

För vilken typ av handledning lämpar sig teach-back-metoden inom hälsovården och vad är viktigt att tänka på vid genomförandet?



RESULTAT

Teach-back*-metoden lämpar sig som en del av handledningen

- individuellt övervägd för alla kund- och patientgrupper inom hälsovården (hädanefter kund)^{1,2}
- särskilt om kunden har dålig läsförmåga, kognitiv nedsättning eller exempelvis åldersrelaterad glömska^{1,2}
- till exempel:
 - i handledning i egenvård för ett långvarigt hälsoproblem^{**1,2,3}
 - i handledning som genomförs vid utskrivning^{1,2}

Vid genomförandet av Teach-back-metoden är det viktigt att tänka på att

- arbetsenheterna har enhetliga rutiner för användningen av metoden¹
- metoden etableras och används regelbundet¹

Konsekvent, etablerad och regelbunden användning av teach-back-metoden skapar de bästa förutsättningarna för att patienten ska förstå sitt eget hälsoproblem, sin vård och förebyggande av komplikationer samt ha uppdaterade kunskaper och färdigheter för att stödja sitt eget agentskap¹.

Teach-back-metoden möjliggör

bekräftande av kundens

- kunskap om sitt eget hälsoproblem och relaterade frågor¹
- hälsolitteracitet (health literacy)^{2,3}
- utveckling av egenvårdsfärdigheter^{1,2}
- agentskap i den egna vården och dess genomförande^{1,2}
- övergripande nöjdhet med vården²
- lycka^{2,3}
- känsla av självförmåga^{1,3}
- livskvalitet^{1,2}

Ett starkare agentskap kan till exempel visa sig i bättre kontroll av användningen av vårdredskap som inhalatorer, utvecklingen av näringsvanor i en hälsosammare riktning och ett mer aktivt genomförande av egenuppföljning (t.ex. vikt, blodsockerkontroll).^{1,2} Dessutom är det möjligt att använda teach-back-metoden för att stärka kundorienterad interaktion och föräldrarnas agentskap i handledningssituationer för barn med astma².

minskar

- oplanerade återbesök efter utskrivning^{1,2}
- symtomupplevelse och ångest hos personer med cancer³
- ångest hos kvinnor som väntar på kejsarsnitt²

ANVÄNDBARHET I FINLAND

Resultaten kan i tillämpliga delar användas inom alla de social- och hälsovårdsenheter som handleder kunder och patienter. Resultaten kan också användas i utbildningen av yrkespersoner inom social- och hälsovårdsbranschen.

När man använder teach-back-metoden är det viktigt att vara medveten om den upplevelse av stigmatisering som ibland förekommer, till exempel i situationer där kunden har språkliga utmaningar eller svårigheter att förstå⁴. Det är viktigt för yrkespersonen att påpeka att syftet med metoden inte är att kritisera eller bedöma en person. Syftet med metoden är istället att säkerställa att informationen är begriplig, att stödja minnet och att tillsammans identifiera behovet av ytterligare information.

FÖRKLARINGAR

*I engelskspråkig litteratur om metoden används även begreppen tell-me, teach-to-goal, show-me, show-back och closing the loop⁴, som alla beskriver patientens aktiva roll i handledningen.

**I detta Evidenstips används begreppet långvarigt hälsoproblem. Begreppet avser långvariga icke-smittsamma sjukdomar (non-communicable diseases, NCD), som till exempel hjärt- och kärlsjukdomar, diabetes samt lung- och cancersjukdomar.

För vilken typ av handledning lämpar sig teach-back-metoden inom hälsovården och vad är viktigt att tänka på vid genomförandet?



BAKGRUND

Teach-back* är en interaktionsmetod som används för handledning, där en yrkesperson inom social- och hälsovård ber kunden att under handledningsdiskussionen med egna ord upprepa de centrala frågorna som har behandlats. Teach-back-metoden kan användas separat eller som en del av andra handledningsmetoder. Teach-back-metoden har visat sig vara användbar i många olika kund- och patientgrupper och miljöer.⁴ Metoden gör det möjligt för båda parter i handledningen att tillsammans säkerställa att informationen är förståelig och identifiera eventuella behov av ytterligare information eller upprepning. Handledningsdiskussionen fortsätter tills personen känner att hen har kontroll över sin egen situation och därtill hörande vård.

