

# Nyhetsbrev

Vi samarbetar med kommuner i Stockholms län och Region Stockholm



2025-09-24 | Årgång 12 | Nummer 9

[Läs brevet i webbläsare](#)

## Hej!

Nu är hösten här på riktigt. Luften har blivit krispigare, dagarna kortare, och även om träden ännu inte skiftat färg i Stockholmsområdet, känns det tydligt att vi är inne i en ny årstid. Höstterminen har tagit fart och det är roligt att ta del av alla utbildningsinsatser som nu är i gång. Det är med glädje vi möter så många engagerade medarbetare i olika sammanhang, i utbildningar, föreläsningar och på gemensamma mötesplatser.

På PKC arbetar vi vidare med förberedelserna inför den Nationella konferensen i palliativ vård som närmar sig med stora steg. Vi är väldigt glada över det stora intresset och alla anmälningar som kommit in. Det bådär för några riktigt spännande dagar fyllda med ny kunskap, inspirerande föreläsningar och ett program som rymmer bredd och *Nya perspektiv*. Vi ser fram emot att få dela dessa dagar med många av er.

Vi har också glädjen att välkomna en ny kollega till vårt team, Daniel Avenäs som kommer förstärka teamet under en tid. Välkommen till PKC. Daniel presenterar sig lite mer längre ned i detta nyhetsbrev.

Månadens vetenskapliga referat handlar om syrgasbehandling vid KOL och lungfibros, baserat på en svensk studie med intressanta resultat. Referatet är skrivet av vår vetenskapliga ledare Linda Björkhem Bergman, professor i palliativ medicin. Vi rekommenderar dig varmt att ta del av referatet.

Hoppas att ni alla får en fortsatt fin höst och ser fram emot att mötas i olika sammanhang.

**Med värme,**

*Annika Cederholm med medarbetare*



**Annika Cederholm**  
Verksamhetschef



**Anette Alvariza**  
Vetenskaplig ledare



**Linda Björkhem-Bergman**  
Vetenskaplig ledare

# Kalendarium

Kommande utbildningar med platser kvar



## Symptomkontroll och teamarbete

Fysisk heldagsutbildning för legitimerad personal inom kommunal hälso- och sjukvård



## Digital ombudsträff för palliativa ombud i kommunerna

Digital eftermiddagsträff för palliativa ombud utbildade av PKC



## Informationsmöte för chefer om PO-utbildning för personal inom akutsjukvård och geriatrik

Digital informationsträff



## Digital ombudsträff för palliativa ombud i kommunerna

Digital eftermiddagsträff för palliativa ombud utbildade av PKC



## Fortbildningseftermiddag för ST-läkare och specialister i palliativ medicin

Tema: Förhållningssätt, kommunikation och pedagogik inom palliativ vård



## Palliativ vård – en introduktion

Halvdags introduktionsutbildning i palliativ vård



## Vardagen och döden – om ett livsviktigt perspektiv som inte får tas för givet

Föreläsare: Lena-Karin Erlandsson och Maria Nilsson



## Utbildning om palliativ vård anpassad för personal inom LSS – en introduktion

Digitalt informationsmöte för chefer, ledare, samordnare, m.fl.



## Dropp i livets slut

Föreläsare: Christel Hedman



## Utbildningar om palliativ vård anpassade för hemtjänstpersonal – en introduktion

Digitalt informationsmöte för chefer, ledare, samordnare, m.fl.



## 10:e nationella konferensen i palliativ vård

Tvådagars konferens på Stockholm Waterfront i Stockholm. Arrangerar gör PKC, Marie Cederschiöld Högskola, Stockholms Sjukhem samt NRPV.



