

Nyhetsbrev

Vi samarbetar med kommuner i Stockholms län och Region Stockholm

2023-05-29 | Årgång 10 | Nummer 5

[Läs brevet i webbläsare](#)

Hej!

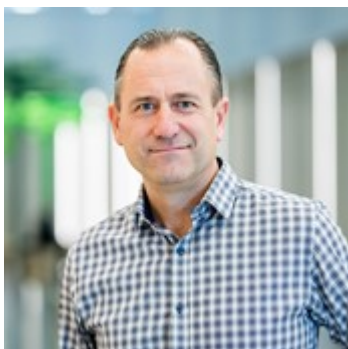
Vilken PKC-dag det blev och vi var många (850), det var lite trångt vid fiket men fantastiskt med så många intresserade och engagerade deltagare från alla områden inom vård och omsorg! Tack alla ni som var där och tack till alla duktiga föreläsare och tack till våra volontärer. Ta del av bilder från dagen lite längre ner i Nyhetsbrevet. Vi vet redan nu att vi kommer vara i en större lokal nästa år, så att fler kan vara med och allt känns lite rymligare. Se några reflektioner från dagen med lite bilder senare i Nyhetsbrevet.

En nyhet inför hösten är att vi startar fortbildning för ST-läkare och specialläkare i palliativ medicin. Det är våra övergripande studierektorer i palliativ vård, Maria Ranch Lundin och Per Fürst, som planerar programmet. Utbildningarna är fysiska för att också skapa möjlighet till nätverkande. Kul att kunna ge denna grupp denna möjlighet.

I nästa nummer av vårt Nyhetsbrev kommer vi med stor sannolikhet kunna berätta om ett stort antal webbutbildningar särskilt framtagna för läkare och sjuksköterskor som arbetar inom särskilda boenden. Det är utbildningar som kommer vara tillgängliga kostnadsfritt för alla i vårt avlånga land. Vi släpper snart också en särskild webbutbildning för Palliativ vård inom LSS. Mycket att se fram emot alltså.

I detta Nyhetsbrev är det dags för Anette Alvariza, en av våra vetenskapliga ledare att skriva en kunskapsartikel med rubriken *Genuin närvaro, empatisk dialog och självreflektion*.

Vi önskar er en fin försommar!



Fredrik Sandlund
Verksamhetschef



Anette Alvariza
Vetenskaplig ledare



Linda Björkhem-Bergman
Vetenskaplig ledare

Kalendarium

Kommande utbildningar med platser kvar



Workshop om samtal kring existentiella frågor för omsorgspersonal inom kommunens verksamheter

Föreläsare: Anna Wrangsjö, och medarbetare från PKC



Workshop om samtal och kommunikation för sjuksköterskor inom kommunal vård och omsorg

