

Hälsosamtal

Bakgrund

I samband med alla undersökningar ska ett kort hälsosamtal föras. Avsikten är att nå alla med ett grundläggande hälsobudskap. Syftet med samtalet är inte bara att ge bättre förutsättningar för god munhälsa utan även mindre risk för fetma och diabetes.

Hälsosamtalet ska koncentreras till patientens matvanor och intag av söta drycker och godis samt vikten av tandborstning med fluortandkräm morgon och kväll.

Hälsosamtalets utformning

- Vid undersökningen ställs öppna frågor – utifrån en modern pedagogik, MI (motivational interviewing) – och svaren noteras i daganteckningarna.
- Hälsoinformation ges baserat på vilka svar som framkommer med mål att få fram de budskap som finns nedan.
- Syftet är att goda vanor ska förstärkas och att patienter med ohälsosamma vanor ska motiveras till en positiv förändring.

Förslag på frågor	Budskap
Vad brukar du dricka?	Saft och läsk är inte vardagsdryck.
Hur ofta äter du godis?	Ät godis/sötsaker högst en gång i veckan, "lördagsgodis".
Hur går det med tandborstningen?	Borsta tänderna 2 gånger per dag med 2 cm fluortandkräm i 2 minuter.