OFFISIELL REGELPLAKAT

DEN ALLMENNMEDISINSKE HOCKEY-REGELBOKEN

Seks felles regler for ishockey og allmennmedisin



1 ICING

«Ikke send pasienten for langt unna»

På isen Icing er når du skyter pucken hele veien ned i andre enden av banen for å slippe ubehagelig press.

På kontoret Icing-henvisningen er når vi sender pasienten rett til spesialist, ikke fordi pasienten faktisk trenger hjelp i sekundærhelsetjenesten, men for å bli kvitt ubehaget med å ha pasienten på egen banehalvdel.

> *Ikke skyv vanskelige problemer til andre enden av banen. Noen ganger må vi spille oss ut bak eget mål.*



2 OFFSIDE

«Ikke kom for langt foran pasienten»

På isen Offside er når angrepsspilleren er for langt foran spillet og har skøytet fra både puck og lagkamerater.

På kontoret Vi kommer i fastlege-offside når vi ligger for langt foran pasienten med planer, mål og livsstilsprosjekter uten at pasienten selv er med.

> *Ikke løp så langt foran pasienten at hele behandlingsopplegget blir avblåst før det har startet.*



3 INTERFERENCE

«Ikke blokkér pasientens egne ressurser»

På isen Interference er når du står i veien for spillet og hindrer en som ikke har pucken.

På kontoret Vi bedriver medisinsk interference når vi tar styringen for mye og kjører på med medisiner og kontroller som gjør pasienten mer til pasient enn nødvendig.

> *Vi skal ikke stå i veien for pasientens mestring ved å overta alt de egentlig kunne klart selv.*



4 TRIPPING

«Ikke spenn bein på relasjonen»

På isen Tripping er når du feller motspilleren med kølla eller skøytene.

På kontoret Tripping skjer når vi er for raske till å avfeie pasientens tanker. Tillitsbalansen kan forstyrres, og pasienten kommer kanskje ikke tilbake.

> *La pasienten komme med sine tanker, selv om konklusjonen kanskje blir som vi tenkte.*



5 DELAY OF GAME

«Ikke utsett det viktigste»

På isen Delay of game er når du forsinker spillet bevisst, som for eksempel å skyte pucken over vantet.

På kontoret Vi driver med delay of game når vi lar de vanskelige samtalene vente, og fyller timen med uvesentlige blodprøver og småprat i stedet.

> *Ta samtalen om rus, vold, psykisk helse eller arbeidsliv selv om det kan være ubehagelig.*



6 TOO MANY PLAYERS

«Ikke for mange kokker rundt pasienten»

På isen Lagstraff når et lag har flere spillere på isen enn tillatt. Det skjer ofte etter et slurvete bytte der en ny spiller er på før den forrige er av.

På kontoret I klinikken vokser laget rundt pasienten: flere behandlere, kontroller og medisiner uten at noe avsluttes. Resultatet er manglende oversikt, fragmentert behandling og polyfarmasi.

> *Før vi starter noe nytt, bør vi spørre om noe kan avsluttes. Mindre kan være mer.*

GJØR KLOKE VALG

Spill pasienten god. Stå oppreist selv.