

## NHS REKOMMENDERAR STÄLL 3 FRÅGOR

**Ställ 3 frågor** hjälper patienter att bli engagerade i sina egna vårdbeslut.\*

Vanligtvis finns det val att göra när det gäller din vård. Du kan till exempel bli tillfrågad om:

- att avgöra om du vill eller inte vill ha behandling
- att välja mellan olika typer av behandling
- huruvida du vill fortsätta med samma behandling

### VAD DU VÄLJER ATT GÖRA BÖR STYRAS AV VAD SOM ÄR VIKTIGT FÖR DIG

Om du blir ombedd att göra ett val har du kanske massor av frågor som du vill ställa. Du vill kanske också diskutera alternativen med familj och vänner. Det kan vara till hjälp att skriva en lista med de frågor som du vill ha svar på och ta med den till ditt mottagningsbesök.

## STÄLL 3 FRÅGOR

Se först och främst till att du får svar på de tre viktigaste frågorna om du blir ombedd att göra ett val om din vård.

1. Vilka är mina alternativ?
2. Vilka är fördelarna och nackdelarna för mig med vart och ett av alternativen?
3. Hur får jag stöd som kan hjälpa mig att fatta ett beslut som är rätt för mig?

\* Ställ 3 frågor är baserat på Shepherd HL, et. al. *Three questions that patients can ask to improve the quality of information physicians give about treatment options: A cross-over trial.* [Tre frågor som patienter kan ställa för att förbättra kvaliteten på den information som läkare ger om behandlingsalternativ: En cross-over-studie.] Patient Education and Counselling, 2011;84: 379-85.

## “VI VILL VETA VAD SOM ÄR VIKTIGT FÖR DIG ...”

Sjukvårdspersonalen vill hjälpa dig att bli mer engagerad genom att ge dig information om dina alternativ.

De vill förstå vad som är viktigt för dig.

Att besvara dessa frågor och att veta vad som är viktigt för dig hjälper dem att fatta de bästa besluten om din sjukvård.

“

*De 3 frågorna är ett användbart instrument för att stärka patientens position vid mottagningsbesöket. De fungerar som en katalysator för gemensamt beslutsfattande genom att låta patienten styra diskussionen om olika alternativ, risker och fördelar och sedan fatta ett gemensamt beslut.”*

GP, Oldham

## “JAG STÄLLDE 3 FRÅGOR ...”

Här är några människor som tyckte att det var till hjälp att få svar på de 3 frågorna.

“

*Att jag kände till de eventuella biverkningarna av de olika läkemedlen jag kunde få gjorde att jag kunde bedöma för- och nackdelar för vart och ett av dem, och att jag kände till riskerna innebar att jag fattade det rätta beslutet.”*

Njurpatient

“

*Under hela min graviditet har jag använt de 3 frågorna för att ta reda på de alternativ som finns tillgängliga i min vård. Att få information om vart och ett av alternativen hjälpte mig verkligen att bestämma mig för vad som passade bäst ihop med mina värderingar och behov.”*

Mödravårdspatient

## ANDRA FRÅGOR SOM JAG SKULLE VILJA STÄLLA UNDER MITT MOTTAGNINGSBESÖK:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Tänk på att du kan ta någon med dig till ditt mottagningsbesök, som till exempel en anhörig, en vårdare eller en vän.

## GEMENSAMT BESLUTFATTANDE

Att arbeta med programmet Rätt vård Gemensamt beslutsfattande för att befrämja Gemensamt beslutsfattande mellan patienter och vårdpersonal.

## STÄLL 3 FRÅGOR

