



SENTER FOR FORSKNING
PÅ EPIDEMITILTAK

Kritisk tenkning om helsepåstander inn i skolehelsetjenesten (KRISK)

Fagseminar, NASKO, 6.6.2024

Christine Holst

Folkehelseinstituttet

Senter for forskning på epidemitiltak

Agenda

- Hvem er vi og hvorfor er vi opptatt av kritisk vurdering av helsepåstander?
- Kontekstanalyse
- Designfase
- Innspill fra dere?

Hvem er vi og hvorfor er vi opptatt av kritisk vurdering av helsepåstander?



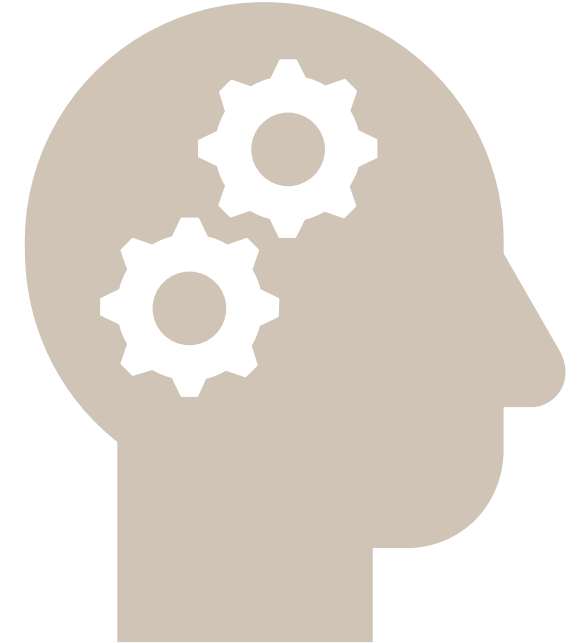
SENTER FOR FORSKNING
PÅ EPIDEMITILTAK

Senter for forskning på epidemitiltak (CEIR):

- Forberede gjennomføringen av effektstudier av smitteverntiltak
- Gjennomføre effektstudier
- **Utvikle og evaluere verktøy for å øke bruken av forskning i beslutningsprosesser under helsekriser; bedre kritisk helsekompetanse i befolkningen**

Kritisk helsekompetanse

- Innebærer å kunne kritisk evaluere og fornuftig anvende den helseinformasjonen man mottar.
- Ta informerte beslutninger knyttet til egen helse.