## Syrgas i palliativ vård

Digital föreläsning för läkare verksamma inom akutsjukvård och geriatrik i Region Stockholm



## De nödvändiga samtalen – läkare

Ges i samarbete med Palliativt Utvecklingscentrum i Lund och Regionalt Cancercentrum Stockholm Gotland



### **Undersköterskans roll i palliativ vård**

Digital grundutbildning för undersköterskor



### **Barn i sorg – mående, rättigheter och stöd**

Föreläsare: Rakel Eklund



### **Omvårdnad och behandling vid maligna tumörsår**

Föreläsare: Susanne Dufva



### **Grundläggande cancervård**

Anordnas i samarbete med Regionalt cancercentrum Stockholm Gotland

## Nyheter

### **Ny bekantskap när PKC gästade Stockholms Demensdag den 19/9!**



PKC var med på plats på Stockholms Demensdag den 19/9. Vi fick där ta del av givande föreläsningar och möta engagerade deltagare vid vår monterplats. Det blev viktiga samtal om palliativ vård, demens samt möjlighet för oss att visa vårt utbud relaterat till dagen.

En ny bekantskap på Stockholms demensdag var *Riksförbundet Lewy body* - en nystartad organisation som drivs av närstående och vänder sig till alla med intresse för denna sjukdom. Målet för verksamheten är att öka kunskaperna om Lewy body för att fler ska få tidig diagnos, rätt medicinering, värdigt bemötande och ökad livskvalitet.

[Läs mer \(Riksförbundet Lewy body\)](#)

---

## Information om PKC:s utbildningar riktade till LSS och hemtjänst



Arbetar du som chef, ledare, samordnare eller verksamhetsutvecklare inom hemtjänst eller LSS och är nyfiken på PKC:s utbildningsutbud? PKC anordnar i höst två stycken digitala informationsmöten.

- Information om PKC:s utbildningsutbud
- Tips om hur ni kan använda PKC:s webbutbildningar
- Tips om hur chefer och samordnare kan planera och genomföra utbildningar i sin verksamhet
- Verksamheter delar med sig av sina erfarenheter kring sitt arbete med webbutbildningarna.

### **Utbildning om palliativ vård anpassad för personal inom LSS – en introduktion**

Datum: 4 november kl. 14.30–15.30

[Läs mer och anmäl dig](#)

### **Utbildningar om palliativ vård anpassade för hemtjänstpersonal – en introduktion**

Datum: 13 november kl. 14.30–15.30

[Läs mer och anmäl dig](#)

---

## 10:e Nationella konferensen i palliativ vård



## Välkommen till Stockholm den 18–19 november 2025!

Årets Nationella konferens i palliativ vård har temat "Palliativ vård – nya perspektiv", vi hoppas under detta tema kunna utmana tidigare normer och synsätt. Konferensen hålls den 18–19 november 2025. Vi är glada att många har anmält sig, det finns några platser kvar till konferensen. Du som ännu inte är anmäld passa på att göra det. Programmet är uppdaterat och innehåller många spännande föreläsningar. Du kan ta del av programmet via webbsidan.

Den 10:e Nationella konferensen i palliativ vård är ett samarrangemang mellan NRPV, Palliativt kunskapscentrum i Stockholms län (PKC), Marie Cederschiöld högskola och Stiftelsen Stockholms Sjukhem.

[Till konferensens hemsida](#)

---

## Daniel ny medarbetare på PKC

Jag heter Daniel Avenäs och är specialistsjuksköterska inom palliativ vård. Jag har arbetat inom SPSV – specialiserad palliativ slutenvård – på Stockholms Sjukhem och som lärare vid Karolinska Institutet. Under en period kommer jag stärka upp på PKC, och ser fram emot att vara en del i det fantastiska team som PKC utgör.

Jag fastnade för palliativ vård tidigt i min yrkesbana och tycker det är ett område som medför en ständig utveckling i yrkesrollen, men även av mig som person i möten med patienter och närstående. Jag är glad över att få arbeta med spridning av den palliativa vårdfilosofin, då jag vid så många tillfällen fått bekräftat för mig hur positiva effekter ett palliativt förhållningssätt kan ha för patienter och deras närstående.



