



Cario Gott exempel: Effektivt teamsamarbete och färre sjukskrivningar

Zen Al-Hammadi, Kurator med grundläggande psykoterapiutbildning på Cario Vårdcentral Kristianstad, delar med sig av enhetens arbete med att utveckla vården för patienter med psykisk ohälsa och risk för sjukskrivning.

Sedan **oktober 2022** har Cario Vårdcentral Kristianstad genomfört ett målmedvetet utvecklingsarbete med syftet att förbättra patientflödet och skapa ett mer träffsäkert och hållbart arbetssätt kring sjukskrivningar.

"Vi såg ett tydligt behov av att tidigt fånga upp patienter med psykisk ohälsa och erbjuda stöd innan problemen hann förvärras eller leda till långvarig sjukskrivning", berättar **Zen Al-Hammadi**.

Genom att direkt triagera patienter till **psykosociala resurser (PSR)** har vårdcentralen kunnat ge snabbare hjälp och undvika att patienter fastnar i väntetider. Detta arbetssätt har visat sig särskilt effektivt vid tillstånd som ångest, nedstämdhet och stressrelaterade besvär – där tidiga insatser kan göra stor skillnad

LESS som naturligt nästa steg

I **april 2024** togs nästa steg när vårdcentralen valde att implementera **LESS-modellen (Lägsta Effektiva Sjukskrivning)** – ett strukturerat arbetssätt för att hantera sjukskrivningsärenden med fokus på funktion, återgång och rätt åtgärd i rätt tid.

"LESS gav oss ännu tydligare struktur och gemensamma verktyg för att kunna erbjuda bedömning och insatser direkt – utan att sjukskrivning blir en förstahandslösning", förklarar Zen.

LESS-modellen har förstärkt samarbetet mellan PSR, sjuksköterskor och läkare och tydliggjort rollerna i arbetet med att bedöma arbetsförmåga och hitta alternativ till sjukskrivning.

Framgångsfaktorer

- ✓ Tidiga insatser genom direkttriagering till PSR
 - ✓ Tätt samarbete och ökat kunskapsutbyte mellan professioner
 - ✓ Fokus på behandling och funktion framför sjukskrivning
-

Tydliga resultat

LESS-modellen implementerades i april 2024, men arbetet med att optimera patientflödet inleddes redan i oktober 2022. Under denna period har vi sett en tydlig minskning i antalet sjukskrivningar från dag 15 och framåt för patienter med psykisk ohälsa. Minskningen tyder på att en mer individanpassad bedömning, där även deltidssjukskrivning används när det är lämpligt, kan bidra till en hållbar återgång i arbete.



LESS har också haft positiva effekter på arbetsmiljön:

- **Läkare** upplever mindre etisk stress och mer tid till andra ärenden.
- **Sjuksköterskor** känner en lättnad i att ha en tydlig väg för att hjälpa patienter med psykisk ohälsa – där det tidigare ofta varit svårt att erbjuda tid.
- **Hela teamet** arbetar nu tätare tillsammans, vilket har förbättrat både flöden och kommunikation.

Sammanfattning och lärdomar

LESS erbjuder en gemensam struktur för hela vårdcentralen – ett ramverk som gör det möjligt att arbeta systematiskt, hållbart och tvärprofessionellt med sjukskrivningsärenden.

Ett stort plus är att det finns lättillgängligt, pedagogiskt material som är utformat för att inkludera **alla professioner** – inte bara läkare. Genom konkreta förklaringsmodeller och praktiska verktyg kan hela teamet stärka sin kompetens.

En avgörande framgångsfaktor har varit satsningen på **försäkringsmedicinsk och beteendemedicinsk kunskap**. När alla i teamet förstår sambandet mellan diagnos, funktion och arbetsförmåga – och samtidigt har metoder för att stärka patientens coping – kan vi tillsammans skapa en vård som **aktiverar istället för att passivisera**.

"Vi har märkt att patienter uppskattar tydligheten i mötet och som behandlare känner jag mig trygg i att vi gör rätt sak – vid rätt tidpunkt", avslutar Zen Al-Hammadi.