



Neil



At overvinde udfordringerne

Vis patienten vejen til accept

Udover de fysiske barrierer for kateterisation kan patienterne også have psykiske barrierer, som skal bearbejdes. I denne artikel ser vi nærmere på, hvad Coloplasts undersøgelse viser om disse hindringer, og hvordan du kan hjælpe patienterne med at overvinde dem.

“De første følelser var, at jeg ønskede at kunne tisse igen – at jeg ikke var generet af ikke at kunne bevæge benene. Det var mere ... jeg ønskede at kunne tisse, jeg ønskede at kunne tisse normalt. Jeg ønskede ikke at anvende et kateter, jeg ønskede ikke at være afhængig af et kateter resten af mit liv”.

Neil

Der er mange og forskellige barrierer for accept

Du genkender måske Neils reaktion fra andre patienter? Accept af kateterisation kan være svært for patienterne, og nogle patienter nævner endda, at tabet af førlighed var nemmere at acceptere end tabet af kontrol over blære og tarmfunktion^{1,2}.

Selvom kateterbrugernes barrierer er ligeså forskellige som patienterne selv, viser Coloplasts undersøgelse, at visse bekymringer går igen.

Baseret på Coloplasts kvantitative undersøgelser mener vi, at der kan arbejdes mere proaktivt med patienternes mind-set³.

Fordele ved kateterisation⁴



69%
gør mit liv lettere



55%
er ikke min største medicinske bekymring



58%
giver mig selvtillid til at deltage i sociale aktiviteter og arrangementer

Bekymringer ved kateterisation⁴



33%
er svært at acceptere



31%
er noget, jeg aldrig taler med nogen om



29%
begrænser mit sexliv



29%
begrænser, hvor meget jeg går ud

1 Anderson KD. Targeting recovery; priorities of the spinal cord-injured population. J Neurotrauma. 2004; 21(10):1371-83. .
2 Coloplast_Market_Study_GfK IC Research_2015_Data-on-file (VV-0206730)
3 Coloplast_Market_Study_ReD Associates Study_2007_Data-on-file (VV-0206734)
4 Coloplast_Market_Study_IC Research_2015_Data-on-file (VV-0206732)

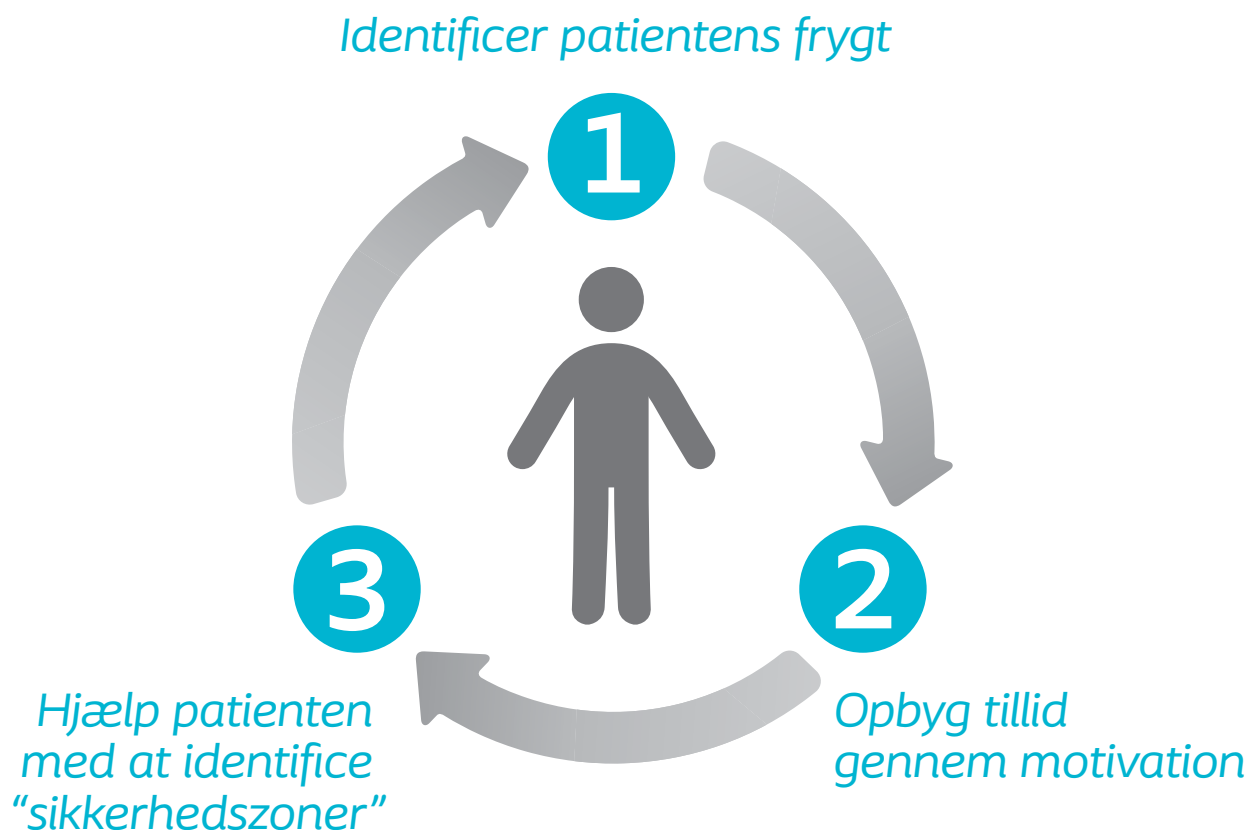
Flyt patienten fra frygt til tillid til behandlingen