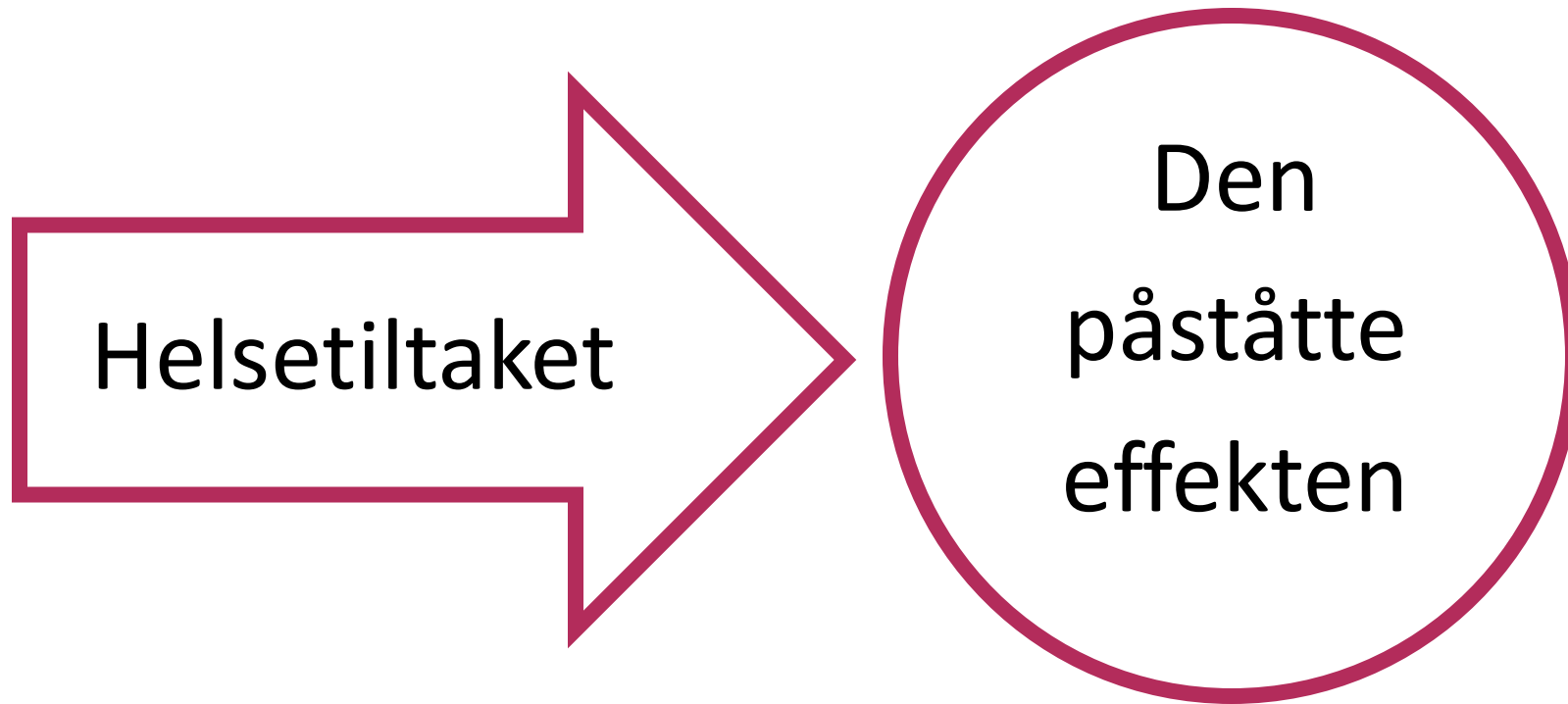


Hva er en helsepåstand?

- En påstand er noe noen sier som kan være sant eller usant.
- En helsepåstand: Noe noen sier er bra eller dårlig for helsen din.



