

Samarbeidet pårørende og fastlegen

– Vi bruker ganske mye tid på å hjelpe og navigere i samtale med pårørende. Min oppgave er å finne ut hva den enkelte pårørende har av nettverk, om det er noen vedkommende ønsker å spille på og selvsagt hva jeg konkret kan hjelpe med.



Dette sier fastlege og spesialist i allmenntilleggsmedisin ved Stavanger medisinske senter, Line Christiansen, som deltok under årets digitale Pårørendekonferanse. Mange pårørende kjenner behov for å snakke med legen alene. Da kan man be fastlegen om å få en «Pårørendesamtale».

Be om pårørendesamtale

– En pårørendesamtale hos fastlegen forutsetter at pasienten har samtykket at den pårørende kommer. Men når pårørende er i en vergesituasjon, enten fordi pasienten har en fremskredet demenssykdom eller en alvorlig psykisk lidelse, er det bare å ringe legekantoret eller booke time i portal og rett og slett be om en pårørendesamtale, sier fastlege Line Christiansen.

– Ofte har pårørende behov for å strukturere opplysninger og informasjon eller få ytterligere informasjon. Andre ganger ber de om å få dette selv om pasienten ikke vil eller er informert – og det er jo ikke forbud mot at jeg kan motta informasjon fra pårørende, påpekte fastlegen som opplever at en del fastleger er opptatt av at pasienter med samtykkekompetanse alltid skal være informert om at pårørende er der.

“ Ofte har pårørende behov for å strukturere opplysninger og informasjon eller få ytterligere informasjon.

– Noen leger opplever nok utfordringer i forhold til pårørende som har lyst til at vi skal tie stille om dette. Men jeg har spurt litt rundt og opplever at flere legekontorer har begynt å jobbe mer med disse tingene, sier Christiansen.

Ifølge Christiansen har fastleger med eldre pasienter og pasienter med demens ofte mer strukturerte opplegg for pårørendesamtalen enn fastleger med yngre pasientlister.

Sykemelding?

Mange pårørende står i såpass krevende situasjoner at de ender opp med sykdom selv. Går det an å si at «jeg er så sliten av min pårørenderolle at jeg trenger sykemelding»? ville daglig leder i Pårørendesenteret, Unn Birkeland vite.

“ Hvilken praktisk jobb det innebærer å være pårørende er én ting, i tillegg kommer bekymringene, - så belastningene kan bli store.

– Det varierer jo litt i forhold til hvilken omsorgsbyrde det er snakk om. Hvilken praktisk jobb det innebærer å være pårørende er én ting, i tillegg kommer bekymringene, - så belastningene kan bli store. Man kan jo ikke sykemeldes fra en pårørenderolle, men vi ser jo at den kan påvirke

arbeidsevnen, at man kan bli så sliten av å ha bekymringer og ansvar og omsorg at det påvirker jobbytelsen. Da blir det jo en slags sykdom hos de pårørende, en slitasje, - noe vi har mange eksempler på, svarer fastlege Christiansen som er opptatt av å få et så bredt blikk på situasjonen som mulig.

– Pårørende har mange ulike behov. Min oppgave er å finne ut hva den enkelte har av nettverk, om det er noen de ønsker å spille på og selvsagt hva jeg konkret kan hjelpe med. Det er ofte slik vi starter samtalen. Og så fins der jo, avhengig av hvilken sykdom vedkommendes pårørende har, ulike tilbud som avlastning, hjemmetilbud, dagsenter osv., tilbud jeg som fastlege kan hjelpe den pårørende å navigere i, sier hun.

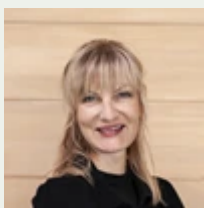
“ Det er viktig å legge en plan sammen med den pårørende og i den gjerne også forsøke å forutse ting som kan komme.

Viktig å legge en plan

Fastlege Line Christiansen er opptatt av å legge en plan sammen med den pårørende og i denne gjerne også forsøke å forutse ting som kan komme.

Hun erfarer at mange opplever det vanskelig å skulle være voksne overfor egne foreldre.

– Men det er jo noe av det som er fint med å være fastlege – at jeg kjenner folk over tid. At vi kan ta de samtalene når de kommer. Og så er det viktig at vi som fastleger er nysgjerrige på hva som ligger bak for eksempel et høyt blodtrykk, sier hun.



Tekst:

Bethi Dirdal Jåtun

Journalist