Teach-back-metoden kan till exempel användas som en del av handledningen i egenvård för en person med ett långvarigt hälsoproblem**. Detta stöds av att det är viktigt att handledningen i egenvård är positiv⁵, interaktiv⁵ och att den bör baseras på interaktiva undervisningsmetoder⁵ samt patientens individuella frågor, förväntningar och önskemål^{5,6,7}. Handledning i egenvård bör gärna basera sig på evidensbaserade och bevisligen effektiva metoder, så som teach-back metoden. Istället för att enbart dela information stöder man på detta sätt på ett bredare plan patientens informationsbaserade beslutsfattande samt psykosociala välbefinnande.⁵ Det är viktigt att handledningen blir en naturlig del av personens helhetsvård⁷.

Framgångsrik användning av teach-back-metoden kräver kunskap om metoden av yrkespersoner inom social- och hälsovård⁴. Med avseende på handledningens kvalitet är det dessutom viktigt att begreppen och metoderna för handledningen är tydliga och ömsesidigt förstådda^{4,5}.

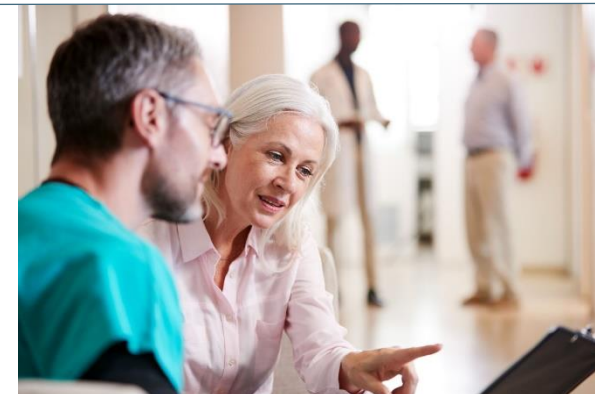
EXEMPEL PÅ STÖDMETODER SOM ANVÄNDS VID IMPLEMENTERINGEN AV TEACH-BACK-METODEN²

- patienternas delaktighet i planeringen av implementeringen
- anordna utbildning för yrkespersonerna
- strategier och verktyg för utvärdering och uppföljning
 - till exempel checklistor
- interaktivt och tekniskt stöd
 - till exempel dokumentera användningen av teach-back-metoden i patientdatasystemet
 - kontinuerligt stöd, till exempel i form av påminnelser om att använda teach-back-metoden
- stärka de ömsesidiga relationerna för de personer som genomför handledningen
 - till exempel utbilda teach-back-ambassadörer i arbetsenheterna
- förnya strukturer för att integrera teach-back-metoden i verksamheten

I översikten varierade innehållet i teach-back-utbildningen för yrkespersoner. De fyra vanligaste innehållsområdena i utbildningen var: 1) identifiera patienternas behov, 2) fastställa patientens föredragna inlärningsstil, 3) välja lämpligt material och 4) ge ett exempel på hur teach-back-metoden kan användas i interaktion med patienten.²

SAMMANFATTNING

Med hjälp av teach-back-handledningsmetoden kan man på ett mångsidigt sätt stödja en persons välbefinnande samt kompetens och agentskap i den egna vården. Metoden kan efter individuellt övervägande användas för alla kund- och patientgrupper, särskilt då kunden har svårt att förstå eller språkliga utmaningar. Det är viktigt att inom social- och hälsovårdsenheterna ha en enhetlig praxis för användningen av teach-back-metoden, där alla yrkespersoner inom enheten är involverade. På så sätt säkerställs bästa möjliga förutsättningar för ett framgångsrikt genomförande av metoden. Metoden används oftast i strukturerade men enkla handledningsämnen. Den lämpar sig för många olika verksamhetsmiljöer, till exempel sjukhus, primärvård eller akutmottagningar. Metoden är särskilt användbar på akutvårdsenheter där det sällan finns tid för att säkerställa att handledningen blir förstådd.



För vilken typ av handledning lämpar sig teach-back-metoden inom hälsovården och vad är viktigt att tänka på vid genomförandet?