---

## Månadens film!



Årets åttonde månadens film är "*Biverkningar vid immunterapi*" med specialistsjuksköterska Liselott Sahlberg. Filmen ingår i modul 8 av Palliativt kunskapscentrums webbutbildning i Palliativ cancervård: "Biverkningar till onkologisk behandling".

[Se filmen här!](#)

---

**Välkommen till digital ombudsträff för dig  
som är palliativt ombud i kommunen**  
*Tema denna gång: Att möta närstående*



Anette Alvariza, professor i palliativ vård, föreläser och bidrar med kunskap om att möta närstående. Du får också möjlighet att bidra med dina kunskaper och erfarenheter om hur

du, i ombudsrollen, kan stötta kollegor i frågor som rör närstående.

Några röster från förra årets deltagare:

*"Det är värdefullt att få inspiration av andra verksamheter för  
förbättringsarbete på min arbetsplats"*

*"För mig som chef var det värdefullt och en bra möjlighet att delta  
tillsammans med medarbetare"*

Välj någon av de 2 eftermiddagarna som erbjuds i oktober. Programmet är detsamma båda dagarna, så välj det datum som passar dig bäst:

**Digital ombudsträff för palliativa ombud i kommunerna (1 oktober)**

Datum: 1 oktober kl. 13.00–16.00

[Läs mer och anmäl dig](#)

**Digital ombudsträff för palliativa ombud i kommunerna (8 oktober)**

Datum: 8 oktober kl. 13.00–16.00

[Läs mer och anmäl dig](#)

---

## Utveckla ditt ledarskap inom kommunal vård och omsorg i vår

Arbetar du som chef inom kommunal vård och omsorg (tex SÄBO, LSS och Hemtjänst)? Det är nu möjligt att anmäla sig till vårens omgång av "Ledarskapsutbildning – att leda den palliativa vården i kommunal vård och omsorg".

Detta är en utbildning som ger dig som chef möjligheten att utveckla din kompetens för att leda och verka för palliativt förhållningssätt i kommunal vård och omsorg. Vetenskaplig teori varvas med praktiska övningar och reflektion.

Mellan utbildningstillfällena får deltagarna utforska den egna verksamhetens förutsättningar att arbeta i enlighet med palliativt förhållningssätt genom att praktisk tillämpa olika verktyg och modeller. Sista utbildningstillfället ägnas åt presentation av eget förbättringsarbete.

Några röster från utbildningen:

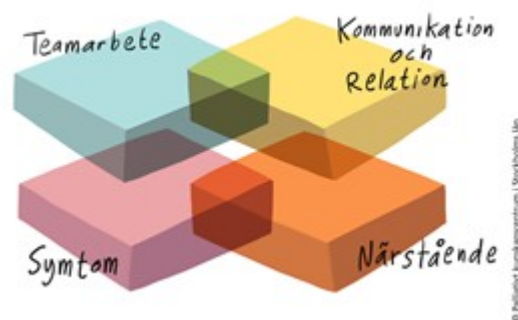
***"Bra uppbyggt program och struktur"***

***"Så mycket kunskap som florerat i detta rum som jag fått  
möjlighet att ta del av"***

Vårens utbildningsomgång består av ett digitalt intromöte följt av fyra utbildningsdagar, med kursstart den 13 januari.

[Läs mer och anmäl dig](#)

---



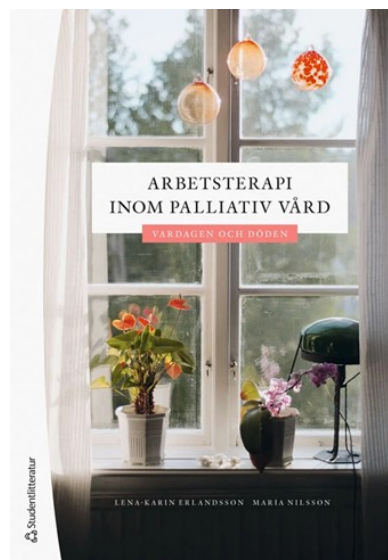
# Föreläsning om vardagen och döden

Ni missar väl inte att anmäla er till den digitala föreläsningen **Vardagen och döden – om ett livsviktigt perspektiv som inte får tas för givet**, den 16 oktober kl. 14.30–15.30?

