

Nyhetsbrev



2022-06-21 | Årgång 9 | Nummer 6

[Läs brevet i webbläsare](#)

Hej!

Vid månadsskiftet hade vi en välbesökt och positiv uppstart av PKC:s extra uppdrag under 2022, som gäller utökat erbjudande av utbildning i palliativ vård för läkare på särskilt boende samt för medarbetare inom den kommunala vården och omsorgen. Eftermiddagen ville också belysa vikten av ett tidigt palliativt förhållningssätt. Läs separat referat längre fram i Nyhetsbrevet om vilka nya utbildningsåtgärder som planeras.

Under våren har vi också på olika sätt försökt ta reda på hur PKC kan stödja akutsjukvården och geriatriken vad gäller en förbättrad palliativ vård inom dessa vårdområden. En idé vi kommer att förverkliga är att under hösten ta fram en utbildning för att utbilda Palliativa ombud även inom akutsjukvården och i geriatriken. Målet med Palliativa ombud på sjukhus är att dessa tillsammans med chefer och kollegor ska kunna driva utvecklingsarbete i sin kliniska vardag. Vi är glada att många har uttryckt stort intresse för detta.

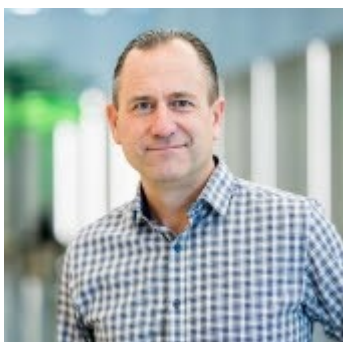
I detta Nyhetsbrev får du träffa ytterligare en medlem i vårt vetenskapliga råd, denna gång sjuksköterskan och docenten Ida Goliath som skriver ett vetenskapligt referat om sin egen forskning kring DöBra-kortleken och hur man kan använda den som en hjälp att vara mer proaktiv med förberedande samtal inför framtida vård inom äldreomsorgen.

Glöm inte att anmäla dig till årets största event, PKC-dagen, med ett mycket intressant program om Närstående inom palliativ vård! Senare i Nyhetsbrevet så får du träffa två av föreläsarna och vad de tänker tala om på PKC-dagen.

Peter Strang bidrar som vanligt i Nyhetsbrevet med ny kunskap inom palliativ vård. Denna gång på temat "Döden, döden, döden..." som bygger på en helt ny rapport från the LANCET Commission: *"On the value of death: Bringing death back into life"*. I denna rapport har experter från hela världen ombetts sammanställa ett kunskapsunderlag om hur vi ser på döden idag, och hur det borde kunna se ut. Mycket intressant och spännande läsning.

Vi på PKC vill önska dig en riktigt fin Midsommarhelg!

Bästa hälsningar,



Kalendarium

Anmäl dig till höstens utbildningar



Palliativa ombudsdagen 9 september

Seminarium för palliativa ombud utbildade av PKC



Palliativa ombudsdagen 14 september

Seminarium för palliativa ombud utbildade av PKC



ALS – medicinskt och paramedicinskt perspektiv

För den basala hemsjukvården och hemrehab som arbetar på uppdrag av Region Stockholm



Kurs i palliativ medicin motsvarande B5-mål

Tvådagars kurs för ST-läkare



Utbildning av palliativa ombud (Fulltecknad)

Föreläsare: Medarbetare PKC



De nödvändiga samtalen – alla yrkesgrupper

Anordnas i samarbete med Palliativt utvecklingscentrum i Lund



Hjärtsvikt – hur möter vi pat. förändrade vårdbehov?

För den specialiserade palliativa vården som arbetar på uppdrag av Region Stockholm



Undersköterskans roll i palliativ vård

Föreläsare: Lilian Fransson, PKC, och Mona Nyberg, specialistundersköterska



De nödvändiga samtalen – läkare

Anordnas i samarbete med Palliativt utvecklingscentrum i Lund och RCC Stockholm Gotland



Avancerad smärtlindring och palliativ sedering inom specialiserad palliativ vård

Anordnas i samarbete med Stockholms Sjukhem



Grundläggande cancervård

Anordnas i samarbete med Akademiskt primärvårdscentrum och Regionalt cancercentrum Stockholm Gotland



Palliativ vård – en introduktion

Föreläsare: Lilian Fransson, Zahra Ousi, PKC

KOL - teamarbete och behandlingsstrategier

För den basala hemsjukvården och hemrehab som arbetar på uppdrag av



Region Stockholm



PKC-dagen 2022

PKC:s årliga heldagskonferens om palliativ vård



Trygg när döden närmar sig

Anordnas i samarbete med Forum Carpe



Symtomkontroll och teamarbete

För legitimerad personal inom kommunal hälso- och sjukvård



Existentiell kris, coping och livskvalitet

Föreläsare: Lisa Sand, socionom och medicine doktor

Nyheter

Följ med på vår spännande resa och arbeta med utbildning i palliativ vård!



