

# 10 RÅD

## - til helsepersonell fra ungdom

- 1. Vær blide,** *hyggelige og imøtekommende.*
- 2.** *Snakk forståelig, men ikke som vi er barn.  
Men husk også at det er forskjell på en 13-åring og en 17-åring.*
- 3.** *Gi informasjon om sykdommen og behandling til oss, ikke bare til foreldre.*
- 4. Vær forberedt,** *og les journalen, ikke la meg gjenfortelle sykdomshistorien gang på gang.*
- 5.** *Ikke bare snakk om sykdom, men også om andre ting.  
Spør oss om hvordan vi har det.*
- 6.** *Ikke la oss vente for lenge på timen, vår tid er også viktig.*
- 7.** *Ved respekt kommer tillit.*
- 8.** *Ta hensyn til at vi ikke alltid er vant til å være hos legen.  
**Vær tålmodig** og tydelig med informasjon.*
- 9.** *Fysisk og psykisk tilstedeværelse er to forskjellige ting.*
- 10. Ta oss på alvor** *og la oss snakke ferdig.  
Tro på det vi sier.  
Ingen spørsmål er dumme.*

