

# Film: Digitalt vårdmöte

Diskussionsmaterial för dig som arbetar inom hälso- och sjukvården

## Så använder du diskussionsmaterialet

Det här är ett diskussionsmaterial att använda till filmen Digitalt vårdmöte. Materialet kan exempelvis användas i samband med utbildningar eller på arbetsplatsträffar och är skrivet till dig som ska visa filmen för en grupp och hålla i diskussionen.

Du kan välja att använda upplägget i sin helhet eller plocka delar och anpassa efter gruppens sammansättning och tidsutrymme. Det går självklart bra att använda frågorna för egen reflektion.

### Syftet med filmen:

Syftet är att visa hur man kan lyfta sexuell hälsa i ett digitalt vårdmöte. Filmen är inte tänkt som ett facit, utan som ett exempel för diskussion och reflektion.

Filmerna är framtagna av Kunskapscentrum för sexuell hälsa, Västra Götalandsregionen.

### Innan du visar filmen:

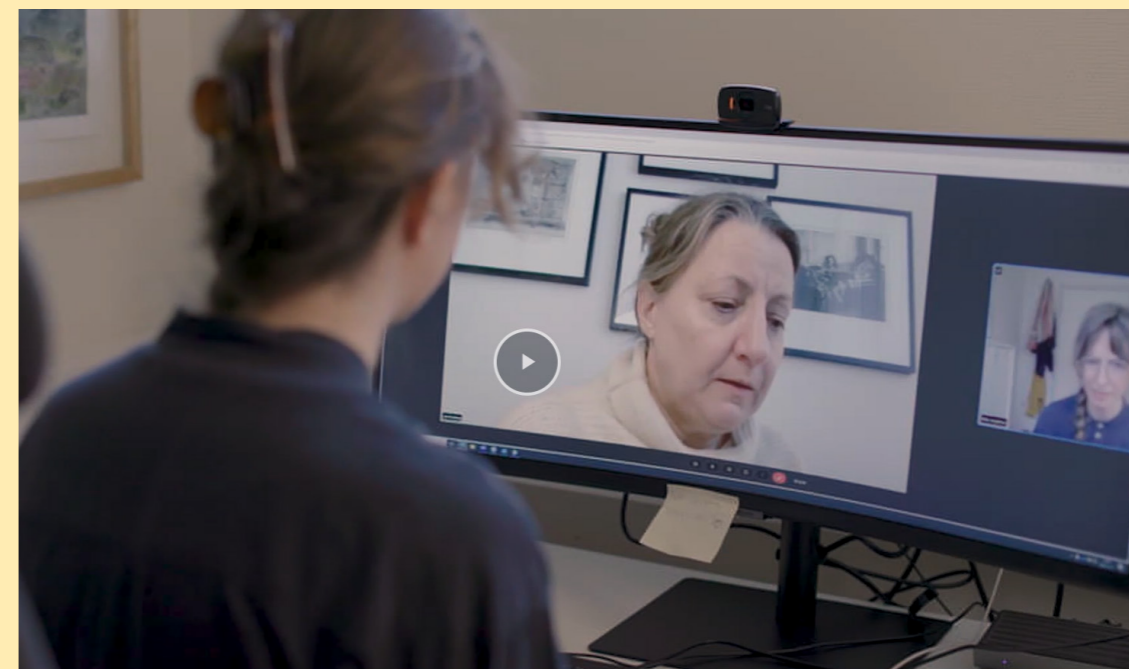
Berätta att ni ska se ett digitalt psykologbesök med en patient som tidigare sökt för nedstämdhet på vårdcentralen. (Om ni vill kan ni se filmen [Anamnes](#) först som skildrar besöket på vårdcentralen, men det är inte nödvändigt för att kunna tillgodogöra sig denna film).

### Efter du visat filmen:

Vi föreslår att ni börjar med en diskussion om deltagarnas första reflektioner efter filmen. På följande sidor hittar du exempel på diskussionsfrågor. Frågorna handlar om att inleda samtalet, om sexuell hälsa i vårdmötet och om att arbeta med digitala vårdmöten. Det finns även frågor om vad som kan vara bra att tänka på inför patientens nästa besök. Välj så många som ni hinner och vill.

#### KORT OM TID?

I så fall kan ni fokusera på att diskutera frågorna under rubriken "Inledande diskussionsfrågor" och eventuellt välja ytterligare enstaka diskussionsfrågor.



### Inledande diskussionsfrågor:

Vad tänkte ni på när ni såg filmen?

Vad tyckte ni psykologen gjorde bra i samtalet?

Hur hade psykologen kunnat göra annorlunda?

### Diskussionsfrågor om sexuell hälsa i vårdmötet

Vad behöver stå i journalen från första besöket på vårdcentralen för att psykologen ska kunna följa upp de sexuella frågeställningarna?

Vad tänker ni är viktigt att tänka på när ni skriver om sexualitet i journalen?

Varför tror ni att patienten blir känslös när frågan om sexualitet lyfts?

Vad får ni för tankar om vad patienten har svårt med?

