

SOPHIA *nytt*

EN TIDNING OM SOPHIAHEMMET | NR 1 MAJ 2012

FOTO: DAVID MAGNUSSON



**NU BLIR DET LÄTTARE
FÖR BESÖKARE ATT
HITTA RÄTT**

sid 6

FOTO: PER WESTERGÅRD



**YLVA RYNGEBOS
SNILLEBLIXT HJÄLPER
PATIENTER**

sid 22

” Alla borde få
samma omvårdnad
som jag har fått

FOTO: SAMIR SOUDAH



Kristina Gröning

sid 12



FOTO: DAVID MAGNUSSON

**KARIN BERGKVIST, LÄRARE OCH
FORSKARE PÅ SOPHIAHEMMET HÖGSKOLA**

Mötet är det viktigaste

HÖGSKOLAN:

Gott betyg från
Vetenskapsrådet

sid 14

SJUKHUSET:

Nya verksamheter
och nya kunder

sid 11



FORSKNING:

Sjukhus och högskola
i diabetessamarbete

sid 16

Ett val att få välja!

Här i Stockholm har vi som medborgare en stor fördel. Vi har möjligheter att välja inom de mest skilda områden. Var vi vill bo, handla, äta och i allt större omfattning var vi vill få vår vård utförd. Stockholms läns landsting inför nu allt fler möjligheter för patienterna att välja sin specialistvård genom de så kallade vårdvalen. Nu blir det upp till oss vårdgivare att konkurrera med högre kvalitet, ökad tillgänglighet och bättre bemötande. Är det någon som tror att det inte kommer att vara positivt för utvecklingen?

Även vi medborgare måste ta vårt ansvar för den valfrihet vi får. Vi måste bli mer insatta i våra valmöjligheter, bli bättre på att ta reda på var kvaliteten är bäst. Vi måste ställa krav och agera när vi inte får den kvalitet som utlovas.

STOCKHOLMS SJUKVÅRDSSYSTEM genomgår en omfattande förändring. Det nyligen startade bygget av Nya Karolinska Sjukhuset medför en stor omställning i hela Stockholms sjukvård. De övriga akutsjukhusen måste ta emot väsentligt fler akuta fall och låta specialistcenter utanför akutsjukhusen ta hand om den planerade specialistvården. Specialistcentren måste hitta bättre samverkan med primärvården så att vårdkedjorna håller ihop. Parallellt

med denna förändring måste vi säkerställa att hela systemet deltar i forskningsprojekt samt i utbildningen av nya läkare och sjuksköterskor. I dessa frågor deltar Sophiahemmet aktivt i diskussionerna och planeringen.

FÖR SOPHIAHEMMET Högskola ser framtiden ljus ut med det stora behovet av sjuksköterskor i regionen. Tillsammans med landstinget och de övriga lärosätena har vi uppvakttat regeringen och lämnat konkreta förslag på hur vi alla tillsammans ska kunna öka antalet utbildningsplatser kraftigt. Större utbildningsvolym ger oss ytterligare möjligheter att utöka vår redan i dag omfattande omvårdnadsforskning.

För sjukhusets del innebär vårdvalen och omfördelningarna av specialistvården möjligheter för utveckling inom nästan alla våra specialistområden. Vi har också glädjen att se tre nya verksamheter etablera sig på Sophiahemmet som en konsekvens av vårdvalsinföranden: BB Sophia, UltraGyn och Neuro Clinic.

Bygget av det sista huset på området, det som ska inhysa BB Sophia, har startat. Här kommer vi att kunna utveckla samarbetet mellan högskolan och sjukhuset i form av utbildningsplatser, forskning och utveckling. Ett tydligt exempel på när våra olika områden skapar synergier.

MED ANLEDNING av det senaste halvårets skrivelser om vård och omsorg vill jag understryka vikten av att ständigt arbeta med kvalitets- och förbättringsarbete. På Sophiahemmet är det en självklar ledstjärna och vi deltar i detta arbete både lokalt och nationellt. Vi är naturligtvis inte felfria, men vi strävar efter att på alla områden uppvisa högsta möjliga kvalitet. Men vi vet också att det är viktigt att mäta kvalitet. Därför deltar vi i nationella register och mätningar och gör regelbundet egna patientenkäter. En grundläggande patientsäkerhetskultur är ett av våra viktigaste fokusområden.

Med det vill jag önska alla läsare en härlig vår och sommar och samtidigt tacka alla medarbetare på hela Sophiahemmet för den goda insats som görs varje dag för att ytterligare överträffa våra patienters, studenter och andra gästers förväntningar.

Peter Seger, vd
Sophiahemmet



► Vill du kommentera min ledare är du välkommen att mejla mig på peter.seger@sophiahemmet.se