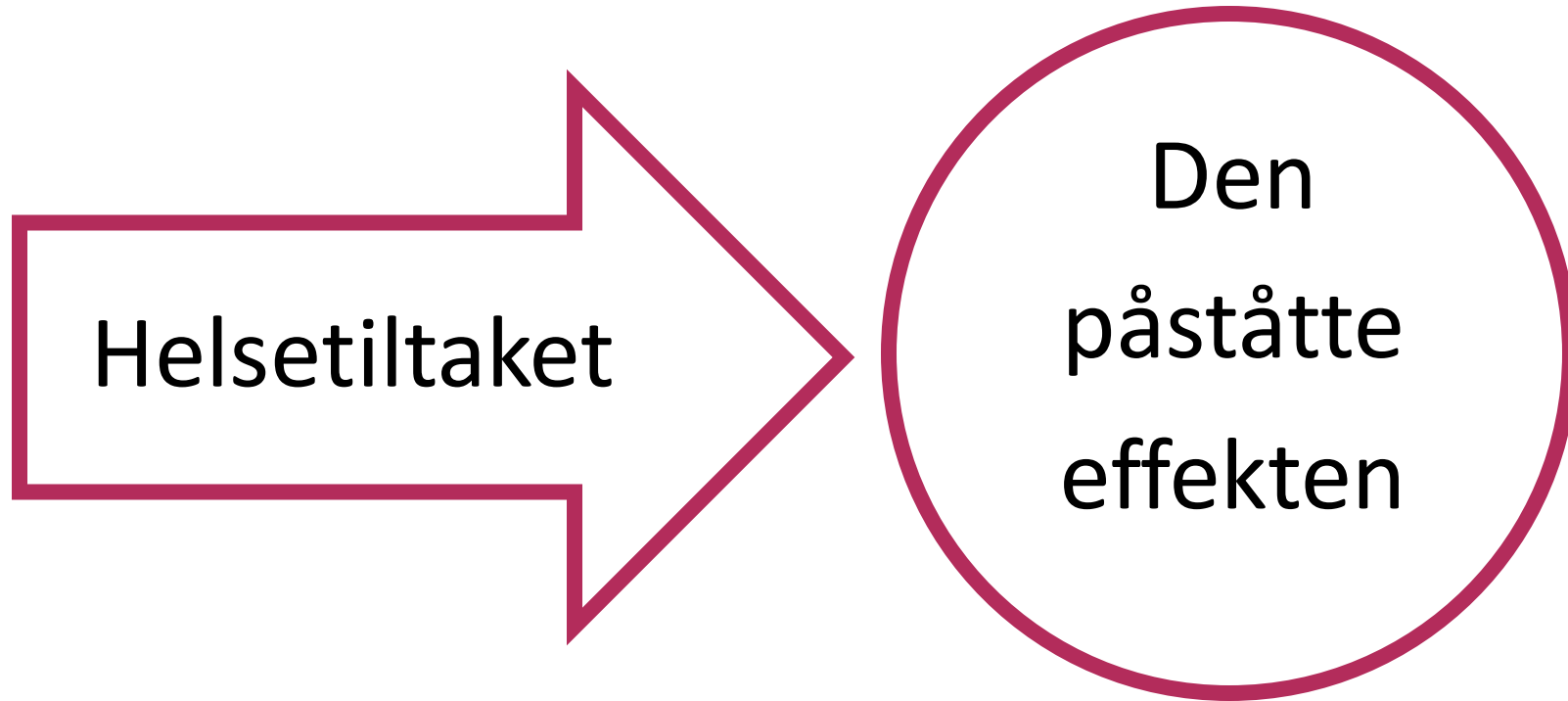
Pålitelig helsepåstand



STERK

Grunnlag for påstanden

Upålitelig helsepåstand



SVAKT

Grunnlag for påstanden

Nøkkelprensippene utviklet i IHC

VÆR OBS på påstander som har et dårlig grunnlag

VURDER funn (evidens) fra sammenligninger av behandlinger

Gjør et GODT VALG!

Det er en påstand!

En veiledning i å tenke kritisk om helsepåstander for elever og lærere på mellomtrinnet

VÆR OBS!

- "100 % effektiv!"** De fleste påstander som hevder at en behandling vil gjøre dine 100 % bedre, eller at den virker for alle, er gale.
- "100 % trygg!"** Folk tenker ofte på forsker med behandlinger og mener at de kan ha alvorlige bivirkninger. Det er sjelden at en behandling er 100 % trygg.
- "100 % sikkert!"** Vi kan så godt som aldri være 100 % sikker på hvilke effekter behandlingene vil ha.
- "Du må ha en behandling!"** Syke folk blir ofte bedt om å gjennomføre behandling. Men kanskje rykter det om en sykdom, og det kan bli og med gang tid være.
- "Sammenligning trengs ikke!"** Hvis du sammenligner en behandling med et alternativ, er det ikke nødvendigvis bedre enn å ikke ta behandling.
- "Det virker på denne måten!"** Behandlinger som i teorien skal virke, virker ofte ikke i praksis.
- "En studie viser!"** Det er en sammenligning som viser at folk som får en behandling får det bedre eller verre enn de andre, er ikke sikkert at effekten har en årsak.
- "Behandling og effekt sammenfaller!"** Det er en sammenligning som viser at folk bryr seg om behandling har gjort dem bedre.
- "Gammelt og velbrukt er bedre!"** En behandling har vært brukt i lang tid eller er gammel, betyr ikke at den fungerer eller at den er trygg.
- "Nytt er bedre!"** En behandling er ikke bedre eller tryggere enn en annen, eller laget av en kjent ingrediens og laget under et populært merke.
- "Mer er bedre!"** Mer av en behandling er ikke sikkert bedre enn mindre.
- "Som annonsert!"** Personer som tjener på å selge en behandling, vil gjerne skrive om hvordan den fungerer, og ikke om den ikke fungerer.
- "Det hjalp meg!"** Det er noen som har fått bedre etter å ha tatt en behandling, betyr ikke at den hjalp alle som gjorde som de.
- "Anbefalt av eksperter!"** At en ekspert eller en kjent person som mange stoler på, påstår noe, er ingen garanti for at påstanden er riktig.

VURDER!

