

# Utökad triagering på vårdcentralen

## - snabbare initierad behandling för patienter med depression

**På Väster vårdcentral pågår ett kontinuerligt arbete i att förbättra vår triagering - rätt vård, till rätt patient, i rätt tid.**  
*Det ökade inflödet av patienter med psykisk ohälsa gör att vi på Vårdcentralen behöver hitta nya sätt att snabbare kunna få in patienterna i behandling. För att det ska vara möjligt måste de som möter patienten känna sig trygga i hur de ska förmedla kontakten vidare.*

### Vårt syfte med triagering för patienter med depression

Att på Väster Vårdcentral ha ett tydligt omhändertagande vid depression och erbjuda patienter olika verktsamma behandlingsformer vid depressionstillstånd.

Samt att patienter erbjuds en snabbare initiering av behandling via gruppformat (KBT och basal kroppskänedom).

Depression Nedstämdhet/oro Sömnbesvär Stress Utmattningsyndrom Ångest	bokas besök hos läkare. För bokning av bedömningsamtal. Hänvisa att patienten själv tar kontakt med psykolog eller kurator. Vid stress, ångest, nedstämdhet samt lindrigare problematik, kan patienten även remitteras till vårdcentralens Mindfulness/ACT och basal kroppskänedomsinstruktör Vid behov av sjukskrivning eller medicinerings bokas besök hos läkare.	Bra Liv nära – App Vårdcentral online (se info) FaR - Fysisk aktivitet på Recept Remiss via Cosmic. KUR - Kulturunderstödd rehabilitering Remiss via Cosmic. 1177.se /psyisk hälsa
Oro/lätt ångest Lindrig depression Stressrelaterad ohälsa	Balans i vardagen Kurs: 6 tillfällen å 2 tim, i stresshantering ledare: arbetsterapeut, mindfulnessinstruktör Livshjulet Olika enstaka föreläsningar å 1.5 tim ex: nedstämdhet/oro, depression, fysisk aktivitet, stress, sömn, smärta ...	FaR - Fysisk aktivitet på Recept Remiss via Cosmic. KUR - Kulturunderstödd rehabilitering Remiss via Cosmic. 1177.se /psyisk hälsa
Förebyggande sjukvård	Egenvårdsbroschyrer	Bra Liv nära – App

### Sammanfattning av det resultat vi uppnådde

Vid första mättillfället i juni 2019 skattade 66,7 % av personalen på vårdcentralen att de var mycket eller delvis insatta i rutinerna. I november 2019 hade denna siffra ökat till 92,8 %. Även personalens känsla av trygghet gällande sin roll i mötet med patienter med depression ökade. Vid första mättillfället skattade 80 % att de kände sig mycket eller delvis trygga och vid andra tillfället var motsvarande skattning 100 %.

Patienterna som kommer till psykosociala teamet upplevs mer motiverade och vi kan se att uteblivna/avbokade besök har minskat från 20% till ca 13%.

Vid jämförelse visar det sig att i november 2018 tog det i snitt 37 dagar innan ett första besök hos psykolog jämfört med 19 dagar i november 2019.

### Hur vi utarbetade vår metod för genomförda förändringar under året

- ✓ Flödesschema över behandlingsalternativ och vårdnivå för patienter med depression
- ✓ Triageringsmall för psykosociala teamet
- ✓ Telefontider till psykolog och kurator
- ✓ Följebrev med kallelse som förtydligar processen för patienten
- ✓ Snabba bedömningstider
- ✓ Föreläsningar med psykoedukation utifrån KBT samt övningar i Mindfulness och Basal kroppskänedom

*“Fick mycket material att jobba med. Fick grejer att tänka på när det är som jobbigast och ni fick en närvarande på hela föreläsningen” Citat från deltagare i depressionsföreläsningen.”*

### Detta har vi lärt oss:

Svårt att enbart fokusera på patienter med depression i förbättringsarbetet. Behov av att utveckla rutiner för hela det psykosociala flödet.

Svårt att rekrytera till mer omfattande gruppbehandling. En lärdom är att vi behöver fortsätta jobba med patienters förväntningar av kontakt med psykosociala teamet genom t.ex. att redan vid första telefonkontakten informera om att det finns olika behandlingsalternativ samt när det passar skicka med följbrev med information med kallelsen.

### Vårt nästa steg:

Fortsätta hålla triageringsmallen aktuell och erbjuda föreläsningar kontinuerligt.

Under 2020 kommer arbetet med att utveckla föreläsningarna fortsätta.

Även andra professioner kan komma att involveras i att hålla föreläsningar i relevanta ämnen.

**Väster vårdcentral, Värnamo**

Fanny Johansson, Rut Skillmark, Elisabeth Rörström