Innehåll NR 1-2012

Ny metod ger säkrare vård

SBAR, strukturerad kommunikation, minskar risken för misstag. sid 4

Se upp för fästingar

TBE är en allvarlig sjukdom. Vaccinering är bästa skyddet. sid 5

Omvård i livets slutskede

Högskolan har deltagit i en stor studie av palliativ vård. sid 8

Barnsjukhuset tar nya tag

Martina har fått nya ägare. sid 10

Värdefullt: Ultragyn

Kristina Gröning opererades med skonsam titthälskirurgi. sid 12

Flera nya vårdutbildningar

Högskolan gör en bra sjuksköterskeutbildning ännu bättre. sid 15

34 projekt fick stipendier

Läs om två av dem. sid 17

Porträttet

Karin Bergkvist, lärare och forskare på Sophiahemmet Högskola. sid 18

Hjärtat klarar (nästan) allt

Så kan ditt hjärta stå pall för enorma påfrestningar. sid 20

Tradition: Ny bok om förr

Sonja Weitner har jämfört sjuksköterskeutbildningen förr och nu. sid 23



6
Det händer att jag får följa någon som gått vilse

FOTO: PER WESTERGÅRD

SOPHIANYTT ges ut av Sophiahemmet, ideell förening, Box 5605, 114 86 Stockholm. Telefon: 08-406 20 00. Ansvarig utgivare: Peter Seger. Redaktion: Marina Dyfverman, Anna Nordström, Lena Axelsson, Ewa Englund, Åsa Larsson. Produktion: Spoon. Omslagsfoto: David Magnusson. Tryck: Elanders, Kungälv. Kontakt: marknad@sophiahemmet.se



Grävmaskinerna schaktar bort jordmassor.

BB-bygget tar fart

I **MITTEN** av mars började det grävas för det som ska bli BB Sophia, ett 4 000 kvadratmeter stort hus i fyra plan. Byggstarten blev lite förskjuten på grund av ett överklagande av byggplanen, men nu flyter projektet på som planerat. BB Sophia beräknas tas i drift under början av 2014. ■

SOPHIAHEMMET VÄLJER MILJÖVÄNLIGT TAK

EN **MILJÖVÄNLIG** takplåt målad med färg baserad på produkter från växtriket, Green Coat, som har samma höga kvalitet som traditionell färg.



Per-Olof Ström, fastighetschef på Sophiahemmet.

Det är resultatet av tio års forskning i samarbete mellan SSAB, KTH, AkzoNobel och Lantmännen.

Plåten har testats i flera år i USA, Australien, Västindien och i Sverige – bland annat på Sophiahemmet.

– Vi har vid våra senaste takrenoveringar år 2010 och 2011 använt plåt med ytskikt av Green Coat för att det är ett miljövänligt alternativ och minst lika hållbart som det traditionella ytskicket. Plåten finns i dag på taket till Röntgenhuset och Hälsocentralen, säger Sophiahemmets fastighetschef Per-Olof Ström.

– Det känns bra att medverka till en hållbar livsmiljö även på fastighetssidan, tillägger han. ■



Flera plåttak på Sophiahemmet är målade med en färg där mineraloljan bytts ut mot produkter utvunna ur raps.



STORA FLYTT-KARUSELLEN I GÅNG

DET ÄR SOM bekant ont om lokaler på Sophiahemmet.

– Men genom att flytta om verksamheterna lyckas vi trots det skapa mer plats, säger Helene Falkentoft, som är projektsamordnare på Sophiahemmet.

Först ut att flytta är servicecenter, fastighetsavdelningen och IT-avdelningen. De har fått nya lokaler i ingång S. Lokaler innehöll tidigare Sophiahemmets gamla magnetkameror och strålkniiven som inte längre används.

Nästa gång att flytta är Administrations- och Ekonomiavdelningen som får ta IT-avdelningens gamla lokaler, ingång N, 3tr. Och in i de gamla lokalerna flyttar i stället Försäkringsmottagningen, men först till hösten eftersom lokalerna i G först ska byggas om ordentligt.

– Dessutom har husläkarmottagningen fått större lokaler – i form av tre rum i planet över den ursprungliga mottagningen – och högskolan har byggt om ett tidigare svåränvänt område till hörsal. ■



Alla flickor får gratis vaccin.

VACCINATION MOT LIVMODERHALSCANCER

Husläkarmottagningen Sophiahemmet erbjuder flickor födda 1993–1998 att gratis vaccinera sig mot de HPV-virus som orsakar 70 procent av all livmoderhalscancer. Vaccination sker tisdag och onsdag kl. 14.00–15.30. Tidsbokning eller drop in. ■

Bättre kommunikation ger ökad säkerhet

Brister i kommunikationen mellan sjukvårdspersonal är den vanligaste orsaken till missöden inom vården. En mer strukturerad metod för att dela med sig av information ska minska problemet. **Text:** Per Westergård **Foto:** Samir Soudah

SBAR ÄR ett begrepp som har fått genomslag inom vården under de senaste åren. Bakom bokstäverna finns en metod som förhoppningsvis ska bidra till att minska det faktum att uppemot tio procent av alla som vårdas på sjukhus drabbas av någon form av vårdskada. Brister i kommunikation vid överlämning av patienter är en vanlig orsak.

Grundtanken är att om alla rapporter om allt som rör patienter behandlas på samma sätt kommer misstagen att minimeras.

– Med ett strukturerat sätt att berätta om en patients hälsotillstånd minskar risken för missförstånd. Det är även ett sätt att överbrygga problemen med att olika yrkesgrupper kan ha svårt att förstå varandra, berättar Marie Therborn, klinisk adjunkt vid Sophiahemmet Högskola som bland annat undervisar om SBAR.

SBAR är utvecklad av den amerikanska marinen, där arbetet med kritiska moment ofta sker under tidspress. Senare har den anpassats för att fungera inom vården med en icke-akut och en akut variant.

I dag propagerar både Socialstyrelsen och Sveriges kommuner och landsting, SKL, för att fler ska använda metoden.

