

HELSE  
norge

Samvalg

Du kan  
være med å  
bestemme



HELSE norge — din helse på nett

# Hva er samvalg?

Samvalg er en prosess der du sammen med helsepersonell kan komme frem til en beslutning om hvilke metoder for undersøkelser og behandling som passer for deg. Samvalg sikrer at du får tilstrekkelig, god og riktig informasjon om hva du kan forvente av alternativene.

Helsepersonell kan gi deg støtte til å vurdere faglig informasjon og bli klar over hva som er viktig. Dette vil gi deg et godt grunnlag for å velge behandling - eller ingen behandling, hvis det er aktuelt.

## Spørsmål du kan stille din behandler:

- Hvilke alternativer har jeg?
- Hvilke fordeler og ulemper er mulige ved disse alternativene?
- Hvor sannsynlig er det at jeg vil oppleve noe av dette?





**Pasienten har rett til å medvirke ved valg mellom tilgjengelige og forsvarlige undersøkelses og behandlingsmetoder.**

PASIENT- OG BRUKERRETTIGHETSLOVEN, KAP. 3

## Hvorfor samvalg?

Samvalg vil gjøre deg bedre i stand til å ta et valg som er riktig for deg. Sammen med helsepersonell kan du vurdere fordeler og ulemper ved ulike behandlingsalternativer, basert på hva som er viktig for deg. Målet med samvalg er å komme fram til et informert valg.

Når du er med på valgene som gjelder din helse, vil du oppleve bedre kontroll og bli tryggere på beslutningen som tas.

Det er avgjørende at du ikke føler deg presset til å være mer involvert i beslutningene enn du ønsker. Det er også et valg å overlate beslutningene til helsepersonell eller involvere pårørende.

Les mer om Samvalg her:

**[helsenorge.no/rettigheter/samvalg](https://helsenorge.no/rettigheter/samvalg)**

# Samvalgsverktøy på Helsenorge

Samvalgsverktøy kan hjelpe deg å delta i beslutninger om helsen din. På Helsenorge finner du samvalgsverktøy for blant annet:

- Kirurgi ved brystkreft
- Psykose
- Prostatakreft
- Muskelknuter i livmoren
- Kneartrose
- Sykelig overvekt

## Finn mer informasjon om innlogging og bruk på Helsenorge



Bytt fastlege



Legemidler



Frikort og egenandeler



Kjernejournal



[helsenorge.no/samvalg](https://helsenorge.no/samvalg)