Hur utmanas människans vardag nära livets slut? Hur kan den trygga vardagen skyddas och tillvaratas både för den som ska lämna och för de som stannar kvar?

Föreläsningen avslutas med dialog och diskussion tillsammans med författarna till boken *Arbetssterapi inom palliativ vård*, där det finns möjlighet att ställa frågor men också att reflektera.

[Läs mer och anmäl dig](#)



---

## Tips: "Palliativa veckan" från RCC



Den nationella arbetsgruppen för palliativ vård vid RCC (Regionala cancercentrum i samverkan) bjuder in till en vecka med kostnadsfria digitala lunchföreläsningar om palliativ vård.

Målgruppen är vård- och omsorgspersonal med intresse för palliativ vård från olika verksamheter i hela landet. Föreläsarna kommer från olika delar av landet samt från olika verksamheter. Möjlighet finns att ställa frågor.

### **Måndag 6 oktober kl. 12:00-12:45**

Titel: *Vad gör döden med oss – och vad gör vi med döden?*

Föreläsare: Peter Strang

[Läs mer här \(Cancercentrum\)](#)

### **Tisdag 7 oktober kl. 12:00-12:45**

Ämne 1: *Att dö bra* – det funkar när primärvården är navet

Föreläsare: Kitty Jogenby

Ämne 2: *Stöd från läkare vid palliativ vård i hemsjukvård och SÄBO*

Föreläsare: Karin Gärd

[Läs mer här \(Cancercentrum\)](#)

### **Onsdag 8 oktober kl. 12:00-12:45**

Ämne: *Samtal vid allvarlig sjukdom*

Föreläsare: Helene Reimertz

[Läs mer här \(Cancercentrum\)](#)

### **Torsdag 9 oktober kl. 12.00-12.45**

Ämne 1: *Vanliga symtom i livets sista tid*

Föreläsare: Elisabet Löfdahl

Ämne 2: Svenska palliativregistret  
Föreläsare: Martin Dreilich  
[Läs mer här \(Cancercentrum\)](#)

**Fredag 10 oktober kl. 12:00-12:45**

Ämne: Även barn som närstående är vårt ansvar. Hur ska vi stötta dem?  
Föreläsare: Johanna Joneklav  
[Läs mer här \(Cancercentrum\)](#)

---

## Tips: Instruktionsfilmer om omvårdnad vid tumörsår



RCC Stockholm Gotland har i samarbete med Tema cancer på Karolinska Universitetssjukhuset producerat 5 instruktionsfilmer för omvårdnad vid tumörssår för att stötta vårdpersonal utanför den onkologiska mottagningen.

[Läs mer här \(Cancercentrum\)](#)

---

## Tips: Öppet hus på Lilla Erstagården



Foto: Lilla Erstagården

Under eftermiddagen den 17 november är du som jobbar inom barnsjukvården, den palliativa vården eller som i din profession kommer i kontakt med barnpalliativa patienter och deras närstående välkommen att besöka Lilla Erstagården. Personal visar runt och berättar om verksamheten samtidigt som du kan njuta av en god fika. Kl 15.30-16.00 hålls ett föredrag om Lilla Erstagården och barnpalliativ vård.

OBS: OSA gärna senast 1 november till [info@lillaerstagarden@erstadiakoni.se](mailto:info@lillaerstagarden@erstadiakoni.se)

[Lilla Erstagården](#)

# Syrgasbehandling vid KOL och lungfibros



## **Referat av Linda Björkhem-Bergman**

*Vetenskaplig ledare PKC*

*Professor/överläkare vid Stockholms Sjukhem och Karolinska Institutet*

**Referat av artikeln: Ekstrom M, Andersson A, Papadopoulos S, Kipper T, Pedersen B, Kricka O, et al. Long-Term Oxygen Therapy for 24 or 15 Hours per Day in Severe Hypoxemia. N Engl J Med. 2024;391(11):977-88.**

I den här månadens referat har jag valt att skriva om en ny, mycket välgjord studie från Sverige om behandling med syrgas vid kroniskt hypoxi – REDOX-studien [1]. Studien publicerades hösten 2024 i en av de mest ansedda medicinska tidskrifterna, New England Journal of Medicine.