- Gruppene i studien er ulike** Se opp for sammenligninger av behandlinger der gruppene faktisk ikke er like.
- Gruppene får ulike pleie** Se opp for sammenligninger der gruppene faktisk får ulike pleier under studien.
- Forskjell i forventninger** Se opp for sammenligninger der personer i forsøket får ulike forventninger om hvordan de vil bli behandlet. Dette kan påvirke både hvordan de føler seg og hvordan de oppfører seg.
- Målinger ble gjort riktig** Se opp for sammenligninger der målingene av effekten av behandlingene er gjort på ulike måter eller i ulike grupper som sammenlignes.
- Mange målinger mangler** Se opp for sammenligninger der målingene av behandlingseffektene mangler for mange av personene i forsøket.
- Feil i oppsummering** Se opp for feil i studier som oppsummerer sammenligninger av behandlinger gjort i andre studier.
- Upålitelig ordbruk** Se opp for behandlings-effekter som bare er beskrevet med ord.
- Få personer eller få målbare hendelser** Se opp for behandlings-effekter som er basert på små studier der få personer har deltatt.

GODT VALG!

- Hvite utfall er viktige for deg?** En behandling kan ha flere utfall, og du må vurdere om de utfallene som er viktige for deg er bedre enn i tilsvarende sammenligninger.
- Er deltakerne i sammenligningen veldig ulike deg selv?** Tenk over om personene (eller dyrene) i sammenligningene er veldig forskjellige fra deg.
- Er fordelene større enn ulempene?** Spør deg selv om det er sannsynlig at fordelene med en behandling vil være større enn ulempene.
- Hvor sikker er du?** Spør deg selv om hvor sikker du er på at fordelene med en behandling vil være større enn ulempene.

VÆR OBS på påstander som har et dårlig grunnlag

- Mange påstander om hvordan behandlingene fungerer, er ikke til å stole på. Dette er upålitelig. Du skal være obs når du hører:
 - Som er for gode til å være sanne
 - Som ikke virker logiske
 - Som ber deg stole på noe uten å forklare hvorfor

VURDER funn (evidens) fra sammenligninger av behandlinger

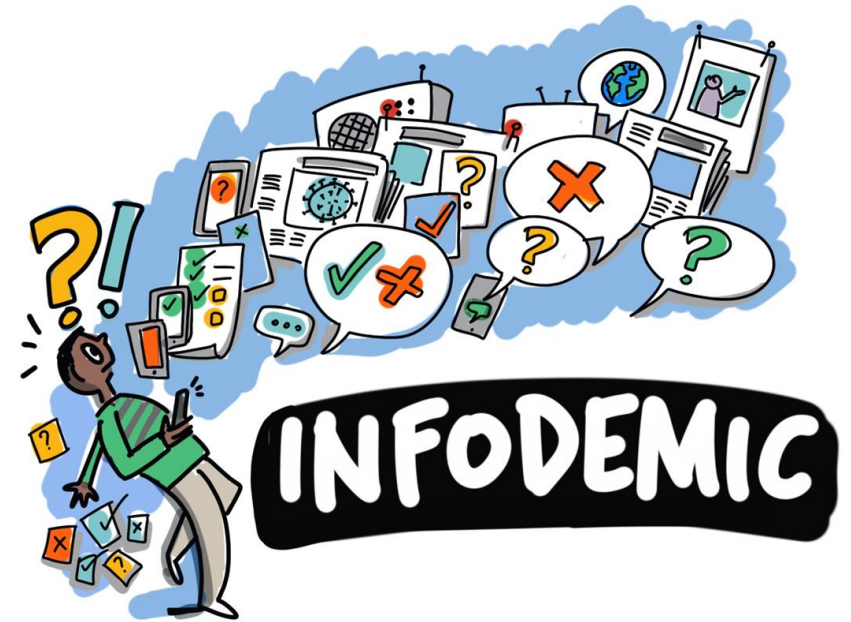
- Du kan bli lurt av funn fra sammenligninger av behandling. Tenk nøye støtte påstander om effekter av behandling. Vær obs på:
 - Feil i oppsummeringer av sammenligninger
 - Hvordan effektene er beskrevet

Gjør et GODT VALG!

- For å velge riktig behandling, må du tenke nøye gjennom:
 - Hva problemet ditt er og hvilke valg du har
 - Hvor godt funn fra sammenligninger støtter de ulike valgmulighetene dine
 - Om fordelene veier opp for ulempene

Vi er opptatt av dette fordi:

- Unge møter daglig en overveldende informasjonsmengde.
- Vi vil utruste skoleelever til å ta gode, informerte valg og beslutninger om egen helse.
- Informed Health Choices har vært drevet av FHI-folk i 15 år.



