

Generelle principper

I alle tilfælde anvendes en bio-psyko-social tilgang både som led i udredning og behandling

- Uddyb symptomanamnese
- Uddyb signaler om emotionelle problemer
- Spørg til angst- og/eller depressionssymptomer
- Afdæk belastninger, stress og ydre faktorer
- Spørg til funktionsevne
- Afdæk patientens sygdomsforståelse
- Afdæk patientens forventninger til udredning og behandling
- Foretag en fokuseret klinisk undersøgelse og evt. parakliniske undersøgelser.

	Biomedicinsk	Psykologisk	Socialt
Forebyggelse	<ul style="list-style-type: none"> ■ Foretag kun relevant udredning og behandling 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Forventningsafstemning, herunder proaktiv formidling ■ Kvalificerende forklaringer 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Understøt patientens aktivitetsniveau ■ Undgå sygemeldinger
Lette-moderate funktionelle lidelser	<ul style="list-style-type: none"> ■ Stop unødige udredninger og behandlinger 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Normalisering ■ Kvalificerende forklaringer med udgangspunkt i patientens sygdomsforståelse og forventninger 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Understøt patientens aktivitetsniveau ■ Undgå sygemeldinger
Bodily distress syndrom	<ul style="list-style-type: none"> ■ Stop unødige udredninger og behandlinger ■ SNRI eller TCA kan overvejes i svære tilfælde 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Stil diagnosen ■ Udvidelse og nuancering af patientens forståelsesramme ■ Evt. kognitiv adfærdsterapi el. lign. ■ Evt. statuskonsultation og regelmæssige konsultationer 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Hjælp til at fastholde/forbedre funktionsevne ■ Hurtig social-medicinsk afklaring ■ Vær proaktiv mht. samarbejde og tovholderfunktion
Helbredsangst	<ul style="list-style-type: none"> ■ Stop unødige udredninger og behandlinger ■ SSRI kan overvejes i svære tilfælde 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Stil diagnosen ■ Kognitiv adfærdsterapi med udgangspunkt i patientens sygdomsforståelse 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Hjælp til at fastholde/forbedre funktionsevne ■ Undgå sygemeldinger

Kognitiv adfærdsterapi

	Bodily distress syndrom	Helbredsangst
Fokus i terapien	<ul style="list-style-type: none"> ■ Nuancering og mestring af symptomer ■ Målsætning og problemløsning 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Sygdomsforståelse, dysfunktionelle antagelser og alternative forklaringsmodeller
Skemaer	<ul style="list-style-type: none"> ■ Symptomregistreringsskema (ugeskema) ■ Den kognitive grundmodel ved funktionelle lidelser ■ Måltrappe 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Illustration af 'Symptomperception og sygdomsopfattelse' (se figur 2, side 19) ■ Den kognitive grundmodel ved funktionelle lidelser

Særligt ved **KRONISKE** funktionelle lidelser

Statuskonsultation

- Gennemgang af journalmateriale
- Åben dialog med patienten om forløbet hidtil
- Støtte til patienten i at tage aktiv del i behandlingsforløbet
- Fælles plan for det videre forløb
- Evt. inddragelse af pårørende.

Råd ved håndtering af kroniske funktionelle lidelser

Somatisk

- Foretag en fokuseret somatisk undersøgelse.
- Undgå udredning, der ikke er indiceret på grundlag af objektive fund eller et veldefineret klinisk sygdomsbillede.
- Behandl aldrig for en lidelse, som patienten ikke har.
- Sanér medicin.

Psykologisk

- Stil diagnosen
- Anerkend patientens symptomer.
- Vær direkte, ærlig og respekterende.
- Vær stoisk, forvent ingen hurtige ændringer eller helbredelse.
- Reducer forventningerne om helbredelse, men understøt troen på bedring.
- Overvej, om nyttilkomne symptomer eller en forværring er udtryk for en forværring af den funktionelle tilstand frem for tegn på en ny sygdom.
- Anvend specifik terapi og overvej henvisning til specialiseret behandling.

Psykofarmakologisk

- Overvej behandling med psykoaktiv medicin (primært antidepressiva) ved svære tilfælde.
- Undgå vanedannende medicin.
- Overvej medicin, der kan serummonitoreres af hensyn til compliance og følsomhed over for bivirkninger.
- Start med mindre dosis end sædvanligt, øg langsomt, og vær stoisk overfor bivirkninger.
- Behandl en evt. samtidig psykisk sygdom efter sædvanlige retningslinjer.

Administrativt

- Vær bevidst om din rolle i behandlingen.
- Vær proaktiv.
- Undlad så vidt muligt sygemeldinger.
- Skab en alliance med patienten om, at du er tovholder, og om at begrænse antallet af behandlere.
- Informer kolleger om behandlingsplan og aftaler.
- Opbyg en terapeutisk alliance med pårørende.
- Arranger evt. supervision og støtte til dig selv.