

Delt beslutningstaking



En kreftdiagnose kan være skremmende. Du kan føle en virvelvind av følelser mens du behandler nyhetene. Det er vanskelig å være pasient, høre medisinsk språk, tilpasse livet til medisinske avtaler, behandlingsplaner og bivirkninger. Å ha en retning kan bidra til å lette noe av stresset som følger med diagnosen din, og det kan være nyttig å være involvert i beslutningstakingen.

Forskning viser at folk ønsker å være mer involvert i å ta beslutninger om egen helse og helsetjenester enn de er i dag. Folk ønsker å ha mer kontroll over måten pleien planlegges og leveres på.

Hva er delt beslutningstaking?

Delt beslutningstaking er et partnerskap mellom helsepersonell og pasienter når det er en rekke alternativer tilgjengelig.

Vi er alle unike, og ingen alternativer er riktig for alle. Delt beslutningstaking gjør det mulig for pasienter å være like involvert i å ta beslutninger om omsorg, behandling og administrasjon som de ønsker å være.

Folk vet hva som betyr noe for dem, hva som er riktig for deres egne forhold, hva deres personlige preferanser og helsemål er.

Helsepersonell har tilgang til pålitelig kvalitetsinformasjon, og som en del av den delte beslutningsprosessen vil de gi råd om mulige fordeler, skader og konsekvenser av behandlingsalternativer knyttet til en sykdom.

Ved å snakke åpent med helsepersonell, har pasientene selv myndighet til å ta den beste avgjørelsen om behandling(er), ledelse eller støtte som er riktig for dem.

Dette kan inkludere å fortsette med en pågående behandling, prøve en ny behandling eller til og med beslutningen om å ikke ha noen behandling i det hele tatt.

Hva er fordelene med delt beslutningstaking?

Forskning viser at pasienter som er aktivt involvert i felles beslutningstaking har en større forståelse av deres sykdom og behandlingsalternativer. De føler seg informert, har en stemme, føler seg hørt og har mer kontroll.

Pasienter som inngår i deres omsorgsplan er også mer sannsynlig å fortsette med den avtalte behandlingen, da den er basert på det som er viktig for dem.

Ting å vurdere med delt beslutningstaking:
Før de deltar på en avtale bør pasientene tenke på hva som betyr noe for dem, slik at de kan ha en meningsfull samtale om deres omsorg og behandling.

Det kan være lurt å lage et kort skriftlig notat for å ta til en avtale og også skrive ned hvilke spesifikke spørsmål du vil ha besvart.

Som utgangspunkt vil følgende tre spørsmål bidra til å lede samtalen med helsepersonell:

- Hva er mine valg?
- Hva er bra og dårlig med hvert valg?
- Hvilken hjelp trenger jeg for å ta min beslutning?

Før du tar en beslutning, vil det være mange ting å vurdere, og det kan være nyttig å skrive disse ned. Noen eksempler:

- Mine mål for pleie og behandling er ...
- Bivirkninger jeg ønsker å unngå er ...
- Følelsene mine rundt medisiner er ...
- Det er sannsynlig / ikke sannsynlig at jeg tar reseptbelagte medisiner ...
- Jeg ønsker mer skriftlig informasjon om ...

- Jeg foretrekker å få informasjonen forklart for meg muntlig ...
- Personene jeg ønsker skal være involvert i behandlingen min er ...
- Dette er hvordan jeg vil at de skal være involvert ...

Pasientens familie, venner eller omsorgspersoner kan bli involvert i diskusjoner hvis de føler at de trenger ekstra støtte for å ta en beslutning.

Før du forlater avtalen

Delt beslutningstaking handler ikke bare om å sørge for at pasienten er involvert, men å sørge for at avgjørelsen er god og er riktig for pasienten. Før du reiser:

- Sørg for at du føler deg fornøyd med at spørsmålene dine ble besvart og at du har skrevet ned det du trenger å vite.
- Sørg for at du vet hva som vil skje videre.
- Be om navn og nummer på noen du kan kontakte i tilfelle du har flere spørsmål.
- Sørg for at du er booket inn til oppfølgingsavtalen.



GLOBAL LUNG CANCER
COALITION

Delt beslutningstaking
© Global Lung Cancer Coalition
www.lungcancercoalition.org

Denne informasjonsbrosjyren er utarbeidet av sekretariatet for Global Lung Cancer Coalition (GLCC) og gjennomgått av eksperter på lungekreft. Hvis du vil ha mer informasjon om støtte- og informasjonstjenestene som er tilgjengelige i landet ditt, kan du gå til www.lungcancercoalition.org versjon 1 – juni 2024.