



FOREBYGGELSESKONSULTATIONEN MERE END ET 50.000 KM EFTERSYN

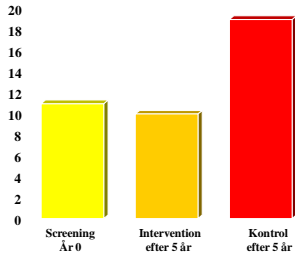


Bo Christensen professor praktiserende læge ph.d 2011

The Ebeltoft Health Promotion Study.



Andel af personer med øget risiko for hjertesygdom



Egberg M, Christensen R, Lauritzen T, et al

Else Schmidt
Medicinaldirektør

'vi informerer kun om det sunde liv. Ikke om »det gode« eller »rigtige« liv.

For mange danskere bliver det sunde liv alligevel oversat til det »rigtige« liv, men vi skal ikke gøre os kloge på, hvad det er. Det er op til den enkelte selv at vælge.

Men er man rask, har man flere muligheder for at træffe et valg.'



Risikovurdering

Motivation

Risikokommunikation

Behandlingsplan

Risikovurdering

Værktøj til at identificere:

patienter med øget/høj risiko for udvikling af sygdomme

og

hvor en mere systematisk brug af forebyggende indsatser er berettiget

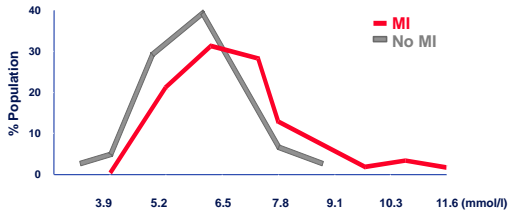
Kolesterol og Hypertension

Risikofaktor

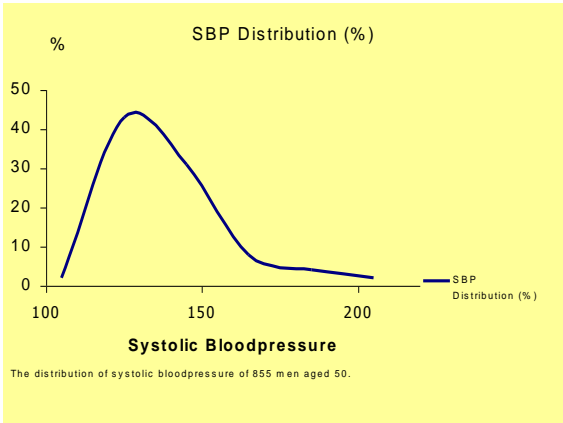
Prædiktor

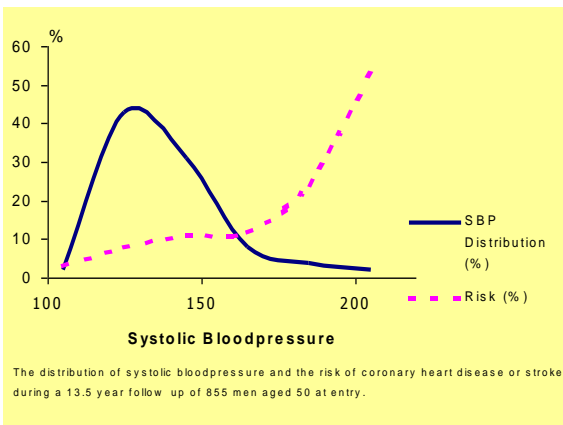
Behandlingsmål

Kolesterol som prædikator



Framingham Heart Study





Risikovurdering en hjælp i almen praksis?

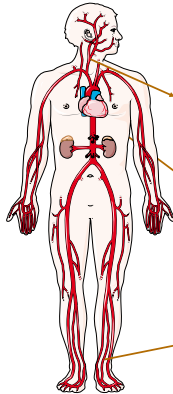
En måde at identificere symptomfrie mennesker med høj risiko, som bør tilbydes individuel forebyggelse.

Læger som ikke bruger risikovurderinger estimerer risikoen er ofte unøjagtige, med en bias i retning af at undervurdere risikoen.

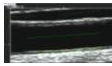
Efter oplysning om risikoen for CVD til raske personer, opfattede patienter deres risiko mere præcist og var mere motiveret for at tage forebyggende medicin

Risk factors

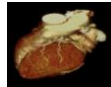
- High LDL
- Low HDL
- BP
- DM
- Smoking
- BMI-
- HsCRP
- Homocystein
- Familialy disp.
- Stress
- ... og 200 others



New risk tools



Intima-media



Coronary Calcium score

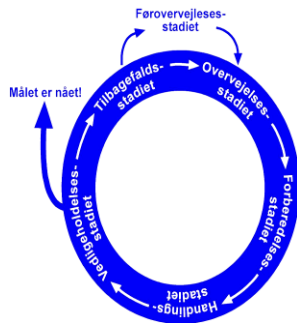


Ankle-brachial index

Forebyggelsessamtalen

Det vigtigste er at først og fremmest ikke tage motivationen fra patienten!

Forandringens hjul



Balanceskema

Nævn 3 ting i hver kasse

	Fordele	Ulemper
Forsætte med at ...	For mig er fordelene ved at forsætte med at ryge:	For mig er ulemperne ved at forsætte med at ryge:
Holde op med at ...	For mig er fordelene ved at holde op med at ryge:	For mig er ulemperne ved at holde op med at ryge:

Guldgrundlag for at drøfte ambivalens, drøftelse, divergens!
Til patienter: Hvad betyder det for dig at forsætte eller holde op med at ...? Nævn mindst 3 ting, du kan komme i tanker om. Vi taler ved om det næste gang.

Forebyggelsessamtalen

Trin 1: Tilladelse

Trin 2: Motivation

Trin 3: Enighed

Trin 4: Konkrete råd

Trin 5: Følg op

Afdæk viden

Giv information

Giv inspiration

Det rette tidspunkt

Rygestopkursus versus 'ryger du?'

Hvis jeg taler rygning 'ryger du?' med patienten kan jeg have en succesrate på op til 5% per år.

Jeg har kontakt med 85% på et år.

Impact: $85 * 0,05 = 4,25$

Hvis jeg vælger at henvise pt. til intensivt rygestopkursus er succesraten 20%

5% vælger et rygestopkursus.

Impact: $5 * 0,2 = 1$.

Charlotte Pisinger, MPH, 2006

Den korte og nemme

Har du tidligere holdt med at ryge?

Hvorfor holdte du med at ryge dengang?

Hvordan var det?

Er der noget du vil/kan gøre anderledes?

Hvad kan du bruge mig til?

Ros særdeles effektiv medicin!