BOKSTAVEN S i SBAR står för att den som ger information först ska ge en kort övergripande information om Situationen. B står för att man i nästa steg ska berätta om Bakgrunden, en kort men relevant sjukdomshistorik. A står för Aktuellt tillstånd medan R står för Rekommendation av åtgärd.

– Lika viktigt är att den som får en rapport först ska lyssna på hela redogörelsen innan han eller hon börjar ställa frågor, säger Marie Therborn.

På Sophiahemmet sjukhus har det under den senaste tiden pågått ett intensivt arbete för att anpassa metoden för den egna organisationen.

– Alla som inför SBAR måste justera metoden så att den passar den verksamhet som bedrivs. En arbetsgrupp hos oss har precis blivit klara med vår anpassning och inom kort kommer vi att utbilda berörd personal, säger Eva Malmqvist, vårdchef för operation och vårdenheten på Sophiahemmet. ■

SBAR. Situation, Bakgrund, Aktuellt tillstånd och Rekommendation. En av de vanligaste orsakerna till tillbud i vården är att kommunikationen brustit mellan olika personer. SBAR är ett sätt att lämna och ta emot viktig information strukturerat och snabbt.

”Det är ett sätt att överbrygga problemen med att olika yrkesgrupper kan ha svårt att förstå varandra.



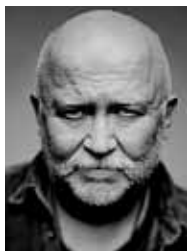
Eva Löjdström Wallin och Eva Malmqvist går igenom en journal med hjälp av SBAR-metoden på vårdavdelningen.



Fästingarna är inte så stora men kan orsaka stora problem.

LÅNG VÄG TILLBAKA EFTER BETT

JOURNALISTEN SVANTE LIDÉN drabbades av TBE i augusti 2008. I dag nästan fyra år senare är han fortfarande inte helt återställd.



Svante Lidén.

Vad hände?

– Jag och min fru hade varit i Östhammar för att fixa några grejer till vår kajak. På hemvägen fick jag en förfärlig huvudvärk och till sist åkte jag till akuten. Jag blev inlagd på infektionskliniken och dagen efter fick jag beskedet att jag hade drabbats av TBE, fästingburen hjärninfektion.

Hur yttrade sig det?

– Först med hög feber och otrolig värk i kroppen, plus förlamning på höger sida. Veckorna efter jag skrivits ut från sjukhuset orkade jag bara gå ett

varv runt kvarteret. Jag fick problem att komma ihåg saker. Jag tappade bort saker, minns inte namnen på mina kompisar, mejlen till mina kollegor innehöll en miljon stavfel.

Hur mår du i dag då?

– Jag jobbar ungefär 75 procent, men jag orkar inte med samma saker som förr. Sjukgymnastiken har gjort mig starkare men jag kan fortfarande inte sträcka ut höger arm. Jag står inte ut med vissa ljud, dubbdäck i snöslask skär som knivar genom huvudet. Det handlar mycket om tålamod, att känna sina begränsningar och att inte ha för högt ställda förväntningar.

Du är ofta ute och föreläser om TBE. Vad är ditt budskap?

– Det är ren idioti att inte vaccinera sig. Visst, TBE är förhållandevis ovanligt, men för den som drabbas är det en katastrof. ■

HÖG TID ATT FÄSTINGVACCINERA SIG

Fästingöverförd hjärninfektion, TBE, är en allvarlig sjukdom. Under 2011 drabbades 284 personer vilket är en kraftig ökning jämfört med tidigare år.

De första symtomen liknar en mildare variant av influensa. De flesta blir sedan helt friska och har fått en livslång immunitet.

För några kommer besvären tillbaka och då med symptom som nackstelhet, huvudvärk, feber och kräkningar. Man bör då söka

läkarvård eftersom risken är stor att man har fått TBE. Diagnosen fastställs genom blodprov och undersökning av ryggmärgsvätska.

Cirka 40 procent av dem som insjuknar får bestående besvär i form av minnesstörningar, balansstörningar, huvudvärk, hörselnedsättning, koncentrationssvårigheter eller förlamning.

Det finns inget som botar, den behandling som ges kan bara lindra symtomen. Så det är viktigt

att undvika att bli sjuk, bästa sättet är att vaccinera sig.

– Och det redan tidigt på våren för det tar en tid innan man har fått ett fullgott skydd, säger Kristina Blüthl Ramqvist på Sophiahemmetets husläkarmottagning.

Husläkarmottagningen har drop in TBE-vaccinering tisdagar och onsdagar mellan 14.00 och 15.30. Övrig tid gäller tidsbokning.

► Läs mer på www.sophiahemmet.se/hlm

Hallå där!

Ingela Rådestad, professor vid Sophiahemmet Högskola



som anordnat en nationell konferens om hur antalet barn som dör före födelsen kan minskas. Vad är skälet?

– Vi ville uppmärksamma att många gravida kvinnor väntar med att söka vård trots att de har en föräning om att något inte är som det ska med barnet. De som känt färre rörelser jämfört med tidigare tror att det är normalt och kontaktar inte sjukvården i tid.

Vilka stod bakom konferensen?

– Sophiahemmet Högskola och Spädbarnsfonden arrangerade konferensen och mer än 200 läkare och barnmorskor från hela Sverige deltog. En av talarna var professor Frederik Frøen från Norska Folkhälsoinstitutet, världsledande forskare på orsaker till fosterdöd och graviditeter med minskade fosterrörelser.

