

# Kartlegging ved utmattelsestilstander

Tormod Landmark

Psykologspesialist, phd

Nasjonalt Kompetansesenter for sammensatte symptomlidelser (NKSL) St  
Olavs Hospital

# Psykologisk kartlegging:

- Anamnese
- Observasjoner i samtalen
- Semistrukturert intervju
- Strukturert intervju
- Spørreskjema
- Testing

# Anamnese

Alltid en del av den tverrfaglige vurderingen

- Gjennomgang av historie, bakgrunn, livssituasjon,
- Relasjoner og hvordan kontakten med de nærmeste beskrives.
- Er det spesielle belastninger, livshendelser, forhold ved utviklingen?
- Skole/ arbeid/ stønad (trivsel, prestasjoner, tilrettelegging, innflytelse, varighet av stønad og hva som er prøvd).

# Observasjoner:

## **Observasjoner:**

- Fremtoning (våken, syk, trettbar)  
«Men du ser jo så frisk ut»
- Kontakt i samtalen ( blikk, svarer på spørsmål, samlet, orientert)
- Fremstilling (konsistent og sammenhengende eller kaotisk og springende, med eller uten innsikt?)
- Grad av emosjonell aktivering ( stemningsleie, engstelighet, sinne, adekvate emosjonelle responser på aktuelle tema?)

# Semistrukturert intervju

Spørsmålene tilpasses den enkelte, men kan for eksempel ligne på dette:

## **Start / utvikling av utmattelsen:**

- Kan du fortelle litt om utmattelsen som du er henvist for?
- Når startet det?
- Var det spesielle ting som skjedde i livet ditt på det tidspunktet?
- Hadde du vært syk på forhånd?
- Hadde du vært mye sliten i lang tid på forhånd?
- Har den endret seg?

# Semistrukturert intervju

## Utmattelse / funksjon

- Hva er det mest anstrengende du gjør?
- Hva merker du på kroppen og hodet ditt da?
- Hvor lenge varer symptomene etterpå?
- Hvordan ser en vanlig dag ut for deg?
- Er det stor forskjell på «gode» og «dårlige» dager?
- Hender det at du føler deg helt «OK»?

# Semistrukturert intervju

**Søvnlengde, døgnrytme og «effekt av søvn»**

**Når legger du deg for natten?**

Hvor lang tid tar det fra du skrur av lyset/ telefonen, til du sovner?

Når våkner du?

**Våkner du i løpet av natten?**

Hvis ja; Hvor ofte?

Når du våkner, tar det da lang tid før du sovner igjen?

**Når står du opp?**

Hvordan føler du deg da?

**Sover du i løpet av dagen?**

Når, hvor lenge?

Hvordan føler du deg etter å ha sovet på dagen?

# Strukturert intervju

Spørsmålenes form og rekkefølge og svaralternativene er fastlagt på forhånd.

Brukes for å kartlegge / diagnostisere psykiske lidelser

OBS: Kompetansekrav

- Mini International Neuropsychiatric Interview (MINI, MINI screen, MINI pluss)
- Structured Clinical Interview for DSM-5 (SCID-5, SCID-5-PF)
- For spesifikke lidelser ( for eksempel DIVA 2, AUDIT etc)

Se også: <http://www.helsebiblioteket.no/>



# Testing

Nevropsykologisk testing

Polysomnografi /MSLT

Ved mistanke om andre organiske / hjerneorganiske tilstander.

Ikke hensiktsmessig ved mistanke om CFS/ME, FMS eller psykiske lidelser.