

plain
talking

«Η Σαφής Επικοινωνία
είναι το κλειδί για την
Εγγραμματοσύνη Υγείας»

Εγγραμματοσύνη Υγείας

Η Εγγραμματοσύνη Υγείας περιγράφει πώς μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τις γνωσιακές και κοινωνικές δεξιότητές σας για να επικοινωνήσετε με άλλους σχετικά με την κατάσταση υγείας σας στην καθημερινή ζωή. Για παράδειγμα, όταν βρίσκεστε σε μία επίσκεψη στον γιατρό ή σε μία συνάντηση με μία ομάδα υποστήριξης. Επιπλέον, σας εξηγεί πώς μπορείτε να πάρετε πληροφορίες από αυτές τις επισκέψεις σας ή από αυτά που διαβάζετε σε βιβλία ή στο διαδίκτυο και να τις χρησιμοποιήσετε για να βοηθηθείτε με τον πόνο σας.



Στοιχεία της Εγγραμματοσύνης Υγείας



«Η Σαφής Επικοινωνία είναι το κλειδί για στην Εγγραμματοσύνη Υγείας»

Πληροφορίες για την Εγγραμματοσύνη Υγείας προς τους επαγγελματίες υγείας

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) ορίζει την Εγγραμματοσύνη Υγείας ως:

«Οι γνωστικές και κοινωνικές δεξιότητες που καθορίζουν το κίνητρο και την ικανότητα των ατόμων να αποκτήσουν πρόσβαση, να κατανοήσουν και να χρησιμοποιήσουν πληροφορίες με τρόπους που προωθούν και διατηρούν την καλή υγεία»

Θεωρείται ότι η Εγγραμματοσύνη Υγείας αποτελεί ένα μείζον πρόβλημα δημόσιας υγείας, το οποίο επηρεάζει αρνητικά τόσο τους ασθενείς όσο και τα συστήματα υγειονομικής περίθαλψης.

Πώς μπορείτε να αναγνωρίσετε έναν ασθενή με χαμηλότερα επίπεδα Εγγραμματοσύνης Υγείας;

- ✓ Δεν κάνουν ερωτήσεις και συνεργάζονται λιγότερο με τους επαγγελματίες υγείας
- ✓ Συχνά χάνουν προγραμματισμένες επισκέψεις
- ✓ Συχνά έχουν κακή συμμόρφωση στη θεραπεία

Ωστόσο,

ενώ ορισμένοι πληθυσμοί μπορεί να επηρεάζονται περισσότερο από τα χαμηλότερα επίπεδα Εγγραμματοσύνης Υγείας, θα πρέπει να θεωρήσετε ότι όλοι οι ασθενείς μπορεί να χρειαστούν υποστήριξη για την ανάπτυξη δεξιοτήτων της Εγγραμματοσύνης Υγείας.

Τι μπορείτε να κάνετε γι' αυτό;

Ενσωματώστε ευαίσθητες προσεγγίσεις Εγγραμματοσύνης σε θέματα υγείας στην καθημερινή σας πρακτική

Χρησιμοποιήστε απλή γλώσσα και αποφύγετε την ιατρική ορολογία όπου είναι δυνατόν τόσο στη γραπτή όσο και στη προφορική επικοινωνία σας.

Περιορίστε τις πληροφορίες σε **3 έως 5 μηνύματα** σε κάθε συνεδρία.

ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΤΕ ΤΗ ΜΕΘΟΔΟ 'TEACH-BACK'

- ✓ Δώστε σαφείς πληροφορίες τμηματικά
- ✓ Ζητήστε από τον ασθενή σας να επαναλάβει τις πληροφορίες μετά από εσάς
- ✓ Αξιολογήστε τις επαναλαμβανόμενες πληροφορίες ως προς την ακρίβειά τους
- ✓ Αναδιατυπώστε τις πληροφορίες έως ότου ο ασθενής σας αποδείξει ότι καταλαβαίνει

Ενθαρρύνετε τους ασθενείς σας να κάνουν ερωτήσεις χρησιμοποιώντας το

'Ask Me 3®'

Ποιο είναι το κύριο πρόβλημά μου;

Τι πρέπει να κάνω;

Γιατί είναι σημαντικό για μένα να το κάνω αυτό;

Διευκολύνετε τους ασθενείς να συμμετέχουν ενεργά στη λήψη κλινικών αποφάσεων σχετικά με την υγειονομική τους περίθαλψη.



