

Nyhetsbrev

Vi samarbetar med kommuner i Stockholms län och Region Stockholm



2025-12-17 | Årgång 12 | Nummer 12

[Läs brevet i webbläsare](#)

En termin går fort – nu närmar vi oss jul och nyår!

Jag vill passa på att tacka alla er som deltagit i utbildningar och aktiviteter på PKC under hösten. Alla fina samarbeten och dialoger är värdefulla för oss och ger oss lärdomar och kunskaper, inte minst för mig som är ny i rollen som chef. Tack för att ni bidrar till utvecklingen av palliativ vård och för att ni hör av er med frågor och tankar kring palliativa vårdfrågor. Tillsammans gör vi skillnad!

I detta nyhetsbrev delar vi med oss av referat från några föreläsningar från Nationella konferensen i Palliativ vård – vi hoppas att de kan inspirera er.

Månadens vetenskapliga referat lyfter ett webbaserat stöd, Närstående.se, skrivet av vår tidigare kollega Cecilia Bauman som är doktorand vid Marie Cederschiölds högskola.

Vi ser fram emot ett nytt år med fortsatt samarbete och spännande möjligheter till utveckling. Planeringen av PKC-dagen 2026 är i full gång – hoppas att vi ses där och i många andra sammanhang!

Vi på PKC vill önska er alla en riktigt god jul och gott nytt år och hoppas ni får en fin helg,

Annika Cederholm med medarbetare



Annika Cederholm
Verksamhetschef



Anette Alvariza
Vetenskaplig ledare



Linda Björkhem-Bergman
Vetenskaplig ledare

Kalendarium

Kommande utbildningar med platser kvar

Ledarskapsutbildning – att leda den palliativa vården i kommunal vård och omsorg



Teoretisk och praktisk 1-terminsutbildning i ledarskap



Kurs i palliativ medicin för geriatrik och invärtesmed. specialiteter motsvarande delmål C5 och STc5

Heldagsutbildning i palliativ vård för ST-läkare



Fortbildningseftermiddag för ST-läkare och specialister i palliativ medicin

Tema: Koagulation och antikoagulantia



Att leva med cancer som kronisk sjukdom

Föreläsare: Maria Törnqvist Kullberg och Ylva Svahn



Samtalskurs för sjuksköterskor inom cancervården

Endagsutbildning för sjuksköterskor som arbetar inom cancervården i Region Stockholm



Symtomkontroll och teamarbete

Fysisk heldagsutbildning för legitimerad personal inom kommunal hälso- och sjukvård



Gemensam workshop Tema Cancer och Palliativt kunskapscentrum

Fysisk workshop för personal inom ASIH/SPSV, Tema Cancer och akutklinik



Södertäljemodellen: Palliativ vård i samverkan

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



Palliativ vård – en introduktion

Halvdags introduktionsutbildning i palliativ vård



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

Digital informationsträff



Samtal i vården – undersköterskans möten i palliativ vård

Fysisk heldagsutbildning för undersköterskor och vårdbiträden



Dyspné i palliativ vård

Föreläsare: Anna Öjdahl Boden



Sårbehandling i palliativ vård

Föreläsare: Susanne Dufva



Grundläggande cancervård

Anordnas i samarbete med Regionalt cancercentrum Stockholm Gotland



Samtalskurs för sjuksköterskor inom cancervården

Endagsutbildning för sjuksköterskor som arbetar inom cancervården i Region Stockholm



Psykiatriska tillstånd i palliativ vård

Föreläsare: Ludvig Ölund Noreskär

Nyheter

PKC-dagen 2026 – Save the date!



PKC:s uppskattade heldagskonferens PKC-dagen återvänder! Anmäl dig redan nu!

PKC-dagen 2026 – Palliativt kunskapscentrums heldagskonferens med föreläsningar relaterade till palliativ vård – återkommer den 8 maj 2026. Platsen är Folkets hus (House of People) i centrala Stockholm, ett kärt återbesök. Temat för dagen är "Palliativ vård i mötet mellan liv och död".

Mer information om föreläsningar och föreläsare kommer presenteras efter hand. Nytt för i år är möjligheten för deltagare att skicka in postrar som visar på utvecklings- eller förändringsarbete inom verksamheterna med koppling till palliativ vård.