PKC söker sjuksköterska som vill utbilda i palliativ vård



Vill du jobba hos oss på PKC? Vi söker dig som är sjuksköterska, är vidareutbildad inom palliativ vård, och har en drivkraft att förmedla din kunskap om palliativ vård till andra. Du kommer ingå i en engagerad arbetsgrupp som stöttar varandra och som arbetar mot gemensamma mål.

Sista ansökningsdatum 15 augusti.

[Läs mer här](#)

Vetenskapligt råd och vetenskapliga referat

Nu är det dags för det andra vetenskapliga referatet skrivet av en medlem i PKC:s vetenskapliga råd. Denna gång får ni lära känna Ida Goliath lite mer och samtidigt läsa ett referat som beskriver en del av hennes egen forskning.



Ida Goliath är sjuksköterska, med. dr och utredare vid forsknings- och utvecklingscentret Stiftelsen Stockholms läns Äldrecentrum. Hon har 18 års klinisk erfarenhet från intensivvård och ASIH, är docent i vårdvetenskap och anknuten forskare vid Karolinska Institutet. Hennes två linjer av forskning utgår från ett hälsofrämjande folkhälsoperspektiv för att generera kunskap dels om nya sätt att samverka inom äldreområdet, dels om förebyggande initiativ som främjar kommunikation om vård i livets slut mellan boende, anhöriga och personal. Ida ingår också i ledningsgruppen för Svenska palliativ registret. Läs mer om Idas forskning på KI:s webbplats: [Länk](#)

Vetenskapligt referat av Ida Goliath:

Ett kortbaserat samtalsverktyg (DöBra) kan vara användbart vid proaktiva förberedande samtal om framtida vård i livets sista tid i äldreomsorgen

I denna studie undersöker Ida Goliath och hennes medarbetare hur samtalsverktyget DöBra-korten kan användas för att ge struktur vid proaktiva förberedande samtal om livets sista tid och hur denna typ av samtal kan stärka relationen mellan personal, boende och anhöriga. En mer detaljerad beskrivning av studieupplägget och de intressanta resultaten hittar du genom att klicka på länken nedan.

[Läs referatet här](#)

Nytt utbildningsreferat!



“Det bubblar av småprat och mycket energi i Josabethsalen, Sabbatsbergs sjukhus den här dagen i mitten av maj när 21 förväntansfulla medarbetare från den kommunala vård- och omsorgen ska bli diplomerade palliativa ombud.”

Läs ett utbildningsreferat om vår utbildning för att bli Palliativt ombud inom kommunal vård- och omsorg av Ulrika Edlund.

[Till utbildningsreferatet](#)

Palliativa ombudsdagar i september – anmäl dig redan nu!

Tema: "Ensamhet och gemenskap"

PKC har genom åren utbildat drygt 1000 palliativa ombud. Efter den grundläggande utbildningen för att bli Palliativt ombud så erbjuder vi fortbildning i smärta samt våra återkommande Palliativa ombudsdagar. I två år har vi haft digitala varianter av våra PO-dagar, men i år blir det fysiskt och denna gång efter sommaren!

Samma program återupprepas vid två tillfällen: den 9 september och den 14 september. Välj den dag som passar dig bäst.

Palliativa ombudsdagen 9 september

[Läs mer och anmäl dig](#)

Palliativa ombudsdagen 14 september

[Läs mer och anmäl dig](#)



Digitala grundutbildningar i palliativ vård

Utbildningar anpassade för medarbetare med lite mindre erfarenhet av arbete med palliativ vård.

27 september: Undersköterskans roll i palliativ vård

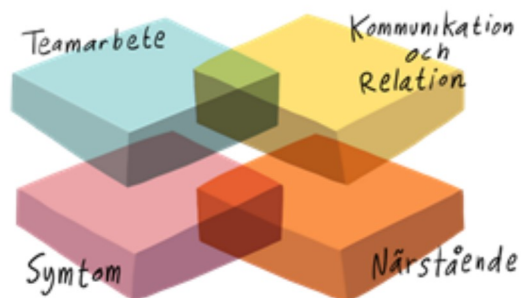
[Läs mer och anmäl dig](#)

12 oktober: Palliativ vård – en introduktion

[Läs mer och anmäl dig](#)

30 november: Symtomkontroll i palliativ vård

[Läs mer och anmäl dig](#)



Nu kan du anmäla dig till PKC-dagen den 27 oktober!



Årets tema: Närstående i palliativ vård

Nu har vi fastställt programmet för PKC-dagen 2022! Det känns så roligt och vi ser redan fram emot att ses och uppleva ett nästan fullsatt Folkets hus och ett förväntansfullt sorl!

För medarbetare som arbetar på uppdrag av Region Stockholm, samt för medarbetare som arbetar i eller på uppdrag av kommuner i Stockholms län och som är medfinansierare till PKC, kostar dagen 400 kr/person. För övriga kostar det 1500 kr. Om vi ser att det snabbt är på väg att bli fullsatt så kommer vi att prioritera de förstnämnda. Med det sagt...

Välkommen att redan nu anmäla dig via länken nedan!

[Läs mer och anmäl dig](#)

Presentation av föreläsarna

På PKC-dagen 2022 kommer du få ta del av föreläsningar av flera intressanta föreläsare. I det här numret av Nyhetsbrevet presenterar vi de första två.



Bodil Holmberg

Talar om: **Närståendes roll i livets slut på vård- och omsorgsboende**

Bodil Holmberg är sjuksköterska och doktor i palliativ vård. Hon är för närvarande anställd på en postdoktortjänst på Linnéuniversitetet. Hennes forskning rör den kroppsliga omvårdnad som ges i livets slut på vård- och omsorgsboende med fördjupning i etiska perspektiv.

Föreläsningens innehåll

Min föreläsning kommer att fokusera på närståendesroll när en äldre person flyttar in på vård- och omsorgsboende. Även relationen mellan närstående och undersköterskor kommer att belysas, med fokus på de samverkansmöjligheter som kan bidra till att göra en äldre persons sista tid i livet så bra som möjligt.

Mina studier visar att anhöriga på särskilda boenden gärna deltar i den kroppsliga omvårdnaden, men finns det gränser? Vill de till exempel delta i omvårdnad som rör intimhygien? Och hur blir samspelet mellan anhöriga och undersköterskorna? Dessa frågor och flera andra kommer jag att belysa i min föreläsning.



Agneta Lagercrantz

Talar om: **Att vara snäll mot sig själv för att orka – självmedkänsla mot empatitrötthet**

Efter nästan 40 år på Svenska Dagbladet är jag numera min egen och gör intervjuer, bloggar, håller föredrag och skriver böcker. Senast *"70 skäl till självmedkänsla. Om värme, vänlighet och att vilja sig själv väl"*, en uppföljare till *"Självmedkänsla – hur du kan stoppa självkritik och förbättra relationen till dig själv och andra"*. Som journalist och SvD-medarbetare har jag under nästan hela mitt yrkesliv skrivit om livsfrågor, allt från psykologi och andlighet till ledarskap och organisationsutveckling. Jag började på Svenska Dagbladet 1979 och tillhörde redaktioner som SöndagsMorgon, Näringsliv och Idagsidan

Föreläsningens innehåll

Hur ska vi orka i längden när vi dagligen möter människor i en svår livssituation? För både vårdpersonal och anhöriga leder det ofta till "empatitrötthet" och ökar risken för utmattningssyndrom.

Med självmedkänsla kan vi utveckla ett mer hållbart förhållningssätt till andras lidande. Självmedkänsla innebär att se på sig själv med vänlighet och värme och övar oss i den svåra konsten att tillgodose de egna behoven. Hur ska vi annars orka ge till andra?



Uppstart av Region Stockholms extra satsning 2022 på palliativ vård inom kommunal vård och omsorg!

PKC i Stockholms län har med hjälp av statliga stimulansmedel genom Region Stockholm fått i uppdrag att under 2022 utveckla fler utbildningar och andra aktiviteter för att ge förutsättning för en ännu bättre palliativ vård inom kommunal vård och omsorg.

Läs mer om vår eftermiddag den 31 maj i ett referat av vår kommunikatör Ulrika Edlund via länken nedan.



[Till referatet om den extra satsningen](#)

Vill du veta mer om vilka utbildningsinsatser vi planerar?

