

Nyhetsbrev

Vi samarbetar med kommuner i Stockholms län och Region Stockholm

2026-05-27 | Årgång 13 | Nummer 5

[Läs brevet i webbläsare](#)

Hej!

Nu har vi kommit till den sista delen av maj, och försommaren är här. En tid som bjuder på skir grönska och naturens dofter. Här på PKC har vi landat efter PKC-dagen, en givande dag med många fina föreläsningar och möten med kollegor. Stort tack till alla som deltog, och tack till föreläsare, utställare och volontärer som gjorde dagen möjlig att genomföra! Tack också till er som skickade in abstrakt, och delade med er av erfarenheter och insikter i form av en posterpresentation, ett nytt inslag på PKC-dagen. I detta Nyhetsbrev kan du ta del av referat och bilder från PKC-dagen som samlade 900 personer. Hoppas du som deltog fick med dig nya insikter, reflektioner och kontakter som kan vara värdefulla för dig i din vardag.

Vårterminen börjar gå mot sitt slut, och höstens utbildningar och föreläsningar finns nu att ta del av på vår webbsida. Sprid gärna utbudet till kollegor.

I detta nyhetsbrev har Camilla Udo deltat med sig av ett referat med temat "Att möta existentiella frågor och tankar". Ett tema som alltid är aktuellt och ibland utmanande för vårdpersonal att möta. Vad händer med mig som vårdar i mötet med en person som uttrycker existentiella frågor som berör? Spännande läsning att ta del av och reflektera kring.

Vi önskar er en fin försommar,

Annika Cederholm med medarbetare på PKC



Foto: Privat foto

Annika Cederholm
Verksamhetschef



Foto: Stockholms Sjukhem

Anette Alvariza
Vetenskaplig ledare



Foto: Stockholms Sjukhem

Christel Hedman
Vetenskaplig ledare

Kalendarium

Kommande utbildningar med platser kvar



Hur möter vi döden inom LSS

Workshop för chefer och medarbetare inom LSS. Anordnas i samarbete med Forum Carpe.



Existentiell sorg – en föreläsning för vårdpersonal

Christine Segerholm Koskull – sjukhuspräst och samtalsterapeut



Palliativ ombudsutbildning för personal inom akutsjukvård och geriatrik

Kostnadsfri 4-dagarsutbildning för dig i Region Stockholm



Akuta tillstånd

Föreläsare: Christel Hedman



Samtal i vården – undersköterskans möten i palliativ vård

Fysisk heldagsutbildning om viktiga samtal



Samtalskurs för sjuksköterskor inom cancervården

Endagsutbildning för sjuksköterskor i Region Stockholm och Region Gotland



Reflektionsledarutbildning

Utbildning framtagen i samarbete med Palliativt centrum för samskapad vård och Palliativt Centrum vid Västra Götalandsregionen



Digital ombudsträff för palliativa ombud i kommunerna

För palliativa ombud utbildade av PKC



Palliativ vård – en introduktion

Halvdags introduktionsutbildning i palliativ vård



Digital ombudsträff för palliativa ombud i kommunerna

För palliativa ombud utbildade av PKC



Att vårda i mötet mellan kultur och död

Föreläsare: Mona Lindkvist



Palliativ ombudsutbildning för personal inom akutsjukvård och geriatrik

Kostnadsfri 4-dagarsutbildning för dig i Region Stockholm



Samtalskurs för sjuksköterskor inom cancervården

I samverkan med Palliativt utvecklingscentrum i Lund och RCC Stockholm Gotland



Samtal i vården – undersköterskans möten i palliativ vård

Fysisk heldagsutbildning för undersköterskor



Palliativ vård vid hjärtsvikt

Föreläsare: Johannes Linke



Symptomkontroll och teamarbete

Fysisk heldagsutbildning för legitimerad personal inom kommunal hälso- och sjukvård
Fysisk heldagsutbildning för undersköterskor

Nyheter

Bredd och gemenskap på PKC-dagen 2026



PKC-dagen 2026 ägde rum på Folkets Hus i centrala Stockholm den 8 maj 2026. Årets tema var "Palliativ vård i mötet mellan liv och död".