Vi ser fram emot en innehållsrik och inspirerande dag. Vänta inte för länge med att anmäla dig! Läs mer på konferensens hemsida.

[Till konferenshemsidan](#)

Referat från 10:e Nationella konferensen i palliativ vård



Den 10:e Nationella konferensen i palliativ vård anordnades den 18–19 november 2025 i centrala Stockholm. I detta och kommande nyhetsbrev kommer PKC-medarbetare dela med sig av sina erfarenheter och tankar om några av de föreläsningar som ägde rum.

AI inom palliativ vård

Under konferensens andra dag fick vi ta del av ett samtal kring AI och palliativ vård. Jonas Bergström, överläkare och specialist i geriatrik och palliativ medicin inledde med att berätta om möjligheter att använda AI i journalsystem. Jonas har under de senaste åren arbetat mot den allmänna palliativa vården och förklarade hur man, med hjälp av delar av vårdförloppet, kan integrera AI i journalsystem för att tidigt upptäcka palliativa vårdbehov hos patienter. Just nu testas systemet icke-kliniskt men ska testas på geriatrisk vårdavdelning i närtid.

Maria Brovall, sjuksköterska och professor i vårdvetenskap talade sedan om samtalsträning för sjuksköterskestudenter med hjälp av avatarer. Hon berättade att sjuksköterskestudenter ofta upplever svårigheter med att ta sig an svåra samtal. Det kan finnas en rädsla för att göra mer skada än nytta. *”Tänk om jag säger fel?”*, *”Vad händer om patienten börjar gråta?”* Under grundutbildningen får sjuksköterskestudenterna träna på dessa samtal med två AI-avatarer. De förbereder sig för samtalen genom att bland annat se *”Peters fyra frågor”* från PKC.

Anders Bjarby, entreprenör och AI-entusiast avslutade sessionen med att tala om ny AI-teknik och den mycket snabba utveckling som sker inom fältet. Han visade möjligheter att skapa mycket realistiska avatarer av nu levande människor och fiktiva avatarer. Dessa kopior är med dagens teknik svåra att skilja från *”riktiga”* personer. Vissa använder tekniken för att skapa avatarer av avlidna eller för att bevara sig själva för framtiden, vilket för med sig en rad etiska frågeställningar som han menar att alla som arbetar inom fältet behöver fundera på hur man ska förhålla sig till. Närstående och patienter kan komma att ställa frågor till oss i vårdpersonalen om dessa frågor.

Daniel Avenäs, PKC

Nya perspektiv – undersköterskor som komplement till ett konsultteam

När en patient med palliativa vårdbehov skrivs in på Västerviks sjukhus får specialistundersköterskorna Meg E Karlsson och Anna H Jönsson veta det genom ett för kommunen och regionen gemensamt elektroniskt system. Därefter arbetar Meg och Anna genom uppsökande verksamhet, fysiskt och över telefon, med att säkra en trygg och personcentrerad hemgång för patienten. Delaktighet i SIP-möten (Samordnad Individuell Plan) tillsammans med patienten, närstående och övriga yrkeskategorier är en viktig arena för specialistundersköterskan från den palliativa omsorgsgruppen.

”Vi är i allians med patienten och tar ansvar för att ställa de frågor som krävs för att trygga situationen, det kan röra sig om allt från att säkerställa vem som ska ta hand om katten till att tala om önskemål inför begravning.”

Med målet att stärka kompetensen hos omsorgspersonal inom allmän palliativ vård på sjukhuset genomför Meg och Anna också utbildningsinsatser med teman som till exempel samtal, kommunikation, bemötande och symtomkontroll.