[Information till kommunerna](#)

Fysisk utbildningsdag den 9 november för legitimerad personal inom kommunal äldreomsorg!



Välkommen att anmäla dig en helt uppdaterad utbildning för legitimerad personal inom äldreomsorgen med fokus på **Symtomkontroll och Teamarbete**.

Du kommer lära dig mer om:

- Bedömning av palliativt vårdbehov och förhållningssätt
- Symtomskattning och behandling
- Kommunikation vid förändrat vårdbehov till patient, närstående och team
- Vård i livets slut

[Läs mer och anmäl dig](#)

Ses vi på Nationella konferensen i palliativ vård i Göteborg den 6–7 september?



Palliativ vård
— det gäller livet —

7:e nationella konferensen
i palliativ vård
Göteborg 5-7 september 2022

VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN
SÄMGRÄNSKA UNIVERSITETSSJUKHuset

Nationella Rådet för Palliativ Vård

Det vore i så fall väldigt trevligt, så kom då till vårt utställningsbord så får vi samtala och

dela erfarenheter med varandra! På konferensen bidrar vi med postrar, och deltar som föreläsare.

Läs mer om konferensen och hur du anmäler dig, via länken nedan.

[7:e nationella konferensen i palliativ vård](#)

Vill du utveckla dig i samtal och kommunikation?



DE
NÖDVÄNDIGA
SAMTALEN



Endagsutbildning för alla yrkesgrupper

- De nödvändiga samtalen – alla yrkesgrupper (21 september)
[Läs mer och anmäl dig](#)
- De nödvändiga samtalen – alla yrkesgrupper (5 december)
[Läs mer och anmäl dig](#)

Tvådagarskurs för läkare

OBS! Samtalskursen är kostnadsfri för läkare inom cancervården i Region Stockholm. RCC Stockholm Gotland står för kostnaden.

- De nödvändiga samtalen – läkare (29–30 september)
[Läs mer och anmäl dig](#)
 - De nödvändiga samtalen – läkare (1–2 december)
[Läs mer och anmäl dig](#)
-

Utbildningstips!

Inbjudan till Svenskt Forum för Integrativ Cancervård, 15–16 september 2022

Temat är **Livskvalitet och säkerhet**

Key-note-föreläsningar och diskussioner kommer att varvas med workshops. Syftet är att öka kliniskt relevant kunskap om komplementär och integrativ medicin (KIM) med fokus

på livskvalitet och säkerhet.

Var: Stockholm, Skeppsholmen

Vem: Läkare och sjuksköterskor, berörda professioner inom cancervården.

Patientföreträdare, beslutsfattare, deltagare med förkunskap inom KIM prioriteras, (RCCs KIM utbildning eller annan erfarenhet).

OBS - Kostnadsfritt

[Läs mer och anmäl dig](#)

Döden, döden, döden...

Referat av Peter Strang, vetenskaplig ledare

Referat av artikeln: *Libby Sallnow et al. Report of the Lancet Commission on the Value of Death: bringing death back into life; Lancet 2022; 399: 837–84*

Ny konsensusrapport om vår syn på döden

Döden är människans största existentiella utmaning, eftersom döden bokstavligen utmanar våra liv. Ändå har dödens plats i samhället varierat, från att ha varit en angelägenhet för familjen och byn, till att bli något undandömt som sker inom vården.

Pandemin har visat att moderna människor står handfallna när döden plötsligt drabbar oss på ett sätt som vi inte sett på mycket lång tid. I många reportage har döden verkligen inte framställts som en naturlig del av livet utan som en fiende som måste bekämpas till varje pris.

Av den anledningen har experter från hela världen ombetts att sammanställa en rapport om hur vi ser på döden idag, och hur det borde kunna se ut. Rapporten eftersträvar att ha ett globalt perspektiv, därför kan vissa rekommendationer kännas främmande för oss i Sverige, samtidigt som det ger en bred bild. Rapporten som är på nästan 50 tryckta sidor, ger en mycket innehållsrik bild av hur vi ser på döendet och döden och avslutas med några rekommendationer.

