

Fra hormoner til helsekompetanse!

Helsevesenets møte med ungdom
som har helseutfordringer

Liv-Grethe K. Rajka

Barnesykepleier, spesialrådgiver
Nasjonal kompetansetjeneste for
læring og mestring innen helse



Barnesykepleierens
kompetanse, ansvar
og oppgaver

Barnesykepleieren
motiverer og tilrettelegger
for at ungdommen
kan ta stadig større ansvar
for egen helse



I WEAR A
HOODIE...
BUT I'M
A GOODIE

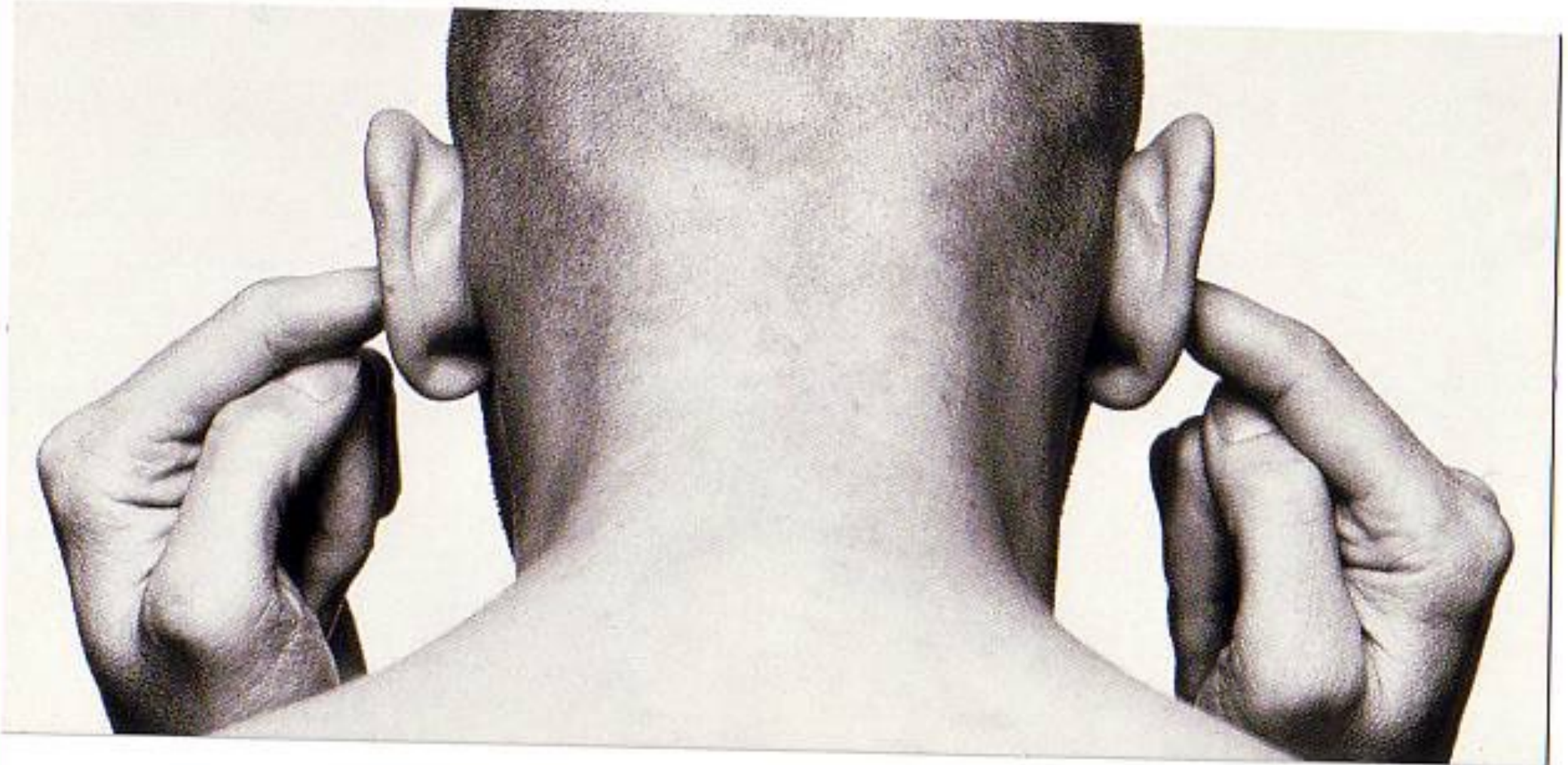


KULTUR

Ungdomshelse – mer enn pils og puling?