Anordnas i samarbete med Palliativt utvecklingscentrum i Lund



Ledarskapsutbildning i palliativ vård för chefer inom kommun

Föreläsare: Charlotte Klinga



Symptomkontroll och teamarbete

För legitimerad personal inom kommunal hälso- och sjukvård



Ödem, venösa ödem och lymfödem – att förebygga, identifiera och behandla

Digital föreläsning för basal hemsjukvård och hemrehabilitering



Prognostisera och identifiera palliativa vårdbehov

Digital föreläsning för läkare inom akutsjukvård och geriatrik



De nödvändiga samtalen – läkare

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



Kurs i palliativ medicin motsvarande B5-mål

Tvådagars kurs för ST-läkare



Akuta psykiatriska tillstånd inom palliativ vård

Digital föreläsning för den specialiserade palliativa vården



Fortbildningseftermiddag för ST-läkare och specialister i palliativ medicin

För ST-läkare och specialister i palliativ medicin i Region Stockholm



Palliativ vård – en introduktion

Föreläsare: Medarbetare PKC



Samtalskurs för sjuksköterskor inom cancervården

Kursen finansieras av RCC Stockholm Gotland



Att möta närstående när en person vårdas i det egna hemmet

Digital föreläsning för basal hemsjukvård och hemrehabilitering



Vård i livets slut

Digital föreläsning för läkare verksam inom akutsjukvård i Region Stockholm



Immunterapi – erfarenheter från hudcancerområdet

Digital föreläsning för den specialiserade palliativa vården



Palliativ ombudsutbildning för personal inom akutsjukvård och geriatrik

Föreläsare: Vårdutvecklingsledare PKC



Symtomkontroll och teamarbete

För legitimerad personal inom kommunal hälso- och sjukvård



Omvårdnad och behandling vid maligna tumörsår

Föreläsare: Susanne Dufva

Nyheter

Palliativa ombudsdagar för palliativa ombud inom kommunen den 10 och 15 november.

Tema: Omvårdnad

Med denna dag vill vi på PKC ge er möjlighet att få mötas och dela erfarenheter av hur det är att arbeta som palliativt ombud. Sjuksköterskan Bodil Holmberg kommer att dela med sig av sin forskning som rör den kroppsliga omvårdnaden som ges i livets slut vid vård och omsorgsboende.



OBS: Samma program ges båda dagarna.
Anmäl dig redan nu!

- Palliativ ombudsdag 10 november
[Läs mer och anmäl dig](#)
- Palliativ ombudsdag 15 november
[Läs mer och anmäl dig](#)

NYHET från hösten!

Fortbildning för ST-läkare och specialistläkare i palliativ medicin

För de läkare som valt att specialisera sig inom palliativ medicin anordnar vi nu särskilda fysiska eftermiddagsseminarier. Det är våra övergripande studierektorer i palliativ vård Maria Ranch Lundin och Per Fürst som planerar

programmet. Utbildningarna är fysiska för att skapa möjlighet till nätverkande.

Detta händer i höst:

- **21 september** kl. 12.30–16.30 (fysiskt)
Tema: Malign hematologi och Biverkningar vid immunterapi
[Läs mer och anmäl dig](#)
- **16 november** kl. 12.30–16.30 (fysiskt)
Tema: Vård i livets slutskede – etik och juridik
[Läs mer och anmäl dig](#)

Grundläggande utbildningar i palliativ vård

Öppet för alla i landet mot en viss kostnad.

- **10 oktober** kl. 13-16 via Teams
Palliativ vård – en introduktion
[Läs mer och anmäl dig](#)
- **8 november** kl. 13-16 via Teams
Undersköterskans roll i palliativ vård
[Läs mer och anmäl dig](#)
- **15 november** kl. 13-15 via Teams
Symtomkontroll i palliativ vård
[Läs mer och anmäl dig](#)



Tips från PKC!

**Nationella konferensen i palliativ vård i
Malmö den 2–4 oktober**

Den 8:e nationella
konferensen i palliativ vård



FRAMTIDENS PALLIATIVA VÅRD

2 - 4 oktober 2023

Malmö

Tänk på att i år så är förkonferensen inte enbart inriktad på forskning utan också på utbildning och ledarskap.

För mer information och anmälan se www.palliativ2023.se

Ny omgång av Ledarskapsutbildning i palliativ vård för chefer inom kommunal vård och omsorg, start den 5 september

Endast några få platser kvar!

Vår pilotomgång av denna nya utbildning tar slut nu i maj men vi vet redan att vi vill göra vissa förändringar. Det blir till exempel 5 tillfällen i stället för 7 och det blir fler tillfällen då vi träffas fysiskt. Det övergripande målet med utbildningen kvarstår, som är att bidra till att chefer står bättre rustade i sitt uppdrag att skapa goda förutsättningar för palliativ vård i den kommunala kontexten genom ny kunskap om och färdigheter i ledarskap och palliativ vård.