Vilka var de viktigaste rönen?

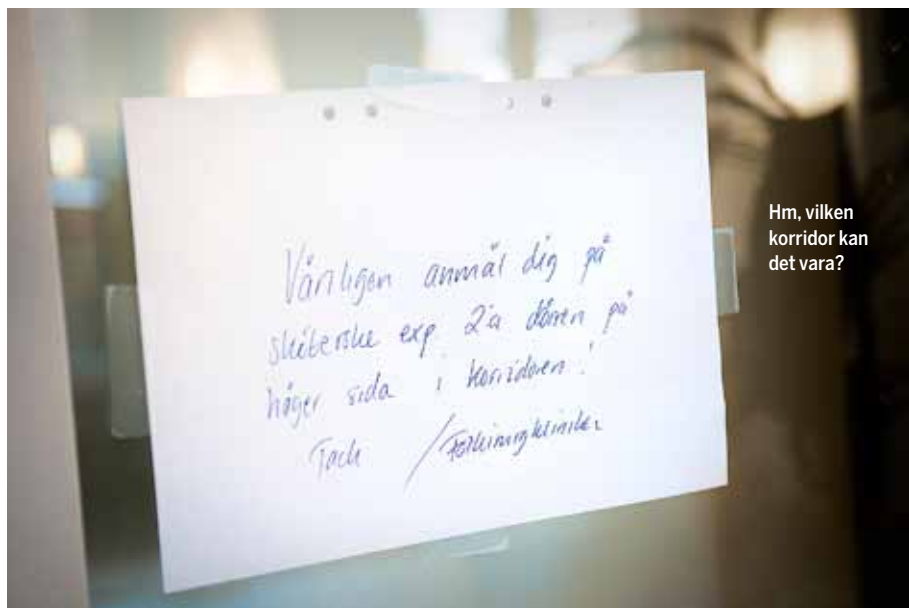
– Frederik Frøens sammanfattning var att om en gravid kvinna uppfattar att fosterrörelserna minskat är det ett viktigt tecken som ska tas på allvar. Det presenterades även nya forskningsresultat från doktorander knutna till Sophiahemmet Högskola. Genom intervjuer med kvinnor i fullgången graviditet blir det tydligt att fosterrörelserna känns starka när graviditeten avslutas med att ett friskt barn föds.

Hur är intresset för dessa frågor?

– Det stora intresset för konferensen visar att barnmorskor och läkare är angelägna om att minska andelen barn som dör. Omkring 450 barn föds döda varje år i Sverige. Professionerna ska nu gemensamt ta fram riktlinjer för de utredningar som bör göras när kvinnor söker för minskad fosteraktivitet.

Vad tyckte deltagarna?

– Alla var mycket nöjda med dagen och många berömde våra utbildningslokaler. Det känns bra att vi kan ordna konferenser i den här storleken. ■



– Ja, det kan behövas lite nya skyltar vid parkeringen. Besökaren Mikael Wallin (mitten) ger sina synpunkter till Stina Engström och Leszek Bonikowski från Transformator.

Snart är det lättare att hitta

Många besökare tycker det är svårt att hitta rätt bland Sophiahemmets många byggnader och ingångar. Därför utreder Sophiahemmet nu hur skyltar och informationstavlor kan bli tydligare. Och vilka är bäst att svara på det om inte besökarna själva. SophiaNytt följde med på en vandring på området. **Text:** Åsa Brollin **Foto:** David Magnusson

På många sätt liknar Sophiahemmet en medeltida stad med ett myller av hus och gränder. Den första byggnaden togs i bruk 1889 och sedan dess har området fortsatt att bebyggas allt efter behoven uppstått. Det senaste huset uppfördes 2007 och nu planeras som bäst för uppförandet av BB Sophia som kommer att bli den sista byggnaden på området.

– Jag har varit här så många gånger genom åren att jag känner mig hemma, säger Ingall Nyman, som bor på Karlaplan och har varit patient här sedan 1971. Men andra frågar mig ofta om hjälp. Det händer att jag följer med någon som har gått vilse till rätt ställe, det är inte så enkelt om man inte har varit här förr. Och det är många fler patienter i dag än när jag först kom hit på 70-talet.

I takt med antalet patienter har förvirringen – ”ja, vissa i personalen har faktiskt också lite svårt att hitta”, erkänner en sjuksköterska som hastar förbi oss i A-ingången – vuxit, men nu ska det bli ändring. Sophiahemmet planerar nu för

”Alla patienter och andra besökare är olika och har sitt eget sätt att hitta information.



Marina Dyfverman

ett nytt system för skyltning och information.

– Inför öppningen av Husläkarmottagningen förra året tog vi fram ett skyltprogram i ny design i linje med vår uppdaterade grafiska profil, säger Marina Dyfverman, marknads- och informationschef på Sophiahemmet. När vi testade dem insåg vi dock att ”hitta rätt” är mycket mer än skyltar: det är varje patientmöte i korridorer och på området, i telefon,

på internet, i taxin eller var man nu börjar sin resa till att hitta fram till sitt besök.

– Alla patienter, studenter och andra besökare är olika och har sitt eget sätt att hitta information utifrån sina förutsättningar – så det gäller att ta fram en information som är konsekvent och kan tillämpas i många kanaler, fortsätter hon.