Mads Andreassen
nestleder
Unge funksjonshemmede
23/05/2012

Når ungdom blir omtalt som "non-compliant"





Det er jo hormonene!

Ungdomshjernen enormt potensiale

Pannelappen (frontallappen)

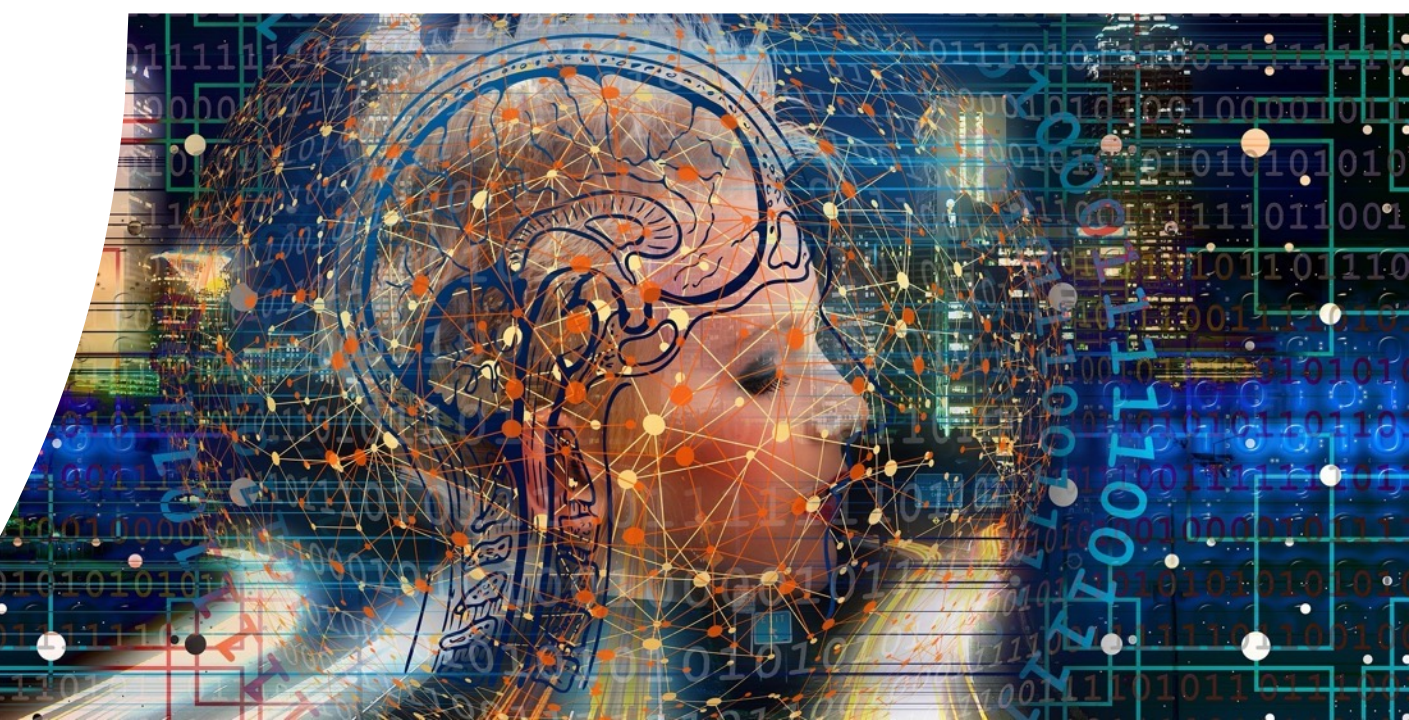
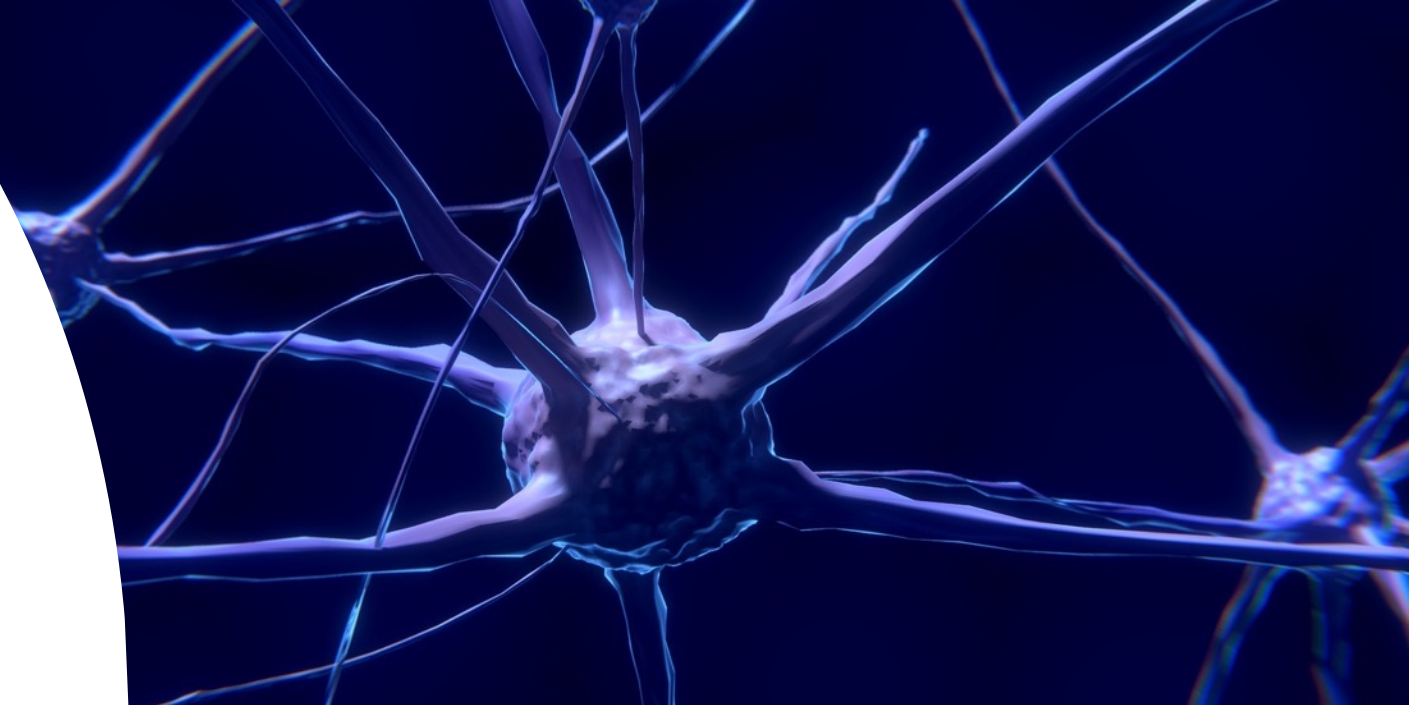
- oppmerksomhet
- planlegge
- impulskontroll
- ta beslutninger
- arbeidsminne
- selvevaluering

