

2020-06-18 Årgång 7, nummer 6

[Läs brevet i webbläsare](#)

## Hej!

Midsommar står för dörren efter en mycket annorlunda vår. Sommaren kommer troligtvis inte heller bli som den brukar för många av oss, både privat och på jobbet. Osäkerhet råder om framtiden på flera sätt. PKC kommer göra sitt bästa att möta de behov av ny kunskap och fortbildning för dig som medarbetare inom kommun och region. Något som vårens pandemi har visat oss alla är att behovet av kunskap om palliativ vård aldrig har varit större.

Under sommaren kommer vi att komma med ut med ett antal "Sommar specialnummer" av vårt Nyhetsbrev. Dessa kommer innehålla referat från den Nationella konferensen i palliativ vård i Östersund som ägde rum i mars – det känns länge sedan. De referat som vi skrev då sparade vi men nu vill vi att ni ska få läsa dem, och de kommer att portioneras ut med jämna mellanrum under sommaren.

PKC fortsätter att planera och planera om utbildningar med mera inför hösten. Flera av de planerade utbildningarna kommer troligtvis anordnas via digitala lösningar. Vi tror det kommer gå bra och att vi kommer lära oss mycket som vi kan ha nytta av inför framtiden. Nya sätt att utbilda och sprida kunskap har aldrig varit viktigare.

## PKC-dagen flyttas fram ett år

PKC-dagen har vi nu beslutat oss för att ställa in och flytta fram ett helt år. Nästa PKC-dag blir därför den 17 november 2021. Det känns förstås tråkigt, men det blir bäst så nu när läget är som det är. Temat "Närstående i palliativ vård" och upplägget planerar vi behålla.

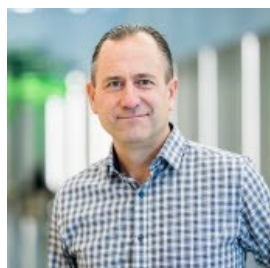
## Covid19 och palliativ vård – vad har vi lärt oss?

Den 12 november nu i höst planerar vi istället för en livesändning med det preliminära temat "**Covid19 och palliativ vård – vad har vi lärt oss?**" Vi tänker oss lite preliminärt göra olika nedslag i viktiga frågor som närstående, symtomkontroll, vård i livets slut, att orka som medarbetare med mera. Mer information kommer om detta efter sommaren. I detta Nyhetsbrev skriver professor Peter Strang om vad man behöver tänka på när man gör hembesök via Internet – ett synnerligen aktuellt ämne.

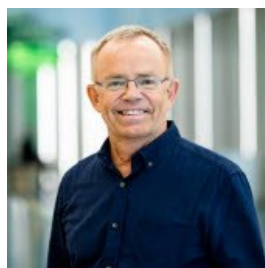
Tack för att du läser vårt Nyhetsbrev. Hjälp oss att sprida kunskapen om att PKC finns vidare till dina vänner och kollegor. Be dem att anmäla sig till Nyhetsbrevet. Se länk här: [Nyhetsbrev](#)

Vi på PKC önskar dig en riktigt fin sommar!

## Trevlig läsning!



**Fredrik Sandlund**  
Verksamhetschef



**Peter Strang**  
Vetenskaplig ledare

## Nyheter



### Vår pedagogiska modell

I den här filmen berättar PKC:s Erika Berggren om den pedagogiska modell som vi på PKC valt att ta stöd av i vårt utbildningsuppdrag.

[Se filmen här \(8m 46s\)](#)

## Fördjupningsutbildning om smärta hos äldre

Är du palliativt ombud och intresserad av att fördjupa dina kunskaper om smärta hos äldre? Till hösten har du möjlighet att gå en fördjupningsutbildning där du också får verktyg för att sprida kunskaper om smärta på din arbetsplats. Utbildningsdagen anordnas vid två tillfällen:

- [19 oktober \(klicka här för att läsa mer\)](#)
- [10 december \(klicka här för att läsa mer\)](#)



2020  
2021

## PKC-dagen framflyttad till 2021

Landets kanske främsta palliativa konferens PKC-dagen är både en plats för att lära och en plats för möten. På grund av det pågående utbrottet av covid-19 har vi tagit det svåra beslutet att flytta fram årets upplaga av PKC-dagen till 17 november 2021. Vi hoppas vi kan träffas då, för en inspirerande dag fylld med kunskap!

[Läs mer om PKC-dagen](#)

## Utbildningar

Missa inte att anmäla dig till PKC:s planerade utbildningar. Vårt utbud fylls på och uppdateras kontinuerligt – bland annat kommer många av våra utbildningar öppna upp för deltagande på distans. Mer information kommer!

