



2.0 Sundhed / Sundhed og trivsel



Hvad er vigtigt at være opmærksom på:
Sundhed er ikke bare gulerødder og lø-
besko, men også en følelse af at have det
godt. Kortet skal illustrere eksempler på,
hvad der har betydning for sundhed og
trivsel, men kan udskiftes med søvn, fæl-
lesskab, seksuel sundhed m.m. afhængig
af borgerens situation.

Hvad beskriver kortet:

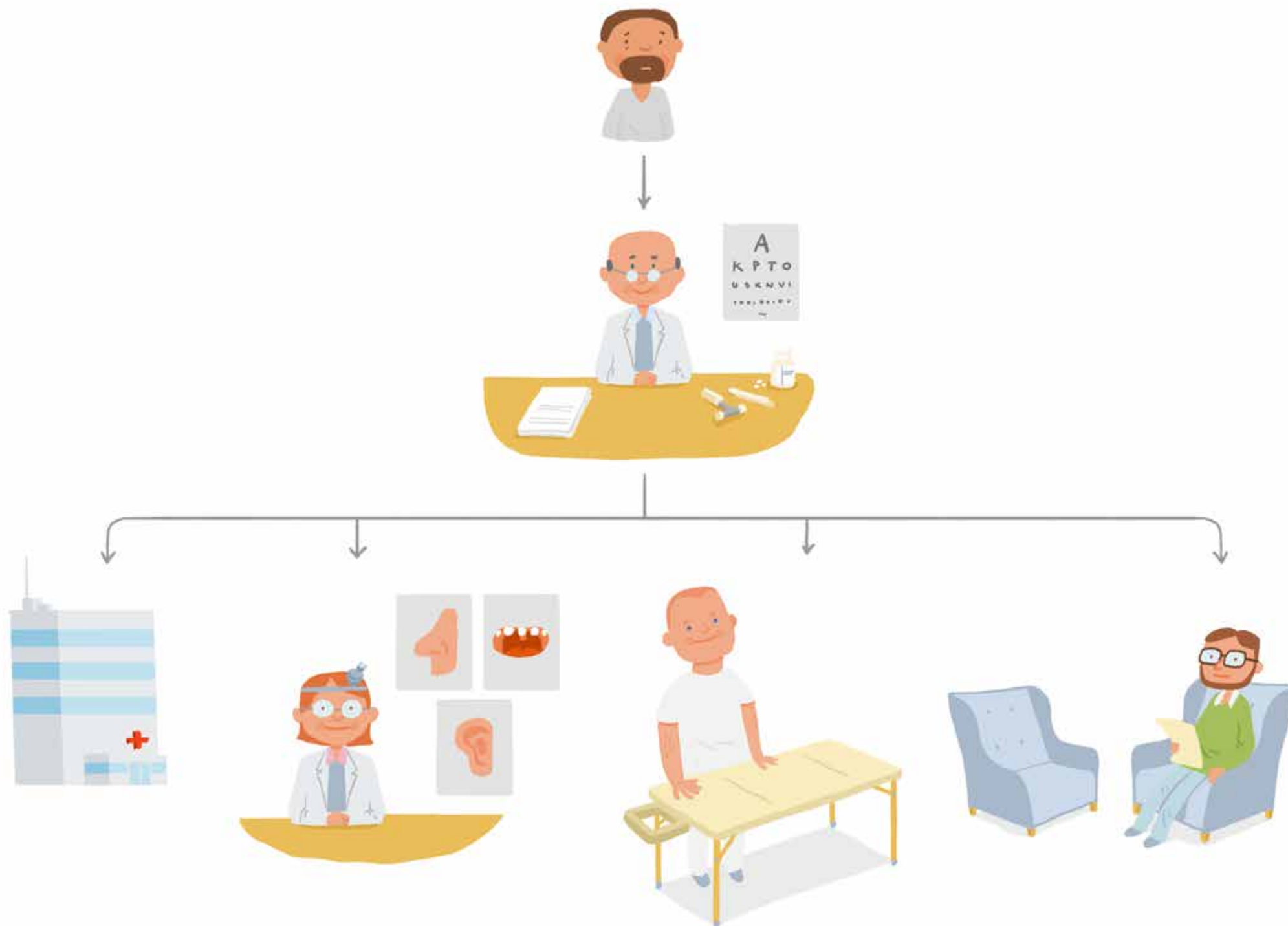
Hvad kan give energi, og hvad kan tage energi i relation til sundhed og trivsel. Kortet sætter fokus på sammenhængen mellem livsstil og risiko for sygdom.