Aspekter på den moderna döden

Enligt rapporten har sättet på vilket vi dör förändrats radikalt under de senaste årtiondena. Barnadödligheten är låg, man dör inte längre av banala sjukdomar mitt i livet, därför kommer döden betydligt senare och döendet är mera utdraget. Det finns alltmer fog för begreppet "den långsamma döden". Under det senaste seklet har döden flyttats från hemmet till institutioner och döden har övergått från att vara en familjeangelägenhet till att bli en uppgift för vård och omsorg. I takt med den utvecklingen, har döden blivit alltmer främmande för vanliga människor och tidigare erfarenheter, kunskaper och traditioner har gått förlorade. I stället kan meningslösa, kostsamma och ibland direkt skadliga behandlingsförsök pågå även under de sista dygnen och timmarna, inne på sjukhus eller intensivvårdsavdelningar.

”Tidigare erfarenheter, kunskaper och traditioner kring döden har gått förlorade”

Under covidpandemin blev den överdrivna medikaliseringen påtaglig och den drevs inte enbart av vården, utan i lika hög grad av media och anhöriga. I stället för att acceptera att det finns en punkt när kroppen är så svag att den inte klarar av en svår infektion och när det viktigaste är närhet, en känd omgivning och god omvårdnad, fanns starka krafter som förordade sjukhusvård och intensivvård. I vissa fall var sjukhusvård det bästa även för utvalda multisjuka äldre-äldre, men i många fall resulterade det överdrivna fokuset på sjukhus till att inte minst döende personer på SÄBO skickades in till akutsjukhus efter närståendes påtryckningar. Där dog många en död som karakteriserades av meningslösa medicinska insatser även när döden var uppenbart förestående, och patienten var ensam, avskuren från sina nära och kära och endast omgiven av personal i skyddskläder, handskar, munskydd och visir.

Författarna till artikeln menar att det här skedde eftersom vi invaggats i en felaktig föreställning om att döden går att undvika bara man är på en tillräckligt hög vårdnivå, att det går att kontrollera det okontrollerbara – det vill säga döden. Artikelförfattarna menar att samma tankegodis finns även i annan akutsjukvård idag, därför sker överbehandling även under de sista dagarna i livet.

”Vi tror att döden går att undvika bara man är på en tillräckligt hög vårdnivå”

Döden som en unik och värdefull upplevelse

I artikeln påminns läsarna om att filosofer och teologer har genom alla tider påmint oss om att även om dödsfall är tragiska när man inte är redo att dö, kan döden ändå ha ett värde på det allmänmänskliga planet. När döden utmanar livet, påverkas nämligen hela vårt tankesätt och vi påminns om vad som är huvudsaker och bisaker i livet. Vad är egentligen värdefullt, när man verkligen inser att livet håller på att ta slut? Döden påminner oss som är friska om livets bräcklighet och att vi alla lever under samma predikament: varje liv kommer att ha ett slut. Den insikten kan hjälpa oss att få syn på och att värdera livet som en gåva i stället för något som är självklart.

Författarna är också inne på att även om vårdandet av en anhörig är tungt både fysiskt och psykiskt, kan det samtidigt vara en av de värdefullaste stunderna i livet: att en sista gång få hjälpa den man älskar.

Ändå har vi svårt för att tala om döden – därför är det inte så konstigt att också vården fortsätter med behandlingar i stället för att ta de här svåra men viktiga samtalen.

LANCET-kommissionens förhoppningar

Kommissionen kommer med fem förhoppningar som de kallar för ”realistiska utopier”, det vill säga förhoppningar som är viktiga men svåra att uppnå.

1. Sociala faktorer som påverkar.

Eftersom rapporten handlar om döden globalt, påpekar författarna att sociala faktorer, till exempel hur vården är utformad och finansierad, kommer att påverka om det blir en *God död* eller inte. Dessa faktorer kan vi påverka på sikt.

2. Döden behöver förstås som en relationell och existentiell upplevelse.

Idag läggs oproportionerligt stort fokus på det medicinska och det kroppsliga. Dessa delar är viktiga, ingen vill ha smärta eller andra plågsamma symtom, men vi behöver ge mer plats för de viktiga relationerna i dödens närhet och förstå att döendet och döden är en djupt existentiell upplevelse, där existentiellt stöd har en viktig plats. (I texten används ”spiritual” som kan föra tanken till religion, men religionen är bara en del av de existentiella upplevelsorna, också sekulära människor har ett existentiellt behov).

3. **Nätverk runt den döende.**

Idag har vården och omsorgen en huvudroll, författarna menar att familjen och nätverket runt familjen borde bli jämlika partners med vården, vilket skulle gynna både den döende personen och familjen.

4. **Samtal om döden i samhället.**

Författarna menar att vi borde prata mer om döden och avdramatisera döden i tidningar, radio, teve och i filmer. Man menar också att vi borde prata mer om döden i skolan.