I det følgende præsenterer vi en række trin, der kan hjælpe dig med at identificere frygt og bekymringer, opbygge tillid gennem motivation og etablere "sikkerhedszoner" uden for hospitalet. Ved at følge disse trin kan du give dine patienter den ro i sindet, der skal til for at give dem den tillid og det engagement til kateterisation, som giver den rette behandling.

"Ingen af os er robotter, vi er alle forskellige. Vi har forskellig personlighed. Nogle mennesker er sådan indrettet, at de klarer sig og kommer videre. Okay, det er fint. Du har fortalt mig dårlige nyheder, men jeg skal nok klare det. Andre mennesker kan absolut ikke komme videre til næste fase."
Sygeplejerske, Storbritannien⁶

Figur 1⁵
Tre trin for at opnå fastholdelse af kateterbehandling

Denne tre-trins-model kan hjælpe dig til at overvinde de psykiske barrierer, som en patient typisk har vedrørende kateterisation, og flytte patienten fra frygt til at stole på, at behandlingen kan være et middel til at leve et sundt og aktivt liv.



⁵ Coloplast_Market_Study_ReD Associates Study_2007_Data-on-file (VV-0206734)

⁶ Coloplast_Market_Study_IC adherence insights_2017_Data-on-file (VV-0206731)

1

identificer patientens frygt

Ikke to patienter er ens. Ved at forstå de generelle typer af frygt, som kateterbrugere har, kan du tilpasse dine spørgsmål og dermed afsløre den enkelte patients bekymringer.

Coloplasts undersøgelse indikerer, at frygt primært fordeler sig i fire kategorier⁷. Det er ikke alle, der er relevante i oplæringsfasen, men de kan dukke op senere i forløbet og påvirke fastholdelse af behandlingen på lang sigt.

Frygt for indføring

Mange patienter føler, at det at indføre et kateter i urinrøret er unaturligt. Ofte er følelsen baseret på manglende viden om anatomen, og de tror derfor, at det er meget smertefuldt.

"Det tog tre år at overbevise en mand om at kateterisere – han kunne ikke få sig selv til at føre katetret op i penis."

Sygeplejerske, Danmark⁷

Eksistentiel frygt

For nogle patienter er katetret en påmindelse om, at de har en sygdom, og at deres liv er blevet ændret. Patienter, som frygter social isolation, eller som har det svært ved at forlige sig med deres sygdom, kan være tilbageholdende med at acceptere, at de skal anvende et kateter.