«Η Σαφής Επικοινωνία είναι το κλειδί για την Εγγραμματοσύνη Υγείας»

Ένας Οδηγός Εγγραμματοσύνης Υγείας για το Κοινό

Η Εγγραμματοσύνη Υγείας

είναι η ικανότητα ενός ατόμου να βρει πληροφορίες σχετικά με την υγεία του, να κατανοήσει αυτές τις πληροφορίες και στη συνέχεια να τις χρησιμοποιήσει για να πάρει τις κατάλληλες αποφάσεις σχετικά με την υγεία του.

Η ενημέρωση με σαφή και προσιτό τρόπο είναι το κλειδί για την υποστήριξη όλων των επιπέδων της Εγγραμματοσύνης Υγείας.



Γιατί η Εγγραμματοσύνη αποτελεί πρόβλημα δημόσιας υγείας;

Μια πρόσφατη ευρωπαϊκή μελέτη ανέδειξε ότι στις περισσότερες χώρες η πλειοψηφία των ανθρώπων είχε **χαμηλά επίπεδα Εγγραμματοσύνης Υγείας**

Οι ηλικιωμένοι, τα άτομα με χαμηλότερα επίπεδα εκπαίδευσης και οι χαμηλότερες κοινωνικοοικονομικές ομάδες επηρεάζονται περισσότερο.



Άτομα με χαμηλό επίπεδο Εγγραμματοσύνης Υγείας:

ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΠΕΡΙΘΑΛΨΗ

- ✓ Έχουν δυσκολία στη διαχείριση των φαρμάκων
- ✓ Περνούν περισσότερο χρόνο στα νοσοκομεία
- ✓ Είναι λιγότερο πιθανό να τηρούν τις οδηγίες σωματικής δραστηριότητας

ΣΤΑ ΚΛΙΝΙΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

- ✓ Έχουν λιγότερες γνώσεις σχετικά με την κατάστασή τους
- ✓ Δυσκολεύονται να διαχειριστούν τα συμπτώματά τους

Εάν δυσκολεύεστε να κατανοήσετε τις πληροφορίες σχετικά την κατάσταση υγείας σας, χρησιμοποιήστε τις τρεις ερωτήσεις (**Ask Me Three®**)

- ✓ Ποιο είναι το κύριο πρόβλημά μου;
- ✓ Τι πρέπει να κάνω;
- ✓ Γιατί είναι σημαντικό για μένα να το κάνω αυτό;

✓ ΚΑΝΤΕ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Η υποβολή ερωτήσεων δεν είναι πάντα εύκολη, αλλά είναι σημαντικό μέρος της περίθαλψής σας να πάρετε τις πληροφορίες που χρειάζεστε για να φροντίσετε τον εαυτό σας.

ΣΕ ΑΤΟΜΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ

- ✓ Έλλειψη αυτοπεποίθησης στη διαχείριση της υγείας τους



✓ ΕΠΑΝΑΛΑΒΕΤΕ ΤΙΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Επαναλαμβάνοντας αυτό που καταλαβαίνετε από τις πληροφορίες, ο επαγγελματίας υγείας μπορεί να σας διαβεβαιώσει εάν είναι σωστές ή να σας βοηθήσει να καταλάβετε καλύτερα τι σημαίνουν.

