

Remissrunda – Mall för individuell uppföljningsplan i Min vårdplan

Här följer ett förslag på en generisk mall för patientens individuella uppföljningsplan – Min uppföljningsplan. Mallen är tänkt att anpassas efter diagnos och individ och att utformas i samarbete med patienten själv. Den kan användas när som helst i förloppet men företrädesvis när den aktiva cancerbehandlingen närmar sig sitt slut och patienten övergår till annan vårdform eller avslutas från cancervården.

Innehållet i mallen har tagits fram av funktionsgruppen för Min vårdplan och är baserat på olika nationella och internationella förlagor som använts i forskning och kliniskt förbättringsarbete. Funktionsgruppen för Min vårdplan består av bland annat vårdrepresentanter från klinik och regionala förvaltningar, patientföreträdare och kommunikationsexperter och arbetar diagnosövergripande med utvecklingsfrågor kopplade till Min vårdplan.

Remissrundan finns för att profession och patienter ska få tillfälle att kommentera och lämna synpunkter på innehållet i den föreslagna mallen. Ge gärna konkreta förslag på ändringar och tillägg.

Syfte med mallen Min uppföljningsplan

Ett av målen i nationella Cancerstrategin är att alla patienter ska erbjudas en digital individuell behandlings- och uppföljningsplan. Min vårdplan har goda förutsättningar att fungera som en individuell uppföljningsplan, men det behöver tydliggöras vad patienten kan förvänta sig av vården under och efter uppföljningsperioden. Det finns en efterfrågan på konkreta stöd i att hitta strukturerade arbetssätt som med en helhetssyn knyter ihop cancerbehandling, rehabilitering, medicinsk uppföljning och patientens återgång till livet efter cancer.

Syftet med att ta fram denna mall har varit att erbjuda en generisk modell för hur en samlad individuell uppföljningsplan kan utformas. Mallen kommer i samband med ordinarie revideringar av diagnosspecifika Min vårdplan att justeras för att fungera optimalt i olika diagnosflöden. Den kan användas som en journalmall eller fristående och är tänkt att kopplas till Min vårdplan genom en sidkommentar.

Min uppföljningsplan är avsett att vara patientens eget dokument och är därför anpassat i språk, tilltal och detaljnivå. Med hjälp av stödord, kategorier och förslag på formuleringar (i mallen markerade med ljusgrå kursiv text) kan vårdpersonalen anpassa vårdens information till patientens individuella situation. Patienten själv kan bidra med att formulera sina behov, resurser och mål när planen upprättas eller går igenom tillsammans med vårdpersonalen.

Hur Min vårdplan är strukturerat

Min vårdplan är ett digitalt stöd för personer som utreds för eller har cancer. Min vårdplan finns idag för flertalet cancerdiagnoser och innehåller faktagranskad information om utredning, diagnos, behandling, rehabilitering och uppföljning. Det finns också egenvårdsråd och möjligheter att kommunicera med vården via meddelanden och formulär. Vårdpersonalen gör ett urval så att patienten endast ser det innehåll som är relevant.

Min vårdplan publiceras digitalt via 1177 i Stöd och behandling. Tjänsten behöver användas tillsammans med andra e-tjänster, till exempel Journalen och Bokade tider, för att patienten ska få full överblick över vårdförloppet. I demonstrationsfilmen ser du hur Min vårdplan ser ut för patienten: [Patientens Min vårdplan, YouTube](#)

Vi tar tacksamt emot synpunkter på innehållet i mallen för Min uppföljningsplan. Du kan bara lämna svar via webbenkäten: [länk till enkät](#)

Vänligen gör inga kommentarer i pdf-dokumentet.

Skicka remissvaret senast **2026-11-13**

På funktionsgruppens för Min vårdplan vägnar,
Claire Micaux, nationell samordnare för Min vårdplan

Min uppföljningsplan – livet med och efter cancer

Vårdpersonalen planerar tillsammans med dig för att du ska ha bästa möjliga liv efter cancer.

Det ska vara tydligt:

- Hur din uppföljningsplan ser ut
- Var du hittar viktig information
- Vad du kan ansvara för själv
- Vad vården kan hjälpa till med
- Vad du behöver vara uppmärksam på
- Vart du vänder dig vid besvär och symtom

Min uppföljningsplan uppdateras när det behövs och följer med dig så länge du behöver den.

Informera om innehållet i Min uppföljningsplan när du har kontakt med sjukvården. Alla vårdgivare har inte tillgång till din journal inom specialistsjukvården

Sammanfattning av vården hittills

Du har behandlats för: *typ av cancer, stadium*

Du fick diagnosen: *datum*

Behandlingen påbörjades: *datum*

Du har fått följande behandling(ar):

☐ kirurgi

☐ cytostatika

☐ strålbehandling

☐ målriktade läkemedel

☐ immunterapi

☐ endokrin behandling

☐ annan behandling:.....

☐ ingen behandling

Kommentar:

Om relevant skriv datum/preparat/dos/intervall

Målet med behandlingen är: *att bota cancer/att bromsa sjukdomen/att lindra symtom/.../*

Behandlingens resultat:

Behandlingen avslutas/avslutades: *planerat eller faktiskt datum*

Aktuell behandling: *om relevant*

Symtom du har haft av sjukdomen:

Biverkningar (akuta och långvariga) och komplikationer du haft av sjukdomen eller behandlingen:

Under behandlingen har du gjort följande rehabilitering: *beskriv vilka rehabiliteringsaktiviteter och om relevant, med stöd av vilken profession*

Annat viktigt som hänt under behandlingstiden: *till exempel andra sjukdomar eller viktiga livshändelser*

Uppföljning

Medicinsk uppföljning

Planerade prover och undersökningar: *enligt nationella vårdprogram och regionala riktlinjer*

Planerade återbesök: *Datum/tid/plats. Telefon/digitala tjänster (vem + när)*

Symtom att vara uppmärksam på under uppföljningstiden: *hänvisa till diagnosspecifik information i Min vårdplan, sena biverkningar och symtom/tecken på återfall.*

Vart du ska vända dig: *lägg till regional/lokal information*

Uppföljningen planeras pågå: *t ex i 5år eller tills...*

Efter uppföljningens slut: *t ex . årlig kontroll i primärvården/Läkaren på x-mottagning tar över ansvaret för /.../ när... (datum eller kriterier för avslut vid specialistmottagningen).*

Rehabilitering

De här insatserna får jag från vården *t ex fysioterapi, arbetsterapi, dietist, psykosocialt stöd, sexualrådgivning, lymfterapi, ange förväntad tidsram*

Den här egenvården ska jag göra själv: *egenvårdsråd, levnadsvanor, hänvisa till information om egenvård och levnadsvanor i Min vårdplan*

Hjälpmedel: *förbrukningsprodukter, andra hjälpmedel*

Sysselsättning *nuvarande sjukskrivning, plan framåt för återgång till arbete/studier/annan sysselsättning, rehabiliteringskoordinator.*

Stöd utanför vården *t ex föreningar/samfund, närstående, fritidsintressen*

Mina mål

Här kan du själv fylla i vad du behöver i din uppföljning. Diskutera gärna med vårdpersonalen vilket stöd du kan få.

Gärna baserat på Hälsoskattningen eller annan strukturerad bedömning men också "Vad är viktigt för mig", patientens egen berättelse om vad som är viktigt i deras liv.

Mina mål: vad och när	Det här behöver jag för att nå målen	Så här följer vi upp