De aktuella datumen i höst är:

- 5 september kl. 13.00–16.00 (digitalt)
- 26 september kl. 08.30–16.00 (fysiskt)
- 24 oktober kl. 08.30–16.00 (fysiskt)
- 24 november kl. 08.30–16.00 (fysiskt)
- 12 december kl. 08.30–16.00 (fysiskt)

[Läs mer och anmäl dig](#)

Utbildning för att bli Palliativt ombud inom akutsjukvård och geriatrik

Vår pilotomgång av vår utbildning för att bli Palliativt ombud inom akutsjukvård och geriatrik är snart avslutad. Vi har två nya utbildningsomgångar till hösten men den första är redan fulltecknad. Så vänta inte för länge för att tipsa någon du känner eller anmäl dig själv.

- **Kursomgång med start den 29 augusti**
FULLTECKNAD!
- **Kursomgång med start den 24 oktober**
[Läs mer och anmäl dig](#)

Nyhet!

Digitala lunchseminarier för läkare inom akutsjukvård och geriatrik

11 september kl. 12.00-12.45

Prognostisering och bedömning av palliativt vårdbehov

Christel Hedman, överläkare och forskare vid Stockholms sjukhem. Specialist inom palliativ medicin och onkologi.

[Läs mer och anmäl dig](#)

10 oktober kl. 12.00-12.45

Vård i livets slut

Linda Björkhem Bergman, överläkare och docent på Stockholms Sjukhem och Karolinska Institutet. Vetenskaplig ledare vid Palliativt kunskapscentrum (PKC).

[Läs mer och anmäl dig](#)

28 november kl. 12.00-12.45

Samtal vid allvarlig sjukdom

Linda Björkhem Bergman, överläkare och docent på Stockholms Sjukhem och Karolinska Institutet. Vetenskaplig ledare vid Palliativt kunskapscentrum (PKC).

[Läs mer och anmäl dig](#)

Ladda ner PKC-appen!



PKC-appen

Tillgänglig nu i AppStore
och på Google Play



Genom PKC-appen kommer du enkelt åt Palliativt kunskapscentrums videoföreläsningar, webbutbildning och vetenskapliga referat, utan att behöva gå in på vår webbsida. PKC-appen är tillgänglig både på Apple AppStore och på Google Play.

[Läs mer och ladda ner appen](#)

Bilder från PKC-dagen 2023



Att få välkomna 850 deltagare tillsammans med Lilian var stort. Vi var förstås lite

nervösa men samtidigt så blir man glad och inspirerad när man ser alla engagerade deltagare framför sig. Det stora med PKC-dagen är att vi är så många som samlas från olika verksamhetsområden inom både Region och kommun. Men alla har vi samma uppdrag – att tillsammans ge bästa möjliga palliativ vård.



En av våra vetenskapliga ledare på PKC, Anette Alvariza, specialistsjuksköterska och professor i palliativ vård, inledde dagen på ett stort sätt. Hon satte tonen för dagen när hon pratade utifrån rubriken *"Total pain – mångdimensionellt lidande"*.



De enda utställarna på PKC-dagen är PKC själva. 😊 Det är fantastiskt att få stå vid våra utställningsbord och berätta om PKC, fråga vad deltagaren arbetar med och vad de är intresserade av. För PKC är det en värdefull dag då vi får sprida information om allt det som PKC erbjuder.



I år var det rekordmånga föreläsare på PKC-dagen. Vi hade utmanat alla kunniga och inspirerande föreläsare genom att ge dem ganska lite föreläsningstid. Det gav kanske lite högre tempo och större omväxling. På bilden ser du Katarina Hellberg, kirurg och specialist i palliativ medicin och överläkare på Ersta diakoni som på ett mycket klagörande sätt pratade om *"Akut buksmärta i palliativ vård"*.



Vad händer på denna bild? Väckelsemöte, nej bara helt vanlig pausgymnastik efter lunch. Mäktigt att få se alla dansa i takt och alla glada ansikten. Efter detta var alla pigga och alerta och programmet kunde fortsätta.