Hypoxi, eller syrgasbrist, definieras som ett medicinskt tillstånd där kroppens vävnader får för lite syre. Patienter med kronisk obstruktiv lungsjukdom (KOL) och lungfibros har ofta en kronisk hypoxi och kronisk andnöd.

I dag får ofta patienter med uttalad hypoxi, till exempel på grund av KOL, behandling med syrgas 24 timmar om dygnet. Att få behandling med syrgas dygnet runt kan dock påtagligt minska patienternas livskvalitet. De påverkar deras autonomi negativt och begränsar dem i deras vardag. Det kan till exempel försvåra möjlighet till socialt umgänge och begränsa tiden de kan vara utomhus.

Bakgrunden till REDOX-studien var att man i tidigare observationella studier, (icke-randomiserade) hade sett att syrgasbehandling i minst 15 timmar per dag förlänger överlevnaden hos patienter med svår hypoxi [2, 3]. Man visste dock inte om det var bättre att ha syrgas dygnet runt – vilket idag är det vanliga.

*"I dag får ofta patienter med uttalad hypoxi, till exempel på grund av KOL, behandling med syrgas 24 timmar om dygnet"*

## **Redox-studien**

Syftet med REDOX-studien (*Registry-Based Treatment Duration and Mortality in Long-Term Oxygen Therapy*) var att undersöka om 15 timmars syrgasbehandling var lika effektivt och säkert som att ha syrgas 24 timmar per dygn hos patienter med hypoxi [1].

Patienter med uttalad hypoxi rekryterades från hela Sverige via det svenska kvalitetsregistret Swedevox, (Andningssviktregistret). Studien pågick under 4 år (2018–2022). För att vara med i studien skulle patienterna ha kronisk hypoxi vilket definierades som syrgasmättnad (mätt med saturationsmätare) mindre än 88% i vila när patienterna andades vanlig luft.

Studien var en så kallad randomiserad studie, det vill säga man lottade deltagarna på ett slumpmässigt sätt till antingen syrgasbehandling under 15 eller 24 timmar per dag. Det innebär att de som fick 15 timmars syrgasbehandling hade 9 timmar per dag då de inte behövde använda syrgasen. De kunde själva välja när på dygnet de ville vara utan syrgas.

I REDOX-studien följde man sedan patienterna under ett års tid och registrerade tid till död (oavsett dödsorsak) och tid till behov av sjukhusvård. Man samlade även in data på bland annat självskattad trötthet (fatigue mättes med FACIT skalan), allmänt välbefinnande (mätt med EQ-5D-enkäten) och obehag på grund av andnöd (mätt med MDP A1-skalan).

## Resultat från studien

Sammanlagt 241 patienter var med i studien, varav 117 lottades till 24-timmars syrgasbehandling och 124 till 15-timmars syrgasbehandling. De allra flesta som ingick i studien hade KOL (71%) eller lungfibros (14%) och övriga hade andra tillstånd som lett till kronisk hypoxi.

Medelåldern var 76 år och 59% var kvinnor. De båda grupperna var jämförbara vid studiens början avseende ålder, kön, diagnoser, grad av andningssvikt och behov av syrgas.

Flödet på syrgasen (l/min) anpassades till varje enskild individ där behandlingsmålet var att de skulle få en syrgasmättnad (mätt med saturationsmätare) på mer än 90%. I bägge grupperna blev behandlingen med syrgas i snitt densamma, medel 1,7 l/min jämfört med 1,8 l/min.

Risken att dö under uppföljningsåret var samma i bägge grupperna och även tid till död. Likaså var risken för sjukhusvård och tid till första behovet av sjukhusvård samma i bägge grupperna.

