

## Den endringsfokusede samtalen og småbarnkaries



NFPs vårseminar i Bergen 25. mars 2011

Erik Skaret

## Den endringsfokusede samtalen og småbarnkaries



Er det foresattes holdninger og atferd som blir avgjørende for om tiltakene virker?

Erik Skaret

## Den endringsfokusede samtalen og småbarnkaries



Noen viktige prinsipper for kommunikasjon og endring av atferd

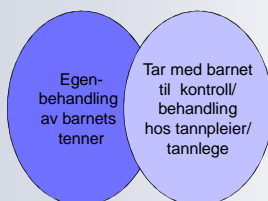
Erik Skaret

## Identifisering av problem

- Foresatte følger ikke opp rådene jeg gir
- Uteblir fra timeavtaler
- Lite interessert i barnets tannhelse



## Behandlingssuksess



Behov for endring av atferd?



INTERNATIONAL JOURNAL OF  
**PAEDIATRIC DENTISTRY**

2009 Nov;19(6):431-7

### Dental avoidance behaviour in parent and child as risk indicators for caries in 5-year-old children (Wigen TI, Skaret E, Wang NJ)

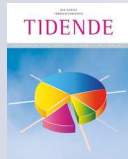
#### Results :

Having one or more missed dental appointments (**OR = 4.0**) and child behaviour management problems (**OR = 2.4**) were indicators for dental caries in 5-year-old children, when controlling for parents education and national origin.



### SMÅTANN-prosjektet har gitt ny kunnskap om småbarns tannhelse

Marit S. Skeie, Ivar Espelid, Kristin S. Klock, Anne Skaare og Dorthe Holst



**Konklusjon:**  
"SMÅTANN's viktigste forskningsmessige bidrag er å dokumentere sammenheng mellom «ugunstige» foreldreholdninger og kariesutvikling".

### Hvor godt virker anbefalingene fra helsepersonell?

ASDC J Dent Child. 1994 Jan-Feb;61(1):46-9.

Effect of a preventive approach for the treatment of nursing bottle caries. [Benitez C](#), [O'Sullivan D](#), [Tinanoff N](#).

Seventeen children with nursing bottle caries and their caretakers were studied to assess whether a preventive program would arrest the progression of the caries. The majority of the caretakers were aware of the potential dangers of the child sleeping with milk or sweet liquids in the bottle.

**Conclusion:**

**The study was discontinued after three month because caries noticeably progressed in all but two of the children, and only two caretakers complied fully with the prevention program.**

### Hva er det vi gjør feil?

- Foresatte følger ikke opp rådene jeg gir
- Uteblir fra timeavtaler
- Lite interessert i barnets tannhelse



### Hva er det vi gjør feil?

- De fleste som får anbefalt å endre vaner er ikke klar for det (70% -- røyking, diabetes)
- De er ikke motivert – har ingen planer om å endre
- Informasjon kan endre våre tanker - men ikke våre handlinger



### Hva er det vi gjør feil?

"After all, when you seek advice from someone it's certainly not because you want them to give it. You just want them to be there while you talk to yourself".

Terry Pratchett, 1948 –

**Informerer vi for mye – og på feil tidspunkt?**

### Hva er Endringsfokusert samtale?

En samtaleteknikk som bygger på universelle teoretiske prinsipper for menneskers endring av atferd

*Motivational Interviewing (MI)*

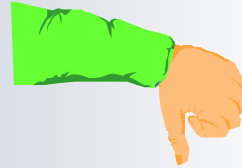
Motiverende samtale

MI

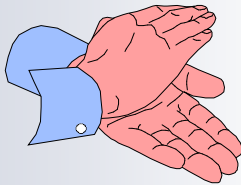
## Hva er Endringsfokuset samtale?