SOPHIAHEMMET KONTAKTADE service design-företaget Transformator som är specialister på att utveckla kommunicerande, kundvänliga miljöer som helt baserar sig på insikter i kundmöten. Transformators arbetsmetod utgår från research på plats, analys och test av olika prototyper i flera steg på många besökare. I detta arbete är alla besökares synpunkter värdefulla liksom alla medarbetares input:

– Det handlar om tydlig skyltning, och om att vara konsekvent och logisk i den information som ges både utomhus och inomhus, säger Stina Engström, projektledare och servicedesigner på Transformator, som nu har tagit fram riktlinjer

Ingalill Nyman
diskuterar de
nya skyltarna
med Stina
Engström.



Eva Boström
som hjälper
patienterna
att hitta rätt.



Det handlar inte bara om nya skyltar,
utan om var och när patienterna ska få
den information de behöver.



för hur man mer effektivt ska hjälpa patienterna att hitta rätt.

VÄRDINNAN EVA BOSTRÖM står redo innanför A-entréns glasdörrar och möter besökarna med ett leende, en vänlig hälsning och guideservice för den som så önskar. Hon gör i dag sitt fjärde pass som värdinna. Ett uppdrag som hon delar med åtta andra Sophiasystrar. De har delat upp veckan i skift emellan sig och finns på plats året om, med kortare avbrott endast för jul- och sommarlov. Deras jobb avlastar personalen och uppskattas extra mycket av de äldre patienterna.

– Jag följer ofta med patienterna dit de ska, för det kan vara krångligt att ta sig dit även om man förklarar. Det är så många olika byggnader, korridorer och trappor. Dessutom är patienterna kanske lite stressade inför läkarbesöket, och vissa har inte med sig sin kallelse, säger Eva, som tidigare har jobbat 42 år som barnmorska på Sabbatsberg.

– Då blev jag van att ta hand om människor som är uppe i varv, så det här jobbet passar mig.

Men jag är ny här och hittar inte perfekt själv än. Det tar nog ett tag, det är så stort här.

UTANFÖR EN av specialistmottagningarna träffar vi Mikael Wallin, Västerås, som är här för ett återbesök.

– En gång gick jag vilse mellan byggnaderna här bakom, i det jag kallar ”industriområdet”. Det är lite mörkt där och svårt att få överblick. Å andra sidan är det en charmig gammal miljö, jag skulle inte vilja byta ut den.

Vad skulle hjälpa dig att hitta bättre, tror du?

– Bättre skyltning redan på parkeringen.

Leszek Bonikowski är senior researcher på Transformator och tror att det nya systemet kommer att förenkla tillvaron för alla som vistas på området.

– Vi har gått till botten med några grundläggande frågor: Vilken information ska man få, när ska man få den, hur ska den se ut, och var ska den finnas? Om man kommer fram till bra svar på de frågorna har man löst väldigt mycket, säger han. ■

”Det händer att jag följer med någon som har gått vilse till rätt ställe, det är inte så enkelt om man inte har varit här förr.

UPPDRAG: HJÄLP PATIENTERNA HITTA

SERVICEDESIGNBYRÅN Transformator fick uppdraget att ta fram nya riktlinjer för mottagandet av Sophiahemmets besökare i november 2011.

Efter ett inledande möte började arbetet med att identifiera problem, generera idéer och ta fram ”visualiserade lösningar”, skisser över hur ett nytt system skulle kunna se ut. Skisserna har sedan testats på slumpmässigt utvalda besökare.

Berätta lite mer om hur arbetet har gått till?

– Vi har gjort tre omgångar med intervjuer på Sophiahemmet och pratat med personal, patienter, taxichaufförer och studenter om vad de behöver för att hitta rätt, säger Stina Engström, projektledare och servicedesigner.

– Efter varje omgång har vi analyserat svaren och förfinat vårt koncept. Vi såg tidigt att det handlade om tre nivåer – att hitta till sjukhuset, att få tydlig vägledning till rätt hus och ingång, och att därefter hitta rätt vårdgivare eller föreläsningssal.

Vilken är den viktigaste insikten ni har fått?

– Att besökarna aldrig får stå utan ledtråd. Man måste hela tiden få bekräftelse på att man går åt rätt håll.

Det handlar alltså om mer än skyltar?

– Ja, det handlar också om var de står, hur mycket information patienten kan ta in, och var skyltarna ska placeras för att göra största möjliga nytta. ■



DATASPEL TRÄNAR ISKADEBEDÖMNING

NU PILOTTTESTAS ett dataspel där studenterna som går specialistprogrammet med inriktning ambulanssjukvård vid Sophiahemmet Högskola får träna sig i skadebedömning av patienter. Tanken är att de på ett lättare sätt får möjlighet att i en så realistisk miljö som möjligt öva sig i att bedöma, "triagera", patienter vid allvarliga händelser.

– Tidigare har det varit svårt för oss att hitta pedagogiska modeller där studenterna får bra övning i skadebedömning. Det är oerhört resurskrävande att sminka människor och iscensätta katastrofer. Det här öppnar upp för helt nya möjligheter, säger Eva Styrwoldt, ansvarig för specialistprogrammet med inriktning mot ambulanssjukvård.

DATASPELET, SOM ursprungligen kommer från Holland, kan anpassas efter nationella och regionala förhållanden för att kunna spegla en händelse i den egna regionen. Studenten tar sig själv in på den fiktiva skadeplatsen för att bedriva ledningsarbete, bedöma hur svårt skadade patienterna är och hur de ska prioriteras för fortsatt vård. Dataprogrammet är inte bara lättillgängligt och resurssnålt utan har även andra fördelar:

– Bland annat blir det lättare för lärarna att bedöma studenternas beslut på den virtuella skadeplatsen eftersom resultaten sammanställs. På så sätt kan vi vid behov göra ytterligare utbildningsinsatser och studenterna får veta vad de behöver öva på.