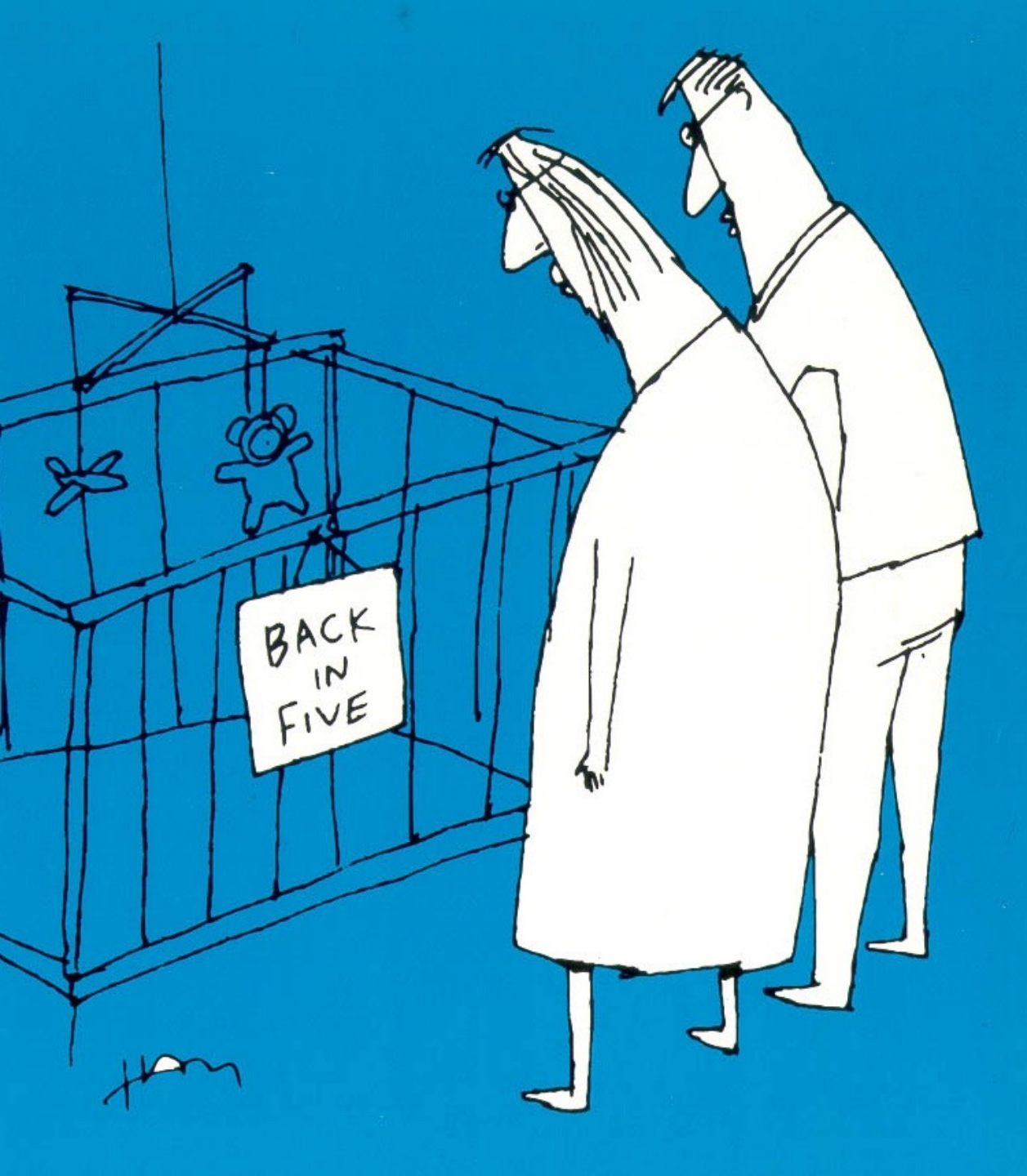
Belønning – kick

Søvn

M R Syvertsen Ungdomshjernen

C K Tamnes, Paidos





Foreldresamarbeid

Hvem er jeg?



Bildet er fra en sak i Aftenposten

Drømmen om en kjæreste...





Det er ikke mulig å sette ungdomslivet på vent

Blir igjen

- Vi har ikke den samme muligheten til å sette livet på vent, sier Guro Elshaug Schjønneberg.
- Det er kanskje den største forskjellen mellom å være ungdom og voksen når man er syk.
- De andre går videre, sier Josefine Rørvik Skåland.





Det er ikke mulig å sette ungdomslivet på vent

Kognitiv/psykososial utvikling

Hva er viktig i livet?

Ungdommens eget mål

Relasjon og støtte for ungdommen
fra familie, venner, skole
og helsepersonell



«Selv om diagnosen min
ikke forandrer seg,
så gjør jo livet det,
ikke sant?»