ΠΑΡΤΕ ΕΝΑ ΑΞΙΟΠΙΣΤΟ ΜΕΛΟΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ Ή ΦΙΛΟ ΠΟΥ ΕΜΠΙΣΤΕΥΕΣΤΕ ΓΙΑ ΝΑ ΣΑΣ ΒΟΗΘΗΣΕΙ ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ ΚΑΙ ΝΑ ΚΑΤΑΝΟΗΣΤΕ ΤΙΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΥΓΕΙΑΣ ΣΑΣ.

«Η σαφής επικοινωνία είναι το κλειδί στην Εγγραμματοσύνη Υγείας»

Ένας Οδηγός Εγγραμματοσύνης Υγείας για τους Ασθενείς

Η Εγγραμματοσύνη Υγείας

είναι η ικανότητα ενός ατόμου να βρει πληροφορίες σχετικά με την υγεία του, να κατανοήσει αυτές τις πληροφορίες και στη συνέχεια να τις χρησιμοποιήσει για να πάρει τις κατάλληλες αποφάσεις σχετικά με την υγεία του.

Η παροχή πληροφοριών με σαφή και προσιτό τρόπο είναι το κλειδί για την υποστήριξη όλων των επιπέδων της Εγγραμματοσύνης Υγείας.



Τι μπορείτε να κάνετε πριν από μια επίσκεψη στον επαγγελματία υγείας σας;

- ✓ Σκεφτείτε τι θα θέλατε να τον ρωτήσετε
- ✓ Μιλήστε με έναν φίλο ή μέλος της οικογένειάς σας σχετικά με την επίσκεψη στον/ην επαγγελματία υγείας, ή μπορείτε να τους πάρετε μαζί σας
- ✓ Αναρωτηθείτε ποιο είναι το κύριο πρόβλημά σας και τι μπορείτε να κάνετε για να βοηθήσετε τον εαυτό σας

Τι μπορείτε να κάνετε κατά τη διάρκεια της επίσκεψης;

- ✓ Θυμηθείτε ότι έχετε το δικαίωμα να κάνετε ερωτήσεις
- ✓ Εάν δεν καταλαβαίνετε κάτι, ζητήστε να σας το εξηγήσουν με διαφορετικό τρόπο
- ✓ Μη ντρέπεστε να κάνετε ερωτήσεις – είναι ευθύνη του επαγγελματία υγείας να σας βοηθήσει να καταλάβετε



Τι σημαίνει να έχετε «καλή» Εγγραμματοσύνη Υγείας;

- ✓ Ότι καταλαβαίνετε ή μαθαίνετε για την κατάστασή σας
- ✓ Ότι μπορείτε να αυτο-διαχειριστείτε καλύτερα τον πόνο σας
- ✓ Ότι έχετε αυτοπεποίθηση για τη λήψη των αποφάσεων με τον επαγγελματία υγείας σχετικά με τη θεραπεία του πόνου σας

Τα επίπεδα της Εγγραμματοσύνης Υγείας μπορεί να διαφέρουν με την πάροδο του χρόνου, ανάλογα με τις εμπειρίες που είχατε από τις παθήσεις σας και τους χώρους υγειονομικής περίθαλψης.

Η χρήση του εργαλείου τριών ερωτήσεων **Ask Me Three®** μπορεί να σας βοηθήσει να κατανοήσετε καλύτερα την ενημέρωση που λαμβάνετε από τον προσωπικό σας επαγγελματία υγείας ή σε ένα χώρο περίθαλψης

Απλά ρωτήστε...

- ✓ Ποιο είναι το κύριο πρόβλημά μου;
- ✓ Τι πρέπει να κάνω;
- ✓ Γιατί είναι σημαντικό για μένα να το κάνω αυτό;



Ανατροφοδότηση από τους ασθενείς όταν οι επαγγελματίες υγείας χρησιμοποιούν προσεγγίσεις ενίσχυσης της Εγγραμματοσύνης Υγείας

”

“Το να μάθεις πως να εκπαιδεύσεις τον εαυτό σου μπορεί να σου βελτιώσει τη ζωή»

”

Εγώ με τον γιατρό μου πραγματικά καθόμαστε και συζητάμε για μένα.

