



**Karolinska
Institutet**

Hur smärtupplevelsen påverkas av dödsångest - *om helhetssyn*

Peter Strang

Professor emeritus i palliativ medicin,

Onkolog, överläkare,

(Karolinska Institutet och Stockholms Sjukhem.)

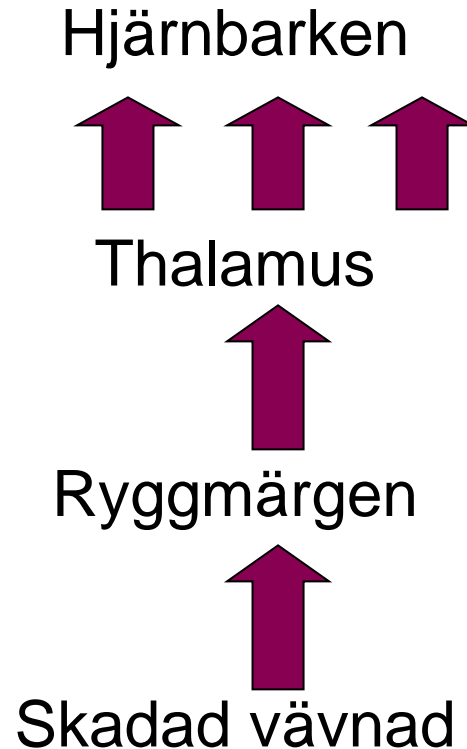
Senior rådgivare hos PKC (Palliativt Centrum i Stockholms län)

Smärta...

(enligt IASP- International Assoc. for the Study of Pain)

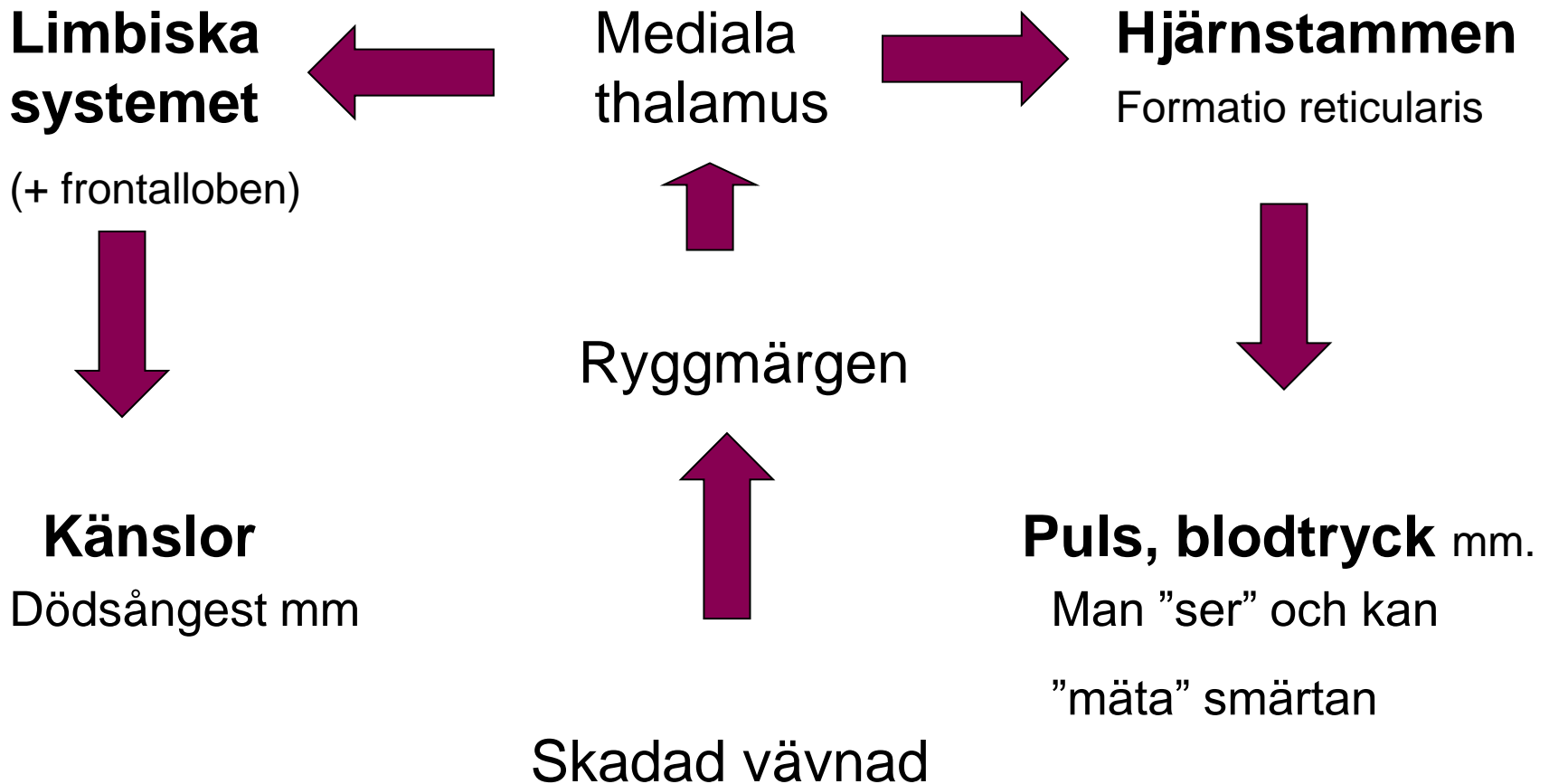
- ”En obehaglig **sensorisk (=fysisk) och känslomässig** upplevelse
 - förenad med vävnadsskada eller hotande vävnadsskada,
 - eller **beskriven** i termer av sådan skada.
 - Smärtan är alltid **subjektiv**”
-

