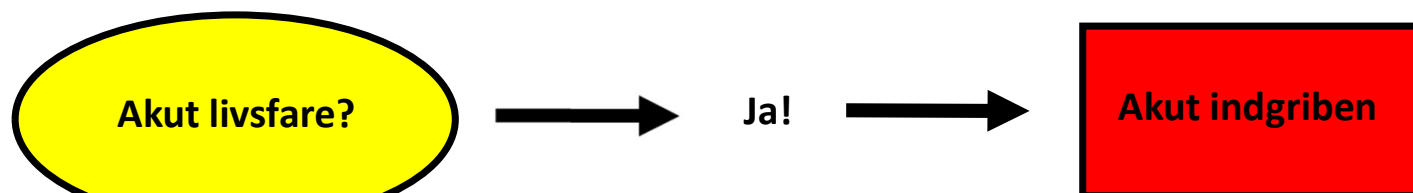


# Actioncard ved igangværende selvskade



Anvend løbende farlighedskriterierne for livsfare

- A) Risiko for stort blodtab?
- B) Risiko for at ramme pulsåre?
- C) Risiko for kvælning?
- D) Risiko for alvorligt hovedtraume?

**HUSK deeskalering kan tage lang tid!**

## Stop ikke selvskaden med TVANG!

### 1) Brug patientplan

### 2) Skab ro og kontakt igen og igen

- Bliv som udgangspunkt hos patienten.
- Fokus på **ro** og **validering** af selvskadens funktion.
- Vær **kortfattet, nysgerrig og respektfuld**

### 3) Tilbyd strategier og afledning

- Tilbyd løbende patienten alternative strategier til følelsesregulering

Medarbejderen hos patienten skal løbende have mulighed for sparring eller at blive skiftet ud.

## Brug patientplan for selvskade

Patientplanen giver indblik i, hvilke tilgange og interventioner som kan være deeskalerende og hjælpsomme, herunder kriseplan med strategier.

## Validér selvskadens funktion

"Det ser ud som om, du har det rigtig svært. Hjælper selvskaden dig med at få ro lige nu?"

## Tilbyd strategier

"Jeg ved fra før, at din varmekilde hjælper. Skal jeg få fat i den?"

## Skab ro

"Nu sætter jeg mig lige stille og roligt hos dig, så du ikke er alene"

## Vær nysgerrig og respektfuld

Hav et ikke-bebrejdende kropssprog og tale.



Team for selvskade