

Intimhygien och värdighet i palliativ vård

2021-08-27

Referat av **Peter Strang**, onkolog och professor i palliativ medicin vid Karolinska Institutet. Referatet publicerades ursprungligen i PKC:s Nyhetsbrev #70 i augusti 2021.

Referat av artikeln: Morgan DD, Marston C, Barnard E, Farrow C: **Conserving dignity and facilitating adaptation to dependency with intimate hygiene for people with advanced disease: A qualitative study.** *Palliative Medicine*. 2021;35(7):1366–77.

Intimhygien är en känslig och högst personlig fråga även när man är frisk. Frågan blir desto mer laddad när en sjukdom gör att någon annan måste hjälpa dig med det mesta. I palliativa faser handlar det dessutom om en situation där man redan gjort många förluster: förlust av hälsa, oberoende och till och med förlust av den framtid man trodde var självklar.

Intimhygien är en självklar del av omvårdnaden men samtidigt en fråga som kan påverka känslan av värdig vård i mycket hög grad. I en helt ny studie från 2021, har Deidre Morgan och medarbetare gjort djupintervjuer med 18 patienter i åldrarna mellan 38 och 93 år, samtliga med spridd cancer i slutskedet. Målet med studien var att försöka förstå upplevelsen och patienternas syn på hur personal kan utföra intimhygien på ett sätt som känns värdigt för personen.

Resultat

Djupintervjuerna visar att hjälp med intimhygien och toalettbesök är synnerligen känsliga frågor, oavsett om man är ung eller gammal, kvinna eller man. Artikeln tar upp många värdefulla aspekter, jag ska sammanfatta de viktigaste, där jag kondenserar fynden.

Kommunikation

Kommunikation är en palliativ hörnsten och den blir väldigt tydlig när det gäller intimhygien. De intervjuade personerna uttryckte en önskan om att vårdpersonalen frågar på ett empatiskt sätt hur personen vill att intimhygien ska gå till och vilka delar man vill ha hjälp med. Informanterna beskrev situationer där personalen, som säkert ville vara finkänsliga, hoppade över intimhygien

och patienten kände besvikelse. En kvinnlig patient beskrev hur personal bara tvättar "utsidan" trots att hon kände att hon hade både utsöndringar och lukt som hon ville bli av med.

En viktig aspekt av kommunikationen var att personerna önskade att personalen låg steget före och informerade vad det tänkte göra: *"Nu kommer jag att vända på dig och tvätta XX..."* Dvs, personalen gav patienten en möjlighet att vara förberedd.

Miljön

Vårdmiljön är särskilt viktig när det gäller toalettbesök och intimhygien. En person berättade om den förlägenhet och skam hon kände där hon låg på en fyrsal med draperier. Hon hade inte skött sin mage på nästan en vecka. Nu var det besökstid med okända människor som besökte de andra patienterna utanför draperiet, och magen satte igång...

Professionell hållning

Informanterna kunde beskriva personal som mest ville bli klara och fick patienterna att känna att de var till besvär. Men de kunde också berätta om motsatsen, till exempel om en sköterska som uttryckte det så här: *"Säg bara till om du vill ha ett bad, så fixar vi det! Vi har underbara varma handdukar och vi gör så att hela DU kommer att dofta gott!"*

Att få tid att göra delar själv

Flera informanter berättade om hur viktigt det var att själv få göra de delar som de klarade av. Det kunde handla om att patienten hade dyspne och behövde vila mellan de olika momenten, för att få luft. Om personalen visade att det var okej, blev upplevelsen så mycket värdigare än om man skyndade på och tog över.

Aktiv närvaro

Flera informanter pratade om hur förödmjukande det är om två vårdare som ska hjälpa en bara pratar med varandra om vad de ska göra på kvällen när de är lediga. Patienten blir osynliggjord och känner sig som en börda, där hen ligger naken.

Genom att ha patienten i centrum, till exempel genom att småprata, uppnådde man att personen kunde slappna av.

"Om det vore tvärtom"

Flera informanter tog upp frågan om roller: om personalen för en stund försökte leva sig in i omvända roller, att de själva var patienter – hur skulle de då vilja få hjälp med intimhygien?

Diskussion

Det här var huvudfynden i studien, det finns ytterligare detaljer och citat som är väl värda att läsa. Intimhygien skiljer sig från många andra omvårdnadsåtgärder, eftersom det handlar om något av det mest privata vi har. Ändå är råden som informanterna gav överförbara till många situationer i den palliativa vården:

"Kommunikation är verkligen en hörnsten. Ta inget för givet utan fråga hur personen vill ha det! Tänk på att miljön måste möjliggöra avskildhet. Småprata för att lätta upp stämningen och var aktivt närvarande. Låt personen göra de delar som hon eller han klarar av, även om det tar lite mer tid. Vinsten vad gäller värdighet är stor!"

Referenser

- Morgan DD, Marston C, Barnard E, Farrow C: **Conserving dignity and facilitating adaptation to dependency with intimate hygiene for people with advanced disease: A qualitative study.** *Palliative Medicine*. 2021;35(7):1366–77.