

Hälsosamtalsguiden

För nyanlända med permanent uppehållstillstånd



Foto: SRK.

Välkommen att ta del av en utvecklad och prövad hälsosamtalsmetod för nyanlända individer med flyktbakgrund som exempelvis kan användas av primärvården, flykting- och elevhälsan samt andra enheter som dagligen har kontakt med nyanlända.

Hälsa och integration med ett familjeperspektiv

Det är ofta svårt att etablera sig i ett nytt samhälle om man inte mår bra psykiskt eller fysiskt. På samma sätt är det lätt att börja må dåligt om man inte känner sig integrerad. Individens psykiska välbefinnande påverkas av hela familjens livssituation och deras tidigare upplevelser.

För att få nyanlända som kommer till Sverige att må bra, behöver vi ta i beaktan hela individens och familjens livshistoria och situation. På så sätt kan vi stödja individen på ett samlat sätt genom att få en god kartläggning på personens och familjens psykosociala behov.

Hälsosamtalet som holistiskt kartläggningsverktyg

Hälsosamtalet är ett komplement till den ordinarie hälsoundersökningen och genomförs både med vuxna samt barn, med stöd av tolk.

Vad som är unikt med denna hälsosamtalsmetod är att den tillåter en djupgående inblick i individens hela livssituation och hälsotillstånd och som även inkluderar att tillvara individens egna resurser och fritidsintressen.

Metoden baseras på beprövade metoder och bygger på lång erfarenhet och är utvecklad i samråd med expertis inom flyktingars hälsa.

Hälsosamtalsguiden är resultatet av ett samverkansprojekt mellan Röda Korset, Rädda Barnen och Svenska kyrkan som pågick i Kronobergs län mellan 2008 - 2011.

Metoden är framtagen av Röda Korset, Rädda Barnen och Svenska Kyrkan. Se även information på www.redcross.se eller www.rb.se
Projektgrupp: Elin Lindkvist, Miriam Amarillo och Karin Andersson.



Foto: SRK, Nicke Johansson

- **Individuellt samtal med vuxen / barn**
- **Genomförs av vårdpersonal**
- **Genomförs med hjälp av tolk**
- **Anpassat samtal för barn respektive vuxna**

Hälsosamtalets röda tråd

Hälsosamtalet följer en sammanhängande samtalsstruktur som syftar till att bygga upp ett förtroende mellan samtalsledare och individ. Hälsosamtalet används för att metodiskt belysa eventuella tecken på psykisk och fysisk ohälsa samt bakomliggande händelser och orsaker kopplade till individens familje- och livssituation.

1. Hemlandet

Intervjun inleds med att man ber individen att berätta om hans eller hennes livssituation, familjeförhållande, sysselsättning och intressen samt egna resurser i sitt forna hemland.

2. Hälsan

När individen känner sig bekväm fortsätter intervjun till ämnet hälsa. Individen ombeds att berätta om sin fysiska och psykiska upplevda hälsa under den tid som han eller hon fortfarande levde i sitt hemland/liknande. Därefter fortsätter man till det aktuella hälsotillståndet och välbefinnandet. Frågor som indikerar eventuella tecken på exempelvis oro, nedstämdhet och koncentrations svårigheter ställs.

3. Livet i Sverige

Under sista delen av intervjun ber vi individen berätta om hans/hennes och familjens livssituation i Sverige. Man frågar om framtidsdrömmar och avrundar samtalet med att prata om personens fritid och intressen.

Informationen som inhämtas under hälsosamtalet används sedan för att sätta in rätt åtgärder. Återkoppling sker därför vanligtvis till berörda vårdenheter samt till individens socialsekreterare / handläggare. Övrig kontakt kan exempelvis vara Röda Korsets integrationsverksamhet eller andra aktiviteter inom frivilligsektorn som kan tänkas stötta individen.



Foto: Elin Lindkvist

Fallet “Sarah”



Foto: SRK, Magnus Bergström

Sarahs historia

Sarah, 14 år, flydde med sin mamma och pappa från Irak efter hotelser om kidnappning och bombattentat. Sarah och hennes familj har sedan drygt ett halvår tillbaka haft uppehållstillstånd i Sverige och bor i ett samhälle i Småland. Föräldrarna säger ofta att de är i Sverige för Sarahs skull. Sarah är mycket flitig i skolan. Hon vill göra sina föräldrar stolta och drömmer om att så småningom bli läkare eller jurist. Pressen är stor samtidigt som hon kämpar med att lära sig det nya språket. Sarah har undvikit att oroa sina föräldrar med sin oroliga sömn och ständiga klump i magen.

Åtgärder

Hälsosamtalet med Sarah genomfördes tillsammans med Sarahs skolsköterska. Både mamma och pappa var med på intervjun. Tolk användes under hela samtalet.

Under samtalet uppmärksammades Sarahs situation och föräldrarna blev mer medvetna om den stora press Sarah kände. Skolsköterskan höll sedan kontinuerlig kontakt med Sarah för att hålla ett öga på hennes välbefinnande. Samtidigt ordnades en kontakt med en ung kvinna från Röda Korsets ungdomsförbund som började träffa Sarah för att hjälpa henne med språkträning.

