



5

TOBS LYT

TOBS er en forkortelse, der står for Tidlig **Opsporing** af Begyndende Sygdom. Det er et redskab til at opdage sygdom i et tidligt **stadie**. Du udfører TOBS ved at måle borgerens **vitale værdier**, observere og vurdere borgerens **helbredstilstand**. Se de fem værdier og deres normalområder her:

- **Hvilepuls**: 50-89
- **Systolisk blodtryk**: 100-199
- Temperatur (**rektalt**): 36-37,9 °C
- **Respiration** (**frekvens** per minut): 12-20
- **Bevidsthed**: **Habituel tilstand**

Ud over måling af vitale værdier skal du samtidig observere, hvordan borgeren har det. Viser borgeren fx tegn på **dehydrering**, **svimmelhed**, **forstoppelse** eller smerter? Er borgerens vejrtrækning **besværet**? Eller er borgerens bevidsthed påvirket – reagerer borgeren ikke, som han eller hun plejer?

Hvis der er afvigelser fra normalområdet, skal du kontakte den nærmeste **merkompetente**. Som SOSU-assistent skal du som regel kontakte en sygeplejerske. Når du rapporterer til sygeplejersken, er det en god idé at følge **ISBAR**, som er et redskab til god kommunikation:

- I**: Du skal først og fremmest **identificere** dig og borgeren, dvs. fortælle dit navn, funktion og enhed og borgerens navn og cpr-nummer.
- S**: S'et betyder, at du skal beskrive situationen, de vitale værdier og observerede ændringer.
- B**: Du kan give lidt **baggrund** ved at fortælle kort om borgerens sygdomshistorik.
- A**: Derefter kan du give din **analyse** af situationen, dvs. beskrive, hvad du tror, problemet er.
- R**: Til sidst skal du rådføre dig om, hvad det næste skridt er.



SCAN KODEN
OG LYT

Sosu-faglige og før-faglige udtryk LYT

- **Vitale værdier** er puls, systolisk blodtryk, temperatur, respiration og bevidsthed. Vital betyder livsvigtig
- Hvilepuls er de rytmiske hjerteslag, der kan måles i pulsårerne, mens kroppen slapper af
- **Systolisk blodtryk** er det tryk, som er i blodkarrenes vægge, når hjertet pumper blod ud i kroppen. Det er det højeste tal, når du måler blodtryk, fx **120/80** (120 over 80). **Diastolisk** blodtryk er det tryk, der opstår, når hjertet slapper af (fx 120/**80**)
- **Rektalt** betyder, at man måler temperaturen i endetarmen
- **Respiration** betyder at trække vejret. Forkortelsen 'rf' betyder respirationsfrekvens.
- **(Borgerens) habituelle tilstand** er sådan, som borgeren normalt har det
- **Merkompetent** betyder den nærmeste fagperson, der har flere kompetencer end dig
- **ISBAR** er en forkortelse og tjekliste, der beskriver god (tværfaglig) kommunikation, når man taler om borgerens helbred. Det står for **I**dentifikation, **S**ituation, **B**aggrund, **A**nalysen og **R**åd

- **Opsporing** betyder at opdage og undersøge sygdom eller nedsat funktionsevne hos borgeren
- **Et stadie** er et niveau i et forløb eller en udvikling
- **Helbredstilstand** er, hvordan borgerens sundhed og sygdomssituation er på et bestemt tidspunkt
- **Frekvens** er det antal gange, noget gentager sig
- **Bevidsthed** er evnen til at være vågen og klar i hovedet
- **Svimmelhed** er, når det snurrer rundt i hovedet, og du har svært ved at holde balancen
- **Forstoppelse** betyder, at borgeren har svært ved at komme af med hård afføring
- **Besværet** betyder, at noget er svært at gøre, fx når borgeren har svært ved at trække vejret
- **En afvigelse** er, når noget ikke er, som det normalt er
- **At identificere** betyder at fortælle, hvem nogen er
- **En baggrund** betyder de ting, der er sket før og kan forklare den nuværende situation
- **En analyse** er en undersøgelse, som du laver for at prøve at forklare noget
- **At rådføre** sig betyder at diskutere et problem og få gode idéer til, hvad du skal gøre.

TOBS - Hvad siger man? ◀) LYT

- SOSU-assistent: *Hej, det er Lisbeth fra 2. sal. Jeg står her med Vagn, som har 38,8 i feber, og som virker sløv og kun reagerer på tiltale.*
- Sygeplejerske: *Okay, hvordan har du målt temperaturen?*
- SOSU-assistent: *Den har jeg målt rektalt.*
- Sygeplejerske: *Godt, og har du TOBS'et Vagn?*
- SOSU-assistent: *Ja, hans blodtryk er 89 over 52, og han har en hvilepuls på 102 og en rf på 22. Han giver udtryk for at være øm i kroppen.*
- Sygeplejerske: *Okay, bliv hos ham, så kommer jeg med det samme. Du kan eventuelt tilbyde ham noget væske, men du skal ikke gå fra ham, før jeg kommer.*

Sætninger til TOBS ◀) LYT

- Borgeren har høj feber – 39,9 °C.
- BT (blodtryk) er målt til 140/90.
- Hvilepuls er 90.
- Borgeren trækker vejret overfladisk.
- Borgeren reagerer kun på smerte.
- Borgeren viser tegn på dehydrering – mørk, koncentreret urin, mundtørhed og svimmelhed.
- Borgeren har mavesmerter og kvalme.
- Egen læge er blevet kontaktet.
- Hvor har du ondt henne?
- Hvor længe har det gjort ondt?
- Kan du beskrive smerten for mig?