European Pain Federation EFIC[®] εκστρατεία «Plain Talking»

Ενημερωτικό Φυλλάδιο για την
Εγγραματοσύνη Υγείας



Ενημερωτικό δελτίο για την Εγγραματοσύνη Υγείας «Η Σαφής Επικοινωνία είναι το κλειδί για την Εγγραματοσύνη Υγείας»

Εισαγωγή

Είναι αποδεδειγμένο ότι η αυτοδιαχείριση είναι το κλειδί για τη θεραπεία του πόνου¹ η οποία προϋποθέτει από τους ασθενείς να συμμετέχουν ενεργά στο πλάνο θεραπείας τους. Τα τελευταία χρόνια, οι υπηρεσίες υγείας αναγνωρίζουν όλο και περισσότερο τη σημασία της εκπαίδευσης των ασθενών στη θεραπεία του πόνου². Ωστόσο, ένα εμπόδιο στην εκπαίδευση των ασθενών είναι η χαμηλή Εγγραματοσύνη Υγείας³ (ΕΥ) των ασθενών, η οποία έχει βρεθεί ότι έχει αντίκτυπο στις γνώσεις σχετικά με την ασθένειά τους⁴ – μία κρίσιμη συνιστώσα για την ανάπτυξη αποτελεσματικών δεξιοτήτων αυτοδιαχείρισης⁵.

Τι είναι η Εγγραματοσύνη Υγείας

Η Εγγραματοσύνη Υγείας είναι «Η ικανότητα του ατόμου να αποκτά, να επεξεργάζεται και να κατανοεί βασικές πληροφορίες υγείας και υπηρεσίες που απαιτούνται για τη λήψη κατάλληλων κλινικών αποφάσεων για την υγεία»⁶. Περιορισμένη ΕΥ οδηγεί σε φτωχότερα κλινικά αποτελέσματα των χρόνιων ασθενών· λιγότερο έλεγχο των συμπτωμάτων, αύξηση χρήσης της υγειονομικής περίθαλψης, λιγότερη συμμόρφωση στην θεραπεία και ανεπαρκή επικοινωνία μεταξύ ασθενούς και επαγγελματία υγείας⁴.

Τα αποτελέσματα μίας έρευνας που διεξήχθη σε εννέα κράτη μέλη της ΕΕ ήταν ανησυχητικά, καθώς το 47% των ερωτηθέντων βρέθηκε να έχει περιορισμένη ΕΥ⁷, ενώ ορισμένες πληθυσμιακές ομάδες (ηλικιωμένοι, άτομα με χαμηλότερη κοινωνική θέση και εκπαίδευση) φάνηκε να επηρεάζονται περισσότερο. Ένας αριθμός μελετών έχει δείξει παρόμοια επίπεδα περιορισμένης ΕΥ σε άτομα με χρόνια πόνο^{8,9,10}.

Επιπλέον, οι οικονομικές συνέπειες της περιορισμένης ΕΥ είναι σημαντικές· τα ιατρικά λάθη, η αύξηση των ασθενειών και της αναπηρίας, η μείωση των μισθών και η υπονόμευση της δημόσιας υγείας¹¹. Έχει υπολογιστεί ότι η χαμηλή ΕΥ μπορεί να αντιπροσωπεύει το 3-5% των συνολικών δαπανών υγειονομικής περίθαλψης σε επίπεδο συστημάτων υγείας¹². Τα ευρήματα αυτά οδήγησαν τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας να αναγνωρίσει ότι η ΕΥ αποτελεί παγκόσμιο πρόβλημα υγείας και να δηλώσει ότι οι προσπάθειες για την αύξηση της ΕΥ θα ήταν ζωτικής σημασίας για την υλοποίηση των κοινωνικών και οικονομικών φιλοδοξιών που περιγράφονται στον Προγραμματισμό του 2030 για τη Βιώσιμη Ανάπτυξη¹³.

