

Att hålla brytpunktssamtal

Läkaren ansvarar för att bedöma var i sjukdomsförloppet patienten befinner sig och när palliativ vård bör inledas. Det är viktigt att samtala med patient och närstående om detta och tillsammans utforma en plan för den fortsatta vården. Detta görs under ett eller flera samtal. Ibland kommer beskedet som en chock, men många gånger sätter man ord på något de redan har insett.

1. Bestäm en tidpunkt och vilka som ska delta. Då kan patienten förbereda sig och erbjuda närstående att vara med. Ansvarig sjuksköterskas eller undersköterskas närvaro är värdefull. De kan stötta när du inte är tillgänglig.

2. Boka en lämplig lokal där alla kan känna sig bekväma. Skapa en lugn miljö. Stäng av din telefon/sökare eller be någon ta den.

3. Förbered dig!

- Att kunna patientens **sjukdomshistoria** ger dig trygghet och skapar förtroende.
- **Fokusera** mentalt och emotionellt. Vilka känslor väcker samtalet hos dig? Behöver du diskutera med en mer erfaren kollega innan?

4. Strukturera samtalet - agendan

1. Berätta vad du som läkare vill ta upp.
2. Fråga patient och närstående vad de vill ta upp. Deras tankar kan hjälpa dig att anpassa samtalet på ett empatiskt sätt.
3. Bekräfta önskemål och fråga om upplägget känns bra för dem.

5. Under samtalet

- **Var lyhörd.** Patienten kanske inte orkar höra allt i detalj. Var trovärdig, ärlig och **tydlig!**
- Fokusera på vad som kan göras.
- **Ge hopp.** Det kan handla om god symtomlindring och att uppfylla önskingar i livets sista tid. Lova inte saker du inte kan hålla.
- **Pausa** ofta. Våga vara tyst och närvarande.
- Låt patienten fundera och fråga.
- Var beredd på olika **känslöyttringar** som ilska, sorg och vanmakt. Släta inte över dem utan stöd patienten.
- Du eller patienten kan **sammanfatta** vad som sagts. Planera ett uppföljande samtal.

6. Dokumentera samtalets innehåll, hur de reagerade och vad ni kom överens om.

7. Reflektera med personalen som deltog:

- Fick patienten tydlig information?
Hur reagerade hen? Är det något som är extra viktigt att följa upp?
- Fick närstående stöd och utrymme?
- Hur reagerade ni på känslor som kom fram?
- Finns det något du kan göra för att kommunicera bättre? Vem kan du be om hjälp?

Var inte hård mot dig själv! Det är en svår situation som kräver tid, tålamod och träning.
Fler tips och instruktionsfilm:

www.cancercentrum.se/vast/brytpunkt