

## **SFOG-råd för preventivmedelsrådgivning och förskrivning av preventivmedel på distans**

SFOG och FARG har en positiv hållning till den ökade tillgängligheten som preventivmedelsrådgivning på distans via videolänk. En ökad tillgänglighet kan ge fler kvinnor tillgång till ett lämpligt preventivmedel och därmed förhindra oönskade graviditeter. Det är dock viktigt att preventivmedelsrådgivning på distans inte innebär en kvalitetssänkning som istället riskerar att utsätta fler kvinnor för oönskad graviditet. För att säkerställa att preventivmedelsrådgivning och förskrivning på distans håller minst samma kvalitet som vid fysiska besök har SFOG beslutat om följande råd för konsultationer via distanskontakt.

Vid preventivmedelsrådgivning och förskrivning på distans ska vårdgivaren:

- säkerställa att endast sjukvårdspersonal med goda och uppdaterade kunskaper om preventivmedelsrådgivning/förskrivning, dvs en person med adekvat utbildning motsvarade den som barnmorskor eller gynekologer har, handlägger dessa ärenden. Detta gäller även om ärendet rör sig om receptförnyelse.
- inhämta fullgod medicinsk historia/anamnes för att bl.a. identifiera eventuella kontraindikationer, samt vid förskrivning av kombinerade metoder säkerställa att patienten kontrollerar blodtryck med 1-2 års mellanrum.
- erbjuda preventivmedelsrådgivning/-förskrivning som täcker alla preventivmetoder.
- kunna förevisa de olika preventivmedel som finns.
- alltid erbjuda patienten en dialog, muntligt eller skriftligt, vid preventivmedelsrådgivning/-förskrivning.
- precis som den fysiska öppenvården ha förskrivning av 40% långverkande preventivmedel (spiral och p-stav) som kvalitetsmål\*.
- alltid informera om långcykelanvändning till kvinnor som har kortverkande hormonell metod- oavsett om ärendet rör nyförskrivning eller receptförnyelse.
- alltid inhämta kunskap om patientens risk för STI och oplanerad graviditet, samt om kvinnan kan ha nytta av positiva hälsoeffekter av preventivmetoder.

**Dessa frågor bör ställas i ett frågeformulär inför besöket eller, om det inte förekommer, i ett telefon- eller videosamtal:**

- Hur viktigt är det för dig att inte bli gravid?

-Det är verkligen viktigt för mig att inte bli gravid

-Skulle inte göra så mycket om jag blev gravid

- Skulle du tycka att det finns fördelar med att slippa tänka på preventivmedel varje dag, vecka eller månad?

Ja

Nej

Kanske

- Tar du smärtstillande vid mens?

Ja, alltid  
Ja, ibland  
Nej, aldrig

- Behöver du stanna hemma från skolan eller från arbetet pga. din mens?

Ja- alltid  
Ja-ibland  
Nej

- Vilken typ av mensskydd använder du den dagen du blöder mest?

Binda  
Tampong  
Både binda och tampong samtidigt  
Menskopp

- Hur ofta får du byta ditt mensskydd de dagar du blöder som mest?

En gång om dagen  
3 gånger om dagen  
4-6 gånger per dag  
Oftare än 6 gånger per dag

- Om det går att påverka, på vilket sätt önskar du att ditt preventivmedel ska påverka din mens?

Jag önskar undvika eller minska min mens  
Ingen betydelse  
Jag önskar regelbunden mens varje månad

\* <https://www.sfog.se/media/337029/kvalitetsmaal-antikonception-farg-2020.pdf>

godkända av SFOGs styrelse 2020-12-17