Kontekstanalyse

Lære mer om helsesykepleiers hverdag

- Dokumentanalyse
- Perspektiver på kritisk tenkning om helsepåstander
- Interesse og behov for en læringsressurs i tematikken
- Forkunnskap
- Etterspørsel etter undervisningsmaterieell
- Hvor undervisning i tematikken kunne passe inn
- Andre relevante ressurser
- Muligheter og utfordringer for tilpasning, utvikling og bruk

Samarbeid

- Gruppe med helsesykepleiere
- Melkeveien & InfoDesignLab designbyrå
- Kompetansemiljøet (NASKO)
- DigiUng / ung.no



Metode – slik har vi samlet data

- To fokusgrupper med hspl
- To fokusgrupper med barn
- Seks intervjuer med personer i og rundt skolehelsetjenesten
- Dokumentanalyse

Dokumentanalyse

- Lite som sier at hspl skal undervise i kritisk tenkning om helsepåstander
- Noe indirekte, gjerne innenfor helsekompetanse og helsefremmende arbeid

	A	B	C	D	E
1	Forskrift om nasjonal retningslinje for helsesykepleierutdanning				
2	https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2021-04-09-1146				
3					
4	Marianns vurdering				
4	Lenas vurdering				
5	Uthevet tekst i lilla: det vi har lagt vekt på i vurderingen				
6		Ja	Indirekte	Nei	Hvis ja/indirekte: Hvis tekst sier noe om undervisning i kritisk tenkning om helsepåstander, eller som indirekte kan knyttes til dette, limes denne inn her.
7	Kap. 1. Virkeområde og formål				
8	§1 Virkeområde og formål			xx	
9	§2 Formål med utdanningen		xx		Kandidaten skal kunne fremme informerte helsevalg og bidra til mestring og livskvalitet hos målgruppen.
10	§3 Kompetanseområder			xx	
11					
12	Kap. 2. Læringsutbytte - folkehelsearbeid				
13	§4 Kunnskap	(x)	x		b. har kunnskap om helsekompetanse og hvordan variasjoner i helsekompetanse påvirker ulike brukergruppers sykdoms-håndtering, mestring og egenomsorg og evne til å forstå, vurdere og anvende helseinformasjon ME: Til tross for at læringsmålet har med relevante begreper. handler egentlig ikke om hvordan gjøre barn og ungdom i stand til å vurdere helsepåstander.
14	§5 Ferdigheter			xx	
15	§6 Generell kompetanse			xx	

