

Nyhetsbrev för

PKC i Stockholms län



2016-04-07 Årgång 2, nummer 3

Palliativt Kunskapscentrum i Stockholms län, ett samarbete
med kommuner i Stockholms län och Stockholms läns landsting

Hemsida: pkc.sll.se Kontakt: pkc@sll.se Ansvarig utgivare: Peter Strang

Tema: Dyspné i palliativ vård

Nytt från PKC

Av: Peter Strang, vetenskaplig ledare

Nyhetsbrevet

PKC:s Nyhetsbrev har kommit igång på allvar. **Nu har vi 1000 individuella prenumeranter som får brevet via mail!** Sprid info om brevet, vi tar gärna emot fler läsare.

Utbildningar

I mars hade PKC sin första utbildning för undersköterskor i palliativ vård. Halvdagen blev snabbt fullbokad och vi upprepar därför utbildningen i maj. Vi kommer även att ha andra halvdagsutbildningar i vår. Kommande kurser hittar ni i rutan till höger, "Viktiga datum".

Många har påpekat att det borde finnas ett särskilt utbildningstillfälle för **läkare som arbetar inom SÄBO**, eftersom det finns behov att diskutera ordinationer i livets slutskede, brytpunktssamtal och annat. Vi kommer därför att anordna en halvdag den 25 maj. *Sprid gärna info till era läkare om detta!*

Viktiga datum

Aktuella utbildningar hos PKC

- 22 apr Palliativ vård och existentiell kris
- 28 apr Svåra samtal i palliativ vård
- 09 maj Palliativ vård – undersköterskans roll
- 25 maj Att vara SÄBO-läkare i palliativ vård

Undervisningsvideon

Nu läggs nästa [undervisningsvideo](#) ut, om dyspné i palliativ vård. Texten i detta nyhetsbrev anknyter till innehållet i videon. Vi vill uppmantra er till att använda våra videospelningar t.ex. i er egen fortbildning. Videospelningarna får användas fritt, men ange källan, dvs. PKC (Palliativt kunskapscentrum i Stockholms län).

Dyspné i palliativ vård

Av: Peter Strang, vetenskaplig ledare

Andnöd eller dyspné är relativt vanligt i livets slutskede och förekommer vid många olika diagnoser såsom cancer, hjärtsvikt, KOL och ALS. Det är viktigt att komma ihåg att dyspné är en subjektiv känsla av att inte få luft. Det som personalen ser eller kan mäta (t.ex. syrgasmättnad med oximeter) spelar som regel mindre roll. En patient kan ha normala värden och ändå känna andnöd, en annan patient kan vara relativt opåverkad, trots låga värden.

Oro och ångest ökar känslan av andnöd och vid många akuta ångesttillstånd kan patienten ha en känsla av lufthunger. När den akuta ångesten minskar, brukar det kännas lättare att andas igen.

”Dyspné är en subjektiv känsla av att inte få luft. Det som personalen ser eller kan mäta spelar som regel mindre roll.”

Allmänna åtgärder

I palliativ vård har patienten ofta andnöd av oklar orsak. Då kan allmänna åtgärder göra stor nytta. Se faktarutan **”Åtgärder som minskar andnöd”**.

I vissa akuta lägen behöver ändå patienten läkemedelsbehandling. Idag vet vi att morfin och morfingruppens preparat som regel har bäst och snabbast effekt. Morfinet kan ges som injektion eller som tabletter (och undantagsvis inhaleras via aiolos). Bensodiazepiner (t.ex. oxazepam) kan också minska känslan av andnöd hos

”Oro och ångest ökar känslan av andnöd.”

utvalda patienter, särskilt om hon eller han verkar ångestfylld.

Om patienten dessutom är rosslig och svullen, kan vätskedrivande läkemedel övervägas (t.ex. furosemid). I de fall patienten har KOL kan patienten också behöva extra doser av sin KOL-medicinering, utöver den vanliga dosen. Detta gäller framför allt de kortverkande preparaten. Vid dyspné i samband med cancer kan kortison fungera i vissa fall, förutsatt att andnöden inte beror på hjärtsvikt. Effekten brukar vara tydligast hos de patienter som har många cancersymtom samtidigt (flåsighet, trötthet, tumörfeber osv).

Åtgärder som minskar andnöd

- Skapa lugn
- Närvaro (mer andnöd när man är ensam)
- Svalt i rummet
- Öppet fönster
- Luftfläkt mot ansiktet
- Rätt läge i sängen/sittande
- Hjälpmedel (t.ex. ryggstöd)
- Andningsgymnastik
- Kroppskontakt (taktil massage osv)

”Morfin har som regel snabbast effekt på akut andnöd.”

Specifika åtgärder

Ibland finns det en behandlingsbar orsak till känslan av andnöd. Patienten har kanske vätska i lungsäckarna som behöver tappas ut (obs – bara ena sidan i taget), eller mycket vätska (ascites) i buken som trycker på mellangärdet och gör det svårare att djupandas. Lunginflammation är en annan vanlig orsak som går att behandla, om inte patienten är omedelbart döende.

Anemi kan vara en orsak både till andfåddhet och trötthet och då kan blodtransfusion hjälpa.

”Ibland finns det en behandlingsbar orsak till känslan av andnöd.”

Om man ger blod är det viktigt att utvärdera effekten dagen efter: minskade andfåddheten? Blev patienten piggare? Om det inte blev någon skillnad, var det inte blodvärdet som var huvudorsaken till symtomen och då är inte blod den rätta lösningen.

Vid diagnoser såsom ALS eller sena stadier av demens finns risken att patienten aspirerar, dvs. får ner mat i lungorna p.g.a. att reflexerna i svalget är nedsatta. En aspiration leder i svårare fall till hostattacker, känslan av andnöd och i sämsta fall till en lunginflammation. Aspiration kan ofta undvikas genom bra rutiner och omvårdnadsåtgärder i samband med måltiderna. Du kan läsa mera om detta i kapitlet om ALS (se ”Källa och vidareläsning” nedan).

Källa och vidareläsning:

Strang P, Beck-Friis B: Palliativ medicin och vård, 4e upplagan 2012.

(OBS! De specifika tipsen finns bara i 4:e upplagan.)

”Aspiration kan ofta undvikas genom bra rutiner och omvårdnadsåtgärder.”



Videoundervisning om dyspné

Vill du få en mer utförlig genomgång av dyspné kan du lyssna på vår videoföreläsning som du hittar på vår hemsida. [Klicka här](#) eller på bilden ovan för att komma till den. I videoundervisningen (cirka 20 minuter) finns fallbeskrivningar, en faktadel och avslutande reflektionsfrågor. Det är fritt fram att använda våra video-undervisningar i utbildningssammanhang på er enhet, bara ni anger källan, dvs. PKC – Palliativt kunskapscentrum i Stockholms län.

”Våra videoinspelningar får användas i utbildningssammanhang på er enhet.”

Besök pkc.sll.se för mer palliativ information

PKC:s syfte är att utgöra en kunskapsbank för palliativa frågor. Palliativt kunskapscentrum i Stockholms län samfinansieras av Stockholms län samt kommunerna Danderyd, Ekerö, Nacka, Nykvarn, Nynäshamn, Salem, Solna, Stockholm och Vaxholm.

Kontakt: pkc@sll.se
Dela utskicket