"Når man ikke har styr på sin vandladning, er det som at blive sat tilbage til sin barndom. At være i stand til at gå selv, spise selv, tage tøj på ... og styre sin vandladning ... er alt sammen noget, man forventer af en 2-årig."

Mandlig kateterbruger⁷

Frygt for uheld

Det ikke at kunne styre sin vandladning kan være svært for patienterne at håndtere. Det kan få dem til helt at afvise kateterisation.

"Ligesom alle andre kvinder hader jeg at blive våd ... det er bare så ubehageligt og pinligt. Hvis jeg ved, der er stor risiko, vil jeg hellere blive hjemme."

Kvindelig kateterbruger⁷

Frygt for urinvejsinfektion

Mere end halvdelen af kateterbrugerne fra undersøgelsen udtrykte bekymring for, om de risikerede at indføre bakterier i urinrøret⁸. 41 % udtrykker, at det at få en urinvejsinfektion er en daglig bekymring⁸. Det kan være en barriere for patientens accept af kateterisation.

"Min erfaring er, at uanset hvor meget jeg desinficerer, kan jeg ikke undgå infektioner. Desværre er det blevet en del af mit liv. Hver gang, jeg taler med en læge, siger de: "Husk at holde en høj hygiejnstandard. Vask dine hænder grundigt før kateterisation."

Mandlig kateterbruger, Danmark⁹

⁷ Coloplast_Market_Study_ReD Associates Study_2007_Data-on-file (VV-0206734)

⁸ Coloplast_Market_Study_IC Research_2015_Data-on-file (VV-0206732)

⁹ Coloplast_Market_Study_SC Standard insights_2017_Data-on-file (VVV-0206735)

Prøv det her

Stil åbne spørgsmål for at identificere, hvilken frygt den enkelte patient har. Den type af spørgsmål hjælper patienten med at tale mere frit om sine bekymringer. Når du har identificeret den frygt, som patienten har lige nu, kan du anvende samme type spørgsmål til at afdække fremtiden og finde ud af, hvad han eller hun gerne vil gøre fremover.

Det sidste skridt er at bygge bro mellem patientens nuværende frygt og morgendagens drømme – for på den måde er det muligt for patienten at se, hvordan kateterisation er en hjælp til at leve det liv, som vedkommende ønsker at leve.



Figur 2
Åbne spørgsmål kan hjælpe med at identificere patientens frygt og morgendagens drømme

Identificer frygten

- Hvordan har du det med din tilstand?
- Hvordan påvirker den dit liv?
- Hvordan mener du, at kateterisation vil påvirke dit liv?
- Hvordan har du det med at anvende et kateter?



Afdæk morgendagens drømme

- Hvad vil du gerne kunne gøre?
- Hvilke aktiviteter holder du af at gøre?
- Hvis du ikke havde blæreproblemer, hvordan ville dit liv så se ud?

Byg bro

Var du klar over, at hvis du gør X, så er det muligt for dig at gøre Y?

Scenario – En patient har fortalt dig, at han har svært ved at acceptere sin tilstand. Han føler sig isoleret. Inden kateter-behandlingen havde han et aktivt socialt liv og nød at spille golf. Nu er han bange for at gå ud af frygt for, at han får et uheld. Han vil elske at være i stand til at spille golf med sine venner igen.

Nu, hvor du har identificeret hans frygt (isolation, at have et uheld) og afdækket hans drømme (fortsat at kunne være aktiv og spille golf), kan du "bygge bro" for patienten.

For eksempel – "Vidste du, at du kan anvende et kateter, som kan ligge i din lomme, eller som du kan opbevare i din golftaske, så ingen kan se det? Det vil gøre dig i stand til at spille golf med dine venner uden at være bekymret for, at du får et uheld".