www.mestring.no



Fra lydighet til selvstendighed



U. S. Dept. of Health, Education and Welfare
DHEW publication no. HSA
75
5014

PUBLIC HEALTH LIBRARY
STATE HEALTH

Approaches to ADOLESCENT HEALTH CARE in the 1970s



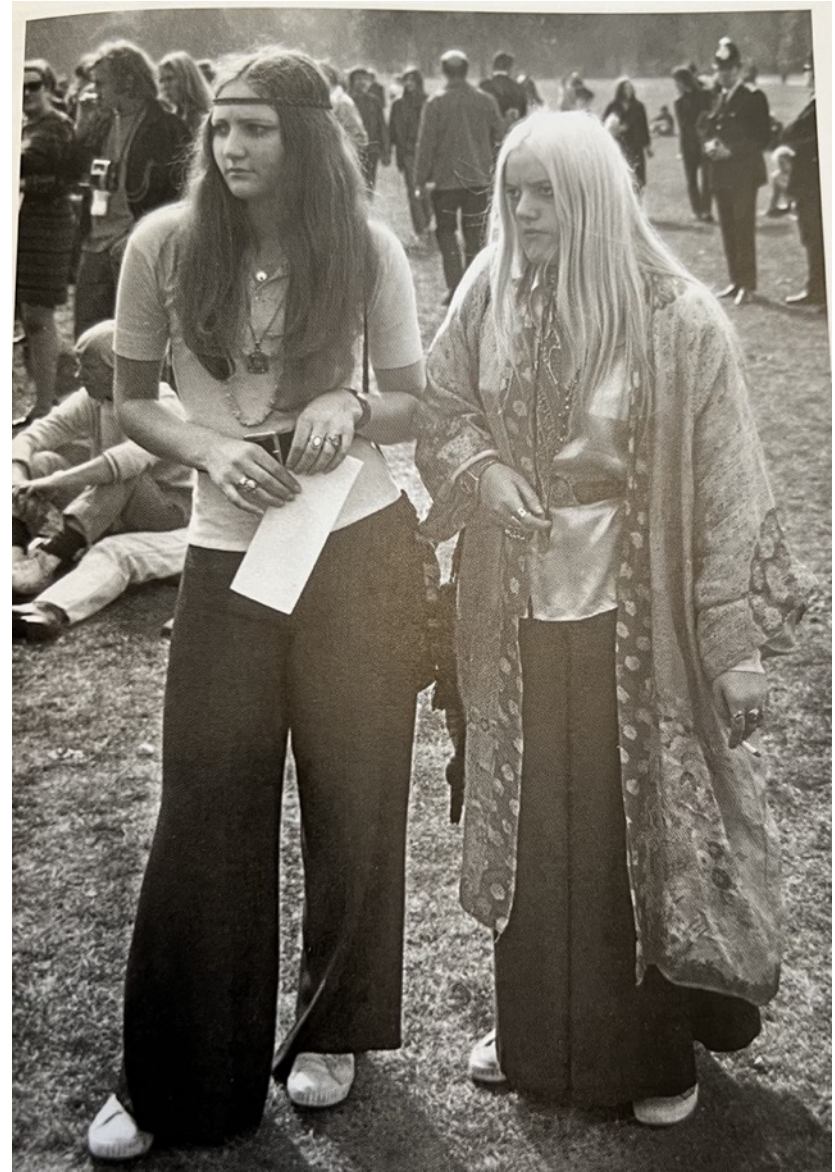
*Pam
Cat for Public
Health Library
Sep*

MAR 12 1976

U.S. Department of Health, Education, and Welfare / Public Health Service / Health Services Administration

U.S.S.D.

Digitized by Google



Barneavdelinger i Norge i 2012

Kartlegging av ungdomsvennlig helsetjeneste på barneavdelingene

Styret i Barnelegeforeningen har utarbeidet et dokument som omtaler satsningsområder for norsk pediatri 2011-2015.⁽¹⁾ Et av disse områdene er ungdomsmedisin. I den forbindelse er det opprettet et arbeidsutvalg som består av artikkelforfatterne. Utvalget har valgt å konsentrere seg om følgende oppgaver: Kartlegging av ungdomsvennlig helsetjeneste og etablering av etterutdanningskurs i ungdomsmedisin for leger.

Kartleggingen ble utført ved utsendelse av spørreskjema til alle klinikkjefer / avdelingsoverleger ved landets barneavdelinger. Til sammen 21 avdelingsledere svarte på spørreundersøkelsen. I det følgende vil spørsmålene og besvarelsene gjennomgås.