Lilian Fransson, PKC

Att finna ljus i mörkret vid livshotande sjukdom – en

föreläsning om egna erfarenheter och andras

Ullakarin Nyberg, psykiater, överläkare, suicidforskare och författare vid Norra Stockholms psykiatri, talade om det många av oss tycker är svårt: att möta en annan människas lidande. Vi vill nog alla finnas där när många andra tar ett steg tillbaka. Men hur gör man? Ullakarin har förmåga att få det att verka enkelt. Dessutom genomsyras Ullakarins ord av ett engagemang och orubblig tro på att vi alla kan göra skillnad i mötet! Hon påminde om att vi har en medmänsklig "guldreserv" inom oss, en förmåga som kan övas genom träning och vilja. Det låter hoppfullt, och vi bjöds på ett antal handfasta råd:

- **Allt börjar hos personen själv.** Vi behöver förstå för att kunna hjälpa – patientens egen berättelse är nyckeln. Våga fråga tex: *"Hur ser du på din situation? På framtiden? Vilken information har du fått?"*
- **Vi själva måste ta initiativ till att prata om svåra saker,** och träna på att vara genuint närvarande i samtalet.
- **Ta hjälp av patienten,** som själv är expert på sin situation. Möjlig fråga att ställa: *"Är det någonting vi behöver känna till för att vi ska kunna erbjuda dig en så god vård som möjlig, som passar just dig?"*
- **Fråga om livet i stort!** Relationer, vardag och längtan är en större del av människors liv än sjukdomen/tillståndet.
- **Hoppet är centralt!** Våga fråga om vad personen längtar efter, ser fram emot... Det kan vara livsförstärkande att få sätta ord på det. Vi behöver ha respekt för det personen kämpar med, inte förminska lidandet, men vi kan bidra med ett perspektivskifte genom att föra in något annat.
- **Vardagen är viktig,** liksom de små omsorgerna som visar att vi bryr oss. Till synes små handlingar kan betyda mycket och förmedla det medmänskliga. Att visa att man är berörd och vill hjälpa!

Kerstin Witalis, PKC

Utveckla ditt ledarskap inom kommunal vård och omsorg – med fokus på palliativt förhållningssätt



Är du chef inom SÄBO, LSS eller hemtjänst? Nu kan du stärka din kompetens och utveckla

ditt ledarskap genom vår utbildning: **Ledarskapsutbildning – att leda den palliativa vården i kommunal vård och omsorg.**

Utbildningen ger dig fördjupad kunskap om palliativt förhållningssätt, konkreta verktyg för utvecklingsarbete och möjlighet att reflektera över din egen verksamhet. Du får också ta del av olika ledarskapsteorier och stärka din roll som chef i arbetet med palliativ vård.

Du får:

- Fördjupad kunskap om palliativt förhållningssätt
- Verktyg för förbättringsarbete
- Reflektion och erfarenhetsutbyte
- Ökad kompetens i ledarskap

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 + fyra utbildningsdagar, med kursstart den 13 januari.

[Läs mer och anmäl dig](#)

Palliativ vård – en introduktion

Är du ny på jobbet och nyfiken på palliativ vård? Är du i behov av en grundläggande utbildning i palliativ vård?

Oavsett vilket verksamhetsområde du arbetar inom eller vilken yrkestillhörighet du tillhör, är du välkommen att delta vid denna digitala eftermiddagsutbildning. Med stöd av ett patientfall går vi igenom grunderna i palliativ vård.

Vårens tillfälle är den 18 mars mellan kl. 13–16. Välkommen med din anmälan!

Citat från tidigare deltagare:

”Jag skulle önska att all personal får lära sig om hur viktigt det är att respektera patientens vilja och vad som ger mening i deras vardag”

”Att utvärdera efter varje dödsfall ger möjlighet till att utveckla den palliativa vården”

[Läs mer och anmäl dig](#)

Månadens film!



Årets elfte månadens film är "*Fysioterapeutiska insatser vid smärta*" med Kersti Olsson, specialfysioterapeut inom onkologi vid Capio ASIH och SPSV. Filmen ingår i modul 4 av Palliativt kunskapscentrums webbutbildning i Palliativ cancervård: "Smärta och smärtlindring".

[Se filmen här!](#)

Tips: Nordic Nurses – ett nordiskt nätverk för sjuksköterskor om palliativ vård!

Intresseanmälan för ett Nordiskt nätverk för sjuksköterskor om palliativ vård!

HÄR KAN DU LÄSA MER OCH ANMÄLA DIG!

Nordiskt nätverk för sjuksköterskor om palliativ vård

Är du sjuksköterska och arbetar inom palliativ vård, och intresserad av att delta i ett nordiskt nätverk där du bidrar med att utveckla och forma nätverket? Anmäl intresse via QR-koden ovan, eller via länken nedan.