Årets PKC-dag var den åttonde PKC-dagen i ordningen. Vi var i runda slängar 900 glada och förhoppningsfulla människor som samlades i Folkets hus (House of People) stora sal i centrala Stockholm på morgonen den 8 maj 2026. Morgonen hade varit kylig den här fredagen i tidiga maj, men vi visste att dagen skulle bjuda på både stigande temperaturer och ett späckat program med föreläsningar på området palliativ vård.



Palliativt kunskapscentrums, PKC, verksamhetschef Annika Cederholm och ena vetenskapliga ledare Anette Alvariza, specialistsjuksköterska och professor, intog scenen och hälsade oss välkomna. Annika uttryckte stor glädje att ha äran att välkomna oss, som ännu relativt ny verksamhetschef på posten.

Anette betonade årets tema – *“Palliativ vård i mötet mellan liv och död”* och poängterade att denna viktiga period är en ofta intensiv händelserik tid fylld av just möten; möten inte bara med personer i livets slut utan också med närstående och vårdpersonal.

Till skillnad från tidigare år var dagens program inte uppdelat i olika spår med olika fokus, utan bjöd istället på ett brett men samlat utbud i plenum, där varje föreläsning istället var av lite kortare längd. Det var tillräckligt länge för att kunna bjuda på både bredd och en del djup, men utan behov att splittra upp deltagarskaran och slussa den mellan olika rum. En fin kompromiss tycker jag, då ingen enskild punkt behövde kännas som att den drog ut på tiden.

Förmiddagen bjöd på både ett övergripande, nationellt tema, och tid för reflektion. Staffan Lundström, docent och överläkare, och Ida Goliath, leg. sjuksköterska, forskare och docent, presenterade de viktigaste delarna ur Socialstyrelsens nya riktlinjer för palliativ vård. De lyfte också rapporten som Nationella rådet för palliativ vård och Svenska palliativregistret tagit fram kring den specialiserade palliativa vården i Sverige...

Det här vara bara inledningen av referatet, som täcker hela dagen och dess föreläsningar. Du hittar resten av referatet på hemsidan.



[Läs hela referatet här](#)

Digitala föreläsningar

Höstens digitala föreläsningar för personal som arbetar på uppdrag av Region Stockholm och kommuner i Stockholms Län finns nu tillgängliga för anmälan. för övriga utgår en kostnad.

Akuta tillstånd

Datum: 10 september 2026 kl. 14:30–15:30

Akuta tillstånd kan drabba många personer i livet slut. Hur gör vi vården mer personcentrerad och fokuserar på det som är viktigt för patient och närstående?

[Läs mer och anmäl dig](#)

Att vårda i mötet mellan kultur och död

Datum: 22 oktober 2026 kl. 14:30–15:30

Föreläsningen handlar om diskrimineringsgrunderna och hur normer, diskriminering och samhällsliga strukturer kan påverka bemötande och vård i livets slutskede.

[Läs mer och anmäl dig](#)

Palliativ vård vid hjärtsvikt

Datum: 12 november 2026 kl. 14:30–15:30

Hjärtsvikt är en av de stora folksjukdomarna. Vilka är tecknen på palliativa vårdbehov, och vad kan vi göra för att möjliggöra en så god livskvalitet som möjligt?

[Läs mer och anmäl dig](#)

Subkutana läkemedelspumpar för symtomlindring i palliativ vård

Datum: 3 december 2026 kl. 14:30–15:30

Subkutana läkemedelspumpar är väldigt användbara för god symtomlindring. När, var och hur man kan använda dessa pumpar?

[Läs mer och anmäl dig](#)

Läkarluncher



Foto: Region Stockholm

Höstens digitala läkarluncher öppna för dig som är läkare verksam inom akutsjukvård och geriatrik i Region Stockholm. Även läkare inom andra verksamheter välkomnas.

Clinical Frailty Scale

Datum: 8 september 2026 kl. 12:00–12:45

En introduktion till begreppet skörhet samt en genomgång av skattningsinstrumentet Clinical Frailty Scale (CFS), med överläkare Anne Wissendorff Ekdahl.

