
Effekter av helsepedagogisk tilnærming på helseatferd, konsultasjonstilfredshet og psykisk velvære

ARTIKKEL

BLAASVÆR S

LÆRUM E

Sammendrag

78 pasienter fra bedriftshelsetjeneste og allmennpraksis ble randomisert til intervensjonsgruppe (40 pasienter) for helsepedagogisk tilnærming eller til kontrollgruppe (38 pasienter) for vanlig "helsesjekk". Pasientene stod fritt til å foreslå tiltak for endring av helseatferd eller oppfatning om helseatferd. Legens tilnærming skulle være aktivtlyttende, forståelsesfull og bekreftende.

27 av de 40 pasientene i intervensjonsgruppen foreslo endringstiltak. Etter seks uker angav 24 å ha gjennomført tiltak. Tobakksforbruket ble signifikant mer redusert i intervensjonsgruppen ($p = 0,05$). Tilfredshet med intervensjonen var på linje med tilfredshet med "helsesjekk", unntatt for fire pasienter, som kjente seg provosert. Grad av psykisk velvære ble registrert ved hjelp av Goldbergs General Health Questionnaire, 28-spørsmålsversjonen (GHQ-28).

Innenkontrollgruppen var det signifikant bedring i GHQ-28-skåre fra konsultasjonstidspunkt til uke seks ($p = 0,022$), og innen intervensjonsgruppen nær signifikant bedring fra konsultasjonstidspunkt til uke 12 ($p = 0,068$). Det fremkom ikkesignifikante gruppeforskjeller når det gjaldt endring i GHQ-28-skåre.

Helsepedagogisk tilnærming kan vise seg å ha potensial som hjelp ved endring av helseatferd eller oppfatning om helseatferd. Undersøkelser i større materialer må til før konklusjoner kan trekkes om dette, eller om effekt på psykisk velvære.

Publisert: 30. januar 1998. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.