

Behandlarstöd för internetbaserad sexuell rehabilitering 1177.se

Detta är ett stöd för dig som behandlare när du ska använda de internetbaserade programmen för sexuell rehabilitering. Programmen riktar sig till patienter, med och utan partner, som har genomgått prostatacancerbehandling.

Programmen är:

- **Sex, samliv och relation – operation eller strålning vid prostatacancer** (för patient som lever med partner och har opererats eller strålbehandlats)
- **Sex, samliv och relation – hormonbehandling vid prostatacancer** (för patient som hormonbehandlas och lever med partner)
- **Sex och singel – operation eller strålning vid prostatacancer** (för patient som lever ensam och har opererats eller strålbehandlats).

Programmen innehåller fakta om sexuella förändringar och hur dessa kan hanteras. Patienten får råd och stöd som varvas med olika övningar (exempelvis kommunikations- och intimitetsövningar) och erektionsbehandlingsförslag. Varje modul avslutas med reflektionsfrågor.

Fördelar

- Tillgängligt dygnet runt, oavsett plats.
- Kostnadsfritt då ingen patientavgift tas ut för internetbaserad sexuell rehabilitering.
- Underlättar kommunikationen mellan dig som behandlare och patienten.
- Kan användas i sin helhet eller enbart vissa moduler av programmet efter behov och önskemål.

Avgränsning

- Använd: checklista för inkludering eller exkludering av patient till programmet, se bilaga 1.

Plattformen Stöd och behandling

Patienten tilldelas något av programmen av dig som behandlare. Patienten ser tilldelat program i Stöd och behandling genom att logga in på 1177.se.

Du som behandlare loggar in i Stöd och behandling via länken nedan för att starta upp, kommunicera med och stödja din patient i arbetet med programmet.

Inloggning

För behandlare <https://personal.sob.1177.se>

För patienter <https://sob.1177.se> eller via 1177.se (<https://www.1177.se>).

Programmets innehåll

Det är du som behandlare som avgör vilket av programmen som passar för just din patient, beroende på vilken behandling han genomgått och om han lever i en relation eller inte. När du loggat in i Stöd och behandling klickar du på Starta nytt moment. Fyll i patientens personnummer och välj sedan vilket program du vill starta under Moment. Det finns tillgång till en meddelandefunktion där du och patienten kan hålla kontakten och stämma av hur det går.

1. Sex, samliv och relation – operation eller strålning vid prostatacancer

Modulernas innehåll

1. Kom igång med sexuell rehabilitering
2. Sexuella förändringar
3. Sexliv och intimitet
4. Erektionsbehandling
5. Kommunikation och relation
6. Samspel och beröring
7. Intimitet, lust och planering
8. Arbeta vidare på egen hand

2. Sex och singel – operation eller strålning vid prostatacancer

Modulernas innehåll

1. Kom igång med sexuell rehabilitering
2. Sexuella förändringar
3. Sexliv och intimitet
4. Erektionsbehandling
5. Kommunikation och relation
6. Egensensualitet
7. Intimitet, lust och planering
8. Arbeta vidare på egen hand

3. Sex, samliv och relation – hormonbehandling vid prostatacancer

Modulernas innehåll

1. Sexuell rehabilitering
2. Sexuella förändringar
3. Sexliv och intimitet
4. Erektionsbehandling
5. Kommunikation och relation
6. Tankar och känslor om sex
7. Intimitet, lust och planering
8. Arbeta vidare på egen hand

Rekommenderat arbetssätt

1. Första besöket rekommenderas ske fysiskt.

- a) Använd checklistan för inkludering och exkludering av din patient.
- b) Förklara att det är du som behandlare som öppnar upp programmet via Stöd och Behandlingsplattformen.
- c) Meddelandefunktionen är inte till för frågor som kräver omedelbara svar. Informera därför patienten att svar på meddelanden kommer vanligtvis inom 3 - 4 arbetsdagar. Informera hur patienten ska gå till väga vid brådskande frågor.
- d) Informera patienten att han har tillgång till programmet i ett år och att ni kan ses för ett avslutande besök när han känner sig klar med programmet.
- e) Informera patienten om att det är en fördel att börja läsa igenom modulens text först och därefter planera för eventuella uppgifter, övningar och reflektionsfrågor.