5. **Döden har ett inneboende värde som ofta missas.**

Trots att döden inte alltid är välkommen, kan döden ändå ha ett inneboende värde, inte minst för oss som är friska eftersom döden och de förluster som döden innebär, påminner oss om allt det som är viktigt och värdefullt i livet. Ofta stärks banden med den döende och vi påminns om hur beroende vi är av varandra.

Mina egna reflektioner

Jag tycker att artikeln är välskriven och ger en bred bild av synen på döden. Den är mycket lång (50 sidor) men värd att läsa. Artikeln beskriver sådant som är viktigt för en majoritet av människor men det jag möjligen saknar är ett förtydligande om att alla inte är stöpta i samma form. Det finns många sätt att leva ett bra liv, och det finns många olika sätt att dö en bra död. Även om majoriteten har glädje av samtal kring döden, finns det personer med bräckliga psykologiska försvar, personer som mår väldigt dåligt av att bli påmind om dödens realitet eftersom de kämpar för att överleva från dag till dag, på det psykologiska planet. Jag har också synpunkter på att man betonar döden som något helt naturligt, men glömmer att skriva om att också fenomen som är naturliga, kan vara väldigt svåra och smärtsamma. Att döden är ett livsvillkor för alla människor, är en klen tröst för en ung människa som inte vill dö från sina barn, eller för en anhörig som ofrivilligt måste skiljas från sin livskamrat.

Referenser

Libby Sallnow et al: *Report of the Lancet Commission on the Value of Death: bringing death back into life*; Lancet 2022; 399: 837–84

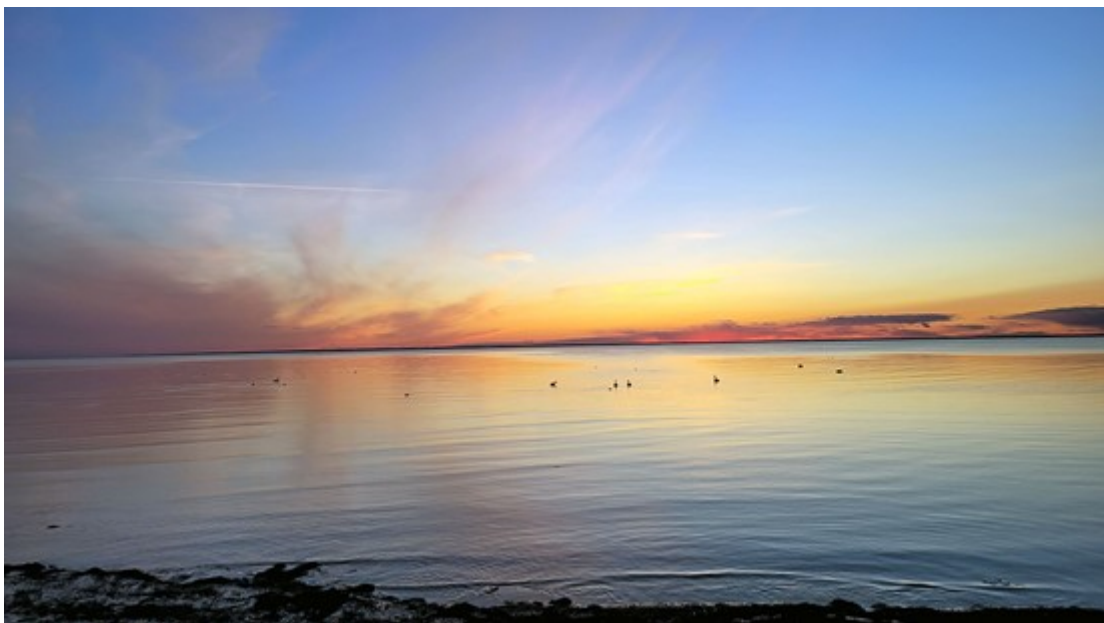


Foto: Fredrik Sandlund, PKC

Palliativt kunskapscentrum i Stockholms län samfinansieras av Region Stockholm samt kommunerna Danderyd, Ekerö, Haninge, Huddinge, Järfälla, Lidingö, Nacka, Nykvarn, Salem, Sigtuna, Sollentuna, Solna, Stockholms stad, Sundbybergs stad, Södertälje, Tyresö, Upplands-Bro, 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](#)



Palliativt kunskapscentrum
REGION STOCKHOLM