

Bäckenbottenfunktion – checklista för en strukturerad anamnes

Denna publikation skyddas av upphovsrättslagen. Vid citat ska källan uppges. För att återge bilder, fotografier och illustrationer krävs upphovspersonens tillstånd.

Publikationen finns som pdf på Socialstyrelsens webbplats. På begäran kan vi ta fram publikationen i ett alternativt format för personer med funktionsnedsättning. Skicka frågor om alternativa format till alternativaformat@socialstyrelsen.se.

Artikelnummer: 2025-6-9560

Publicerad: www.socialstyrelsen.se, juni 2025

Innehåll

En strukturerad anamnes skapar goda förutsättningar.....	4
Vad är bäckenbottendysfunktion?.....	4
Anpassa dina frågor till patienten	5
Använd checklistan K-L-A-S	6
Checklista för en strukturerad anamnes	7
K – Kiss.....	7
L – Lokala symtom.....	7
A – Avföring.....	7
S – Sex.....	7
Bilaga 1. Röda flaggor kräver skyndsam vidare utredning.....	8

En strukturerad anamnes skapar goda förutsättningar

Den här checklistan har tagits fram av experter inom bäckenbottendysfunktion. Vi har utformat den utifrån önskemål från professionen och patientföreträdare för att ge grundförutsättningar för en jämlik vård.

Använd checklistan när du möter en patient och behöver göra en strukturerad anamnes för att kartlägga bäckenbottenfunktionen. Utred och behandla sedan enligt nationella och lokala vårdprogram.

Vi går igenom

- vad bäckenbottendysfunktion kan innebära
- hur du kan ställa frågor på ett inkännande sätt
- checklistan K-L-A-S, som alltid bör ingå i en strukturerad anamnes
- vilka fynd du ska vara uppmärksam på för en skyndsam vidare utredning – så kallade *röda flaggor*.

Vad är bäckenbottendysfunktion?

Bäckenbottendysfunktion har ingen entydig definition. Det är ett samlingsbegrepp för olika tillstånd som beskriver olika nedsatta funktioner och besvär som är kopplade till bäckenbottens struktur, muskulatur och stödjevävnader. I Socialstyrelsens *Nationella riktlinjer för vård vid bäckenbottendysfunktion hos kvinnor*¹ (2025), ingår följande tillstånd och symtom i begreppets definition: urininkontinens, analinkontinens, framfall, bäckensmärta, tömningsbesvär från blåsa eller tarm samt sexuell dysfunktion som kan vara relaterad till bäckenbottendysfunktionen. Tillstånden är komplexa och samvarierar ofta.

Olika typer av dysfunktion och besvär

Bäckenbottendysfunktion kan exempelvis leda till

- inkontinens för urin, gaser eller avföring
- en känsla av för stor eller för liten slidöppning, luftpruttar från slidan

¹Med kvinnor menar vi personer som utifrån ett biomedicinskt perspektiv har en "kvinnlig bäckenbotten".

- slidväggar, livmoder eller tarmväggar kommer ut utanför kroppen – framfall
- buksmärtor
- bäckenbottensmärtor
- tömningssvårigheter för urin eller avföring
- urin- eller avföringsträngningar
- urinrörssmärta
- smärta vid avföring
- hård eller lös avföring
- obehag eller smärta vid samlag, lustproblematik
- oro eller ångest.

Undersök varsamt

Då många patienter med bäckenbottendysfunktion har smärta i underlivet är det viktigt med en varsam undersökning.

Anpassa dina frågor till patienten

Här är några saker att tänka på när du ställer frågor:

- Anpassa dina frågor till patienten och spegla gärna patientens språkbruk.
- Undvik komplicerade termer eller omskrivningar för kroppsfunktioner eller kroppsdelar, eftersom det lätt leder till missförstånd.
- Ställ öppna frågor och undvik fokus på prestation, särskilt när det gäller funktion. Exempel: Hur fungerar det att kissa? Hur fungerar det att bajsas? Kan det bli läckage av kiss? Kan det bli läckage av avföring? (I stället för att säga: *Kan du bajsas som vanligt?* eller *Går det bra med...?*)

Observera: Den strukturerade bäckenbottenanamnesen kompletterar den övriga anamnesen som tar upp tidigare fysisk och psykisk hälsa, inklusive operationer, sociala förhållanden, alkohol, tobak, läkemedel, paritet samt frågor om preventivmedel och menstruation.

Ett inkännande bemötande

Besvär från bäckenbotten är ofta skam- och tabubelagda, eftersom de rör frågor om könsorgan, kiss, bajs och sex. Det är därför extra viktigt med ett inkännande och individuellt bemötande.