Den "fysiska" smärtbanan (Tr.Spinothalamicus)

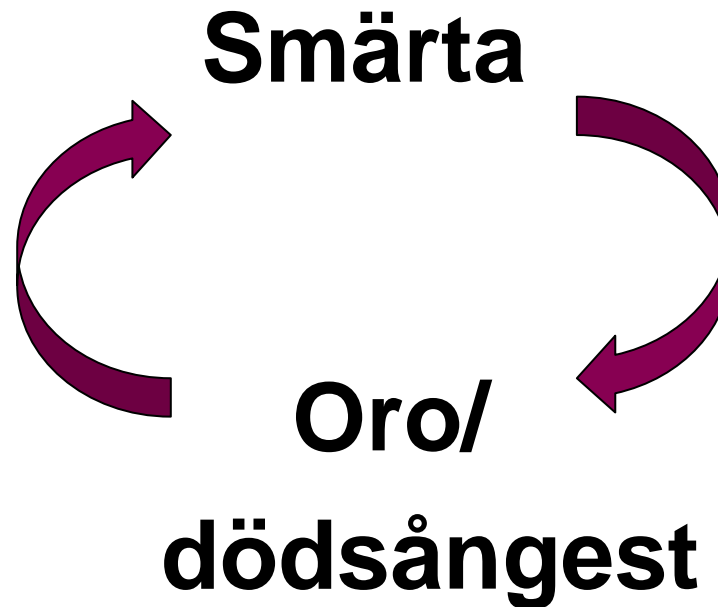


- väldefinierad smärta
- snabb fortledning

Den "psykiska" smärtbanan (Tr.Spinoreticularis)



