



Upplevelsedagbok

Upplevelsedagbok är ett enkelt sätt att öka patienters insikt om vad de har varit med om. Dagboken utgår från patientens perspektiv. Den baseras på upplevelser, erfarenheter och utmaningar som patienter upplever i hälsotillstånd eller i vårdprocessen.



TID
1 x flera dygn



ANTAL MEDARBETARE
1 + flera personer



SVÅRIGHETSGRAD
Medel

MATERIAL

- Dagbok
- Penna
- Dator

När ska verktyget användas?

Upplevelsedagbok kan användas som stöd för att få översikt över patientens hälsotillstånd. Den kan också användas för att patienten ska kunna ha översikt över vad hen behöver komma ihåg eller har varit med om, så att hen kan reflektera över sina erfarenheter.

Personal som får ta del av patientens dagbok kan få ökad förståelse för patientens situation och för hur vården kan förbättras.

Hur gör man?

- Informera patienten om varför ni vill använda verktyget och vad det är till för.
- Fråga om er verksamhet får ta del av det patienten skrivit i dagboken.
- Be patienten skriva ner sina upplevelser.
- Gå igenom dagboken tillsammans med patienten. Patienten kan också använda dagboken som stöd i en patientberättelse - se verktyget Patientberättelser. Att skriva ner och ta del av upplevelser kan väcka starka känslor hos både patient och personal. Därför ska patienten förberedas på att det kan vara en tung process och bemötas med omsorg.
- Med dagboken som underlag kan man tillsammans med patienten hitta förbättringsidéer som kan införas i verksamheten.

Utmaningar

Om patienten är svag på grund av sin sjukdom kan det bli svårt för hen att upprätthålla dagboksskrivandet. Brist på språkkunskap kan bli ett hinder. En annan utmaning kan vara att vården inte ser patientens kunskap i den egna vårdprocessen som en tillräcklig resurs i vårdens utveckling.

Mer information

- Region Halland tar patienter till hjälp för att utveckla vården genom att låta dem beskriva sina upplevelser i en [dagbok](#).
- Patienters upplevelser av [patientdagbok](#) från intensivvårdsavdelning.