

Lathund - manual digitala hälsosamtal

Digitala Riktade hälsosamtal

Digitala Riktade hälsosamtal – hur behålla konceptet

Nyckelkomponenterna från de riktade hälsosamtalen måste behållas i de digitala hälsosamtalen. De viktigaste nyckelkomponenterna att tänka på i de digitala hälsosamtalen är:

Personcentrerad samtalsteknik

Det personcentrerade mötet med deltagaren är själva kärnan i hälsosamtalen. Genom att fokusera på individens resurser, möjligheter och motivation kan hälsofrämjande processer startas. Genom att inte träffas fysiskt kan det bli svårare att exempelvis avläsa kroppsspråk. Genom att använda kamera (till skillnad från ett telefonmöte) kan man lättare skapa kontakt med deltagaren i det personliga mötet.

Tänk på att lyssna extra noga vad deltagaren berättar, ge utrymme och tid för deltagaren att svara, var noga med att bekräfta det du hör från deltagaren. Var extra uppmärksam på deltagarens kroppsspråk. Var även lyhörd för de som har behov av att träffas fysiskt till exempel vid bristande språkkunskaper, kognitiva funktionsnedsättningar eller av andra anledningar önskar ett fysiskt möte.

Det pedagogiska verktyget (Hälsokurvan/Stjärnprofilen)

De två pedagogiska verktygen Hälsokurvan och Stjärnprofilen samlar svaren från enkät och provtagning och ligger till grund för det personcentrerade samtalet. För att behålla detta i ett digitalt möte krävs att verktygen kan visas upp för deltagaren på skärmen. Vid videomötet måste alltså skärmen kunna delas och visas upp för deltagaren så att samtalet kan kretsa kring Hälsokurvan/Stjärnprofilen. Deltagaren bör även uppmanas att koppla upp sig i mötet med sin dator eller läsplatta, istället för en mobiltelefon. Detta för att deltagaren ska kunna se Hälsokurvan/Stjärnprofilen på ett bra sätt. Det blir mycket liten text om en mobiltelefon används.

Befolkningsbaserat och integrerat i primärvården

Att bjuda in brett även till de digitala samtalen, men det kan vara skillnad för olika åldersgrupper. Boka in tolk i samtalen, då behövs en tredje part i samtalet. Om detta inte går bör tolksamtalen bokas in som fysiska möten. Kontrollera att deltagaren känner sig trygg med det tekniska. De digitala hälsosamtalen ska fortfarande ges från den hälsocentral/vårdcentral där deltagaren är listad, för att det fortfarande ska vara integrerat i primärvården och för att eventuell fortsatt vård kan erbjudas.

Sammanfattning – hur behålla konceptet riktade hälsosamtal med digital teknik

- Observera att digitalt hälsosamtal är en möjlighet för den som har svårt att komma till vårdcentralen och delta i ett fysiskt möte samt för dem som hellre önskar ett distansmöte.
- Prover, mätvärden och enkätfrågor ska vara färdigställt inför hälsosamtalet.
- Kamera måste användas för att personal och deltagare ska kunna se varandra.
- Skärmen måste kunna delas och visas upp för deltagaren.
- Deltagaren bör använda tillräckligt stor skärm, dvs dator eller läsplatta.
- Hälsosamtalet sker bäst i deltagarens lugna, trygga miljö (inte på bussen eller lunchrestaurangen).
- Ge deltagaren utrymme för tid och reflektion i det digitala mötet.