

Over 500.000 danskere lever med type 2-diabetes eller kronisk hjertesygdom. 15-20% af disse patienter oplever angst eller depression, hvilket ofte overses. Nedsat mental trivsel er et alvorligt problem og medfører både forringet livskvalitet, nedsat egenomsorg og dårligere sygdomsprognose.

Problemløsende samtaler er en effektiv behandlingsmetode til forskellige psykologiske problemstillinger. Metoden har fokus på at mobilisere patientens egne ressourcer og handlemuligheder ift. de problemer, der fylder mest for patienten. Gruppen bag dette projekt har tidligere vist, at problemløsende samtaler kan indføres succesfuldt i almen praksis.

Patienter med type 2-diabetes og kronisk hjertesygdom følges hos egen læge bl.a. med en årlig statuskonsultation. Her er der stort fokus på patients fysiske helbred, men det er oplagt at udbygge konsultationen med samtaler om mental trivsel. Dermed sikres en tidligere og mere effektiv indsats. Ikke alle har ressourcer til at indgå i et psykologforløb. Problemløsende samtaler kan tilbydes alle patienter uanset ressourceniveau og er ligeligt tilgængeligt via de praktiserende læger, som er uddannede i metoden. Det er dog helt essentielt at metoden implementeres på en måde som er tilpasset den enkelte praksis.

Projektets formål er at undersøge effekten af problemløsende samtaler til patienter med kronisk hjertesygdom og nedsat mental trivsel. Hypotesen er, at tidlig identifikation af psykiske problemer, og hjælp til effektivt at løse dem, vil forebygge udviklingen af alvorlig, mental lidelse og ledsagende negative effekter på hjertesygdommen.

Projektet udføres som et lodtrækningsforsøg i forskellige lægepraksis i Region Midtjylland. Patienterne udfylder et kort spørgeskema om deres mentale trivsel ifm. deres statuskonsultation. Patienter med nedsat mental trivsel tilbydes enten sædvanlig behandling eller problemløsende samtaler ved særligt uddannede læger og sygeplejersker.

Effekten måles bl.a. på symptomer på angst og depression vha. spørgeskemaer, og vi undersøger, om patienternes konsultations- og henvisningsmønster til fx psykolog ændres. Derudover ser vi på, om alle har gavn af tilbuddet uanset ressourceniveau, samt på hvordan metoden implementeres i forskellige typer af praksis.

Projektet vil bidrage med vigtig ny viden om opsporing og behandling af nedsat mental trivsel hos patienter med kronisk hjertesygdom. Resultaterne vil kunne udbredes til andre patientgrupper, og læger og sygeplejersker i almen praksis vil få et effektivt værktøj, som har et bredt og patientcentreret udgangspunkt.