I hvilken situation kan det anvendes:

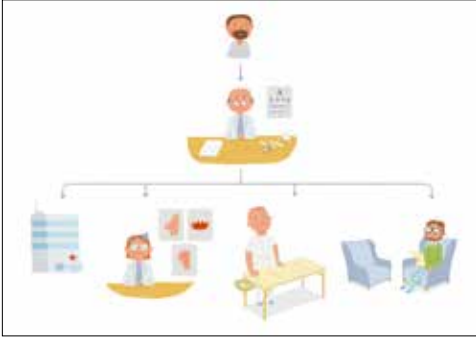
I samtale med borgere omkring forandring af vaner/livsstil samt i dialog om, hvordan sundhed kan bidrage til det at holde sig rask og have det godt. Sundhedsfaglige medarbejdere kan også bruge kortet til en borger, hvis livsstil – aktuelt eller på sigt – udgør en helbredsrisiko. Kortet kan eksempelvis bruges i samtaler i Folkesundhed Aarhus eller Sociallægeinstitutionen.

Noter:

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



2.1 Sundhed / Henvisning fra egen læge



Hvad beskriver kortet:

Kortet beskriver proceduren, når en borger henvender sig til egen læge med et helbredsproblem der skal vurderes eller behandles af en sundhedsfaglig specialist.

I hvilken situation kan det anvendes:

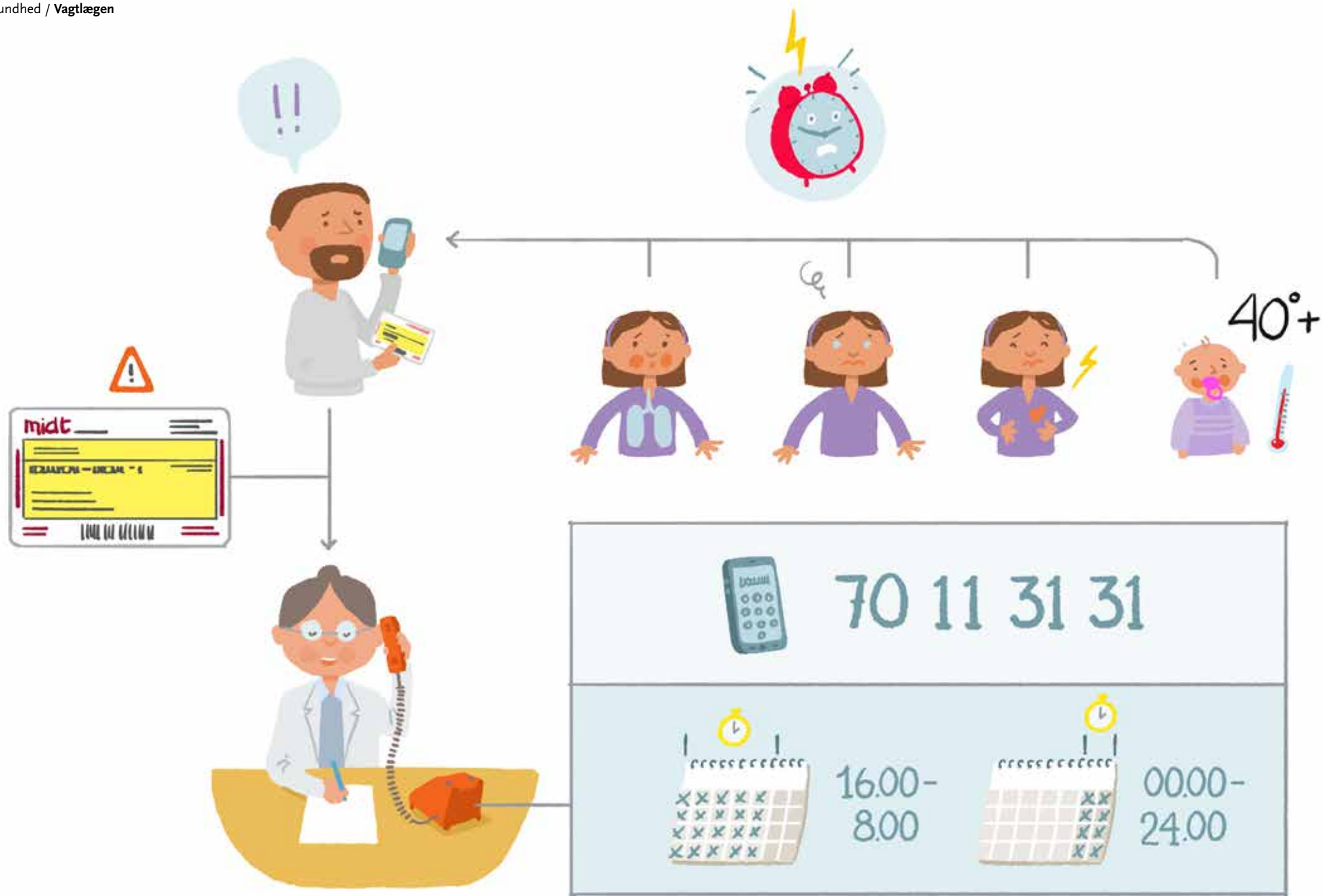
Kortet skal anvendes i samtaler med borgere, der har svært ved at forstå procedurerne i det danske sundhedssystem, hvor egen læge er en slags 'gatekeeper' i forhold til andre sundhedstilbud. Det kan både dreje sig om undersøgelser/behandling på sygehuse, ved en fysioterapeut, en psykolog eller lignende.

Hvad er vigtigt at være opmærksom på:

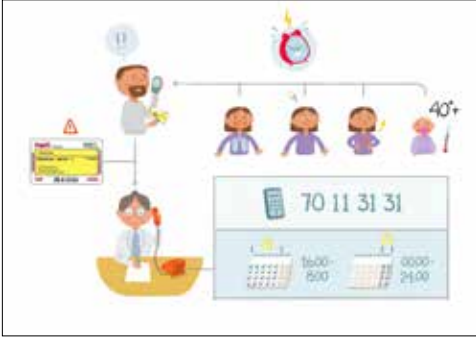
Det er vigtigt at pointere over for borgeren, at det er den praktiserende læge der vurderer relevansen af yderligere udredning/behandling. Det er vigtigt at gøre borgeren opmærksom på, hvilken slags hjælp han/hun antageligt kommer til at få tilbudt de forskellige steder. At der overalt i det danske sundhedssystem lægges vægt på en betydelig egenindsats. Desuden vigtigt at være opmærksom på, at borgeren i nogle tilfælde skal regne med en hvis egenbetaling.

Noter:

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are approximately 20 lines visible. The paper has a slight shadow on the right side, suggesting it's part of a bound notebook.



2.2 Sundhed / Vagtlægen



Hvad beskriver kortet:

Kortet beskriver, hvor og hvordan man skal henvende sig ved akut sygdom opstået uden for den praktiserende læges åbningstid.