Problem med filmer i appen



Som några av er kanske märkt är det just nu problem med filmerna i vår app, PKC-appen. Vi ber om ursäkt, och hoppas kunna åtgärda problemen så snart som möjligt. Men alla våra filmer finns naturligtvis tillgängliga på vår hemsida, så tveka inte att gå in och ta del av hela vårt utbud där!

Webbaserat stöd kan underlätta vardagen för par vid livshotande sjukdom



Referat av Cecilia Bauman

*Sjuksköterska med masterexamen i palliativ vård,
doktorand Marie Cederschiöld högskola*

Referat av artikeln: Bauman, C., Wallin, V., Doveson, S., Fürst, P., Hudson, P., Kreicbergs, U., & Alvariza, A. (2025). The family caregiver-targeted web-based intervention "narstaende.se" facilitated everyday life for couples facing life-threatening illness: A qualitative study. Palliative Medicine, 39(5), 574–583. <https://doi.org/10.1177/02692163251327893>

Jag har fått chansen att lyfta fram en artikel där vi undersökt betydelsen av webbplatsen Närstående.se. I denna text används ordet närstående för den som ger vård och stöd till patienten. Alla närstående i studien var partners till patienten, och när båda avses används par eller paret.

Bakgrund och studiens syfte

Närstående som vårdar någon som är svårt sjuk tar ofta stort ansvar, vilket kan leda till stress och att egna behov bortprioriteras. Sjukdomen påverkar både patient och närstående och kan också förändra deras relation. Webbaserade insatser kan ge närstående möjlighet till stöd på distans och lindra en del av den påfrestning som situationen kan innebära. Studiens syfte var att utforska hur webbplatsen Närstående.se påverkar hur par upplever den gemensamma vardagen när den ena av dem är livshotande sjuk.

Metod

Studien genomfördes inom avancerad sjukvård i hemmet (ASIH) och bygger på dyadintervjuer, vilket innebär att närstående och patient intervjuades tillsammans. Genom denna metod är det möjligt att fånga bådats upplevelser. Totalt deltog 16 par (32 personer) i åldern 46–85 år som levde tillsammans som gifta, sambo eller särbo. Patienterna hade livshotade sjukdom och palliativa vårdbehov. Det var enbart närstående som hade haft tillgång till Närstående.se. Intervjuerna analyserades med en tolkande beskrivande metod.

Webbplatsen Närstående.se

Närstående.se riktar sig till närstående till någon med livshotande sjukdom. Syftet är att öka närståendes förberedelse för att ge vård och stöd, samt förberedelse inför patientens död. Webbplatsen innehåller filmer, texter och länkar som belyser frågor som många närstående funderar kring. I filmerna samtalar vårdpersonal med skådespelare som gestaltar närstående. Innehållet omfattar många olika teman, såsom mat och näring, känslor, samtal och relationer. Varje film har en tydlig rubrik, så att närstående själva kan välja vad de vill ta del av.

"Även om webbplatsen riktade sig till närstående blev den ökade förståelsen betydelsefull för dem som par."

Resultat

Studien kom fram till att webbplatsen Närstående.se påverkade parens gemensamma vardag under en tid när sjukdomen till stor del dominerade livet. Resultatet är presenterat i tre teman som tillsammans beskriver betydelsen av webbplatsen.



Kunskap som ökar förståelse

Paren berättade att den nya kunskap som närstående fick via webbplatsen hjälpte dem båda att se vardagen ur varandras perspektiv. Även om webbplatsen riktade sig till närstående blev den ökade förståelsen betydelsefull för dem som par. Närstående fick fördjupad förståelse för hur sjukdomen påverkar vardagen och att vara den som ger vård och stöd. Genom att dela den nya kunskapen med patienten kunde de båda bättre förstå varandras olika sätt att hanterade sjukdomen. Förståelsen handlade inte bara om ny information, utan också om att se varför den andre ibland agerade annorlunda än tidigare. Insikterna gjorde det möjligt för paret att tillsammans möta de utmaningar som sjukdomen förde med sig. Det skapade en gemensam grund för hur vardagen kunde hanteras.

Samtal som bidrar till gemenskap

Närstående: "När jag bearbetar saker [genom webbplatsen] blir det lättare att ta upp och prata om det."

Patient: "Ja, jag tycker att vi har blivit ganska öppna med saker."