- f) Dela ut Patientstöd för sex och samliv online, till patienten. Om möjligt – be patienten logga in på 1177 redan under det här besöket, för att få se hur programmet ser ut.
- g) Efter det att första besöket är klart - sänd gärna ett meddelande till patienten för att starta upp er digitala interaktion och välkomna dem att höra av sig via meddelandefunktionen.

2. Under pågående internetbaserad sexuell rehabilitering

- a) Avsätt minst 30 minuter per vecka i din tidbok för att svara på meddelanden och formulärsvar från de patienter som deltar i programmen. Du kan kalla det eHälsa i tidboken.
- b) Besvara meddelanden från patienten inom 3 - 4 dagar.
- c) Skicka meddelanden till patienten för att påminna eller uppmuntra till aktivt deltagande i programmet. Det kan ske förslagsvis:
 - I. en vecka efter uppstart om de ej varit aktiva
 - II. om patienten påbörjat programmet men sedan varit inaktiv i 2 veckor.
- d) Du kommer att få avisering via din mejl när patienten sänder ett meddelande till dig eller fyllt i svar på reflektionsfrågor.

3. Då patienten är klar med programmet.

- a) Boka ett avslutande fysiskt eller digitalt möte för sammanfattning av internetbehandlingen. Ni kan då igenom patientens reflektionsfrågor i programmets avslutande modul 8, Arbeta vidare på egen hand, se bilaga 2.
- b) Patienten har tillgång till programmet ett år från uppstart. Du som behandlare får ett automatiskt meddelande 14 dagar innan avslut. Detsamma gäller för patienten.
 - i. Information som automatiskt skickas till behandlaren: Det har snart gått ett år sedan patienten startades. Patienten informeras automatiskt att programmet avslutas. Du som behandlare behöver avsluta patienten manuellt om 14 dagar.
 - ii. Information som automatiskt skickas till patienten: Om 14 dagar har du inte längre tillgång till programmet. Du har möjlighet att spara ner och skriva ut innehållet i programmet.
- c) Avsluta patienten efter 14 dagar. Klicka in på din patient och scrolla längst ner, klicka på Avsluta och välj avslutningsorsak.

Förhållningssätt

Tips för att underlätta skriftlig kommunikation med patienten.

- Var tydlig, konkret och svara fritt från egna normer och värderingar.
- Förstärk det som fungerar.
- Om kortfattade meddelanden ge korta svar, om patienten skriver längre, svara mer detaljrikt.

Journaldokumentation

- a) Du som behandlare dokumenterar det som sker via Stöd och behandlingsplattformen i journalsystemet. Ange när du startar och avslutar programmet, samt annan relevant information som kan komma att påverka den medicinska behandlingen. Du kan skriva: Patienten påbörjar / avslutar behandlingsprogram för internetbaserad sexuell rehabilitering. Registrera med KVÅ-kod ZV044 Behandling administrerad via internet.
- b) Hantering av data och personuppgifter (sekretess) vid internetbaseradstöd och behandling likställs med sedvanlig vård och behandling. Stöd och behandling är inget journaldatasystem, men samma regler gäller och all aktivitet loggas.

Support

För mer information och tips se: <https://vardgivare.regionkalmar.se/stod-och-behandling>

Teknisk support för patienter finns via 1177.se

Teknisk support för behandlare, kontakta regional förvaltning för Stöd och behandling.