I hvilken situation kan det anvendes:

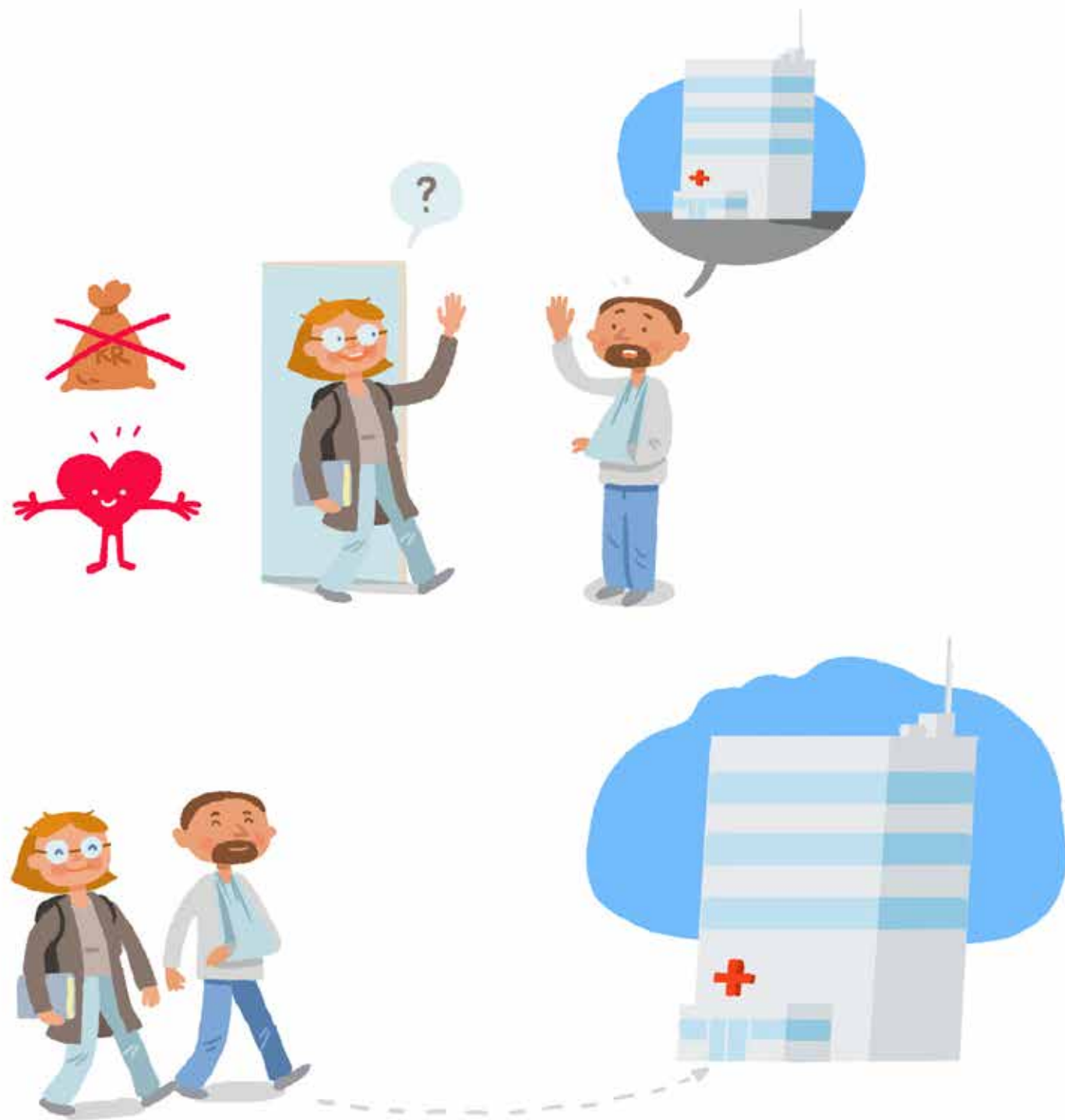
Kortet kan anvendes som en almen indføring til det danske system. Kortet kan desuden bruges som et oplæg til en snak med borgeren om skelen mellem alvorlig og mindre alvorlig opstået sygdom.