[Till våra aktuella utbildningar](#)

## Hembesök via internet – vad bör man tänka på?

Referat av Peter Strang, vetenskaplig ledare vid PKC

Covid-19 pandemin har tvingat oss att arbeta mer via nätet på ett sätt vi tidigare inte gjort. En del hembesök går inte att ersätta varken med videomöte eller telefonsamtal, men vissa går.

I en helt ny undervisande artikel beskriver Chua och medarbetare bland annat från Harvard Medical School (1) vad man bör tänka på när man gör "hembesök via Internet". Författarna beskriver den typen av möten man kan ha genom Skype, Teams, Zoom eller liknande.

### Förberedelser

Det är viktigt att testa plattformen i förväg särskilt om det är första gången, så att inte tekniken blir ett problem redan i starten. Förutom det tekniska ska man inte heller glömma bort vad mänsklig kommunikation handlar om: kroppsspråk och verbalt språk. De tipsar om att tänka på att ha en neutral kroppshållning, att kameran gärna får visa vårdarens ansikte samt övre tredjedelen av kroppen och att man kontrollerar att man har ögonkontakt. Redan genom detta förbättras kommunikationen.

*"Testa plattformen och tänk på din kroppshållning!"*

### Att inleda samtalet

Ett tips är att vinka lätt medan man säger "Hej", det ger en avslappnad känsla. Om det är första samtalet, kan man gärna sätta ord på att man önskar man kunde vara i samma rum men vi ska göra det bästa trots det nya formatet. Man kollar också upp att patienten både ser och hör en tillräckligt bra.

*"Vinka ett avslappnat 'Hej'"*

### Tips kring samtalet

I vanliga samtal kan långa pauser (efter att man sagt något) vara ett bra sätt att låta patienten tänka och öppna upp sig mer. På internet kan pauser uppfattas som att uppkopplingen är seg och de terapeutiska pauserna blir stressande. Undvik därför långa pauser.

Samtidigt måste man låta patienten prata till punkt, dvs. vänta 1–2 sekunder efter att man tror att patienten pratat klart, så att man inte avbryter. Vidare bör man undvika den typen av hummande ("Mmmm...") som man ofta använder i vanliga samtal och istället nicka ofta och uppmuntrande. Då hålls samtalet igång.

*"Undvik långa pauser, undvik hummande 'Mmmm...'"*

### Att bekräfta känslor

I vanliga samtal använder man sig till stor del av kroppsspråket men i videosamtal behöver man tänka på att i högre grad arbeta med verbalt stöd. Det kan handla om att använda uttryck som "Jag önskar att..." (t.ex. när patienten blir ledsen: "Jag önskar att jag kunde vara där just nu"), eller "Ta den tid du behöver..." när patienten är stressad.

Men man kan förstärka budskapet även i videosamtal, till exempel genom att nicka och luta sig lite mer framåt mot kameran.

*"Bekräfta känslor verbalt"*

### Att avsluta samtalet

Man glömmar lätt bort att patienten är stressad och kanske inte har uppfattat allt man sagt. Därför är det bra att sammanfatta samtalet till exempel i form av "Om jag sammanfattar vad vi har pratat om så har du berättat att... xxxx... och jag har föreslagit att du kan prova ...xxx... Är det något som blev oklart eller som du undrar över innan vi avslutar samtalet?"

Som avslutning kan man gärna påminna om planeringen för de närmaste dagarna.

*"Summera samtalet och fråga om något blev oklart eller osagt"*

### Reflektion

Det finns många likheter mellan verkliga och virtuella patientbesök men även med den bästa teknik finns det skillnader. Tekniken måste fungera. Kroppsspråket blir inte lika användbart under virtuella besök: du kan inte se hela kroppsspråket, du kan inte lägga en hand på patientens hand. Därför måste du vara mer medveten om samtalet och orden.

### Referenser

1. Chua IS, Jackson V, Kamdar M. *Webside Manner during the COVID-19 Pandemic: Maintaining Human Connection during Virtual Visits. J Palliat Med.* 2020. (e-pub ahead print, DOI: 10.1089/jpm.2020.0298)



---

Palliativt kunskapscentrum i Stockholms län samfinansieras av Region Stockholm samt kommunerna Danderyd, Ekerö, Järfälla, Lidingö, Nacka, Nykvarn, Salem, Sollentuna, Solna, Stockholms stad, Tyresö och Vaxholms stad.

**Läs mer om oss på:** [pkc.sll.se](http://pkc.sll.se)

**Kontakt:** [pkc.siso@sll.se](mailto:pkc.siso@sll.se)

**Foto:** Yanan Li

**Följ oss** på Facebook och Instagram

[Tipsa en vän](#)

Dela utskicket:



[Avregistrera dig från nyhetsbrevet](#)



 **Palliativt kunskapscentrum**  
REGION STOCKHOLM

Skickat med Paloma