AV FRØYDIS OLAFSEN¹, ANNE KIRSTI HØGÅSEN², INGJERD LINNEBO- ERIKSEN³ OG BETTY VAN ROY³

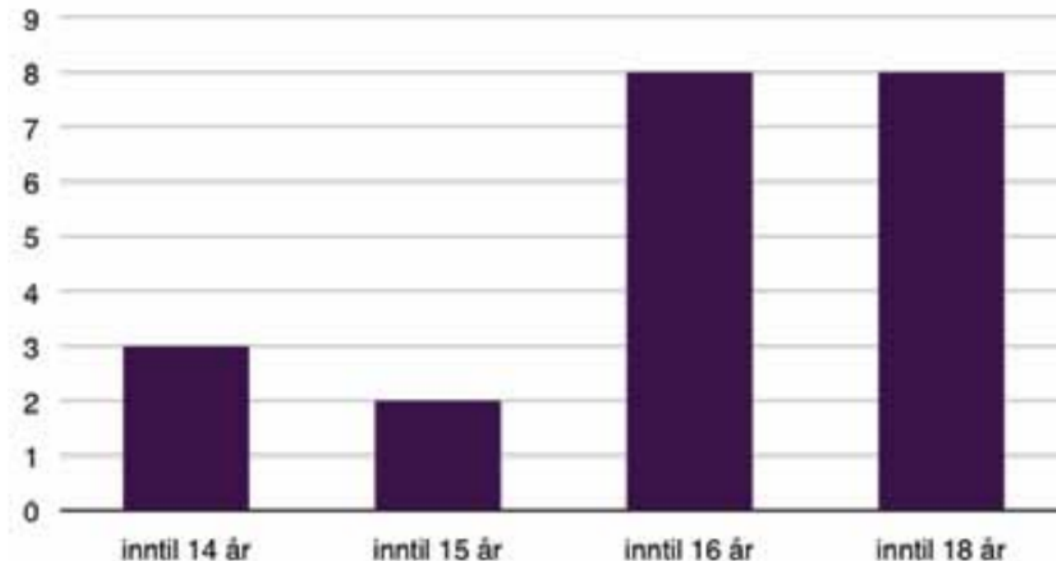
¹ KAL KLINIKKEN - FROEOL@ONLINE.NO

² BARNEAVDELINGEN, SYKEHUSET INNLANDET LILLEHAMMER

³ BARNE- OG UNGDOMSAVDELINGEN, AHUS

Aldersgrenser innlagte pasienter barneavdelinger

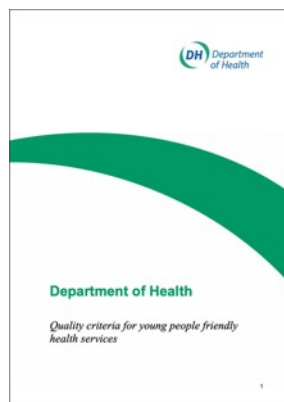
Antall
avdelinger



En ungdomsvennlig helsetjeneste



You're welcome –
Quality criteria
for young people
friendly health
services



Norsk forening for
unges helse – NFUH



Nasjonal kompetansetjeneste for
læring og mestring innen helse



Ungdomsråd
18 års
aldersgrense



Oppdragsdokumentet 2018

«Helseforetaket skal utvikle retningslinjer for god overføring fra barne- til voksenorientert helsetjeneste utfra best tilgjengelig kunnskap.

Retningslinjene skal omfatte overføring internt i sykehuset og mellom sykehuset og primærhelsetjenesten. Retningslinjene utarbeides i samarbeid med ungdomsrådet ved foretaket.»


Retningslinjer for gode overganger


  


Generell Akutt Nyfødt

Søk i pediatriveileder  Søk

Generell veileder i pediatri

15. Søvn sykdommer 

16. Barne palliasjon 

17. Overganger ungdom 

17.1 Forord

17.2 Overgang fra barneomsorg til voksenomsorg – generelt

17.3 Overgripende mål og prinsipper

17.4 Innhold i overgangsforløp

17.5 Bakgrunn og metode

18. Standard for barneovervåking i Norge 

Ungdomsvennlig helsetjeneste

- Tilgjengelighet
- Informasjon
- Konfidensialitet og samtykke
- Miljø
- Helsepersonells kompetanse
- Oppfølging, evaluering, brukermedvirkning
- Overganger/transisjon



Noen konsekvenser av dårlig sykdomskontroll

- Fravær fra skole/jobb
- Sykehusinnleggelse
- Legebesøk
- Påvirker utdannelsen
- Sosiale nettverk
- Fysisk aktivitet