Eva Styrwoldt tror att konceptet passar unga studenter som är vana vid datorspel. Dessutom kan övningsresultaten lägga grunden till framtida forskning.

Under våren utvärderas om data-spelet ska införas på Sophiahemmet Högskola. ■



Peter Palmér är ambulanssjuksköterska i Ängelholm.

Ambulanssjukvården alltmer avancerad

AMBULANSSJUKVÅRDEN har genomgått en explosionsartad utveckling och ses i dag som en kvalificerad akutsjukvårdsresurs jämfört med tidigare då den mest fungerade som transportmedel.

– I dag ställs höga krav på ambulanspersonalen vars viktigaste uppgift är att göra en korrekt klinisk bedömning av patienten, säger Eva Styrwoldt, ansvarig för specialistsjuksköterskeprogrammet med inriktning mot ambulanssjukvård vid Sophiahemmet Högskola.

Den akuta behandlingen påbörjas direkt i

ambulansen där högteknologisk vård kan bedrivas.

Vid en hjärtinfarkt till exempel, skickas EKG till sjukhuset för snabb bedömning och patienter med hjärtstillestånd kan kylas ner för att minska syrebristen i hjärnan.

Ambulanspersonalen administrerar i dag mediciner som gör att patienterna får smärtstillande och är medicinskt förberedda inför kommande behandlingar, något som tidigare inte var möjligt att göra. ■

Text: Pia Hellsing **Foto:** Adam Haglund

Studie om vård vid livets slut

När vi ska dö är miljön omkring oss, hur vi vårdas kroppsligt, fysisk beröring och ritualerna kring vår död av högsta vikt. Men det saknas ett språk för den här typen av vård som lätt marginaliseras. Det visar den nypublicerade och både nationellt och internationellt uppmärksammade studien om vård i livets absoluta slutskede. **Text:** Pia Hellsing **Foto:** Scanpix

Carina Lundh Hagelin, lektor på Sophiahemmet Högskola, är en av författarna bakom artikeln som publicerades i slutet av april i den högrankade tidskriften PLoS Medicine. Studien har genomförts inom ramen för det tre år långa EU-finansierade projektet OPCARE9 där sammanlagt nio länder deltagit. Två svenska av totalt 16 palliativa enheter ingick i studien där vårdpersonalens icke-farmakologiska aktiviteter kring den döende rapporterades in. De flesta omvårdande handlingarna utfördes av sjuksköterskor.



Carina Lundh Hagelin, lektor på Sophiahemmet Högskola.

– Vi såg att en aktivitet kring patienten görs av flera olika anledningar, berättar Carina Lundh Hagelin och nämner munvård som ett exempel.

– Munvården handlar inte bara om att göra rent utan lindrar även patientens törst, förbättrar andedräkten och underlättar för anhöriga att vara nära den döende, fortsätter Carina.

Studien visar att det är viktigt för patienterna att kunna hålla kontakt med det vanliga livet.



Hur ett öppet fönster inte bara släpper in frisk luft utan också låter den döende lyssna till bilar, fåglar eller barn som leker utanför.

Den visar också att vårdpersonalen fattar en hel rad av komplexa beslut där de måste väga in vad som är bäst för patienten.

Ibland kan det handla om att välja bort aktiviteter för att ge en så bra och anpassad vård som möjligt.

– Ett sådant väl grundat beslut kan vara att avstå från att utföra kroppsvård om patienten

ligger bekvämt och behöver vila, berättar hon.

Kunskaperna från studien kommer med säkerhet att bli ett discussionsunderlag för doktorander, men även användas på högskolans nya magisterutbildning om palliativ vård som startar i höst.

– Förhoppningsvis bidrar studien till att vi öppnar ögonen och ser hur viktig den här patientnära, personcentrerade och icke-farmakologiska vården är, säger Carina Lundh Hagelin. ■

NYA OCH UNIKA UTBILDNINGAR

TILL HÖSTEN startar ett rykande färskt magisterprogram inom palliativ vård och ett inom hjärtsjukvård vid Sophiahemmet Högskola.

– Det finns ett uttalat behov av specialistkompetens hos sjuksköterskor som arbetar inom dessa vårdområden, säger studierektor Ewa Englund.

– I dag vårdas multisjuka och döende patienter inte bara i slut-

vården utan även hemma och på vårdboenden. Därför behövs mer specialistutbildad personal, säger hon.

Carina Lundh Hagelin, ansvarig för det palliativa magisterprogrammet, vill ge sjuksköterskorna bättre beredskap och kunskap inom sina yrkesområden.

– När sjuksköterskan vet vad och varför saker ska göras ökar också patientsäkerheten, säger hon.

Sedan ett par år erbjuder högskolan även två magisterprogram inom diabetes- och akutsjukvård och två specialistsjuksköterskeprogram inom ambulans- och äldreomsorg.

Nyligen undersökte Socialstyrelsen kompetensen inom äldreomsorgen och kom då fram till att det finns för få sjuksköterskor specialiserade på vård av äldre. Endast 1,6 procent av de drygt 12 000 sjuksköterskor som vårdar äldre har specialistkompetens. Många har fått sin utbildning

vid Sophiahemmet Högskola som satsar stort på virtuella utbildningar för att lättare kunna tillmötesgå sjuksköterskornas arbetssituation.

