

Fallbeskrivning

Isabell är 33 år och har sedan flera år tillbaka haft kontakt med psykiatriska öppenvårdsmottagningen några gånger årligen. Hon saknar idag arbete, har tidigare haft kortare vikariat och arbetsträning inom barnomsorgen. Tycker om att arbeta med barn. Har genomfört Gymnasiestudier med individuell studiegång. Nu har Isabells nedstämdhet lättat något med stöd av medicinering men hon har svårt att komma igång. Hon har diagnosen ADHD med depressiva perioder. Isabell är överviktig, väger 90 kilo och är 1,69 lång.

Tillsammans med arbetsterapeuten fyller Isabell i "[Min mening](#)" (KVÅ;AV133) och i samtalet utifrån det ifyllda formuläret visar det sig att Isabell får väldigt få saker gjorda hemma. Maten består oftast av köpt färdigproducerad mat (KVÅ;PP004). Det är mycket rörigt och ostädat hemma (KV;PP006) och Isabell umgås sporadiskt med vänner (KVÅ;PQ004). Det hon skulle vilja förändra i första hand är att få bättre dagliga rutiner, ta hand om sitt hem och äta bättre.

Arbetsterapeuten låter Isabell även fylla i Kostindex ([Enkla råd för bra matvanor](#)). Vid uppföljning av den kommer Isabell och arbetsterapeuten överens om att första delmålet ska vara att Isabell ska gå och handla i en livsmedelsaffär och själv laga sin mat minst en gång per dag. Isabell ska på egen hand till nästa behandlingstillfälle (ny träff om 3 dagar) ha gjort ett förslag på vilken mat hon vill laga de därefter kommande fyra dagarna. Som stöd för planeringen visar arbetsterapeuten Isabell Livsmedelsverkets hemsida i telefonen och de googlar runt lite på "Kostråd och matvanor".

Isabell och arbetsterapeuten träffas sedan efter 3 dagar utanför livsmedelsaffären. De diskuterar igenom Isabells förslag på vilka maträtter som ska lagas de kommande fyra dagarna. De diskuterar värdet av halvfabrikat kontra att exempelvis göra potatismos eller rotfruktsstomp själv. Då Isabell har ett relativt välutrustat kök så bestämmer de att handla

potatis och palsternackor och göra rotfruktsstomp med isterbanden. De strosar runt i affären ganska länge och kollar på olika varor. Ibland tar Isabell upp telefonen och undersöker vad olika produkter är för något då exempelvis grönsaksdisken innehåller flera produkter som ingen av dem känner till (KVÅ;QP004). Därefter följs de åt till Isabells lägenhet och lagar maten (KVÅ;QP008) tillsammans. Under detta behandlingstillfälle har en stor del av samtalen handlat om mat, matvaror och matvanor (KVÅ;DV142) och behov av fysisk aktivitet (KVÅ;DV131) som promenader för att få energi så man orkar med att städa och hålla ordning hemma. Det teoretiska stöd som arbetsterapeuten använde vid samtalen har sin grund i Model of Human Occupation (Kielhofner).

Fortsättningsvis ska Isabell och arbetsterapeuten träffas måndagar och fredagar under en månad. Schema ska utökas kontinuerlig med fler promenader, egen matlagning och skötsel av hemmet. Därefter en utvärdering och identifiering av nya mål för att stödja Isabell att utveckla en fungerade vardag med aktiviteter riktade mot arbete/sysselsättning också.

2018