Dödsångest ökar smärtan

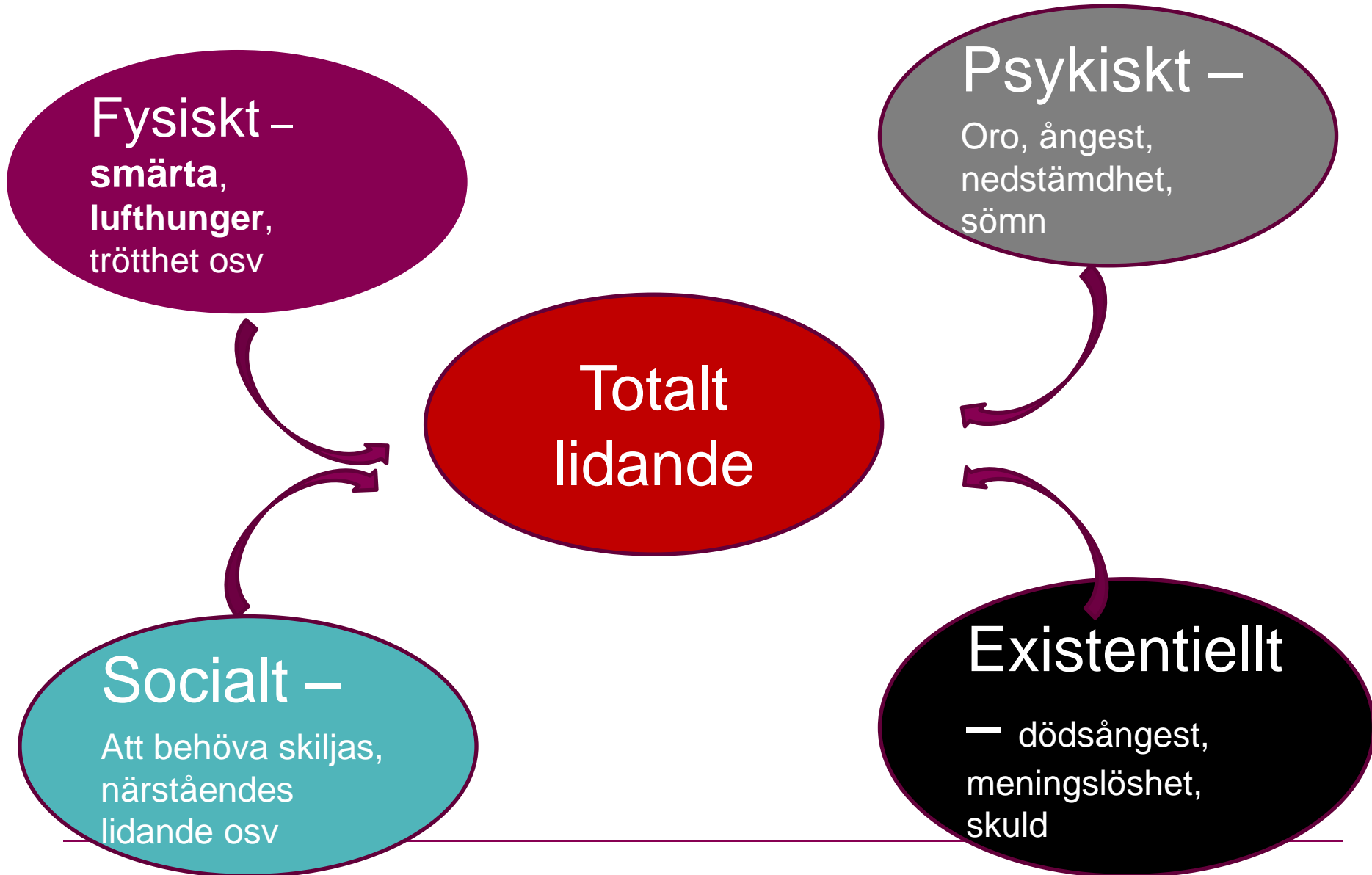


- man börjar känna efter
- smärtan känns starkare

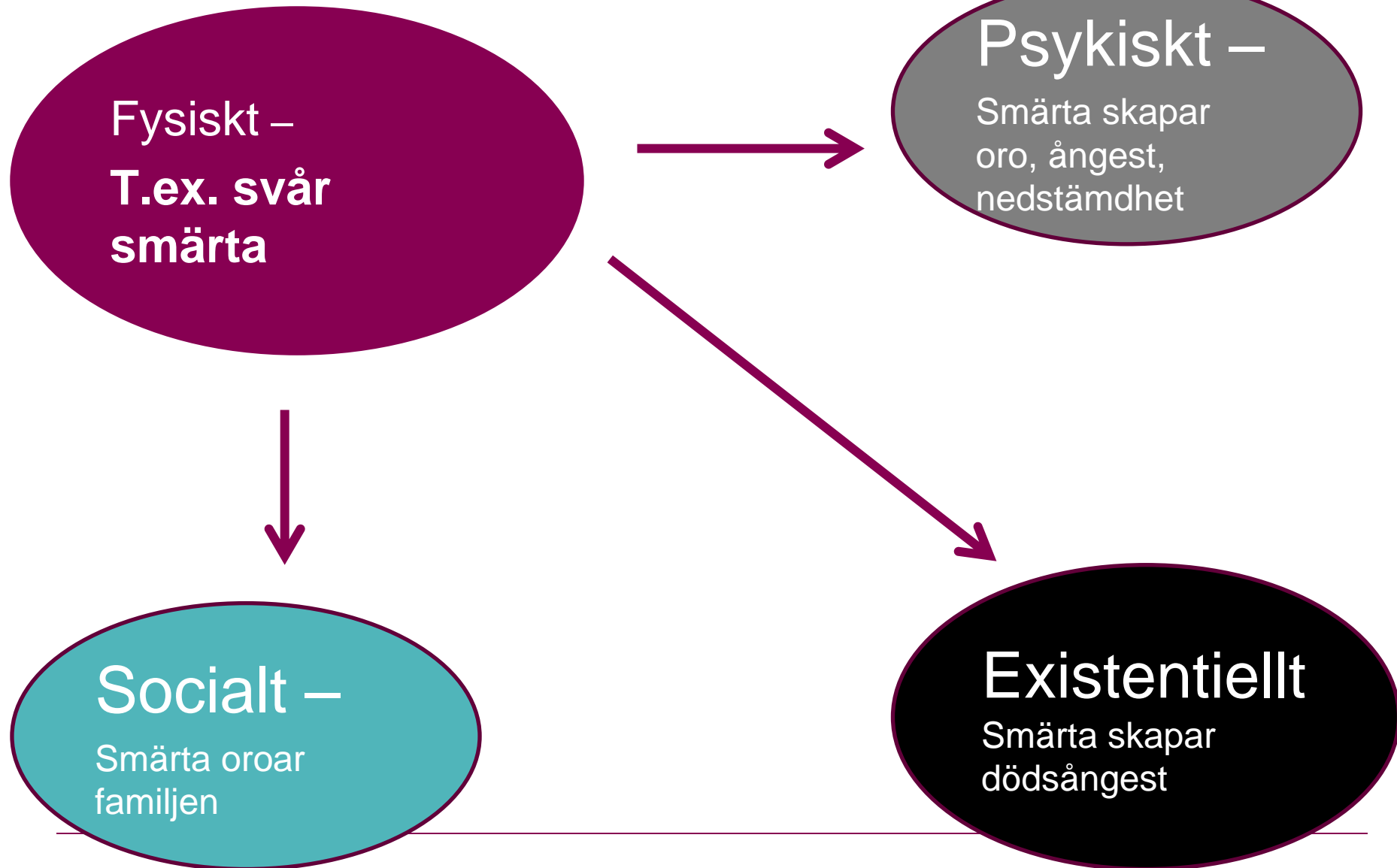
Smärta (enligt IASP)

- "En obehaglig **sensorisk** (=fysisk) **och känslomässig** upplevelse....
 - **Den känslomässiga delen**
 - Allmän **oro**, ångest nedstämdhet (*psykisk dimension*)
 - Ofrivillig **ensamhet** (*social dimension*)
 - **Dödsångest** (*existentiell dimension*)
-

