

Appendiks 2 til Trygve Sølberg Ellingsen, Frida Faaland, Espen Bjertness, Kjærsti Thorsteinsen, Johanna Laue. Kartlegging av psykiske symptomer hos nyankomne flyktninger. Tidsskr Nor Legeforen 2025; 145. doi: 10.4045/tidsskr.24.0631.

Dette appendikset er et tillegg til artikkelen og er ikke bearbeidet redaksjonelt.

Risikogruppe	Kriterier
Lav (1)	Psykisk helse er vurdert, men uten at man finner noe bekymringsverdig. Funksjon i hverdagen må være god for å havne i denne gruppen.
Moderat (2)	Det er nevnt en eller flere av følgende: Ett eller flere symptomer, traumatiske erfaringer, tidligere kjent psykisk sykdom/symptom/plage, tidligere eller nåværende bruk av psykofarmaka og god funksjon <i>eller</i> redusert funksjons/kartlegger har vurdert personen som «ustabil/skjør/trist» uten at det nødvendigvis foreligger traumer, tidligere kjente sykdommer/symptomer eller medikamenter.
Høy (3)	Det er nevnt en eller flere av følgende: Ett eller flere symptomer, traumatiske erfaringer, tidligere kjent psykisk sykdom/symptom/plage, tidligere eller nåværende bruk av psykofarmaka <i>og samtidig</i> redusert/påvirket funksjon. Kartlegger ytrer bekymring i sin vurdering, og det er typisk nevnt et tiltak.
Ikke kartlagt (4)	Psykisk helse er ikke vurdert

Kriterier for risikogruppering ved SEMI

SEMI's mal for helsekartlegging er vedlagt på neste side.

PASIENTENS OPPLEVELSE AV EGEN PSYKISK HELSE /FUNKSJONSNIVÅ:

Hvordan har du det? Er det noe du ønsker å prate om i dag?

Hvordan opplever du at livet ditt er her og nå?

Hvordan er søvnen din? Hvordan er matlysten?

Har du hatt psykiske helseutfordringer tidligere i livet?

Har du noen tanker/bekymringer som påvirker hverdagen/funksjonsnivået ditt?

Tanker om fremtiden:

NETTVERK/RESSURSER:

Fritid/introduksjonsprogram/skole/jobb:

Kontakt med venner/familie/annet sosialt nettverk?

Har du noen å prate med om vanskelige ting?

Mestringsstrategier / ressurser:

GI INFO OM NORMALREAKSJONER**PSYKISKE SYMPTOMER (spør ved behov):**

Humørsvingninger:

Opplevelsen av ensomhet/håpløshet/tristhet/depressive tanker:

Engstelse/angst/panikkanfall:

Reaksjon på lyd/brå bevegelser:

Isolasjon:

Selv mordstanker/andre tanker om å skade deg selv:

TRAUMATISKE ERFARINGER (spør ved behov):

Har du noen utfordringer/opplevelser fra opprinnelsesland/flukten som påvirker deg i dag?

Levd i skjul/dekning:

Vært i livsfare:

Tvunget adskilt fra familie/nære relasjoner:

Opplevd krig på nært hold:

Selv blitt utsatt for psykisk eller fysisk mishandling:

Vært vitne til drap eller noen bli hardt skadd:

Tilbakevendende bilder/tanker:

VURDERING AV PAS. PSYKISKE HELSETILSTAND:

Pasienten fremstår som...

OPPFØLGING hvis behov:

Behov for ny samtale hos helsekartlegger:

Bestille time hos lege SEMI/fastlege:

Henvise psykiske helseteam SEMI:

Henvise fysioterapeut SEMI:

Henvise til andre kommunale tjenester:

Informasjon om frivillige organisasjoner: