

Sidan 5

Tänk på något roligt!

- smärta och oro vid undersökningar och behandlingar av barn på sjukhus

Stefan Nilsson, Barnsjuksköterska, PhD

Begreppet smärta har olika innebörd för olika individer. Den definition på smärta som är allmänt vedertagen beskriver tillståndet som både subjektivt och individuellt. Det finns inte något säkert samband mellan smärtsignalerna som går in i hjärnan, den kognitiva tolkningen på dessa signaler och det smärtuttryck som sedan uppstår.

Sidan 8

Nationell Smärtkonferens

Den 17–18 mars i Stockholm

Britt-Marie Bernhardson och Mona Lindblad, redaktionen för SMÄRTA

Den årliga Nationella Smärtkonferensen hölls sedvanligt på Polstjärnan i Stockholm. Många smärtintresserade sjuksköterskor deltog och programmet bjöd på såväl fakta vad gäller smärtans fysiologi som berättelser från patienternas upplevelser och om oss som vårdar patienter med smärta. På första dagens kväll var det en gemensam middag för alla deltagarna och andra dagen inleddes med vacker pianomusik av Grieg.

Smärta – livets fruktade följeslagare

Algologins kulturhistoria och de viktigaste landvinningarna

Peter Währborg, docent, överläkare, universitetslektor, kardiologiska kliniken, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Göteborg

Smärta är någonting mer än vad som låter sig förklaras i fysiologiska, biokemiska eller molekylärbiologiska termer. I musik, konst och litteratur, liksom i religion, filosofi och vardagskultur, har smärta intagit en central position som en fruktad följeslagare i livet. Religiöst präglade flagellanter är ett exempel på detta, liksom de religiösa doktrinerna bakom könsstympning av kvinnor. Skulpturen »Tête de la douleur« av Auguste Rodin är ett annat exempel, liksom den litterära skildringen »Sanningens ögonblick« av Hemingway, som beskriver tjuvfäktingens både blodiga och smärtsamma drama. Det är därför inte märkligt att denna starka upplevelse också har en central plats i historien, och att dess väsen föranlett allehanda spekulationer om ursprung, orsak och behandling.

Teamarbetet på Smärtkliniken APS, Capio St Görans Sjukhus

Minna Lönnstedt

Smärtkliniken är en multidisciplinär och multiprofessionell klinik som bedriver utredning, behandling och rehabilitering av akuta och långvariga smärttillstånd. Smärtkliniken består av två sektioner, sektionen för Akut Smärtvård (APS) och Sektionen för Smärtrehabilitering. APS tar emot ca 300 stycken nybesök varje år.

Att ha roligt

viktigt för personer med långvarig smärta

Åsa Skjutar (som intervjuar sig själv), leg. arbetsterapeut, Rehab med universitetskliniken, Danderyds sjukhus AB

Att ha roligt är både bra och viktigt för personer med långvarig smärta. Det hjälper personen att hantera sin situation. Det menar forskaren Åsa Skjutar som nyligen disputerat vid Karolinska Institutet med en avhandling om patienters behov vid rehabilitering och hantering av långvarig smärta.

Hur skapar vi en god smärtvård i äldreomsorg och palliativ vård?

Reportage från Dagens Medicins Smärtdag den 7 april

Ska det göra ont att bli gammal?

Hans Johansson är överläkare och specialist i geriatrik och smärtlindring vid geriatriska kliniken, Södertälje sjukhus

Ju äldre vi blir desto känsligare blir vi för smärta. Samtidigt blir redskapen för att behandla smärtan mer begränsade. Hans Johansson, specialist i geriatrik, gav sin vision om en hur smärtvården för äldre kan förbättras.

Läkemedelsverkets nya riktlinjer för smärtlindring i livets slutskede

Staffan Lundström är överläkare vid palliativa avdelningen, Stockholms sjukhem.

I december publicerades Läkemedelsverkets uppdaterade rekommendationer för smärtlindring i livets slutskede. Staffan Lundström, som ingått i expertgruppen, presenterade de viktigaste slutsatserna i rekommendationerna.

Diskussion: Dilemman och utmaningar vid smärtbehandling i äldreomsorg och palliativ vård

Medverkande: Barbro Westerholm, riksdagsledamot (FP), Torsten Mossberg, medicinalråd, Socialstyrelsen, Hans Johansson, överläkare, geriatriska kliniken Södertälje sjukhus och Staffan Lundström, överläkare, palliativa avdelningen, Stockholms sjukhem.

En kunnig panel diskuterade hur sjukvården ska bli bättre på att ta tillvara den döende patientens rätt till en god smärtvård. Problemet är inte att det saknas kunskap, men den når inte ut, konstaterade panelen.

Behandlingsalternativ vid smärtlindring hos äldre med ortopediskt trauma

Fredrik Sjöstrand är akutmästare och geriatriker. Han är forskningsledare vid Nätverket för geriatrisk patientnära forskning inom Stockholms läns landsting.

Fredrik Sjöstrand presenterade en studie som har undersökt huruvida mobilisering och rehabilitering av äldre med ortopediskt trauma kan gå snabbare med en annan typ av behandling än den som hittills har rekommenderats.

En modell för att säkra en god smärtlindring hos patienter med svår cancer

Staffan Lundström är överläkare vid palliativa avdelningen på Stockholms sjukhem.

Staffan Lundström, överläkare vid Stockholms sjukhem, delade med sig av erfarenheter och goda råd för att lyckas med smärtbehandling av patienter med svår cancersjukdom.

Patienters upplevelser av symtom, hälsa och känsla av sammanhang efter galloperation

Cajsa Barthelsson, anestesisyksköterska, Karolinska Universitetssjukhuset

Laparoskopisk galloperation (med titthålsteknik) blir allt vanligare i dagkirurgi. Det innebär att patienterna går hem på operationsdagens eftermiddag och återhämtar sig i hemmet där de inte har möjlighet att ställa frågor till personalen på Dagkirurgen. Patienterna har dock möjlighet att ringa men mycket ansvar läggs på patienten själv och dennes anhöriga. Patienterna har inget återbesök där de träffar kirurgen som opererat och operationssåren sys med resorberbara stygn varför patienterna inte behöver uppsöka sjukvården för att ta bort sina stygn. Trots att smärtstillande läkemedel skickas med patienterna hem, så är smärta det vanligaste symtomet som gör att patienter kan ha svårt att gå hem efter en galloperation i dagkirurgi. Tidigare forskning har mest fokuserat på kirurgiska aspekter och postoperativa komplikationer efter laparoskopisk galloperation och mindre på patienternas egna upplevelser och omvårdnadsaspekter. För att få en helhetsbild över patienternas återhämtning efter galloperation är det viktigt att patienternas egna självskattade upplevelser mäts.

Sidan 30

En stunds andrum

- mjuk massage som komplement i omvårdnaden av patienter med svår och kronisk sjukdom

Berit Seiger Cronfalk, med dr, forskare, leg sjuksköterska, Ersta Sköndal högskola

Ur ett historiskt perspektiv är fysisk beröring av hud ett av de äldsta sätten på vilket vi människor kommunicerar med varandra. Vi vet utifrån empirisk erfarenhet att beröring människor emellan skapar trygghet, tillit, värme, tröst, välbefinnande och vällust. Vid beröring frisatts bland annat hormonet oxytocin som bidrar till lindrad smärta, ökat välbefinnande och lugn.

Sidan 33

Nya styrelsemedlemmar

Sidan 34

Förkortad version av

Verksamhetsberättelse

1 januari – 31 december 2010

Sveriges sjuksköterskor inom området smärta (SSOS) är en ideell och professionell sammanslutning av sjuksköterskor inom alla vårdformer oavsett specialitet, arbetsplats och arbetsuppgifter inom området smärta. Även studerande vid sjuksköterskeutbildning i Sverige kan vara medlem. Föreningen företräder professionens kunskapsområde inom området smärta med syfte att främja utbildning, forskning samt kvalitetsutveckling för att kunna ge en god och säker omvårdnad. Styrelsens arbete för verksamhetsåret 2010 är nu avslutat och vi överlämnar härmed verksamhetsberättelsen till våra medlemmar. Styrelsen vill också framföra sitt varma tack till alla som direkt eller indirekt deltagit i och stöttat föreningens arbete under det gångna året. Den 31 december 2010 hade föreningen 546 medlemmar.