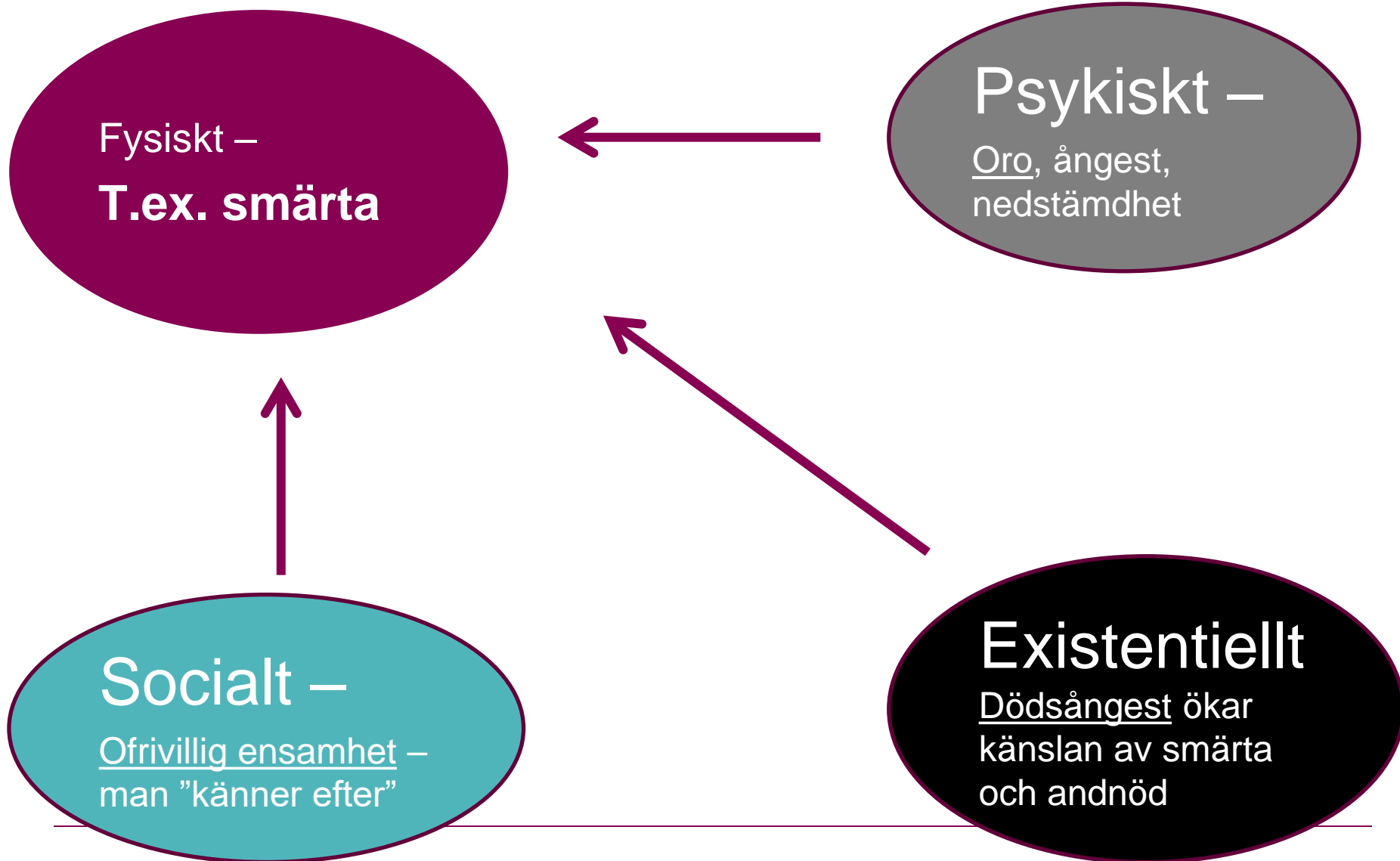
Total smärta /totalt lidande



Helhetssyn: alla dimensioner påverkar varandra



Helhetssyn: fysiska symtom ökar



Ofrivillig ensamhet och smärta

- **Forskningsfrågeställning ("social pain research"):**
Har ofrivillig ensamhet samband med smärta?
 - Hjärnforskning med magnetröntgen((f)MRI) visar:
Vid ofrivillig ensamhet (=social smärta) **aktiveras** hjärnans **smärtcentrum!!**
 - ... därför är det troligt att man **känner mer smärta** om man känner sig **ensam!**
 - (originalpublikation: Eisenberger N. et al. **Does rejection hurt? SCIENCE**)
(Vidareläsning: Strang P: **Att höra till – om ensamhet och gemenskap NoK 2014**)
-

*”Sprutan är viktig – men
personen som håller i sprutan
är ibland viktigare”*

Kan avslappning hjälpa – *mot dödsångest och smärta?*

- *Mina egna kliniska erfarenheter...*

”Existentiell smärta” (ES) – vad är det?

- Vad innebär begreppet??
- Använder vi begreppet på samma sätt?
- Menar vi ett existentiell **lidande**? (“ont i själen”)
- Menar vi ”ont i **kroppen**”?
- Finns det ett samband mellan existentiellt lidande och ”fysisk smärta”?

Inge Dahn: ”Patienter med existentiell smärta” (Läkartidningen 1984; 81 .2041-2043)

- Beskrev patienter med en **diffus, terapiresistent** smärta som är **gränslös** i tid och rum
- **Svårt** att beskriva kännetecknen, kvalitet och intensitet
- Uppehåller sig mera vid det **lidande** smärtan ger dem
- Övertygade om sjukdomens somatiska (kroppsliga) karaktär
- Vill bli sjukskrivna men poängterar att de helst vill bli friska

Smärta och dödsångest, existentiell ångest