Vid frågor gällande internetbaserad sexuell rehabilitering kontakta

Carina Danemalm Jägervall carina.danemalm-jagervall@kronoberg.se

Camilla Wennerberg camilla.wennerberg@regionkalmar.se

Malin Jannesson malin.jannesson@blekinge.se

Bilaga 1

Checklista för inkludering av patient till internetbaserad sexuell rehabilitering

Checklistan är tänkt som en vägledning för dig som behandlare att inkludera eller exkludera en patient till ett av de tre självhjälpsprogram som finns för sexuell rehabilitering via internet.

Du som behandlare behöver sedan använda din erfarenhet och din kliniska bedömning som komplement till checklistan.

Steg 1: Motivation

Innan du frågar patienten om intresse för deltagande fokusera på följande.

1. Hur motiverad ter sig patienten? Har patienten själv uttryckt önskemål om hjälp med sexuell rehabilitering eller är förslaget ditt?
2. Hur pass stor tilltro till förändring bedömer du att patienten har?
1 (låg tilltro) - 10 (hög tilltro).

Steg 2: Inkludering eller exkludering?

Är patienten intresserad, använd checklistan.

	JA	NEJ
Medicinska överväganden		
1. Hur ser de sexuella besvären ut? Bedömer du att patienten skulle vara behjälpt av självhjälpsprogrammet?		
2. Finns psykiatrisk samsjuklighet som kan försvåra deltagande exempelvis djup depression, bipolärt syndrom, tydlig neuropsykiatrisk problematik, psykos- eller demenssjukdom?		
3. Finns missbruk av alkohol, tabletter eller något annat som förvärrar aktivt deltagande?		

4. Finns kognitiva nedsättningar som kan medföra koncentrations- eller inlärningssvårigheter, minnesproblem, eller sådana som innebär problem med planering av uppgifter eller vardagsliv som förvärrar aktivt deltagande?		
5. Finns annan somatisk samsjuklighet eller samtidig behandling som förvärrar aktivt deltagande?		
It-vana		
6. Använder patienten digitala medier, exempelvis mobiltelefon, e-post, appar eller sociala medier?		
7. Har patienten tekniska förutsättningar för att delta i självhjälpsprogrammet, exempelvis dator/surfplatta, fungerande internetuppkoppling, bankID?		
Motivation och förståelse		
8. Talar, läser och förstår patienten tillräckligt bra svenska för aktivt deltagande?		
9. Ter sig patienten motiverad till att delta i självhjälpsprogrammet? (Tycks patienten vilja avsätta tid för genomläsning av materialet och genomföra övningarna?)		
10. Har patienten fått tillräcklig information om självhjälpsprogrammets upplägg?		

Grön ruta = Internetbaserad sexuell rehabilitering kan fungera

Gul ruta = Observandum. Stanna upp och undersök de frågor patienten faller ut på mer noggrant

Röd ruta = Internetbaserad sexuell rehabilitering är ej att rekommendera

Bilaga 2

Behandlingssammanfattning – Att arbeta vidare på egen hand

Boka ett avslutande möte med patienten / paret när de använt programmet och resonera om deras erfarenheter. Utgår från frågorna nedan. Det är samma frågor som patienten / paret har tagit del av i den sista modulen, Att arbeta på egen hand.

Informera om att patienten har tillgång till materialet 12 mån efter avslut. Avsluta med att fråga om de önskar fortsatt sexologiskt stöd av något slag.

Tankar och reflektioner om behandlingsprogrammet för sexuell rehabilitering

- ✓ Vad har du / ni lärt er av programmet?
- ✓ Vilka delar av programmet har varit viktigast för dig / er?
- ✓ Vad har förändrats?
- ✓ Vad kvarstår att arbeta med?
- ✓ Vad har du / ni för tankar inför det fortsatta arbetet på egen hand?
- ✓ Hur kan du / ni använda de övningar och strategier som ni har fått del av?
- ✓ Finns det några hinder som du / ni kan förutse som kan försvåra det fortsatta arbetet? På vilka sätt kan du / ni utmana dessa?