På eftermiddagen var det dags för parallella seminarier med lite olika inriktning. Här ser vi specialistsjuksköterskan Cecilia Högberg, tjänstledig medarbetare på PKC och doktorand vid Marie Cederskiöld högskola tala på temat *"Symtomskattning från ord till handling – att införa IPOS i sin verksamhet"*. Andra teman på detta seminarium var *"Metadon och smärta"* och *"Nutrition hos personer med palliativa vårdbehov"*.



I det andra parallella seminariet fick vi bland annat lyssna på Ulrika Granér, specialistsjuksköterska och utbildare på Stiftelsen Silviahemmet som på ett engagerat sätt talade om *"Symtomskattning vid kognitiv sjukdom"*. I detta seminarium fick man också ta del av kunskap på temat *"Illamående – hur kan det lindras"* och om *"Taktil massage i vården av den äldre personen"*.



I det tredje parallella seminariet var det viss inriktning mot palliativ vård på akutsjukhus. På bilden ser vi specialistsjuksköterskorna Kristina Zarins (PKC) och Jenni Bergman (Danderyds sjukhus) tala om just detta. Det gjorde de förtjänstfullt utan en enda Powerpoint men med en återkommande skylt där det stod *"Vad vill patienten?"*. En påminnelse om att vi måste bli bättre med att prata med patienten och närstående när det gäller vårdens inriktning. Under detta seminarium fick vi höra mer om *"Infektionsbehandling i livets slut"* men också om hur man använder *Det palliativa kittet* och vilka viktiga omvårdnadsåtgärder som kan behöva ges i livets slut.



Dagen avslutades med att Peter Strang, professor emeritus i palliativ medicin, talade om *"Hur smärtupplevelsen påverkas av dödsångest – om helhetssyn"*.

Tack!

Tack alla ni som kom på PKC-dagen – vi ses om ett år igen! Då kommer vi vara i en större lokal så att alla som vill kan få plats.

Genuin närvaro, empatisk dialog och självreflektion



Referat av Anette Alvariza

Vetenskaplig ledare PKC

Professor och specialistsjuksköterska i palliativ vård
vid Marie Cederschiöld högskola/Stockholms
Sjukhem

Referat av artikeln: Dobrina, R., Tenze, M., & Palese, A. (2014): **An overview of hospice and palliative care nursing models and theories.** *International Journal of Palliative Nursing*, 20(2), 75–81. <https://doi.org/10.12968/ijpn.2014.20.2.75>

Den här månaden vill jag dela ett referat från en artikel som har hjälpt mig mycket i min roll som sjuksköterska och i möten med patienter som har palliativa vårdbehov. Jag har också haft stöd av artikeln i min forskning. Mycket som relaterar till vårdande har vi naturligt i oss som människor, vi är skapta för att ta hand om varandra, men mycket kan och behöver vi också lära oss. Vi är nog alla helt överens om hur viktigt det är att ha praktisk kunskap, och olika professioner i vården har uppgifter vi måste klara att utföra. Däremot kanske vi inte alltid reflekterar över den värdefulla kunskap vi behöver gällande hur vi förhåller oss till patienten och hur vi förhåller oss till oss själva som arbetsredskap.

"En öppen empatisk dialog och genuin närvaro kan hjälpa patienten att känna sig trygg att prata om det som känns svårt"

Vårt viktigaste arbetsredskap

Vi är ju vårt eget arbetsredskap och troligen det viktigaste arbetsredskapet av alla. I den här artikeln har författarna gjort en syntes av tre olika omvårdnadsteorier som har fokus på palliativ vård. Författarna är sjuksköterskor men också andra professioner kan mycket väl relatera till deras resultat.