– Digitala medier är oberoende av tid och plats och gör det lättare för skiftarbetande sjuksköterskor att delta, säger Ewa Englund som hoppas på att magisterutbildningarna på sikt ska bli regelrätta specialistutbildningar.

► Läs mer www.sophiahemmethogskola.se

Nytt från Sjukhuset

KRÖNIKA



► Åsa Larsson, biträdande sjukhuschef

Häll i er, för nu rullar flyttkarusellen igång på sjukhuset. Servicecenter har redan flyttat till lokaler som förr innehöll magnetkameror och strålkniven och som nu är fräscht ombyggda. Därmed sitter IT, växel, maskin, vaktmästeri och tvätt samlade med en gemensam reception vid ingång S.

NÄSTA FLYTTLASS gick i april då administrationen flyttat till gamla IT-avdelningen för att göra plats åt Försäkringsmottagningen som flyttar in efter sommaren och i nuvarande Försäkringsmottagningens och tvättens lokaler flyttar Ultragyn in efter årsskiftet 2013 för att komma nära BB Sophia. Det har nog inte undgått någon att markarbetet är i full gång inför BB Sophia.

Verksamheten kommer att drivas av Praktiker-tjänst. Jag vet att några sörjer pioner och päron-träd, men tänk så fantastiskt att få möjligheten att bygga upp ett nytt hus där de ska födas fram nya små liv, drygt 4 000 per år.

VAD INNEBÄR NU denna flyttkarusell? Jo, en stor utmaning av information och skyltning. Hur hittar våra patienter och studenter fram? Det pågår ett servicedesignprojekt med anlitade konsulter som använder en metod baserad på fältstudier på Sophiahemmet, analys och kreativitet. Flyttkarusellen innebär även att vi har just nu fullt i alla våra hörn. I och med alla vårdval som

nu införs i en strid ström inom många olika specialiteter krävs anpassade lokaler för att uppfylla ackrediteringskraven.

SEDAN ÅRSSKIFTET finns nu vårdval inom gynekologi vilket även omfattar operationer. Ultragyn i Sverige AB är auktoriserade för vårdval inom Specialiserad gynekologi och är verksamma på flera platser i Stockholm har förvärvat en av gynekologimottagningarna på Sophiahemmet sedan årsskiftet. Ultragyns målsättning är att utveckla verksamheten och med ett tillskott av två nya gynekologiska kirurger kommer verksamheten att växa i volym vilket innebär att sjukhuset har nu ett ytterligare specialistcentrum helt i linje med sjukhusets framtidsvision.

Näst på tur kommer landstinget att prioritera vårdval inom Ortopedi. Vi har alla förutsättningar och är beredda att bli en tydligare aktör i Stockholms framtida hälso- och sjukvårdsstruktur som ett av Stockholms specialistcentra! ■



”I och med alla vårdval som nu införs krävs anpassade lokaler för att uppfylla ackrediteringskraven.

MARTINA SATSAR VIDARE

I DECEMBER fick barnsjukhuset Martina nya ägare. Då köpte Escensio Hälsa AB Martina för att driva verksamheten vidare i oförändrad regi. Johan Lenander



Susanne Nordqvist

är grundare och majoritetsägare i holdingbolaget Escensio Hälsa som även äger Globenhälsan AB och Backbone AB. Susanne Nordqvist är vd för både Barnsjukhuset Martina och Globenhälsan.

– Tillsammans med personalen driver vi nu Barnsjukhuset Martina vidare, och vi har fått en sådan

enorm respons från kunderna som är glada över att verksamheten fortsätter i samma anda – med hög servicenivå och bra vård för barnen, säger Susanne Nordqvist.

– Vi har lyckats med detta i våra andra privata vårdbolag och tror vi kommer att lyckas även här.

MARTINA HAR utökat verksamheten med en allergimottagning där barnallergolog Sven Andrae tar emot några dagar i veckan. Nytt är också att Martina kan erbjuda adhd-utredningar.