Fallet “Mohammed”

Mohammeds historia

Mohammed, 35 år, flydde från Somalia efter våldsamma attacker då halva hans släkt dödades inklusive ett av hans egna barn. Mohammed vet inte var hans fru och tre barn är eftersom de skildes åt under flykten. Han har nu fått uppehållstillstånd och bor i en medelstor stad i Sverige. Mohammad går svenska-undervisning och vill få hit sin familj. Han har svårt att koncentrera sig i skolan och han lider av mardrömmar och flashbacks.

Åtgärder

Hälsosamtalet genomfördes på vårdcentralen tillsammans med sjuksköterska. Samtalet påvisade att Mohammed behöver träffa en läkare för att reda ut sina symptom som tyder på posttraumatiskt stressyndrom.

Mohammeds flyktingsekreterare kontaktades för att byta ut flera timmars svenskaundervisning till att istället innefatta praktik. Samtidigt kontaktades Röda Korsets flyktingkonsulent för att ge Muhammed stöd i sitt försök att hitta sina anhöriga.



Foto: Miiriam Amarillo

Användarmanual hälsosamtal

För vårdpersonal som genomgår hälsosamtal med nyanlända personer med permanent uppehållstillstånd

Inför hälsosamtalet

- Klargör att personen känner till vad hälsosamtalet innebär.
- Skicka kallelse i god tid.
- Boka tolk och lokal som tillåter ett förtroligt samtal.
- Om du använder telefontolk, se till att det finns högtalartelefon.
- Barn under 18 år ska ha godkännande från vårdnadshavare.
- Ha frågeformuläret lätt till hands under hela intervjun.

Hälsosamtal med barn

- Se gärna särskild hälsosamtalsblankett för barn.
- Skriftlig tillåtelse från vårdnadshavare krävs.
- Intervjuer med barn upp till 15 år bör vårdnadshavare vara med om inte samtalet sker i skolan.
- Ställ enkla frågor.
- Mindre barn, använd gladansikten, ev. målarblock.
- Fråga hur det var innan någon händelse. T.ex. Innan kriget, när ni bodde i huset, när ni kom till Sverige, innan lillebror föddes etc.

Sida 1 av 3

Under hälsosamtalet

- Välkomnande och presentation av dig och tolken.
- Berätta att du och tolken har tystnadsplikt.
- Berätta att den medicinska delen sparas hos vårdcentralen / skolhälsan.
- Berätta hur intervjun är upplagd.
- Använd enkla ord.
- Förvissa dig om att personen förstår frågorna.
- Förstår inte personen formulerar du om frågan.
- Vilka ytterligare personer kan vi kontakta.

Praktiska detaljer under hälsosamtalet

- Ställ gärna fram ett glas vatten.
- Ha näsdukar till hands.
- Ta pauser vid behov.
- Känn av, pressa inte fram svar.
- Frågor angående den medicinska delen, använd gärna dator.

När du avrundar hälsosamtalet

- Knyt ihop säcken genom en kort sammanfattning.
- Vilka önskemål har personen när det gäller hälsa, aktiviteter, skolan, praktik m.m.
- Vilka personer bör kontaktas efter hälsosamtalet. (få ett muntligt eller skriftligt godkännande).
- Avrunda samtalet genom att försöka inge hopp genom att få fram resurserna individen har eller har haft.
- Samla ihop materialet, renskriv eventuellt på dator.
- Kontakta de personer / instanser som du kom överens om med vederbörande.

Hälsosamtalsblankett

För användning vid hälsosamtal med nyanlända personer med permanent uppehållstillstånd

Information om hälsosamtalet

Hälsosamtalet är ett komplement till den hälsoundersökning som du gick igenom under asylperioden och/eller när du fick permanent uppehållstillstånd.

Den delen som handlar om din hälsa kommer att arkiveras i din medicinska journal på vårdcentralen.

Den delen som handlar om din sociala tillvaro bestämmer du själv om några andra personer som t.ex. din handläggare, Röda Korset etc. får ta del av.

Jag tillåter / tillåter inte att t.ex. min handläggare, Röda Korset, Rädda Barnen eller någon annan frivilligorganisation kontaktas efter samtalet.

Datum och underskrift:

Namnförtydligande:

Personuppgifter

Personnr: _____

Namn: _____

Datum: _____

Kommun: _____

Telefon: _____

Mail: _____

Man:

Kvinna:

Födelseland: _____

Språk: _____

Tolk: _____

När kom du till Sverige? _____

Asylsökande? PUT? Datum för PUT? _____

Är du hälsoundersökt? Ja: Nej:

Var? När? _____

Del 1

Familj och bakgrund

I Sverige

Har du din familj/släktingar i Sverige? _____

Vilka är de? _____

Kom ni tillsammans till Sverige? _____

Har ni varit ifrån varandra? Hur länge? _____

Har du barn? _____ Ålder: _____

Hur bor du nu? _____

Utanför Sverige

Har du familj/släktingar kvar i hemlandet eller i ett annat land?