Hur tror ni att era egna normer, erfarenheter och föreställningar färgar hur ni tolkar vad patientens svårigheter är?

Det är vanligt att frågor om sexuell hälsa kommer i slutet av ett vårdbesök eller när ett samtal är på väg att avslutas. Hur kan man hantera situationen så att det blir så bra som möjligt för patienten när man samtidigt är under tidspress och behöver avsluta?

### Exempel på följdfrågor:

Hur viktigt tror ni att sexualitet är för patientens välmående?

Tror ni att det finns något skadligt/riskfyllt i patientens sexuella beteenden?

Hade ni tolkat patientens problem och reaktioner annorlunda om patienten hade haft en annan könsidentitet, varit yngre eller varit äldre?

### **Diskussionsfrågor om digitala vårdbesök**

Vad gjorde psykologen för att skapa trygghet i det digitala mötet? Hur skulle ni ha gjort?/Hur brukar ni göra?

På vilka sätt kan det bli skillnad genom att samtalet sker digitalt? För er som vårdpersonal och för patienten?

Känner ni er trygga med de rutiner som finns för digitala samtal?

Hur kan vi ha digitala samtal om potentiellt känsliga ämnen på ett bra sätt?

Hur hanterar vi när patienten blir känslösam i ett digitalt samtal? Skiljer det sig mot ett samtal på plats?

Hur kan vi avsluta samtal digitalt när patienten är upprörd och samtidigt känna oss trygga som behandlare?

Exempel på följdfrågor:

Finns det ämnen som vi undviker i digitala vårdmöten?

Hur kan vi säkerställa att vi ger likvärdig vårdkvalitet i digitala vårdmöten?

Vilka råd skulle ni ge en kollega som är ovan att ha digitala vårdmöten?

### **Diskussionsfrågor inför nästa besök:**

Vad kan vara bra att skriva i journalen kopplat till sexuell hälsa, inför nästa besök eller inför att patienten ska träffa annan hälso- och sjukvårdspersonal?

Finns det något ni kan förbereda inför nästa besök?

Om ni känner er osäkra kring att prata om sexuell hälsa, hur kan ni förbereda er?

Finns det en risk att vi lägger för stor vikt vid patientens reaktion kring sex istället för att fokusera på sökorsaken: nedstämdhet?

Hur skulle ni börja samtalet vid nästa besök?

## **Fakta och rekommendationer:**

För att våga fråga om potentiellt känsliga ämnen i digitala vårdmöten behöver vi som behandlare säkerställa att patienter sitter så att ingen annan kan höra samtalet. Du kan till exempel fråga ”Kan vi prata ostört?” eller ”Är det någon annan som kan höra oss?”. Var uppmärksam på om patienten reagerar på något under samtalet eller sänker rösten. Då kan du fråga om det är något som stör. Om patienten inte sitter ostört, till exempel är på en offentlig plats, kan samtalet behöva bokas om.

Eftersom sexuell hälsa ofta saknas i grundutbildningar lämnas ofta vårdpersonal till att själva söka upp kunskap eller utgå ifrån egna erfarenheter. Det gör att det finns en risk att vi tolkar patientens problem utifrån vår egen syn på sexualitet.

Beroende på våra egna erfarenheter och kunskaper om sexuell hälsa tolkar vi patientens problem olika. Vi kan till exempel få föreställningar om att patienten har en destruktiv relation till sex. Eller så upplever vi att sexet i sig är något positivt och hjälpsamt i patientens liv, men att normer kring sexuella relationer gör att patienten känner skam och mår dåligt efteråt. Det är viktigt att fråga vidare för att förstå vad patienter själva upplever. Vad är det som händer? Vad är det som känns bra? Vad känns inte bra? Vad är njutbart? Har patienten lust till sex? Vad är patientens drivkraft till sex?

Sexualiteten och den sexuella hälsan är viktiga friskfaktorer för personer oavsett psykiskt mående. Forskning visar att personer med psykisk sjukdom vill få frågor om sin sexuella hälsa i kontakt med vård för psykisk ohälsa, som en del av behandlingen.



### **TIPS**

Mer information om hur du kan ställa frågor och prata om sexuell hälsa i ett vårdmöte hittar du i metodmaterialet [Sexuell hälsa - en del av den allmänna hälsan](#).

# Referenser

Hughes E, Mitchell N, Gascoyne S, Moe-Byrne T, Edmondson A, Coleman E, et al. Sexual health promotion in people with severe mental illness: the RESPECT feasibility RCT. *Health Technology Assessment (Winchester, England)*. 2019;23(65):1.

Needham N, Mathews A, Murphy K, Paterson J, McFarlane Y, Humphries K, et al. Acceptability and feasibility of sexual health screening in psychiatry inpatients. *Sex Transm Infect*. 2023;99(2):143-4.

Starrs AM, Ezeh AC, Barker G, Basu A, Bertrand JT, Blum R, et al. Accelerate progress—sexual and reproductive health and rights for all: report of the Guttmacher-Lancet Commission. *Lancet*. 2018;391(10140):2642-92. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)30293-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)30293-9)