- Klientsentrert samtale – empatisk lytting (Carl Rogers, 1959)
- Selvbestemmelsesteori (autonomi, indre motivasjon) (Edward L. Deci)
- Mennesket har selv iboende forutsetninger for å fatte egne beslutninger og egne valg
- Å bli fortalt hva en skal gjøre vekker motstand (Stott and Pill, 1990)

## Behandler uten suksess - tar all snakkingen selv



## Behandler med suksess – får andre til å snakke



## “The spirit of MI”

### Samtalen er karakterisert ved at:

- Intervjuer har en utforskende og målrettet stil. Tar utgangspunkt i pasientens egne tanker og oppfatninger om den aktuelle atferden og en mulig endring av dette
- Har som mål å hjelpe pasienter til å utforske og løse ambivalens i forhold til en mulig endring –

## “The spirit of MI”

- Har en samarbeidende stil. Viser respekt for klientens ideer og er ikke overtalende – men en jevnbyrdig samarbeidspartner
- Legger vekt på autonomi. Viser respekt for klientens valg, også når dette er å ikke endre seg

## “The spirit of MI”

- Gi uttrykk for empati
- Utvikle diskrepans (Pasienten “ser” misforholdet mellom målsetning og atferd)
- Unngå argumentasjon (“ja, men.....”)
- Gi ikke informasjon uten tillatelse (når pasienten ikke klar for å endre)
- Bygg opp pasientens *self-efficacy* (tiltro til egen mestring)

## MI - historikk/ litteratur

- William R. Miller. Behandling av alkoholproblemer. Kognitiv atferdsterapeutisk metode –pasientkontroll sentralt. Univ. of New Mexico (1970 - )
- Hjellevad-klinikken i Bergen, 1982. Første MI publikasjon, 1983.
- William R. Miller og Steven Rollnick (1991). *Motivational Interviewing: Preparing People to Change Addictive Behavior*.
- Rollnick, Heather & Bell (1992). *Negotiating behavior change in medical settings: the development of brief motivational interviewing*. J Mental Health (flytter fokus fra terapeutisk beh. ved misbruk - til bruk av MI i korte konsultasjoner i primær- og spesialisthelsetjenesten).

## Evidens

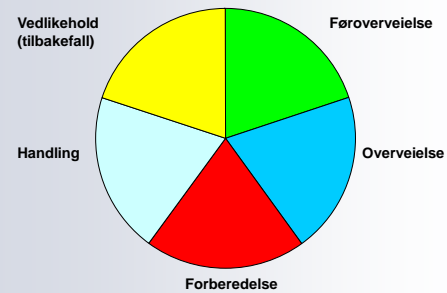
- Spiseforstyrrelser, gambling, røyking
- Complience
- Sikker sex (HIV-forebygging)
- Livsstilsproblematikk (eks. diabetes, hypertoni)
- Motivasjon for bruk av rent vann (utviklingsland)
- Korte intervensjoner for å påvirke risikoatferd (pasienter i akuttmottak)
- Karies hos småbarn (Weinstein et al.,2004,6)

## Stadier i endringsprosessen er sentralt

- Ikke alle er like klare for endring!

Prochaska & DiClemente, 1986,1992, 1997  
*The Stages of change Model (SOC)*

## Stadier i endringsprosessen: (Hvor klar er personen for endring?)



## Stadier i endringsprosessen



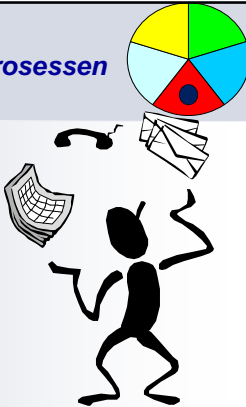
- Føroverveelse (precontemplation)
  - Tenker ikke på endring; ser ingen verdi i å endre
  - Melketenner er ikke viktig...
  - (ikke start med å fortelle hva de bør gjøre...de er ikke klar for dette)

## Stadier i endringsprosessen



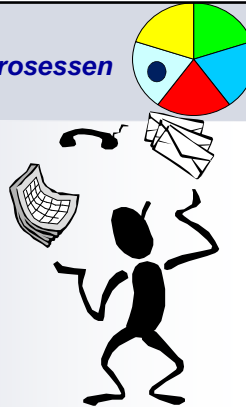
- Overveelse (contemplation)
  - Tenker på endring; usikker
  - Ambivalent (fordeler og ulemper)
  - Melketenner er viktig, men de skal jo ut.....
  - JEG BØR, men jeg vet ikke om jeg kan....

