

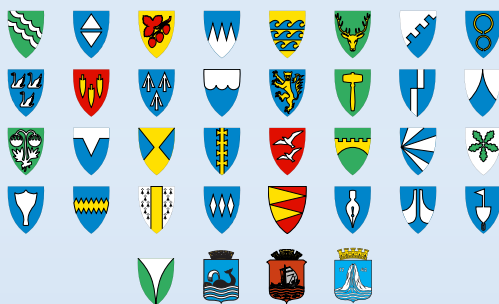
”  
Min mor ble etter hvert sykere men vi kjente oss trygge, tenk personalet hadde en plan på hva de skulle gjøre om utfordringer dukket opp. Dette var godt for oss og for vår mor. At planen ble utarbeidet tidlig gjorde at mor kunne få si hva som var viktig for henne.

*Pårørende*

”  
Eg hadde aldri høyrst om Palliativ plan, men eg synes det var en god idé. Eg vart uroa på grunn av helsa mi, og trudde at viss eg blir dårlegare no, må familien min svare på mine vegne på alle spørsmål, og dei veit ikkje kva dei skal gjere. Barna mine syntes det var vanskeleg å snakke om ein palliativ plan. Eg forklarte dei at dei kanskje måtte ta avgjerdsler på mine vegne, derfor måtte dei få vete kva som var viktig for meg. No er dei glade for at eg har planen.

*Pasient*

#### Kommunane i Møre og Romsdal



Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Møre og Romsdal

HELSE MØRE OG ROMSDAL

[www.palliativplan.no](http://www.palliativplan.no)

Her får du kontaktinformasjon til medlemmer i Ressursgruppa Palliativ Plan i Møre og Romsdal.

# PALLIATIV PLAN/ PLAN FOR LINDRING

Et levende planverktøy for omsorg til pasienter med uhelbredelig sykdom

«Hva er viktig for deg?»

Ressursgruppe Palliativ Plan

# PALLIATIV PLAN/ PLAN FOR LINDRING

Et dokument som er felles for både pasient, pårørende og helsepersonell.

Målet med palliativ plan er å bidra til at den som er syk og familien opplever best mulig livskvalitet, være i forkant av ulike utfordringer, sikre samhandling, planlegging og god tilrettelegging.

Palliativ plan utarbeides gjennom dialog og forberedende samtaler. Viktige føringer samles, og en kan dermed forhindre misforståelser. Oppdateringer gjøres fortløpende etter hvert som tilstanden endrer seg.

Noen har palliativ plan over flere år, andre kortere. Det er fastlege eller tilsynslege i samarbeid med sykepleier/sykehuslege som utarbeider planen i lag med pasienten. Pårørende kan også være delaktig når pasienten ønsker det eller situasjonen for øvrig tilsier det.

Palliativ plan er et tilbud til den som har uhelbredelig sykdom, parallelt med annen behandling.

## HENSIKT OG INNHOLD

Planen bør opprettes så tidlig som mulig når man får en diagnose som innebærer at levetida er begrenset pga. sykdommen.

### Planen skal sikre:

- Trygghet for pasient, pårørende og helsepersonell
- Brukermedvirkning (hva er viktig for deg?)
- Så langt det lar seg gjøre unngå unødvendig bruk av legevakt og reinnleggelses på sykehus

### Planen skal inneholde:

- Telefonnummer som kan ringes ved spørsmål
- Kontaktinformasjon om tilgjengelig hjelp fra helsevesenet
- Relevante diagnoser
- Tiltak/føringer for behandling av mulige symptomer
- Pasientens livshistorie og ressurser
- Pasientens (og pårørendes) ønsker, håp og bekymringer
- Etske føringer/uttalelser om behandlingsintensitet

.....

Hvis du ønsker å ha en Palliativ Plan/Plan for Lindring ta kontakt med din fastlege/tilsynslege (på sykehjem) eller med din sykepleier.

Ved behov for veiledning/rådgiving kan helsepersonellet henvende seg til et av de palliative team i fylket.

.....



«Hva er viktig for deg?»