Sök stöd hos en kollega eller chef om det känns obekvämt att prata om dessa frågor. Om du som möter patienter förhåller dig neutral minskar ämnets laddning. Dessutom minskar risken att missa viktiga symtom.

Fråga alltid om våld!

Fråga alla patienter om våldsutsatthet. Frågan kan exempelvis ställas så här:

Vi frågar alla med dina symtom om tidigare smärtsamma eller obehagliga erfarenheter. Har du varit med om att någon tagit i eller rört din kropp eller ditt underliv på ett sätt som inte känts bra? Det kan vara både i ditt privatliv och i vården.

Att ställa dessa frågor ger patienten möjlighet att uttrycka oro eller obehag inför undersökningen, och du får information som kan vara viktig i anamnesen.

➔ **Läs mer** på Kunskapsguiden.se om att upptäcka våld: [Så kan utsatthet för våld upptäckas.](#)

Använd checklistan K-L-A-S

Tänk på att bäckenbottens funktioner kan samverka och påverka varandra: Svårigheter att tömma tarmen kan ge blåstömningsbesvär och bidra till inkontinens för urin eller avföring; överspänning kan ge smärta och tömningssvårigheter etcetera.

Anpassa livsstilsråden efter patientens symtombild. Råd om riklig dryck kan till exempel förbättra förstoppningsproblem, men samtidigt försämra läckage och därmed överspänningssmärta.

Be patienten berätta om sina symtom, och komplettera sedan med öppna frågor. Använd checklistan K-L-A-S för att ställa kompletterade frågor så att du får med dessa fyra områden:

- kiss
- lokala symtom
- avföring
- sex.

Ta alltid upp alla fyra under anamnesen för att få en fullständig bild.

Sammanställ anamnesen med undersökningsresultaten och planera en eventuell fortsatt utredning eller behandling i samråd med patienten.

Checklista för en strukturerad anamnes

Använd Socialstyrelsens checklista när du undersöker patienter med en bäckenbotten som bedöms som kvinnlig ur ett anatomiskt perspektiv.

K – Kiss

Exempel på symptom: Olika typer av inkontinens, tömningssvårigheter, infektioner, trängningar, nykturi, smärta.

Exempel på frågor: Hur fungerar blåsan? Hur fungerar det att kissa? Kan det läcka urin? I vilka situationer händer det?

L – Lokala symtom

Exempel på symptom: Framfall, vidhetskänsla, smärta vid samlag, hudåkommor, torra slemhinnor, besvär efter könsstympning.

Exempel på frågor: Hur känns det i slidöppningen? Är det något som buktar ut ur slidan? Händer det att du behöver hålla emot? Kliar eller svider det? Känns det som att slidöppningen är för stor eller för liten? Är det något som gör ont? Är det något som kommer fram i ändtarmsöppningen?

A – Avföring

Exempel på symptom: Förstoppning, diarré, tarmstömningsbesvär, behov av att hålla emot med finger i slidan eller mot mellangården, läckage av gaser eller avföring, smärta vid avföring.

Exempel på frågor: Hur fungerar tarmen? Hur fungerar det att tömma tarmen? Händer det att du behöver hjälpa till på något sätt? Är det något som gör ont? Kan det läcka gaser? Kan det läcka avföring? I vilka situationer händer det?

S – Sex

Exempel på symptom: Patienten undviker sex på grund av andra bäckenbottenrelaterade besvär, bristande lust, smärta vid samlag, vidhetskänsla, svårigheter att nå orgasm, inkontinens vid samlag.

Exempel på frågor: Är det aktuellt för dig med sex? Hur fungerar sex för dig? Påverkas ditt sexliv av dina symtom? På vilket sätt?

Bilaga 1. Röda flaggor kräver skyndsam vidare utredning

Var uppmärksam på fynden i listan vid anamnes, undersökning eller annan utredande åtgärd. Det är så kallade *röda flaggor* som kräver en skyndsam vidare utredning.

Bäckenbottensymtom som kräver skyndsam vidare utredning

- nytillkomna urinträngningar utan infektion
- synligt blod i urinen
- urinstämma
- ofrivillig viktnedgång
- sår som inte läker
- blod i avföringen
- nytillkomna trängningar till avföring eller läckage
- nattliga defekationer
- buksmärta
- olaga blödningsmönster
- postmenopausal blödning
- ändrade avföringsvanor utan tydlig orsak.



Socialstyrelsen

Bäckenbottenfunktion – checklista för en strukturerad anamnes
(artikelnr 2025-6-9560)
kan laddas ner från socialstyrelsen.se/publikationer.