Närstående: "Det är vi. Nu känner jag att jag kan berätta för andra hur jag mår."

Samtal som bidrar till gemenskap

Närstående.se gjorde att närstående började reflektera över sina egna känslor och tankar. Det gav en ingång till samtal och gjorde det mer tillåtande för närstående att uttrycka sina känslor och behov för patienten. Efter att ha sett filmerna vågade närstående ta upp ämnen som tidigare känts svåra att prata om. När närstående satte ord på sina tankar och känslor fick också patienten en bättre förståelse för hur situationen upplevdes. Webbplatsen upplevdes också som en påminnelse om att ta vara på tiden tillsammans, vilket kunde väcka samtal om viktiga men svåra ämnen. Patienterna beskrev att även om de inte alltid hade samma behov av att prata så kunde de förstå varför närstående behövde det. På så sätt blev samtalen ett sätt att skapa gemenskap och närhet i vardagen.

Stöd för att hantera relationen

Patient: "Det är jättebra att [närstående] har tillgång till webbplatsen."

Närstående: "Ja, och jag tror att du har förstått att jag ibland tycker att vi har det jobbigt."

Patient: "Ja, just därför är det så viktigt."

Stöd för att hantera relationen

Att leva med livshotande sjukdom gjorde att relationer förändrades. Genom Närstående.se fick närstående stöd i att reflektera över och hantera de båda rollerna som partner och vårdare. Patienterna beskrev en känsla av tacksamhet för vad närstående gjorde för dem, och såg värdet i att också närstående fick stöd i att hantera sjukdomen. Att närstående fick eget stöd gav paren en känsla av balans i relationen eftersom bådas behov på så sätt fick utrymme. För närstående blev stödet en påminnelse om att de inte stod ensamma i sin situation, om vikten av återhämtning och att ha ett liv utanför sjukdomen, något som gav energi och stärkte relationen. Det gjorde att paret kunde uppleva en känsla av balans, även när rollerna i relationen förändrades.

"Att närstående fick eget stöd gav paren en känsla av balans i relationen eftersom bådas behov på så sätt fick utrymme."

Diskussion och slutsats

Den här studien visar att stöd som enbart riktar sig till närstående även kan ha betydelse för närstående och patient tillsammans som par. Närstående för med sig reflektioner och nya tankesätt in i det gemensamma vardagslivet, antingen genom att diskutera det med patienten eller genom att förändra sitt eget förhållningssätt. Stöd till närstående kan också få patienten att reflektera över hur sjukdomen påverkar närstående, vilket skapar utrymme för att hitta gemensamma sätt att hantera vardagen.

En styrka i studien är att närstående och patient intervjuades tillsammans. Den gemensamma berättelsen ger en nyanserad bild av vilken betydelse stöd har i vardagen. Samtidigt är det viktigt att komma ihåg att de som valde att delta i studien inte speglar alla par i liknande situationer.

Sammanfattningsvis visar studien att webbaserat stöd kan ha betydelse för båda i paret när vardagen förändras på grund av sjukdom. Genom att stödja närstående skapas betydelse också för patienten och relationen. Det kan bli lättare att förstå varandra, prata om svåra ämnen och tillsammans hantera hur relationen förändras. I mötet med patienter och närstående är det viktigt att se också stöd till närstående som en del av helheten. När vårdpersonal erbjuder stöd till närstående att hantera situationen kan det bli lättare för båda i paret att förstå varandra och hantera vardagen tillsammans.

Referenser

- Bauman, C., Wallin, V., Doveson, S., Fürst, P., Hudson, P., Kreicbergs, U., & Alvariza, A. (2025). **The family caregiver-targeted web-based intervention "narstaende.se" facilitated everyday life for couples facing life-threatening illness: A qualitative study.** *Palliative Medicine*, 39(5), 574–583. <https://doi.org/10.1177/02692163251327893>



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

Kontakt: pkc.siso@regionstockholm.se

Foto: Yanan Li (om ej annat anges)

Följ oss på Facebook och Instagram

Tipsa en vän

It service icons created by Iconjam - Flaticon

Dela utskicket:



[Avregistrera dig från nyhetsbrevet](#)



Palliativt kunskapscentrum
REGION STOCKHOLM