Αξιολόγηση της Εγγραματοσύνης Υγείας

Ορισμένα σταθμισμένα ερωτηματολόγια έχουν αναπτυχθεί για τον καθορισμό των επιπέδων ΕΥ του πληθυσμού· το Test of Functional Health Literacy in Adults¹⁴ (TOFHLA) και το Newest Vital Sign¹⁵ (NVS). Επιπλέον, ο Morris και οι συνεργάτες του¹⁶ σχεδίασαν το Single Item Literacy Screener, το οποίο μπορεί να βοηθήσει τους επαγγελματίες υγείας να μετρήσουν τα επίπεδα ΕΥ στους ασθενείς τους. Το ερώτημα είναι: “Πόσο συχνά χρειάζεται να έχετε κάποιον να σας βοηθήσει όταν διαβάσετε οδηγίες, φυλλάδια ή άλλες γραπτές πληροφορίες από τον γιατρό ή το φαρμακείο σας;”

Οι ασθενείς βαθμολογούν την ανταπόκρισή τους σε μία κλίμακα (1-5): 1-Ποτέ, 2-Σπάνια, 3-Μερικές φορές, 4-Συχνά και 5-Πάντα. Βαθμολογίες μεγαλύτερες από 2 υποδεικνύουν δυσκολία στην ανάγνωση έντυπου υλικού σχετικά με την υγεία.

Ενώ τα ερωτηματολόγια και οι κλίμακες προσφέρουν μια μέθοδο για τον πιθανό εντοπισμό περιορισμένης ΕΥ, οι επαγγελματίες υγείας πρέπει να υποθέσουν ότι όλοι οι ασθενείς, ανεξάρτητα από το εκπαιδευτικό ή κοινωνικοοικονομικό τους υπόβαθρο, μπορεί να δυσκολευτούν να κατανοήσουν και να αφομοιώσουν πληροφορίες σχετικά με την υγεία. Επιπλέον, οι υπηρεσίες υγείας παίζουν ρόλο στην υποστήριξη των ασθενών, ώστε να διαχωρίζουν τις τεκμηριωμένες από τις ψευδείς ή παραπλανητικές πληροφορίες, να παρέχουν νέες προσβάσιμες πληροφορίες και με ρυθμό που εξυπηρετεί τον ασθενή¹⁷. Αυτό θα επιτρέψει τελικά στους ασθενείς να λαμβάνουν τεκμηριωμένες αποφάσεις και να συμμετέχουν ενεργά στη δική τους υγειονομική περίθαλψη.

Παρεμβάσεις Εγγραμματοσύνης Υγείας

Παρεμβάσεις Εγγραμματοσύνης Υγείας

Για την υποστήριξη της εκπαίδευσης των ασθενών (προφορικές ή γραπτές πληροφορίες), θα πρέπει να εφαρμόζονται από όλους τους επαγγελματίες υγείας ευαισθητοποιημένες ως προς την ΕΥ προσεγγίσεις για να επιτρέψουν στους ασθενείς να αναπτύξουν και να βελτιώσουν τα επίπεδα της ΕΥ¹⁸. Τα ακόλουθα εργαλεία μπορούν να ενσωματωθούν επιτυχώς στην καθημερινή κλινική πρακτική:

Απλή γλώσσα: Χρησιμοποιήστε απλή γλώσσα και εξηγήστε την σύνθετη ιατρική ορολογία που χρησιμοποιείται. Παρέχετε γραπτές πληροφορίες με τρόπο προσιτό σε όλους, λαμβάνοντας υπόψη το μέσο επίπεδο ανάγνωσης στη χώρα σας, τη γλώσσα που χρησιμοποιείται, και τον τρόπο με τον οποίο τα φυλλάδια είναι σχεδιασμένα¹⁹. Τα διαγράμματα μπορούν επίσης να σας βοηθήσουν στην επεξήγηση. Το Readable.com είναι μία χρήσιμη ιστοσελίδα για τη μέτρηση του επιπέδου δυσκολίας ανάγνωσης²⁰.