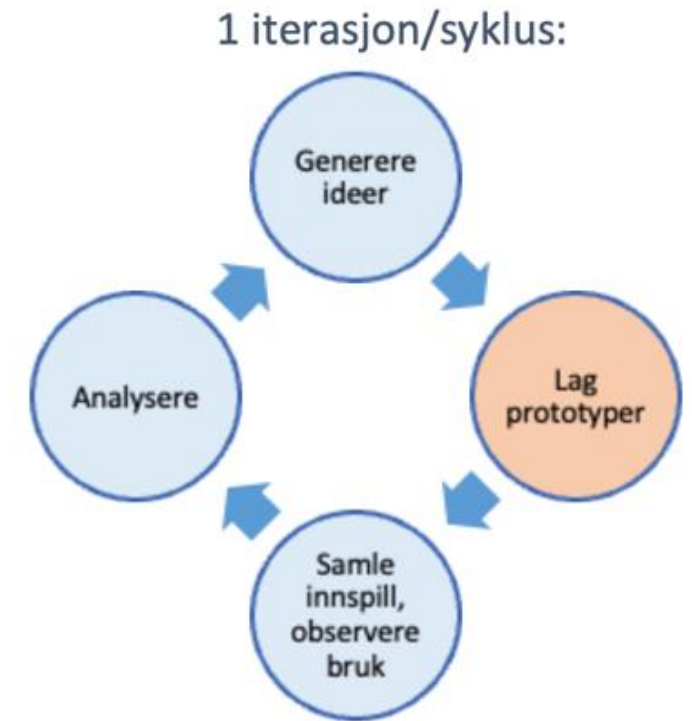
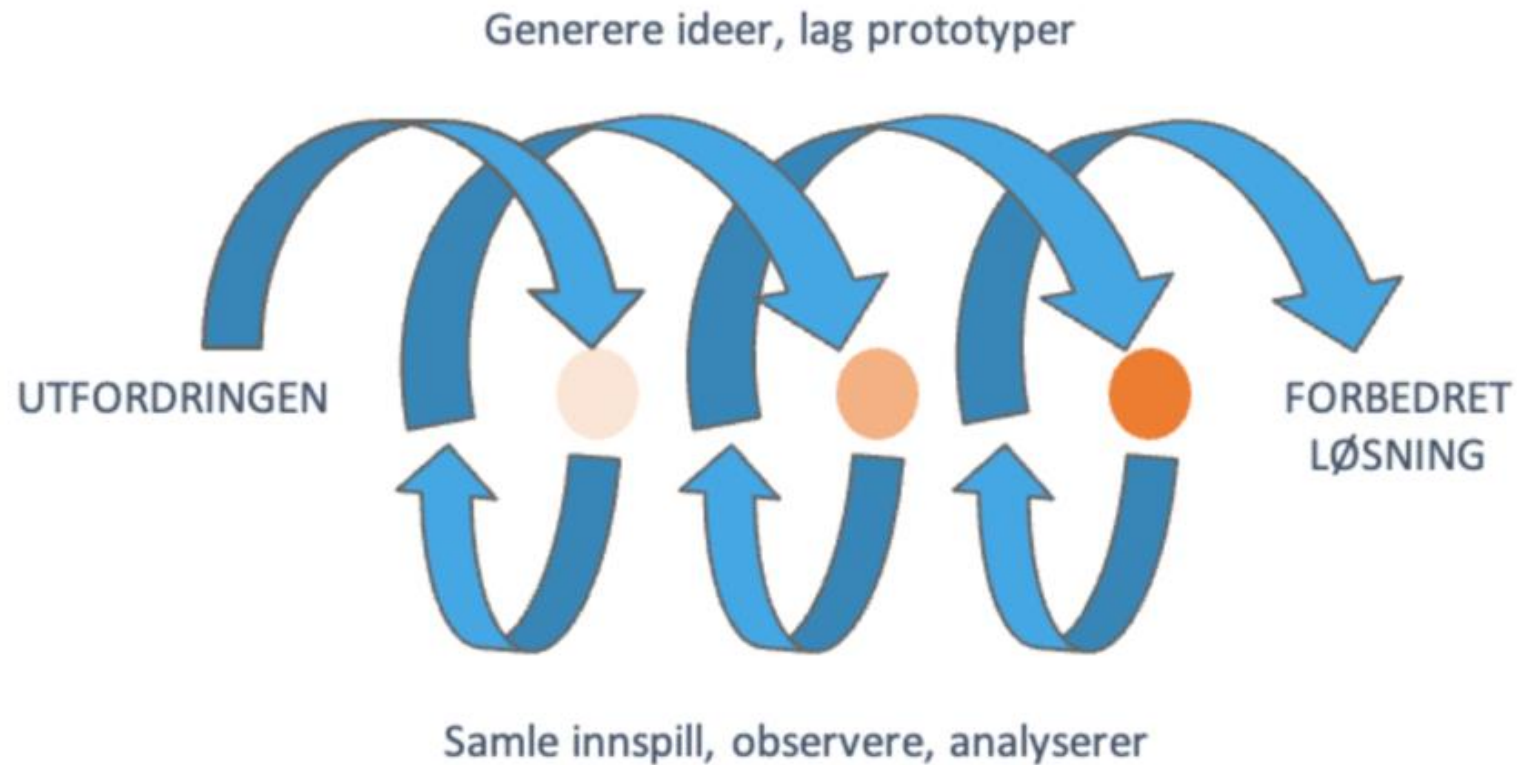
Hva har vi funnet ut så langt?

- Det er ønske om og behov for en ressurs
- Skal kunne brukes av alle helsesykepleiere - helst i samarbeid med skolen / klasselærer
- Ressursen bør være lett å bruke, engasjerende og «interaktiv». Gjerne med video.
- 1-2 undervisningstimer
- Målgruppe: 13-15 år / 8. klasse
- Bygget opp som et skjelett der man kan bytte ut elementer (eksempler på aktuelle helsepåstander)
- Læringsmål: Identifisering av en helsepåstand

Designfase

- Workshops med helsesykepleiere, InfoDesignLab og Melkeveien
- Innspill fra NASKO
- Innspill fra referansegruppe
- Innspill fra ungdom
- Innspill fra dere?