[Läs mer och anmäl dig](#)

Kloka kliniska val i palliativ vård

Datum: 24 november 2026 kl. 12:00–12:45

Specialistläkare och PKC:s vetenskapliga ledare Christel Hedman presenterar Kloka kliniska val.

[Läs mer och anmäl dig](#)

Palliativ ombudsutbildning för personal inom akutsjukvård och geriatrik

Miss inte chansen att anmäla dig till PKC:s 4-dagarsutbildning för legitimerad personal som arbetar inom akutsjukvård och geriatrik i Region Stockholm. Utbildningen syftar till att utveckla din kompetens att driva lokalt utvecklingsarbete utifrån ett teambaserat palliativt förhållningssätt.

Kursomgång 1 hösten 2026

Kursstart: 10 september 2026

[Läs mer och anmäl dig](#)

Kursomgång 2 hösten 2026

Kursstart: 3 november 2026

[Läs mer och anmäl dig](#)

Höstens samtalskurser för sjuksköterskor och läkare



PKC erbjuder i samverkan med Palliativt utvecklingscentrum i Lund och RCC Stockholm Gotland samtalskursen De Nödvändiga Samtalen för sjuksköterskor (1 dag) och för läkare (2 dagar).

Samtalskurs för sjuksköterskor inom cancervården

Datum: 25 september 2026

[Läs mer och anmäl dig](#)

Samtalskurs för sjuksköterskor inom cancervården

Datum: 6 november 2026

[Läs mer och anmäl dig](#)

Samtalskurs för sjuksköterskor inom cancervården

Datum: 2 december 2026

[Läs mer och anmäl dig](#)

De nödvändiga samtalen – läkare

Kursstart: 10 december 2026

[Läs mer och anmäl dig](#)

Månadens film!



Månadens film är "Kortisonbehandling i palliativ vård" med Maria Helde Frankling, Överläkare i onkologi, PhD, vid Karolinska Institutet. Filmen ingår i modul 5 av Palliativt kunskapscentrums webbutbildning i Palliativ cancervård: "Symptomlindring".

[Se filmen här!](#)

Tips:

Internationell konferens om bästa möjliga vård i livets slut – Experter samlas i Lund

International
Collaborative
for Best Care
for the Dying Person

pc | PALLIATIVT
UTVECKLINGS
CENTRUM



Den 17–18 november 2026 anordnas Best Care for the Dying Person i Lund - ett unikt tillfälle för internationellt kunskapsutbyte med fokus på vård i livets slutskede.

[Best care for the dying person](#)

Att möta existentiella frågor och tankar



Referat av Camilla Udo

Socionom, legitimerad hälso- och sjukvårdskurator
och professor i socialt arbete vid Högskolan Dalarna

Referat av artikeln: Udo C. The concept and relevance of existential issues in nursing. Eur J Oncol Nurs. 2014 Aug;18(4):347-54. doi: 10.1016/j.ejon.2014.04.002. Epub 2014 Jun 2. PMID:24882369

Inledning

Den här artikeln handlar om existentiella frågor, vad det är och hur vårdpersonal kan möta patienter som uttrycker existentiella frågor och tankar. Trots att det är många år sedan denna artikel publicerades så är existentiella frågor ständigt aktuella i vården.

Vad menas med existentiella frågor?

Existentiella frågor och tankar kan enkelt beskrivas som livsfrågor och kan till exempel handla om meningen med det som sker, om tankar gällande döden/döendet eller att inte orka leva. Dessa frågor är viktiga att lyssna till i en vård som präglas av helhetssyn på människan. De existentiella frågorna är generella och rör alla människor oberoende kultur eller religion, men svaren är personliga och individuella (Yalom, 1980) och beror bland annat på tidigare erfarenheter, kultur och religion. Även om existentiella frågor och tankar alltid är närvarande i en människas liv, är de ofta vilande tills något händer som "tvingar" en att hantera dem (Yalom, 1980; Van Deurzen, 2010). Existentiella frågor berör ofta något eller några av följande teman:

Mening:

I dagens sekulära samhälle finns det sällan ett gemensamt eller självklart svar på frågan om livets mening (jfr Halman och Riis, 2003). I stället förväntas varje individ själv skapa mening i sitt liv (Frankl, 1963). I svåra situationer, som vid sjukdom, kan detta vara särskilt utmanande. När kroppens funktioner sviktar, vardagen begränsas och tidigare mål eller värderingar hotas, kan frågor som "varför händer detta?" växa fram och leda till känslor av meningslöshet. I vården blir sådana frågor ofta tydliga. Förluster av funktioner, självständighet eller framtidsdrömmar kan göra att personen tappar den mening som tidigare funnits i livet. Genom att våga lyssna och visa intresse för patientens frågor och livsberättelse har vårdpersonalen en viktig roll att hjälpa till att återknyta till det som en gång gav mening och kraft. Att fråga vad som tidigare varit meningsfullt kan öppna för samtal som stärker patientens känsla av mening och sammanhang. Att bli sedd, lyssnad på och tagen på allvar kan i sig bidra till att skapa en slags mening, även när livet inte längre ser ut som man hade tänkt sig.

"De existentiella frågorna är generella och rör alla människor oberoende kultur eller religion, men svaren är personliga och individuella"

Frihet:

När en person drabbas av sjukdom kan livet förändras i grunden. Det som tidigare var självklart, att arbeta, röra sig fritt eller fatta egna beslut, kan plötsligt bli svårt eller omöjligt. Sjukdomen sätter ramar för vardagen och begränsar friheten att leva livet så som man vill eller är van vid. För många innebär detta inte bara fysiska förluster, utan också existentiella utmaningar. I mötet med personer som lever med allvarlig sjukdom kan vårdpersonal stöta på känslor av skuld och skam. Det kan handla om ånger över tidigare livsval eller om en smärtsam känsla av att ha blivit beroende av andra, särskilt när man tidigare sett sig själv som självständig. Att uppleva en förlust av kontroll och självständighet kan väcka starka känslor, som behöver bemötas med lyhördhet och förståelse. Här spelar vårdpersonalens sätt att lyssna och bekräfta patientens upplevelser en viktig roll för att lindra.

Döden:

De flesta av oss vet att livet en dag tar slut, men trots denna insikt är döden något som sällan får plats i vardagen. Så länge döden känns långt borta kan den hållas på avstånd. När döden däremot blir verklig, till exempel i samband med allvarlig sjukdom, förändras relationen till den. Det är inte längre en allmän sanning, utan något som drabbar just mig. Den insikten kan väcka starka känslor och frågor om livet, tiden som är kvar och vad som egentligen är viktigt. Döden blir då en existentiell erfarenhet som på djupet berör och skakar om människan.

Existentiell ensamhet:

Existentiell ensamhet skiljer sig från social ensamhet. Det handlar inte främst om att sakna människor omkring sig, utan om den grundläggande sårbarhet som följer med att vara människa. Varje liv är unikt, vi föds ensamma och vi dör ensamma. Vid allvarlig sjukdom kan känslan av existentiell ensamhet förstärkas. Även om familj, vänner och vårdpersonal finns nära och ger stöd, är det ytterst individen själv som drabbas. Upplevelsen av smärta, rädsla och förlust kan inte fullt ut delas med någon annan. Denna insikt kan väcka en djup känsla av ensamhet, trots att man inte är ensam socialt. Att då som vårdpersonal vara närvarande kan vara ett viktigt sätt att lindra känslan av existentiell ensamhet.

Vad händer med mig som vårdpersonal i mötet med en människa som uttrycker existentiella frågor och tankar?

Vårdpersonal möter i sitt yrke människor i sårbara livssituationer. Att se en annan människas sårbarhet och möta dennes existentiella frågor kan göra att det väcks tankar och frågor även hos vårdpersonalen. Då existentiella frågor inte enbart är teoretiska utan berör en människa på djupet kan det vara utmanande att stanna upp, lyssna och vara närvarande. Det kanske utmanar ens inre grundläggande antaganden om livet. Det kan också handla om en rädsla att säga fel saker och förvärra situationen snarare än att ge stöd. Många gånger önskar man som vårdpersonal kunna ge svar, men upplever att man inte vet vad man ska säga och hur.