Μέθοδος Teach Back: Ζητήστε από τους ασθενείς σας να επαναλάβουν αυτό που τους είπατε με δικά τους λόγια²¹. Αυτό σας επιτρέπει να αξιολογήσετε την κατανόηση του ασθενούς σας για τις πληροφορίες που του έχετε δώσει.

Ask Me 3®: Ενισχύστε τους ασθενείς σας ενθαρρύνοντάς τους να υποβάλλουν αυτές τις τρεις ερωτήσεις κατά τη διάρκεια όλων των ιατρικών επισκέψεων²²

- Ποιο είναι το κύριο πρόβλημά μου;
- Τι πρέπει να κάνω;
- Γιατί είναι σημαντικό για μένα να το κάνω αυτό;

Πλεονεκτήματα από την βελτίωση της Εγγραμματοσύνης Υγείας

Πρόσφατες μελέτες ανέδειξαν ότι η εφαρμογή της μεθόδου «Teach Back» και της «απλής γλώσσας» οδηγεί σε μεγαλύτερη βελτίωση της συμμόρφωση των ασθενών στη θεραπεία²³ αύξηση της αυτοδιαχείρισης και των γνώσεων σχετικά με τις παθήσεις τους²⁴, ανεξάρτητα από τα προηγούμενα επίπεδα ΕΥ. Ομοίως, το ‘Ask Me 3®’ ενθαρρύνει τους ασθενείς να συμμετέχουν ενεργά στη θεραπεία τους κατά την διάρκεια των συνεδριών φυσικοθεραπείας²⁵.

Συμπεράσματα

Η περιορισμένη ΕΥ είναι ένα παγκόσμιο ζήτημα υγείας με κοινωνικές και οικονομικές επιπτώσεις. Η αύξηση της ευαισθητοποίησης των παρεμβάσεων σχετικά με την ΕΥ στις υπάρχουσες υπηρεσίες υγείας έχει τη δυνατότητα να βελτιώσει τα κλινικά αποτελέσματα των ατόμων που βιώνουν πόνο. Οι υπηρεσίες υγείας θα πρέπει να εξετάσουν το ρόλο τους και να αναπτύξουν στρατηγικές για τη βελτίωση των επιπέδων ΕΥ στο κοινό και της προσβασιμότητας του σε τεκμηριωμένες πληροφορίες ως προς την υγεία.

