



<b>VBP Villet egenskade</b>			
D18915	Utgave: 3.01	Gjelder fra: 28.02.2024	Side 1 av 2

FO	Nanda nr	Sykepleiediagnoser	
2	00139	Risiko for selvskade: (spesifiser)	
2	00151	Selvskade - relatert til: (spesifiser)	
2	00069	Innefektiv mestring: (spesifiser)	
FO		Mål	
2		Oppnådd skadereduksjon	
2		Er introdusert for alternative mestringsstrategier	
2		Har tilegnet seg nye mestringsstrategier	
FO		NIC nr	
		<b>Sykepleietiltak og forordninger</b>	Frekvens/tid
2	6610	<b>Risikoidentifisering (1-4)</b>	
		- Kartlegge risiko for selvmord	
		- Kartlegge risiko for selvskade	
		- Kartlegge type selvskade og dens funksjon	
		- Kartlegge årsak til selvskading (triggere, situasjoner osv.)	
		- Kartlegge anvendte mestringsstrategier	
		- Kartlegge gjenopplevelser, unngåelse og hypervigilans (søvnforstyrrelse, vaksomhet, skvettenhet, konsentrasjonsvansker)	
		- Kartlegge vansker med å sette grenser og ta egne valg, tendens til overtilpassning og tilstrebelser for å bli likt	
		- Kartlegge impulsive handlinger, ustabilitet i mellommenneskelige forhold, selvbilde, affekter og selvskade	
		- Kartlegge sosial tilbakeholdenhet, anspenhet og engstelse samt unngåelse av situasjoner/atferd som kan føre til kritikk eller avvisning	
		- Kartlegge evne til å gjennomføre dagligdagse gjøremål	
		- Kartlegge evne til egenrapportering av kroppslige symptomer	
		- Kartlegge og dokumentere endringer i følelsesuttrykk	
2	5230	<b>Forbedre mestring</b>	
		- Veilede i bruk av stabilisering- og mestringsstrategier: (spesifiser)	
		- Instruere i bruk av avslappingsteknikker	
		- Oppmuntre til å identifisere sine sterke sider og evner	
		- Hjelpe å dele opp komplekse mål i små og håndterbare skritt	
		- Veilede og trene på impuls kontroll, emosjonsregulering og atferdshåndtering: (spesifiser)	
		- Hjelpe å identifisere faktorer som øker trygghetsfølelsen	
		- Instruere i bruk av mindfulness øvelser	
		- Tilby støttesamtaler med kognitiv: (spesifiser)(f.eks. ABC – skjema, kjedeanalyse osv.)	
		- Samtaler med mentaliseringsbasert tilnærming: (spesifiser)	
2	4480	<b>Tilrettelegge for ansvarliggjøring</b>	

		- Bevisstgjøre ansvar for egen atferd	
		- Samarbeide om utarbeidelse av behandlingsplan	
		- Samarbeide om tiltak som skal iverksettes ved selvskadende atferd	
		- Iverksette utarbeidende tiltak ved selvskading: (spesifiser)	
2	5602	<b>Undervisning: Sykdomsprosess</b>	
		- Undervise i sykdomsprosess: (spesifiser)	
		- Drøfte ulike behandlingsalternativer	
		- Dele ut og gjennomgå skriftlig informasjonsmateriell	
		- Undervise i og forsterke effektiv håndtering av atferd og måter å uttrykke følelser på	
		- Tydeliggjøre sammenhengen mellom tanker, følelser, kropp og atferd (f.eks. ved bruk av «den kognitive diamant»)	
10	7140	<b>Familiestøtte</b>	
		- Kartlegge barn som pårørende	
		- Tilby pårørendesamtale	
		- Involvere pårørende i behandlingsprosessen	
		- Kartlegge og tilrettelegge hvordan kontakten med pårørende skal ivaretas: (spesifiser)	
		- Tilby undervisning: (spesifiser)	
10	7370	<b>Planlegge utskrivelse –Bruk VBP Planlegge utskrivelse</b>	

## Referanser

### Eksterne referanser

(1) NICE Pathways. National Institute for Health and Clinical Excellence. Pathway opprettet 2011, revidert mars 2012

<http://pathways.nice.org.uk/pathways/self-harm/self-harm-overview>

(2) Ackley, B.J & Ladwig G.B. (2011) Nursing Diagnosis Handbook: an evidence based guide to planning care, ninth edition

(3) NICE Pathways. National Institute for Health and Clinical Excellence. Pathway opprettet 2011, revidert mars 2012

<http://publications.nice.org.uk/self-harm-cg16>

(4) NICE Pathways. National Institute for Health and Clinical Excellence. Pathway opprettet 2011, revidert mars 2012

<http://publications.nice.org.uk/self-harm-longer-term-management-cg133>