"Hvis jeg planlægger at gå ud, kan jeg anvende kateter, lige inden jeg går, og så behøver jeg ikke bruge det i tre-fire timer, mens jeg er ude".
Mandlig kateterbruger, Storbritannien¹⁰

10 Coloplast_Market_Study_IC Research_2015_Data-on-file (VV-0206732)

2

Opbyg tillid via motivation

For at opbygge gode rutiner og fastholde dem er det vigtigt, at patienten ser værdien af dem. Det er den kendte "hvad er der i det for mig"-taktik.

Som professionel er du muligvis vant til at tænke på **langsigtede sundheds-scenarier**. For at opmuntre til at fastholde behandlingen anvender vi typisk argumenter som for eksempel: "Hvis du overholder kateter-behandlingen og tømmer din blære seks gange om dagen, vil du sikre en god blæresundhed og undgå urinvejsinfektioner og nyreproblemer".

Men disse langsigtede scenarier er ofte ikke en motivation for patienter. Infektioner og nyreproblemer er endnu ikke noget, som de har oplevet, og vigtigheden af en god blæresundhed er stadig abstrakt for dem. Så langsigtede argumenter er som regel ikke stærke argumenter for, at patienterne skal overholde behandlingen. De skal kombineres med nogle **kortsigtede argumenter**¹¹.

For at motivere dine patienter til at overholde deres kateterisationer skal du fokusere mere på den kortsigtede gevinst.

"Vi forudser de problemer, der kan opstå, hvis patienten ikke overholder sine kateterisationer, men det ser patienten ikke. Patienten oplever det som en daglig, monoton rutine, der skal udføres."
Læge, Storbritannien¹¹

"Mange patienter ser ikke de fordele, de får ud af kateterisationen."
Urolog¹¹



¹¹ Coloplast_Market_Study_IC Research_2015_Data-on-file (VV-0206732)



Figur 3
Illustrationen viser de kortsigtede fordele ved kateterisation og de langsigtede risici ved ikke at overholde behandlingen¹¹.



Prøv dette

Motiver med kortsigtede fordele. Bind fordelene sammen med den frygt eller de beslutninger, du afdækkede i trin 1 – og vis patienten, hvordan fastholdelse af behandlingen kan gøre patienten i stand til at foretage sig det, han eller hun har lyst til.

Eksempel

Når du taler med patienter, som primært er bekymrede for at kunne genoptage et aktivt sexliv, kan du hjælpe dem med at se fordelene ved engangskateterisation i forhold til et permanent kateter. Det giver dem mere frihed, når de har sex, og hjælper dem med at undgå potentielt pinlige episoder, når deres partner ser urinposen.

3

Hjælp patienten med at identificere sikkerhedszoner

For at få patienten til at tro på og dermed overholde kateterisationerne skal du ikke blot vise fordelene ved selve behandlingen. Du skal også hjælpe patienten med at gå fra det sikre kliniske miljø til at komme ud i hverdagen, hvor det hele er lidt mindre struktureret eller "sikkert".

Som du ved, er der nogle patienter, der bekymrer sig om at komme tilbage til deres eget hjem. De kan være bekymrede for, at det, de har lært på sygehuset, ikke fungerer, når de kommer hjem, eller når de skal ud.

En måde at løse dette på er at hjælpe patienten med at etablere nogle "sikkerhedszoner"¹². Uanset om det er i hjemmet eller udenfor, er en sikkerhedszone et sted hvor der er:

Rent

At vide, hvor man skal finde et rent sted, er vigtigt for at overholde sin kateterisation.

"Jeg kan ikke lide at kateterisere på andres toiletter... jeg synes, kun jeg kan håndtere mine egne bakterier, så længe jeg ikke er udsat for andres."
Kvindelig kateterbruger¹²

Privat

At kunne kateterisere et privat sted hjælper til at opretholde patientens værdighed og følelsen af at have kontrol.