Αναφορές

1. Scottish Intercollegiate Guidelines Network. 2013. Management of chronic pain: SIGN publication no.136 [Online]. Edinburgh. Available: <http://www.sign.ac.uk/pdf/SIGN136.pdf>
2. Moseley L, Butler D.S. 2015. Fifteen Year of Explaining Pain: The Past, Present, and Future. The Journal of Pain, 16(9): 807-813.
3. Wittink H, Oosterhaven J. 2018. Patient education and health literacy. Musculoskeletal Science and Practice, 38: 120-127.
4. Berkman ND, Sheridan SL, Donahue KE, Halpern, DJ, Crotty K. 2011. Low health literacy and health outcomes: an updated systematic review. Annals of Internal Medicine, 155, 97-107.
5. Mackey L M, Doody C, Werner EL, Fullen BM. 2016. Self-management skills in chronic disease management: what role does health literacy have? Medical Decision Making, 36(6):741-59.
6. Nielsen-Bohlman L, Panzar AM, Hamlin B, Kinding DA. 2004. A prescription to end confusion, Institute of Medicine.
7. Sorensen K, Van den Brouke S, Fullam J, Doyle G, Pelikan J, Slonska Z, Brand H. 2012. Health literacy and public health: a systematic review and integration of definitions and models. BMC Public Health. 12, 80.
8. Mackey LM, Blake C, Casey MB, Power CK, Victory R, Hearty C, Fullen BM. 2019. The impact of health literacy on health outcomes in individuals with chronic pain: a cross-sectional study Physiotherapy, 105(3): 346–353.
9. Devraj R, Herndon CM, Griffin J. 2013. Pain awareness and medication knowledge: a health literacy evaluation. J Pain Palliat Care Pharmacother, 27, 19-27.
10. Loke YK, Hinz I, Wang X, Rowlands G, Scott D, Salter C. 2012. Impact of health literacy in patients with chronic musculoskeletal disease—systematic review. PLoS One, 7, e40210.
11. Vernon J, Vernon A, Trujillo S, Rosenbaum S, DeBuono, B. 2007. Low Health Literacy: Implications for National Health Policy. University of Connecticut.
12. Eichler K, Wieser S, Brugger U. 2009. The costs of limited health literacy: a systematic review. Int J Public Health, 54, 313-24.
13. World Health Organisation – 2030 Agenda for Sustainable Development. Available here: <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-PND-17.5>
14. Parker RM, Baker DW, Williams MV, Nurss J. The test of functional health literacy in adults. J Gen Intern Med. 1995;10(10): 537–41.
15. Weiss BD, Mays MZ, Martz, W, Castro KM, DeWalt DA, Pignone MP, Mockbee J, Hale FA. 2005. Quick assessment of literacy in primary care: The Newest Vital Sign. The Annals of Family Medicine, 3, 514-522.
16. Morris NS, MacLean CD, Chew LD, Littenberg B. 2006. The Single Item Literacy Screener: evaluation of a brief instrument to identify limited reading ability. BMC Fam Pract, 7, 21.
17. National Institute of Health: Clear Communication – Health Literacy. Available here: <https://www.nih.gov/institutes-nih/nih-office-director/office-communications-public-liaison/clear-communication/health-literacy>
18. Schaffler J, Leung K, Trembley S, Merdsoy L, Belzile E, Lambrou A, Lambert SD 2018. The Effectiveness of Self-Management Interventions for Individuals with Low Health Literacy and/or Low Income: A Descriptive Systematic Review. J Gen Intern Med 33(4):510–23.
19. <https://www.plainlanguage.gov/resources/content-types/healthcare/>
20. <https://app.readable.com/text/>
21. Yen L, Leasure A.R. 2019. Use and Effectiveness of the Teach-Back Method in Patient Education and Health Outcomes. Federal Practitioner. 36(6): 284–289.
22. Institute for Healthcare Improvement – Ask Me 3: Good Questions for your Good Health. Available here: <http://www.ihl.org/resources/Pages/Tools/Ask-Me-3-Good-Questions-for-Your-Good-Health.aspx>
23. Kiser K, Jonas D, Warner Z, Scanlon K, Shilliday BB, DeWalt DA. 2012. A randomized controlled trial of a literacy-sensitive self-management intervention for chronic obstructive pulmonary disease patients. J Gen Intern Med, 27, 190-5.
24. Eckman MH, Wise R, Leonard AC, Dixon E, Burrows C, Khan F, Warm E. 2012. Impact of health literacy on outcomes and effectiveness of an educational intervention in patients with chronic diseases. Patient Educ Couns, 87, 143-51.
25. Tobin M, Pender M, Cusack T. 2017. The effect of a healthcare communication intervention – ask me 3; on health literacy and participation in patients attending physiotherapy, European Journal of Physiotherapy, 19(suppl1) 12-14.

Συγγραφείς
Dr Laura Mackey (Chair, Working Group on Health literacy)
Professor Harriet Wittink
Dr Magdalena Kocot-Kępska
Dr Brona Fullen
Dr Nadja Nestler



Η εκστρατεία «Plain Talking» θέλει να βελτιώσει την ευαισθητοποίηση σχετικά με την Εγγραμματοσύνη Υγείας.

Για να μάθετε περισσότερα, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας και ακολουθήστε την εκστρατεία μας #EFICPlainTalking στο Facebook, το Twitter, το LinkedIn και το Instagram.

Μεταφραστές: Konstantina Savvoulidou, Achilleas Paliouras, Paraskevi Bilika, Eleni Kapreli



European Pain
Federation ©

plain
talking