Human-centered design



Fra workshop med designbyrå

KIOSKSPILL

Start with examples and plain language, not begreper

HMW - Lage en slik film og/eller? Høynd

Noe på et ark som "Hva er det som er det de så på i en intro."

Design game so it does not take time to cut things (i.e. not digitalt)

Ferdige kort med sannsynlig og absurde budskap

alle er ikke like gode

Interessant å se det opp mot økonomi (Spiller alle)

Inkludere alle kvaliteter i grunnlaget

god påstand, dårlig grunnlag

la barna være seg selv når de går rundt

kr

Hillit

maybe points instead of prizes

Oppmerksomhet

Bruke illustrasjoner fra film for å gjennomføre

'Sjalgone' gir ut påstander som for eksempel "tror det er på tide"

En mal de må lime inn på

Put the GRUNNLAG to the bottom

Fokus på EFFEKT AV behandlingen

Kort forhandlingserevet hvem? hva sier?

Enten ha påstanden eller vilkåret for læringsens skyld.

Oppmerksomhet

Bruke illustrasjoner fra film for å gjennomføre

'Sjalgone' gir ut påstander som for eksempel "tror det er på tide"

TID?

maybe start with a script to model how this works

Kortbunke utskrift (Random?) stor base med budskap?

HJELP - JEG HAR FAMILIE KOMBINAS JONER "du vet at onkel er syk når..." "han smører magisk krem i håret"

Lage humor ut av påstanden

1 Animasjon/forberedelse

Kort og enkelt film eller introduksjon til grunnleggende konsept: påstand, effekt, behandling, grunnlag

GRUNNLAG		GRUNNLAG		GRUNNLAG	
Å bruke Høgskolen gjør deg flinkere til mat	Å bruke Powermate gjør deg flinkere til å skrive	Å ta danskurs hjelper deg å bli sunnere	Å bruke Høgskolen gjør deg flinkere til mat	Å bruke Powermate gjør deg flinkere til å skrive	Å ta danskurs hjelper deg å bli sunnere
Å bruke Høgskolen gjør deg flinkere til mat	Å bruke Powermate gjør deg flinkere til å skrive	Å ta danskurs hjelper deg å bli sunnere	Å bruke Høgskolen gjør deg flinkere til mat	Å bruke Powermate gjør deg flinkere til å skrive	Å ta danskurs hjelper deg å bli sunnere
Å bruke Høgskolen gjør deg flinkere til mat	Å bruke Powermate gjør deg flinkere til å skrive	Å ta danskurs hjelper deg å bli sunnere	Å bruke Høgskolen gjør deg flinkere til mat	Å bruke Powermate gjør deg flinkere til å skrive	Å ta danskurs hjelper deg å bli sunnere

2 Puslespill (klippe/sette sammen)

GRUNNLAG		GRUNNLAG		GRUNNLAG	
Å bruke Høgskolen gjør deg flinkere til mat	Å bruke Powermate gjør deg flinkere til å skrive	Å ta danskurs hjelper deg å bli sunnere	Å bruke Høgskolen gjør deg flinkere til mat	Å bruke Powermate gjør deg flinkere til å skrive	Å ta danskurs hjelper deg å bli sunnere
Å bruke Høgskolen gjør deg flinkere til mat	Å bruke Powermate gjør deg flinkere til å skrive	Å ta danskurs hjelper deg å bli sunnere	Å bruke Høgskolen gjør deg flinkere til mat	Å bruke Powermate gjør deg flinkere til å skrive	Å ta danskurs hjelper deg å bli sunnere
Å bruke Høgskolen gjør deg flinkere til mat	Å bruke Powermate gjør deg flinkere til å skrive	Å ta danskurs hjelper deg å bli sunnere	Å bruke Høgskolen gjør deg flinkere til mat	Å bruke Powermate gjør deg flinkere til å skrive	Å ta danskurs hjelper deg å bli sunnere

Spille av scenario: de må sette sammen fra puslespill. Hjelpe - virkning grunnlag

Spille av scenario: de må sette sammen fra puslespill. Hjelpe - virkning grunnlag

Spille av scenario: de må sette sammen fra puslespill. Hjelpe - virkning grunnlag

Spille av scenario: de må sette sammen fra puslespill. Hjelpe - virkning grunnlag

Spille av scenario: de må sette sammen fra puslespill. Hjelpe - virkning grunnlag

DIGIUNG prosjektet

- Kanal: Ung.no
- Målgruppe: ungdom som besøker ung.no (13-20 år)
- Designmål: Å utforske på hvilken måte vi kan hjelpe unge mennesker å spørre «hva kan jeg stole på» istedenfor «hvem kan jeg stole på» når de møter påstander om helsetiltak på sosiale medier og andre steder.

