

# MINE SYMPTOMER

## Afrunding af det fælles modul

10

[ Læses højt ]

### Helles historie

Helles historie fik ikke tilbudt Mine Symptomer – det var ikke tilgængeligt på det tidspunkt. I stedet sygemeldte hun sig på fuld tid. Et par måneder senere blev hun undersøgt af en reumatolog, som ikke fandt holdepunkter for ”inflammatorisk led- eller bindevævssygdom”. Helle blev langtidssygemeldt. Hun kom flere gange i praksis, bl.a. ifm. attester til kommunen.

### Mine Symptomer – en alternativ vej

Det er muligt at sætte tidligt ind ved at henvise til Mine Symptomer. For patienten er det en fordel selv at kunne håndtere sine symptomer, og det vil på lang sigt også kunne aflaste praksis.

Programmet flugter med det, vi ellers gør i praksis. Samtidig tilbyder programmet enkle behandlingsprincipper, som er hentet fra den specialiserede, tværfaglige behandling. Behandlingen flyttes hjem til patienten, og programmet giver patienten en bedre forståelse af egne symptomer. Det vil også lette dialogen mellem praksis og patient.

Hvordan Mine Symptomer vil hjælpe netop jeres patienter afhænger af andet end programmet. Men det forventes, at programmet i mange tilfælde vil kunne forebygge lange sygdomsforløb.

Det er afgørende, at programmet introduceres tidligt, fx når I sender en patient til udredning, når I vurderer, at patientens symptomer skyldes overbelastning, eller når patientens symptomer varer ved trods normale undersøgelsesresultater. Programmet kan også bruges som intervention ifm. en sygemelding pga. længerevarende symptomer.

I kan hjælpe patienten med at få mest muligt ud af Mine Symptomer ved at skabe positive forventninger til programmet, ved selv at have indblik i, hvad programmet kan, og ved at aftale individuel opfølgning med patienten.

### Lær programmet bedre at kende

Brug lidt tid på at være nysgerrig på programmet efter dette fælles modul. Du kan enten selv kigge rundt i programmet, eller I kan sætte jer sammen to og to ved en PC og sammen gå på opdagelse. Det er bedst at gøre det i forlængelse af det fælles modul, men ellers kan du prøve at afsætte tid til at se på programmet en af de nærmeste dage.

Den vedlagte guide (ark 11) kan hjælpe dig med at komme rundt i programmet.