MATERIAL OCH METODER

Denna Evidenstipsuppdatering bygger på tre systematiska översikter^{1,2,3}, varav två^{2,3} har lagts till i denna uppdatering. I en systematisk narrativ översikt² som publicerades 2020 identifierades sätt för att implementera teach-back-metoden och metodens betydelse inom hälsovården. Översikten omfattade 20 studier. I de flesta (n = 15) var teach-back en del av en strukturerad handledningsmetod och handledningen varierade från korta handledningsmöten till handledningshelheter i flera faser. Kvaliteten på studierna bedömdes variera, men över hälften (n = 13) hade minst måttlig kvalitet. I en systematisk översikt genom multimetoder³ som publicerades 2021 undersöktes teach-back-metoden vid handledning av personer med cancer. Översikten omfattade fem studier som uppfyllde minst 70 procent av översiktens kvalitetsbedömningskriterier.

Den här uppdateringen ersätter Evidenstips 9/2017, som byggde på en systematisk översikt¹ från 2016. Målgruppen för studierna (n = 10) var vuxna (> 18 år) med hjärtsjukdom (n = 4), kronisk obstruktiv lungsjukdom eller astma (n = 4) eller diabetes (n = 2) som vårdades på öppenvårdsmottagningar eller sjukhus. I en av studierna var teach-back-metoden den enda handledningsmetoden, i de andra studierna var den en del av annan handledningsintervention.

Det metodologiska genomförandet i alla översikter beskrivs mer detaljerat i de ursprungliga publikationerna^{1,2,3}. Kvaliteten på översikterna bedömdes enligt JBI:s kriterier för bedömning av systematiska översikter.^{***}

FÖRFATTARE

Uppdaterings arbetsgruppen

- 1 Virtanen, Heli**^{1,2}, sjukskötare, HVD, docent, universitetslärare, forskare
2 Palonen, Mira³, sjukskötare, HvD, äldre forskare
3 Eskolin, Silja-Elisa³, sjukskötare/hälsovårdare, HvM, TM, yngre forskare

¹Åbo universitet, ²Egentliga Finlands välfärdsområde (Varha), ³Stiftelsen för vårdforskning sr

Evidenstips 9/2017: Hannele Siltanen ja Heli Virtanen

DEN URSPRUNGLIGA PUBLIKATIONERNA

- Dinh H, Bonner A, Clark R, Ramsbotham J & Hines S.** The effectiveness of the teach-back method on adherence and self-management in health education for people with chronic disease: a systematic review. *JBI Database System Rev Implement Rep* 2016 Jan;14(1):210-47.
- Talevski J, Wong Shee A, Rasmussen B, et al.** Teach-back: A systematic review of implementation and impacts. *PLoS One* 2020; 15: e0231350.
- Choi S, Choi J.** Effects of the teach-back method among cancer patients: a systematic review of the literature. *Support Care Cancer* 2021; 29: 7259–7268.

*****Översiktens kvalitet:** ¹10/10, ²10/10, ³8/10 JBI: Checklist for Systematic Reviews and Research Syntheses.

ANDRA ANVÄNDA KÄLLOR

- Shersher V, Haines TP, Sturgiss L, Weller C & Williams C.** Definitions and use of the teach-back method in healthcare consultations with patients: A systematic review and thematic synthesis. *Patient Educ Couns* 2021; 104: 118–129.
- Davis J, Fischl AH, Beck J, et al.** 2022 National Standards for Diabetes Self-Management Education and Support. *Diabetes Care*. 2022; 45(2): 484–494. Erratum in: *Diabetes Care* 2022; 45(5): 1298.
- Diabetesta sairastavan hoidonohjauksen järjestäminen, toteutus ja sisältö.** (Lisätietoa aiheesta artikkelin tunnus: nix00796). Käypä hoito –suosituksessa: Tyypin 2 diabetes. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin, Suomen Sisätautilääkärin yhdistyksen ja Diabetesliiton Lääkärineuvoston asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen lääkäriseura Duodecim, 2024 (viitattu 4/2024). Saatavilla internetissä: www.kaypahoito.fi.
- van Dongen SI, de Nooijer K, Cramm JM, et al.** Self-management of patients with advanced cancer: A systematic review of experiences and attitudes. *Palliat Med*. 2020; 34(2): 160–178.