Hvad er vigtigt at være opmærksom på:

Det er vigtigt at borgeren gøres opmærksom på, at det er den vagthavende læge der vurderer, om borgeren har brug for at blive set af lægen akut. At man som borger ikke blot kan møde op til undersøgelse. Desuden er det vigtigt at pointere, hvornår og hvordan man kan kontakte 112.

Noter:

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



2.3 Sundhed / Social sundhed



Hvad er vigtigt at være opmærksom på:
Social Sundhed er en forening, der er
baseret på frivillig-kraft, hvilket bliver
illustreret i form af det 'varme hjerte' på
samtalekortet.

Hvad beskriver kortet:

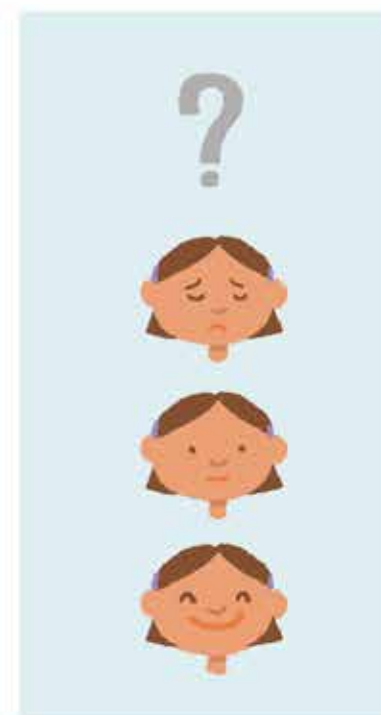
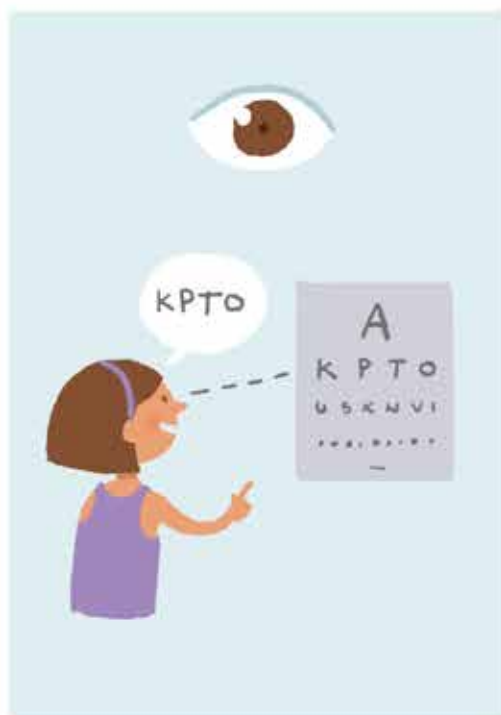
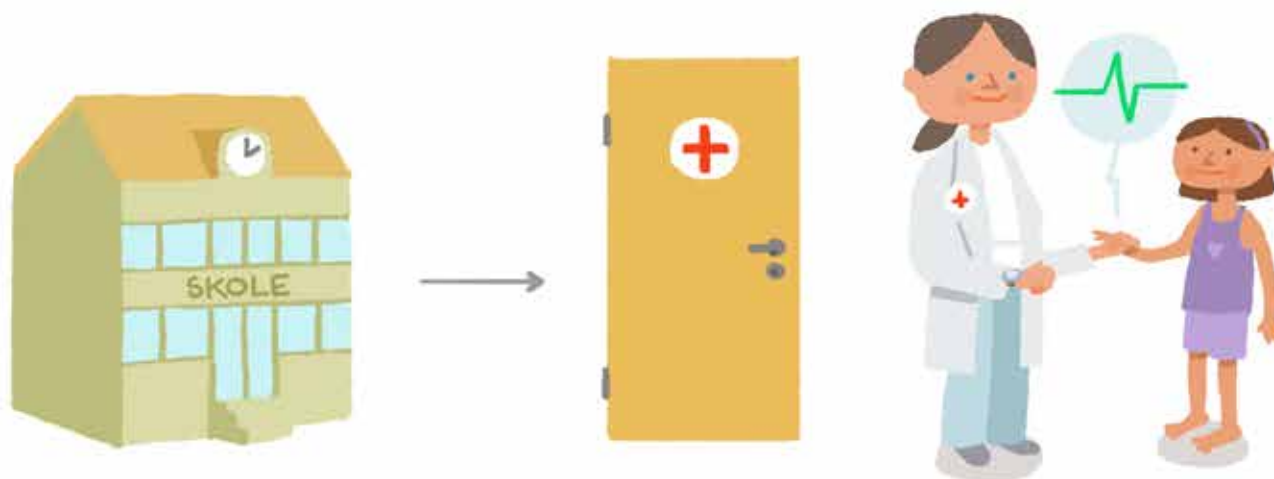
Social Sundhed er en forening, der tilbyder hjælp og støtte til borgere i kontakten til sundhedsvæsenet. Social Sundhed støtter og ledsager borgere til konsultationer og behandlinger i sundhedsvæsenet.