Strang et al: Existential pain – an entity, a provocation or a challenge?

Journal of Pain and Symptom Management 2004; 27: 241-250

Enkät till sjukhuspräster (173 st), palliativa läkare (115 st) och smärtläkare (113st)

Frågeställningar (existentiell smärta = ES):

1. Är ES. "enbart" ett själsligt/ existentiellt/ andligt lidande?
2. Kan ES. öka redan befintlig fysisk smärta?
3. Kan ES. primärt uttryckas som fysisk smärta?

Påverkar existentiell smärta en redan befintlig fysisk smärta?

- >30% av läkarna ansåg att ES. ökade en redan befintlig smärta. Den "fysiska" smärtan beskrevs som:
 - *"Ofta diffust lokaliserad, svårutvärderad effekt av analgetika"*
 - *"Jag tror att kroppen signalerar smärta för att avleda uppmärksamheten från dessa livsfrågor"*
 - *"Det gör ont, men det påverkas inte av analgetika"*
 - *"Där smärtan inte står i proportion till vad jag som läkare kan se som "objektivt" rimligt"*

Kan existentiell smärta primärt uttryckas som fysisk smärta?

- Många läkare bekräftade detta:
- *”Cancersjuk kvinna som inte blev smärtfri av ökade analgetika doser men blev det efter samtal med diakon”*
- *”Ja, ung man med nyupptäckt testikelcancer med svåra rygg- smärtor trots spinal smärtbehandling. När han fick veta att han kan frysa ner sperma och bli pappa, försvann smärtan”*

Bemötande eller möte, i smärtsammanhang?

- Ett gott bemötande är viktigt
- Men...
- Vid existentiell kris, inklusive dödsångest, räcker inte bemötandet, om det inte uppstår ett **möte**
- **Möte:**
 - *Två medmänniskor som möts*
 - *Att skapa känslan: "Den här gången är du patient, jag är vårdpersonal – men det kunde ju ha varit tvärtom...!"*