Vilka är de? _____

När såg du dem senast? _____

Är det någon familjemedlem/släkting som du inte vet var han /hon befinner sig?

Bakgrunden i hemlandet

Skolgång: _____

Arbete: _____

Vad brukade du göra när du var ledig? Tyckte du om någon idrott, att spela något instrument, sjunga, sy, laga mat, spela kort, något annat?

(innan du bestämde dig för att fly, eller när det var stabilt i landet)

Del 2

Hälsa

Namn: _____ Personnr: _____
Kommun: _____ Datum: _____
Födelseland: _____ Språk: _____
Tolk: _____ Adress: _____
Vårdcentral: _____ Telefon: _____
Email: _____

I hemlandet

Har du varit i kontakt med sjukvården i hemlandet eller i ett annat land?

Varför? _____

Har du haft någon kroppsskada? _____

Har du varit utsatt för våld? _____

Har du varit inlagd på sjukhus? _____

Har du bevitnat våld? _____

Har du medicinerats någon gång? _____

När? _____ Varför? _____

Namn eller typ av mediciner? _____

Aktuellt

Hur mår du i hemlandet? Kryssa för siffran som stämmer på dig. 1= mycket dåligt, 10= mycket bra

1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___ 5 ___ 6 ___ 7 ___ 8 ___ 9 ___ 10 ___

Hur mår du nu? Kryssa för siffran som stämmer på dig.
1= mycket dåligt, 10= mycket bra

1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___ 5 ___ 6 ___ 7 ___ 8 ___ 9 ___ 10 ___

Förekommer misshandel eller hot i din omgivning?

Om du är kvinna

Mensperioder _____

Graviditeter _____

Förlossningar _____

Missfall/abort _____

Preventivmedel _____

Klimakteriet _____

Omskärelse _____

Tecken på ohälsa

Huvudvärk _____

Ont i magen _____

Sömnen. Hur sover du?
Kryssa för det som stämmer för dig:

Mycket bra Bra Inte så bra Dåligt

Mardrömmar? _____

Tar du några mediciner? _____

Koncentrationen. Hur går det när du t.ex. tittar på tv, läser, sitter i skolan?

Tar du några eller har du tagit några mediciner för dessa symptom?

Ja: Nej:

Tycker du om att vara tillsammans med andra, träffa nya människor eller föredrar du att vara själv?

Ja: Nej:

Humöret.

Kryssa för dem som stämmer för dig:

Stabil Upp och ner Nedstämd

Ledsen Lugn Lättirriterad

Glad för det mesta

Har du lätt för att bli arg?

Ja: Nej:

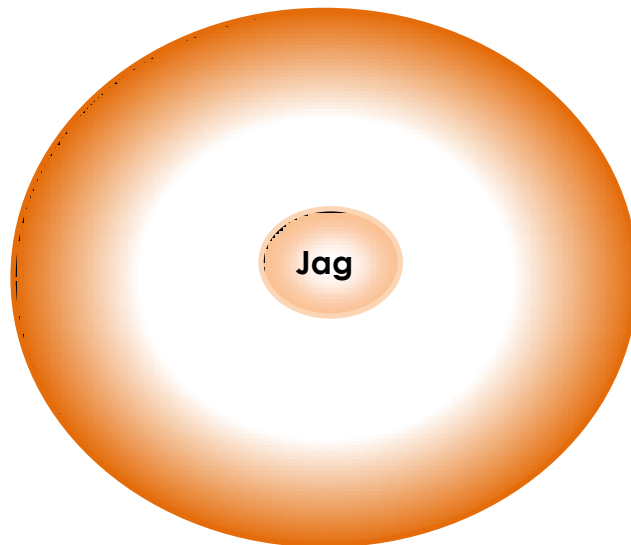
Om **ja**; hände detta ofta före du kom till Sverige?

Ja: Nej:

Vad vill du ha hjälp med när det gäller din hälsa?

Personer i din omgivning

Markera med olika punkter i cirkeln personer som finns runt dig i Sverige. T.ex. Familjen, vänner, socialsekreterare, lärare, grannar, läkare, sköterskor etc.



Vad gör du nu?

Går i skolan Praktik Arbete
Är hemma Annat

Framtid

Vilka planer har du för ditt liv i Sverige?

Vad behöver **du** göra för att det ska bli som du vill?

Skulle du behöva hjälp med något för att genomföra dina planer, som t.ex. språket, barnen, hälsan, fritiden etc.?

Övrigt

Är det något annat som bekymrar eller oroar dig angående:

Din familj? _____

Du själv? _____

Din tillvaro? _____

Hur tror du att man kan lösa det?

Åtgärder efter hälsosamtal

Flyktingsekreterare / handläggare Ja Nej

Behov av åtgärder Ja Nej

Primärvård / Skolhälsa Ja Nej

Behov av åtgärder Ja Nej

Fritid / föreningar Ja Nej

Behov av åtgärder Ja Nej