är viktigt, men det är i själva samtalet kring korten värderingar och prioriteringar blir tydliga.

Enligt medföljande instruktion kan DöBra-korten först sorteras i 3 högar: mest viktigt, ganska viktigt och inte viktigt. Därefter väljs de 10 viktigaste korten från högen mest viktigt, som slutligen rangordnas 1–10. Detta ger

tillfälle till upprepad reflektion men se till att uppmärksamma deltagarnas välmående då det kan vara krävande. Exempelvis kan personen själv välja ut de viktigaste påståendena direkt, utan att sortera korten i högar. Ett annat alternativ är att lägga ut alla kort på ett bord och be personen peka på de påståenden som är viktiga för hen.

DöBra-korten vägleder och strukturerar förberedande samtal, men är inte för alla. Använd DöBra-korten om det bidrar till ett bra samtal.

2. Inför samtalet

Tips på vad som kan vara bra att tänka på inför, under och efter förberedande samtal.

Planera, genomföra, och avsluta förberedande samtal

Förberedande samtal kan genomföras på många olika sätt och anpassas till de medverkandes förutsättningar och önskemål.

1. Exempel på hur samtal kan erbjudas

Jag vill erbjuda dig ett samtal om vad som kan vara viktigt för dig när det gäller vård i livets slutskede. Det är kanske inte aktuellt för dig nu, men forskning har visat att det är värdefullt om vi kan prata om sådana här frågor i god tid, både för dig, dina anhöriga, och också för mig som vårdar dig. Fundera i lugn och ro så återkommer jag igen.

2. Att göra inför samtalet

Fråga om den boende/anhöriga vill se DöBra-korten i förväg. Avsätt tillräckligt med tid – åtminstone 1 timme, gärna 1,5 timme.

- Planera så att samtalet sker i en lugn och ostörd miljö – gärna den boendes lägenhet eller ett ledigt samtalsrum/konferensrum
- Tänk igenom vilka hjälpmedel som kan behövas
- Informera kollegor att ett samtal är inplanerat
- Vid behov, be kollegor täcka upp för dig under samtalet

3. Förhållningssätt under samtalet

- Var närvarande i stunden – lyssna aktivt och uppmärksam
- Anpassa takt och tempo till dem du samtalar med
- Acceptera att samtalet kan väcka känslor, låt dessa få uttryckas
- Ta en paus om det behövs
- Ställ gärna öppna frågor (som inte besvaras med ja eller nej)
- Var medveten om att boende och anhöriga är beroende av dig som personal, vilket kan påverka det som sägs – poängtera att samtalen är till för att lära mer om vad de anser är viktigt
- Respektera andras prioriteringar (även om du själv inte håller med)

4. Inled samtalet med att berätta:

- Att det inte finns något rätt eller fel, det finns inga bra eller dåliga värderingar och prioriteringar
- Hur lång tid som du avsatt för samtalet
- Att information som har betydelse för framtida vård dokumenteras i journalen

5. Användning av DöBra-korten i förberedande samtal

DöBra-korten vägleder och strukturerar förberedande samtal, men är inte för alla. Den medföljande instruktionen ger tillfälle till reflektion men kan vara krävande. Anpassa till personerna som deltar. Exempelvis kan personen själv välja ut de viktigaste påståendena direkt, utan att sortera korten i högar. Ett annat alternativ är att lägga ut alla kort på ett bord och be personen peka på de påståenden som känns viktiga för hen.

- Ge tillräckligt med tid för boende och anhöriga att hinna läsa och reflektera över alla påståenden i DöBra-kortleken
- Uppmuntra gärna till att tänka högt när påståendena väljs

6. Avslutning av samtalet

- Avsluta samtalet så att samtalspartnern får möjlighet att landa
- Stäm av hur samtalet upplevts och om personen har frågor eller tankar
- Upprepa att information som har betydelse för framtida vård dokumenteras i journalen. Stäm av att du uppfattat rätt eller be den boende/anhörige sammanfatta vad ni har kommit fram till under samtalet
- Fråga ifall någon bör informeras om att ni haft ett förberedande samtal
- Om det framkommit frågor eller önskemål som du vill följa upp stäm av att det är okej att kontakta andra.

3. Under samtalet

Exempel på frågor att ställa under förberedande samtal. Du kan använda flera av frågorna eller några få:

Presentera syfte och tidsramar:

- Det här är ett samtal som handlar om vad som är viktigt för dig när det gäller vård i livets slutskede
- Det finns inget rätt eller fel – vi vill veta vad som är viktigt för dig
- Vi har exempelvis 60 minuter planerat för detta samtal

Inledande frågor:

- Har du funderat på frågor som rör livets slutskede tidigare?
- Har du pratat med någon om vård i livets slutskede?

Generella uppföljande frågor

- Vill du berätta mer?
- Vill du ge exempel?
- Hur tänker du kring det?
- Du berättar att... är viktigt för dig, förstår jag dig rätt då?
- Jag ser att det här väcker känslor, vill du berätta om det?

Sortering och prioritering av korten

- Vill du berätta hur du tänker när du väljer de kort som är viktiga för dig?
- Vill du berätta mer om de kort du har valt?
- Varför är de viktiga för dig?
- Vad innebär påståendet på kortet för dig?

Leda tillbaka till syftet

- Ska vi återgå till vårt samtal om vad som är viktigt för dig?
- Ska vi gå vidare och prata om vad du tänker om nästa kort?

Avslutande fraser

- Tack för samtalet och för att du ville dela dina tankar med mig
- Hur har det här samtalet känts för dig?
- Nu har vi börjat prata om vad du tycker är viktigt. Vi kan prata igen om du vill, och du kan alltid säga till om du vill prata mer om detta
- Skulle du vilja att jag kommer tillbaka för att stämna av hur du har det?



Stockholms
stad

Forskningsförankrad verksamhetsutveckling

Detta initiativ har utvecklats av en projektgrupp som en del i projektet "Beredskap för livets slutskede" som ingår i forskningsprogrammet DöBra som leds av Carol Tishelman vid Karolinska Institutet, ett nationellt forskningsprogram som lyfter frågor kring döende, död och sorg. Läs mer om forskningsprojekten som drivs inom DöBra på www.döbra.se

Projektgruppen

- Ray Now och Patricia Solesi
- Anders Danielsson och Lusine Danielyan
- Daniel Mårs och Madeleine Lindqvist
- Laura Tsarouha och Hirty Habtemicale
- Therese Johansson och Ida Goliath

Kontaktpersoner

- Ida Goliath, ida.goliath@ki.se, 070-002 81 46
- Åsa Olsson, asa.olsson@ki.se, 076-122 07 18