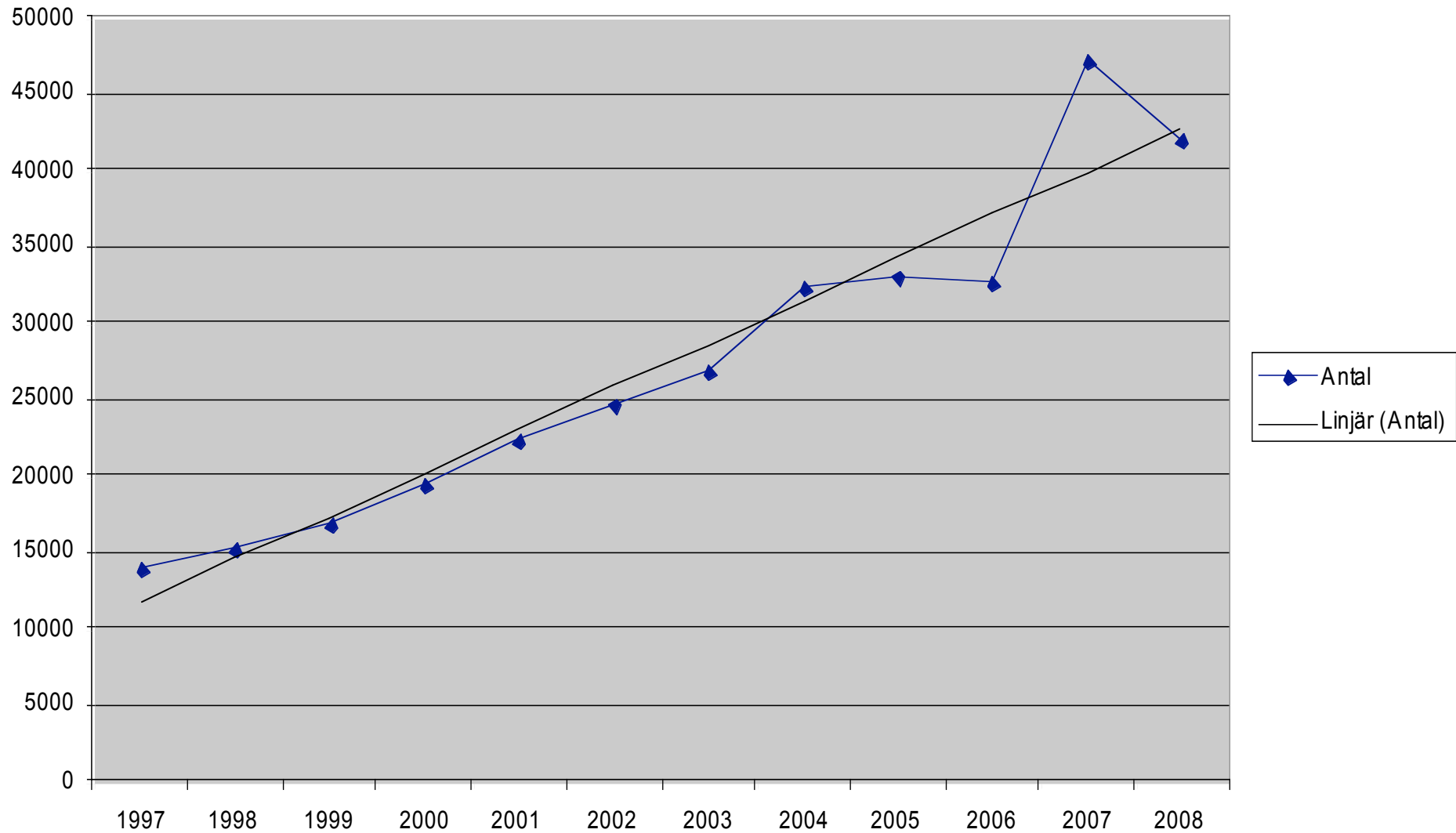


Motiverande samtal och STI

Stockholm 22 oktober 2009

Jens Boman
Smittskyddsläkare Västerbottens län
jens.boman@vll.se

Klamydiatrend 1997-2008



Minska smittspridningen – tre sätt

- **Minska tiden man bär på smittan (Sek)**
 - Screening
 - Provtagning vid misstanke (symptom/oskyddat sex)
 - Smittspårning
- **Minska antalet som utsätts för smitta (Prim)**
 - Säkrare sex
 - Färre sexualpartners
- **Minska smittsamheten (Prim)**
 - Säkrare sex
 - Kondom

Räcker information och kunskaper?

Om man ska förändra ett beteende krävs att man har kunskaper (information) men också att det känns rätt – känslan dominerar oftast över förnuftet

Hur kan man påverka en persons känsla, attityder, värderingar, självkänsla, självförtroende och beteende?

HIV – USA

- Sekundärprevention fungerar inte vid HIV
- För att åstadkomma störst nytta bör rådgivningen vara interaktiv
- Ny strategi (start juli 1993)
- CDC-finansierat projekt vid fem stora STD-kliniker – Project RESPECT

Information eller reflexion?

Project Respect (CDC) – M Kamb

JAMA 1998;280:1161-1167

- Reflekterande samtal 2 x 20 min
- Ökad kondomanvändning och minskad risk för ny STI
 - 30% minskning efter 6 månader, 20% efter 12 mån
 - 47% minskning efter 6 mån hos personer under 21 år
 - Lika bra effekt på män och kvinnor

Motiverande samtal - MI

- MI är en **förändringsinriktad, patientcentrerad samtalsmetod**, som används för att skapa så goda förutsättningar som möjligt för åstadkomma en positiv förändring genom att **framkalla och stärka personens egna skäl** för förändring

MI-anda

- **Samarbete** mellan patient och rådgivare
- Försöka **förstå och locka fram patientens egna goda skäl och argument** för en förändring
- **Respektera patientens självbestämmanderätt**

Att lära mer om MI

- Grundutbildning - minst tre dagar +
- www.fhi.se/mi
- www.somra.se
- MI-motiverande samtal – Praktisk handbok för hälso- och sjukvården, *Barbro Holm Ivarsson, 2009*
- Motiverande samtal – MI, *T Bart, C Näsholm, 2006*
- Motiverande samtal i hälso och sjukvård – *S Rollnick, WR Miller, CC Butler, 2009*

Projekt vid STD-mottagningen i Umeå

- Drop-in-mottagning
- Studieperiod 24 månader: 2008-2009
- Randomiserad, kontrollerad studie
- Tre "armar"
 - Vanligt besök (sjuksköterska/venereolog)
 - Kondomsamtal (kurator)
 - Motiverande samtal 20-30 min (läkare)
- Uppföljning efter 6 månader

MI-samtalet - teman

- Egen risk för smitta
- Önskan att vara osmittad med avseende på STI
- Önskad graviditet
- Kondom
- Alkohol/droger
- Val av och antal sexpartner
- Framtiden
- Eventuell handlingsplan
- Fakta, information, kondomer/femidom

Exempel på frågor

- Är det okej för dig att vi pratar lite om hur du kan minska din risk för sexuella smittor?
- Hur ser du på din egen risk att bli smittad?
- Vad känner du till om hur man minska sin risk att bli smittad?
- Hur viktigt är det för dig att inte bli smittad?
- Hur viktigt är det för dig att inte smitta någon annan?
- Hur viktigt är det för dig att inte få ett oplanerat barn?

Några tips

- Försök att ställa öppna i stället för slutna frågor
- Försök att inte ställa två frågor i följd
- Försök att erbjuda minst två speglingar (reflektioner) för varje fråga du ställer
- Affirmera generöst