Prosjektene



Helsenorge for
Ungdom
Norsk Helsenet

Les mer



Kostholds-
planleggeren Ung
Helsedirektoratet

Les mer



Hva er innafor?
Helsedirektoratet

Les mer



Min karriereplan
Direktoratet for høyere
utdanning og kompetanse

Les mer



Mine interesser
Direktoratet for høyere
utdanning og kompetanse

Les mer



SmartHelse Ung
Folkehelseinstituttet

Les mer



UngMeistring
Helse Bergen

Les mer



MiniID for Ungdom
Digitaliseringsdirektoratet

Les mer



Konfliktrådet for
Ungdom
Konfliktrådet

Les mer

Konkurransetid:

Tulldetektor

2. iterasjon

Dette er en konkurranse som helsesykepleiere kan introdusere og lede på skolen. Helsesykepleiere og skolene kunne bestemme selv når det skulle være eller vi kunne opprette «Folkehelseuken» en gang i året og oppmuntre skolene å delta i den uken.

Konseptet – kort fortalt

- Ungdom samler helsepåstander
- De beskriver dem og gjør en pålitelighetsvurdering, etter en mal
- De lager en presentasjon av det de fant (tekst, tegning, audio, video)
- Innsendte bidrag vurderes og premieres
- Ungdom har to innganger til konkurransen
 - Via skole og undervisning med helsesykepleier og / eller lærer
 - Via ung.no

Mål

- Ungdom blir bevisst om helsepåstander de eksponeres for
- De lærer å analysere påstander (identifisere "hva er tiltaket", "hva er den påståtte effekten", og "hva er grunnlaget for påstanden")
- De lærer å vurdere hvor pålitelig en påstand er (ved å se nærmere på grunnlaget)

Ressurser i portalen



Brev til rektor / foreldre



Ressurser til gruppeundervisning



Veiledning – tulldetektor konkurranse

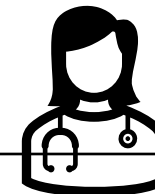
Helsesykepleier sin (mulige) rolle



Undervisning i 1-2
klassetimer
- sammen med, eller
uten lærer



Formidler materiell /
henger opp på skole



Tar del i bedømming
av innsendte bidrag
- Sammen med noen
elever, m/u lærer

Prosess



Ressurser i portalen



Brev til rektor / foreldre



Ressurser til gruppeundervisning

Veiledning – tulldetektor konkurranse



Undervisning i 1-2 klassetimer - sammen med, eller uten lærer



Formidler materiell / henger opp på skole



Tar del i bedømming av innsendte bidrag



Konkurranse: Tulldetektor

En nasjonal konkurranse for ungdomskoleelever – vinn premier til hele klassen!

En PÅSTAND er noe noen sier, som enten kan være riktig eller galt.

GRUNNLAGET for en påstand er det som støtter opp under en påstand, eller argumentet noen bruker for å overbevise andre om at påstanden er riktig.



1 Bruk Pål's Påstandsamler



Les mer om konkurransen og hvordan vinnere kåres!

- Hvor mange påstander kan du samle?
- Finn en helsepåstand og skriv ned følgende:
 - A. Hva påstås det at vi bør gjøre for helsen vår? (Tiltaket)
 - B. Hva påstås det vil skje vår hvis vi gjør det? (Effekten av tiltaket)
 - C. Hvilken informasjon er det som støtter påstanden? (Grunnlaget)
 - D. Hvor fant du påstanden?

2 Bruk Pias Pålitelighetsmeter

Hvor pålitelig er påstanden?

- E. Var grunnlaget for påstanden gitt?
- F. Var påstanden basert på forskning?
- G. Var påstanden basert på en systematisk oversikt av forskning?



Har du innspill eller spørsmål til oss?

- Vi setter stor pris på alle innspill
- Vi trenger flere helsesykepleiere på ungdomsskolen til å være med å teste ut ressursen
- Scan qr-koden eller send en mail til christine.holst@fhi.no
- Se nettside: <https://forms.gle/pVV3HeroQp5bEaJi7>