"Jeg var engang nødt til at kateterisere på et offentligt toilet uden lås på ... det var en helt forfærdelig oplevelse."
Mandlig kateterbruger¹²

Tilgængelighed

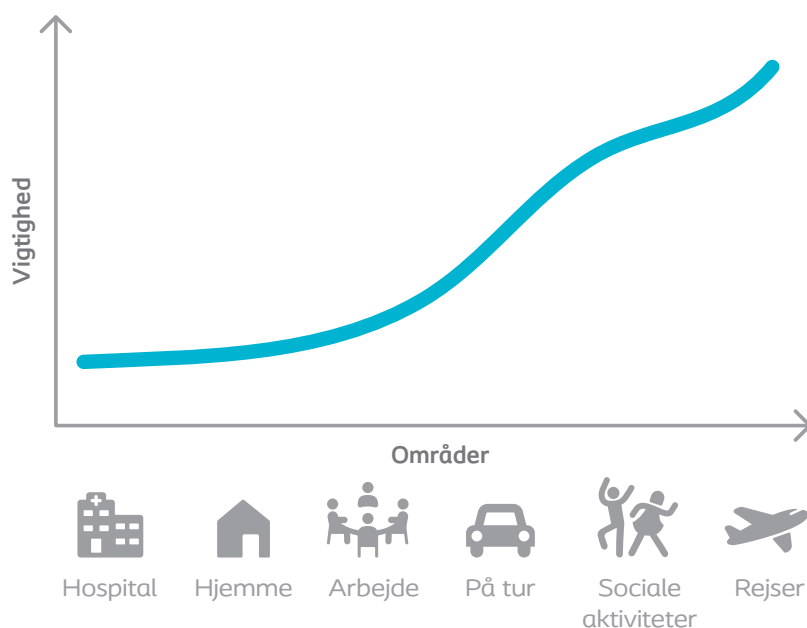
Det er vigtigt, at der er et sted inden for rækkevidde, når patienten skal kateterisere. Det skal være et sted, som passer til patientens behov for forflytning, kropsholdning, og der skal være sæbe og rent vand.

31 % af brugerne i Coloplasts undersøgelse sagde, at de havde anderledes rutiner, når de var uden for hjemmet. Blandt disse har 37 % nævnt, at toiletterne uden for hjemmet er bygget sådan, at de gør deres sædvanlige kateter-rutiner vanskelige. Desuden siger 26 %, at de mangler den nødvendige plads til at fuldføre kateterisationen¹³.

¹² Coloplast_Market_Study_ReD Associates Study_2007_Data-on-file (VV-0206734)

¹³ Coloplast_Market_Study_IC Research_2015_Data-on-file (VV-0206732)

Figur 4¹⁴
Behov for sikkerhedszoner



Patienternes behov for de tre sikkerhedszoner (ren, privat, tilgængelighed) er forskellig fra person til person, alt afhængig af hvor mobile de er, deres håndmotorik og deres livsstil.

For at patienterne skal føle, at behandlingen passer ind i deres dagligdag, kan det være nødvendigt, at de udvider deres definition af sikkerhedszoner. De må forstå, at de metoder, de anvender i et kontrolleret miljø som for eksempel sygehuset eller deres eget hjem, også kan anvendes, når de er uden for disse zoner.

Hvis patienterne for eksempel er bekymret for at kunne finde et sikkert sted at kateterisere uden for hjemmet, kan det hjælpe dem at anvende en GPS eller APP, som viser vej til offentlige og handicapvenlige toiletter. Det giver ro i sindet og dermed en følelse af kontrol.

“Vi er der for at gøre opmærksom på: Se, hvad der er muligt for dig. Det kræver nogle tilpasninger, men det er ikke uoverkommeligt. Men det er dig, der skal vælge, om du vil. Der er ingen, der kan tvinge dig.”

Sygeplejerske, Storbritannien¹⁵



Gør det til patientens eget valg

Et vigtigt element i alle de trin, der er nævnt ovenfor, er at sikre, at samtalen er en åben dialog. Patienten skal føle, at vedkommende er med i processen og med til at vælge, hvad der er den rette behandling. Patientens accept og engagement øger sandsynligheden for, at han eller hun vil fortsætte behandlingen på lang sigt.

14 Coloplast_Market_Study_IC Research_2015_Data-on-file (VV-0206732)

15 Coloplast_Market_Study_IC adherence insights_2017_Data-on-file (VV-0206731)