Det fanns heller inga säkerställda skillnader i upplevd trötthet, upplevt välbefinnande eller upplevd andnöd mellan grupperna. Således var 15 timmars och 24 timmars syrgasbehandling lika effektivt och lika säkert.

## Styrkor och svagheter med studien

Styrkan med studien är att den är relativt stor (241 patienter) och randomiserad, vilket gör att resultaten blir mycket tillförlitliga. Den omfattar också patienter med olika diagnoser vilket gör att det blir lättare att generalisera resultaten till många andra patientgrupper med hypoxi.

Att studien är gjord på svenska patienter gör också att resultaten blir extra tillförlitliga för svenska förhållanden.

En svaghet med studien är att vi inte vet hur överlevnaden och sjukdomsburden påverkades på sikt, det vill säga efter 1 års uppföljning. Kravet på att rapportera in biverkningar av behandlingen var också begränsat. Studieprotokollet fick också justeras något under studiens gång då det var svårt med rekryteringen av patienter.

Detta var en så kallad "*non-inferiority*-studie" – den var alltså designad för att i första hand se om det *inte* fanns någon skillnad mellan grupperna vad gäller livskvalitet. Det gjordes inga kvalitativa intervjuer med patienterna för att ta reda på mer om deras upplevelse av att ha eller inte ha syrgas. Enligt resultatet såg man inga stora effekter på livskvaliteten mellan grupperna. Det hade dock varit intressant om man också hade intervjuat patienterna i studierna för att ta reda på mer hur de upplevde sin syrgasbehandling.

*"Det var lika säkert och effektivt oavsett om man behandlades med syrgas 15 eller 24 timmar per dygn vid kronisk hypoxi"*

## Hur kan vi använda resultaten?

Sammanfattningsvis visade studien att det var lika säkert och effektivt oavsett om man behandlades med syrgas 15 eller 24 timmar per dygn vid kronisk hypoxi. Resultaten visar alltså att det inte finns någon tydlig nackdel att vara utan syrgas under 9 timmar per dygn när man lider av hypoxi och att det inte förkortar livet eller leder till ökad symtombörda.

Detta kan leda till förändrade riktlinjer för syrgasbehandling i framtiden och kan i bästa fall göra patienterna friare från syrgas och underlätta deras vardag.

## Referenser

1. Ekstrom M, Andersson A, Papadopoulos S, Kipper T, Pedersen B, Kricka O, et al. **Long-Term Oxygen Therapy for 24 or 15 Hours per Day in Severe Hypoxemia.** *N Engl J Med.* 2024;391(11):977–88.
2. Anthonisen NR. **Prognosis in chronic obstructive pulmonary disease: results from multicenter clinical trials.** *Am Rev Respir Dis.* 1989;140(3 Pt 2):S95–9.
3. Hardinge M, Annandale J, Bourne S, Cooper B, Evans A, Freeman D, et al. **British Thoracic Society guidelines for home oxygen use in adults.** *Thorax.* 2015;70 Suppl 1:i1–43.



Foto: Pixabay

Palliativt kunskapscentrum i Stockholms län samfinansieras av Region Stockholm samt kommunerna Botkyrka, Danderyd, Ekerö, Haninge, Huddinge, Järfälla, Lidingö, Nacka, Norrtälje, Nykvarn, Nynäshamn, Salem, Sigtuna, Sollentuna, Solna, Stockholms stad, Sundbybergs stad, Södertälje, Tyresö, Täby, Upplands-Bro, Upplands Väsby, Vallentuna, Vaxholm, Värmdö och Österåker.

Läs mer om oss på: [pkc.regionstockholm.se](https://pkc.regionstockholm.se)

Kontakt: [pkc.sls@regionstockholm.se](mailto:pkc.sls@regionstockholm.se)

Foto: Yanan Li (om ej annat anges)

Följ oss på Facebook och Instagram

[Tipsa en vän](#)

Dela utskicket:





**Palliativt kunskapscentrum**  
REGION STOCKHOLM