Helsekompetanse

grunnleggende ferdigheter, kunnskap og motivasjon

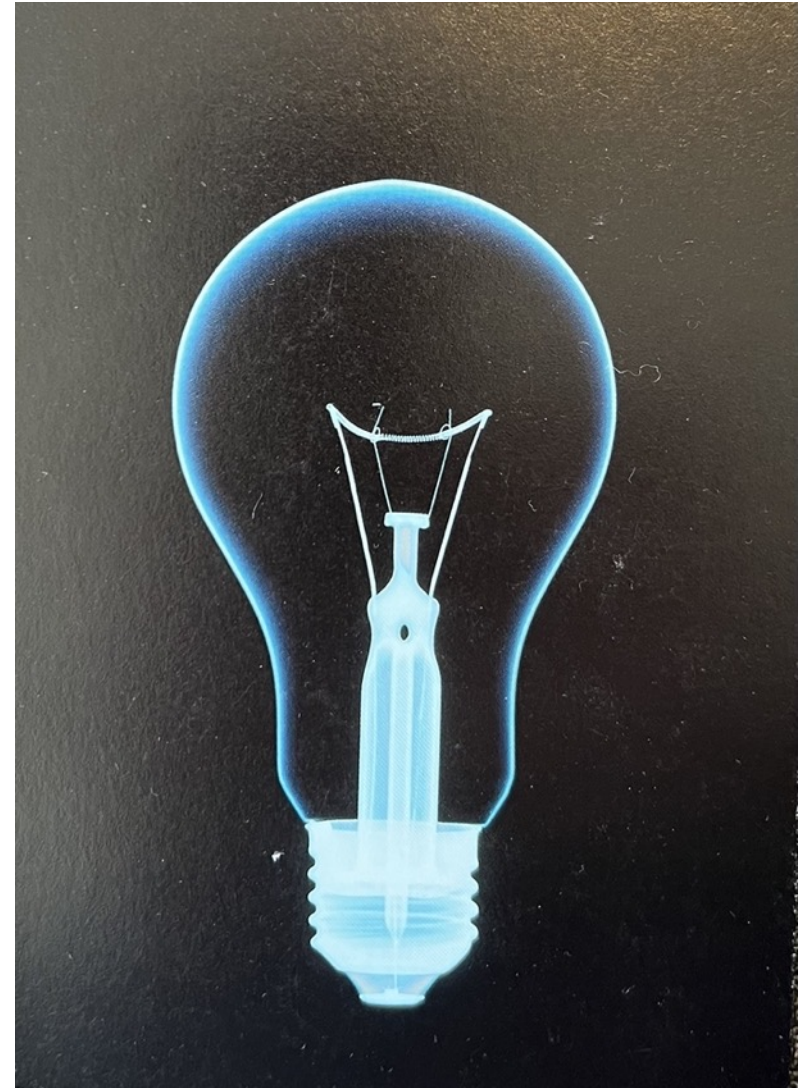
som gjør individet i stand til å finne, forstå, vurdere og anvende helseinformasjon

med den hensikt å kunne ta helserelaterte beslutninger i hverdagen.

www.mestring.no



HODE: Kognitiv kontroll



HÅND: Instrumentell kontroll



HJERTE:
Emosjonell kontroll



Jeg trenger...

...noen å spille
på lag med.

Diagnosen min er helt grei, den gjør
meg ikke usikker.

Å ikke ha noen å snakke med, å stille
spørsmål til og undres sammen med
– det gjør meg usikker.



REVIEW ARTICLE | [Open Access](#) |

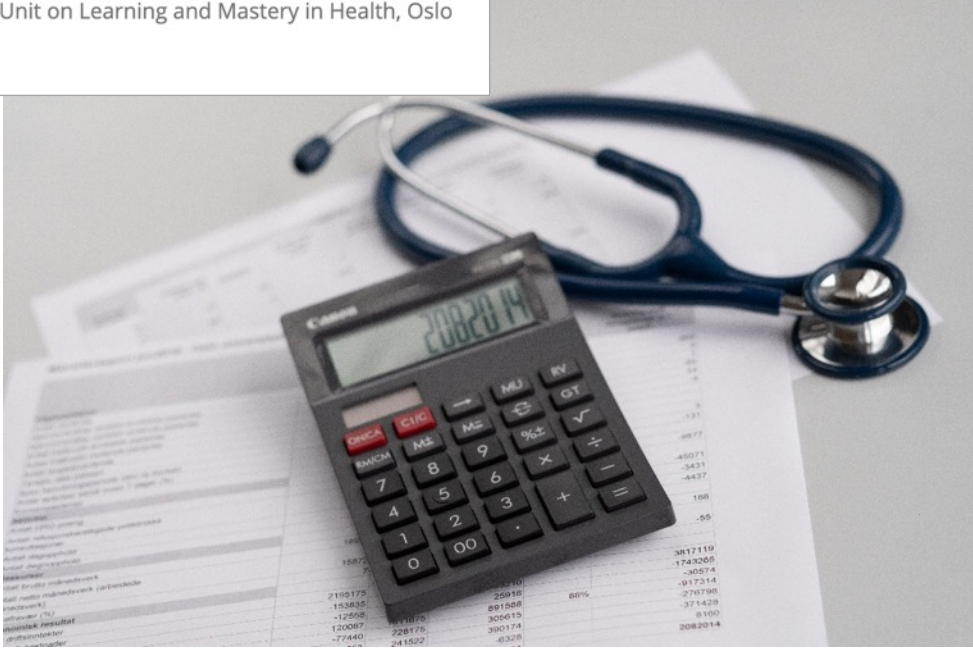
How can we support children, adolescents and young adults in managing chronic health challenges? A scoping review on the effects of patient education interventions