I hvilken situation kan det anvendes:

Kortet skal anvendes til at informere borgere om muligheden for støtte fra Social Sundhed. Foreningen kan hjælpe borgeren med at få sagt det, der er vigtigt for den enkelte samt hjælpe med at forstå og huske det, der måtte blive informeret om af sundhedspersonalet.

Noter:

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



2.4 Sundhed / Sundhedsplejersken



Hvad er vigtigt at være opmærksom på:
Forældrene skal underskrive en samtykke erklæring, hvor de giver sundhedsplejersken lov til at gennemføre de almindelige undersøgelser i løbet af barnets skoletid. Kortet kan være med til at understøtte forældrenes forståelse af, hvad de giver deres samtykke til.

Hvad beskriver kortet:

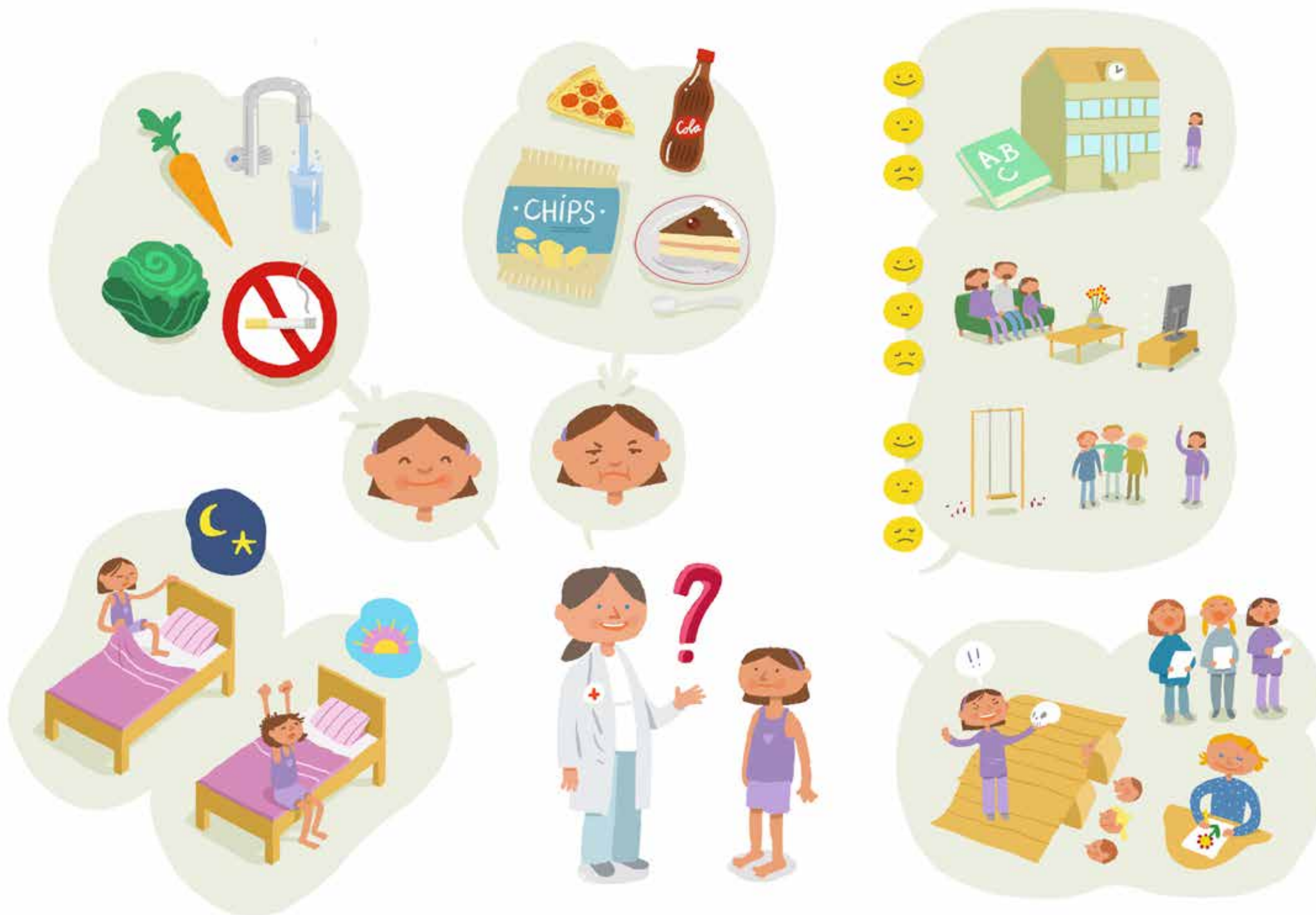
Kortet viser den obligatoriske undersøgelse af syn, hørelse, vægt, højde og trivsel, som alle børn skal igennem i forbindelse med skolestart.

I hvilken situation kan det anvendes:

Kortet kan bruges til at forberede forældre og elever på, at de bliver hentet i klassen af en sundhedsplejerske, som vil undersøge disse ting. Kortet kan fx vises til forældrene til indskrivningen, så forældrene bliver gjort opmærksomme på, at denne undersøgelse vil finde sted. Desuden kan læreren bruge kortet til at forberede eleven den dag, hvor sundhedsplejersken kommer. Sundhedsplejersken kan anvende kortet under selve undersøgelsen med henblik på at tydeliggøre overfor eleven, hvad der skal ske.

Noter:

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



2.5 Sundhed / Sundhedsplejerskens dialog med børn og forældre om undersøgelsen



Hvad beskriver kortet:

Kortet beskriver den dialog, som sundhedsplejersken har med børn og forældre om undersøgelsen.

I hvilken situation kan det anvendes:

Kortet kan anvendes af sundhedsplejersken til understøttelse af dialogen med barnet og forældrene. Kortet kan desuden anvendes af fx lærere som forberedelse, inden barnet skal til undersøgelse hos sundhedsplejersken.

Hvad er vigtigt at være opmærksom på:

I dialogen kommer sundhedsplejersken omkring elementer, der vedrører barnets sundhed og trivsel:

- Søvn
- Madvaner
- Trivsel (i skolen, i fritiden / hjemme)
- Fritidsaktiviteter

Noter:

[illegible]