Existentiella samtal utgår från patientens egna frågor och tankar. Det kan handla om tankar om meningslöshet, maktlöshet eller kanske sorg över de förluster en svår sjukdom för med sig. Kanske är det uttryck om att hon eller han inte längre vill leva. Då kan vårdpersonalens viktigaste uppgift vara att stanna upp, vara närvarande, att lyssna till det som sägs utan att försöka besvara frågorna. Det kan också vara vårdpersonalen som initierar samtalet. Det kan till exempel vara genom en enkel fråga om hur det är, eller hur personen sovit. Som vårdpersonal behöver man inte vara expert på existentiella frågor, snarare handlar det om att vara medmänniska, att våga vara närvarande och lyssna utan att stoppa eller avbryta samtalet, att bekräfta det som sägs, men att också våga vara i tystnad. Det handlar om ett förhållningssätt snarare än att säga rätt saker.

"Som vårdpersonal behöver man inte vara expert på existentiella frågor, snarare handlar det om att vara medmänniska, att våga vara närvarande och lyssna"

Hur kan jag på bästa sätt vara närvarande i ett möte där frågor om livet och döden blir verkliga?

För att möjliggöra lindring ur ett existentiellt perspektiv finns det behov av empati och att försöka sätta sig in i den andres unika situation (Kierkegaard, 1980). Flera existentiella filosofer talar om betydelsen av att vara autentisk i mötet med den andre, vilket handlar om att vara genuin och ha ett respektfullt och äkta förhållningssätt (jmf. Buber, 1970; Gadamer, 1989; Jaspers, 1970; Kierkegaard, 1980; Levinas, 1987). Att vara autentisk innebär inte att ha alla svar, utan att våga lyssna, ta ansvar för sitt sätt att bemöta patienten och möta svåra frågor med respekt och öppenhet.

En vårdpersonal-patient-relation är asymmetrisk, vårdpersonalen är där frivilligt som yrkesperson medan patienten är där ofrivilligt och befinner sig i en beroendesituation. Denna maktobalans kan innebära en komplex situation där en vårdande relation med utrymme för existentiella frågor endast kan uppnås om vårdpersonal visar respekt och empati (Delmar, 2012).

För att bättre kunna möta patienters existentiella frågor behöver vårdpersonal stöd och fortbildning även utanför det enskilda patientmötet. Gemensam reflektion och samtal med kollegor om frågor som rör mening, existens och livets svårigheter kan fungera som en viktig förberedelse som bidrar till att vara bättre rustad och bli mindre överrumplad av att möta patientens existentiella uttryck. På så sätt kan existentiella frågor ges utrymme och vårdrelationen stärkas.

Referenser

- Buber, M., 1970. **I and Thou**. *Charles Scribner's Sons*, New York.
- Delmar, C., 2012. **The excesses of care: a matter of understanding the asymmetry of power**. *Nursing Philosophy* 13, 236e243.
- Frankl, V., 1963. **Man's Search for Meaning: an Introduction to Logotherapy**. *Washington Square Press*, New York. Gadamer, 1989
- Halman, L., Riis, O., 2003. **Religion in a Secularizing Society: The Europeans' Religion at the End of The 20th Century**. *Brill*, Leiden.
- Jaspers, K., 1970. **Philosophy** (E.B. Ashton, Trans.). *The University of Chicago Press*, Chicago.
- Kierkegaard, S., 1980. **The Concept of Anxiety** (R. Thomte, Trans.). *Princeton University Press*, New Jersey.
- Levinas, E., 1987. **Time and the Other** (R.A. Cohen, Trans.). *Duquesne University Press*, Pittsburgh.
- Van Deurzen, E., 2010. **Everyday Mysteries: a Handbook of Existential Psychotherapy, second ed**. *Routledge*, London.
- Yalom, I.D., 1980. **Existential Psychotherapy**. *Basic Books*, New York.



Foto: Pixabay

Väsby, Vallentuna, Vaxholm, Värmdö och Österåker.

Läs mer om oss på: pkc.regionstockholm.se

Kontakt: pkc.siso@regionstockholm.se

Foto: Yanan Li (om ej annat anges)

Följ oss på Facebook och Instagram

Tipsa en vän

Dela utskicket:



[Avregistrera dig från nyhetsbrevet](#)