### Stadier i endringsprosessen



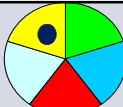

- Beslutning/forberedelse
  - Har egentlig bestemt seg
  - Klar til endring
  - Legg en plan

### Stadier i endringsprosessen



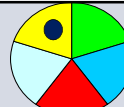
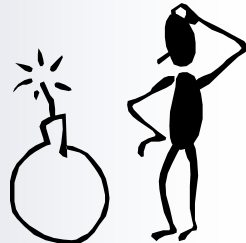
- Handling
  - Aktivt i gang
  - Begynne forsiktig?
  - Velg fra en meny

### Stadier i endringsprosessen

- Vedlikehold (maintenance)
  - Fortsetter med programmet; opprettholder den nye atferden (positiv atferd har en tendens til a svekkes!)

### Stadier i endringsprosessen

- Tilbakefall (relapse)
  - Tilbake til tidligere atferd
  - Tilbake til forrige stadie
  - Ofte skuffelse

(Men de er ikke tilbake til start! Trenger bare litt hjelp til å komme i gang igjen...)

### Strukturen i MI

- Åpne utforskende spørsmål
- Bekreftende (aktiv lytting)
- Refleksjoner
- Oppsummeringer
- Meny

### Hvor i endringsprosessen er mor? (motivasjon?)

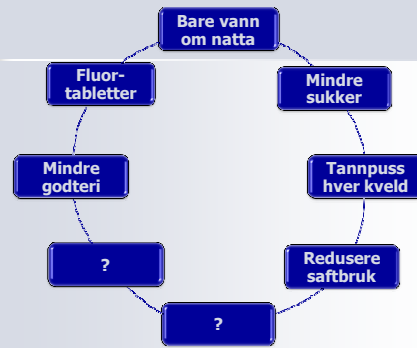
*Hvor viktig er det for deg at barnet ditt har gode tenner? (Skala fra 1-10)*




### Hvor i endringsprosessen er mor? (motivasjon?)

- Du vet sikkert mye om hva du kan gjøre for at barnet ditt skal få gode tenner? (respekt, autonomi)
- Er du interessert i å snakke litt mer om dette? (respekt, autonomi)
- Hva tror du det kunne passe å begynne med for deg? (egne valg fra meny) (respekt, autonomi)

### Eksempel på Meny:



### Hvor i endringsprosessen er mor? (motivasjon?)

- Er det noe annet du vil foreslå? (respekt, autonomi)
- Hva tror du om dette? (self-efficacy?)
- Tror du dette vil gå greit?(1-10) (self-efficacy)

### Endringsfokuset samtale og karies

Prevention of early childhood caries (EEC)-review of literature published 1998-2007. Twetman S. Eur Arch Paediatr Dent. 2008;9:12-8.

#### RESULTS:

The results **reinforced the role of fluoride toothpaste as the most cost-effective home-care measure and semi-annual fluoride varnish applications as the best professional method for infants at risk.**

### Endringsfokuset samtale og karies

Prevention of early childhood caries (EEC)-review of literature published 1998-2007. Twetman S. Eur Arch Paediatr Dent. 2008;9:12-8.

#### RESULTS:

The evidence concerning the preventive effect of antibacterial agents, primary-primary prevention and dental health education were inconclusive but the **included studies supported the importance of early start, outreach activities and motivational interviewing** as key factors to overcome cultural and socioeconomic barriers.

### Endringsfokuset samtale og karies

#### Motivating parents to prevent caries in their young children: one year findings

Weinstein P, Harrison R, Benton T. J Am Dent Assoc. 2004;135:731-8



#### Results:

Children in the MI group had **0.71** carious surfaces (SD, = 2.8, range = 0-25), while those in the Control group had **1.91** (SD = 4.8, range 0-25) carious surfaces,  $P < .01$ .

## Konklusjoner:

- Mer fokus på foresattes rolle i kariesbehandlingen?
- Informerer vi for mye – og på feil tidspunkt?
- Mer vekt på autonomi og respekt.
- Ingen endrer atferd før de selv mener det er viktig.
- Bør vi starte tiltak for å endre atferd tidligere?  
- på helsestasjonen?