Att vara genuint närvarande

Författarna lyfter fram betydelsen av att vara genuint närvarande för och med patienten och menar att det i sig kan hjälpa och lindra lidande. Det är därför viktigt att finna tid och

utrymme i den dagliga vården att "finnas" för patienten. Ett sätt att vara genuint närvarande är att ha ett öppet förhållningssätt vilket innebär att inte vara dömande och att inte utgå från egna förutfattade meningar. Det öppna förhållningssättet är nödvändigt för att vi verkligen ska se vilka behov, önskemål och prioriteringar som patienten själv har.

En öppen empatisk dialog

Genom sin analys av de tre teorierna betonar författarna att det sätt vi möter patienten på är viktigt. En öppen empatisk dialog och genuin närvaro kan hjälpa patienten att känna sig trygg att prata om det som känns svårt. I en sådan dialog kan patienten våga initiera frågor och tankar gällande döende och död. Vidare kan patienten få stöd och känna sig stärkt att hantera att livet förändrats och inte längre kan levas som tidigare. I situationer där vi upplever att det är svårt att nå fram kan en strategi vara att dela med oss lite av oss själva. Berätta något som du kan tänka dig att dela med patienten. Många gånger öppnar det upp för ett samtal där förtroenden kan ges. Med bra samtal kan vi också hjälpa patienten att sätta realistiska mål.

Självreflektion

En viktig aspekt som lyfts i artikeln är att genuin närvaro kräver självreflektion. Vi behöver reflektera kring våra egna värderingar, rädslor och erfarenheter vilket också är en förutsättning för att vara mottaglig. Självreflektion kan hjälpa oss att öka vår medvetenhet om den egna rollen och kompetensen.

Existentiell växt

Som ett resultat av våra möten och erfarenheter så skapar vi också ofta en egen existentiell växt. Det betyder att vi utvecklar vår förståelse för livet och döden. Våra erfarenheter kan öka meningen med det arbete vi gör och också öka arbetstillfredsställelsen.

"Vi behöver reflektera kring våra egna värderingar, rädslor och erfarenheter vilket också är en förutsättning för att vara mottaglig"

Diskussion och reflektion

I dagens vård är det en utmaning att försöka hitta utrymme i det dagliga jobbet att "finnas för" patienten. Det behöver dock inte handla så mycket om tid som vi kanske tror utan mer ofta om just förhållningssätt. Små gester från oss har visat sig uppskattas enormt mycket. Det kan vara en inkännande ögonkontakt eller att sitta ner vid ett samtal i stället för att stå upp. Vidare kan vi vara genuint närvarande genom att bekräfta att vi hör vad patienten säger, att återkoppla vid nästa möte eller efterfråga hur det gått med det som vi pratade om sist.

Den nödvändiga självreflektionen kan innebära att en kort stund innan arbetsdagens slut fundera över det man sagt och gjort under dagen men också att fundera över hur man reagerat och tänkt och hur man har hanterat en viss situation. Om vi dessutom får möjlighet att diskutera med kollegor kan det bidra till nya insikter om oss själva och leda till utveckling. Kanske är det just den utvecklingen som bidrar till att vi stannar i vårdröken trots ansträngande arbetssituation.

Modeller och teorier kan vara en hjälp som guidar oss i praktiken. Om vi lär oss att hantera bärande koncept såsom genuin närvaro, skapandet av relationer, att ha ett öppet förhållningssätt och ägna oss åt självreflektion kan vi öka kvalitén i vården.

Referenser

1. Dobrina, R., Tenze, M., & Palese, A. (2014): **An overview of hospice and palliative care nursing models and theories.** *International Journal of Palliative Nursing*, 20(2), 75–81. <https://doi.org/10.12968/ijpn.2014.20.2.75>



Palliativt kunskapscentrum i Stockholms län samfinansieras av Region Stockholm samt kommunerna 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

Delat utskicket:



[Avregistrera dig från nyhetsbrevet](#)



Palliativt kunskapscentrum
REGION STOCKHOLM