Una Stenberg PhD , Mette Haaland-Øverby, Absera Teshome Koricho MPhil, Anne Trollvik PhD, Liv-Grethe Rajka Kristoffersen RN, Stine Dybvig, André Vågan PhD

First published: 26 May 2019 | <https://doi.org/10.1111/hex.12906> | Citations: 12

Funding information

This work was funded by the Norwegian National Advisory Unit on Learning and Mastery in Health, Oslo University Hospital, Norway.



Nyheter

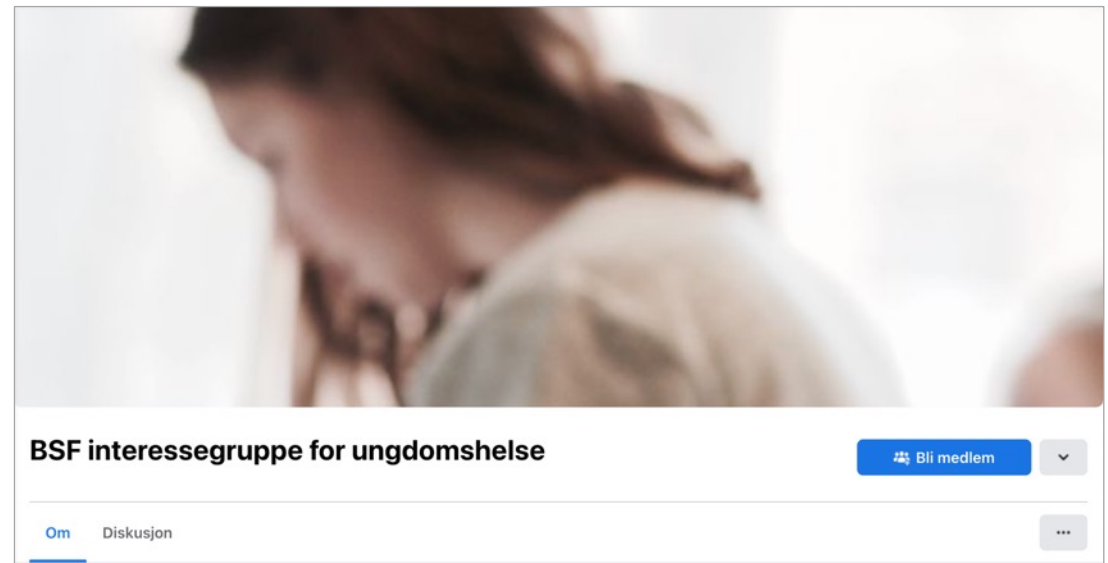
- Lunsjwebinar om helsekompetanse
- Se webinar om brukemedvirkning i opptak
- Læring og mestring i ny folkehelsemelding
- Innspill til veileder for samarbeidsavtaler
- Pod-episode om barn som pårørende

Publisert 30. mai 2019 av Cecilia Sønstebe
Godt utbytte for barn og unge



Lærings- og mestringstilbud for barn og unge gir både personlig og helseøkonomisk utbytte viser vår nye kunnskapsoppsummering.

Facebook-grupper om ungdomshelse



Noen korte møter



Noen korte møter

- [Treff meg short med subs3.mp4](#)

Takk for oppmerksomheten!

Besøk www.mestring.no og meld deg på vårt nyhetsbrev
eller følg oss på Facebook og Twitter: @mestringno