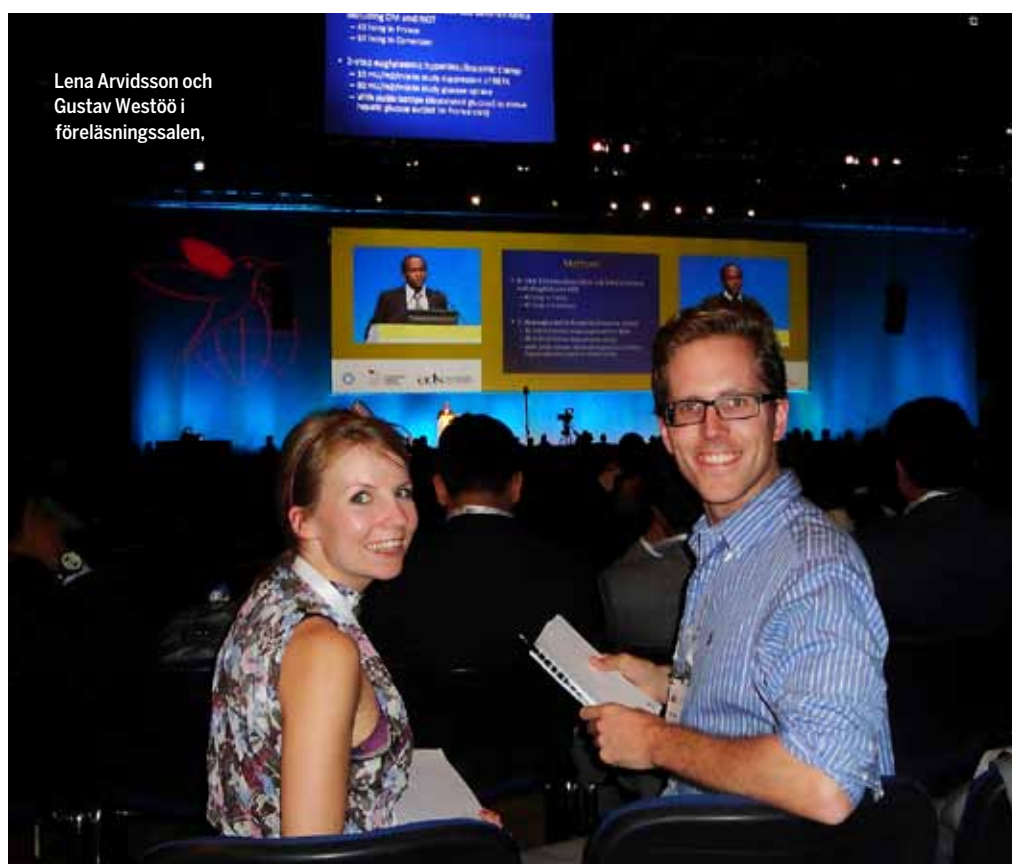
I övrigt är inriktningen som tidigare, privat barnsjukvård i en personlig och barnanpassad miljö med korta väntetider och erfarna barnspecialister. ■



”Vi har fått en enorm respons från kunderna som är glada över att verksamheten fortsätter i samma anda.



STOCKHOLMS STADION FIRAR 100 ÅR i år. Sophiahemmet har fått frågan om att medverka i festligheterna den 9 juni. Planering pågår.



Lena Arvidsson och Gustav Westöö i föreläsningssalen,



FOTO: PER WESTERGÅRD

FÖRSÄKRINGS-MOTTAGNINGEN VÄXER

FÖRSÄKRINGSMOTTAGNINGEN på Sophiahemmet har skrivit kontrakt med flera nya försäkringsbolag och fler är på väg.

Framgången är inte ett resultat av en intensiv marknadsföringskampanj, utan försäkringsbolagen kommer själva och knackar på dörren för att få bli kunder.

– Det som lockar är att vi är ett bra team och att det är lätt att få en läkartid hos oss, normalt får våra patienter komma redan samma dag som de hör av sig, säger Lottie Lord, verksamhetschef på Försäkringsmottagningen.

– Vi är mycket förhoppningsfulla inför framtiden. Det som sätter gränser för hur mycket vi kan växa är främst våra lokaler. I dag är elva allmänläkare och sju specialister knutna till mottagningen och hittills har jag kunnat anställa läkare i samma takt som mottagningen har växt. Inom kort kommer vi att få ytterligare några rum som vi kan använda, men sen är det stopp.

SEB Trygg Liv är ett av de försäkringsbolag som har skrivit kontrakt med Försäkringsmottagningen under senare tid. Åsa Malmsten, chef för SEB Trygg Livs vårdservice, förklarar varför de har valt Försäkringsmottagningen på Sophiahemmet.

– De klarar av att möta alla de krav vi som försäkringsbolag har. Det kan gälla allt från rutiner kring bokning och remisshantering till hanteringen av kunder som kommer resande från andra delar av landet. Dessutom har de en bred kompetens inom hela vårdkedjan. ■

Lärorik konferens om diabetes i Dubai

BIDRAG FRÅN Sophiahemmets personalstiftelse tog Lena Arvidsson och Gustav Westöö till världens största diabeteskonferens i Dubai.

Lena Arvidsson och Gustav Westöö från vårdenheten besökte i december 2011 världens största diabeteskongress i Dubai, Förenade Arabemiraten. Där fick de tillsammans med kongressens övriga 15 000 besökare från 172 länder ta del av spännande föreläsningar om alla tänkbara aspekter av diabetes.

– Vi hade hört talas om att personal på andra mottagningar hade fått stöd från Sophiahemmets personalstiftelse för att åka på utvecklingsresor. Det fick mig och Gustav Westöö att fundera på vad vi vill göra, ganska snart insåg vi att vi behövde utveckla vår kompetens inom diabetesområdet. Vi hittade konferensen i Dubai och fick stöd först av vår egen chef och sedan av personalstiftelsen för att genomföra resan, berättar Lena Arvidsson.

Under dagarna i Dubai var det fullt fokus på föreläsningar och kontakter med specialister inom diabetesvården. Bland annat tog de del av nya rön om att diabetiker som genomgått gastric bypass kan slippa en hel del av de komplikationer som sjukdomen normalt ger.

– På kvällen gick vi ut för att uppleva staden som lystes upp av alla fantastiska skyskrapor. Även maten var mycket god och bidrog till att resan blev en fantastisk upplevelse. Jag vill uppmana alla på Sophiahemmet att göra en motsvarande resa för att förverkliga sina egna drömmar, säger Lena Arvidsson.

Alla som är anställda i Sophiahemmet AB har möjlighet att söka bidrag från stiftelsen. Majoriteten av ansökningarna gäller friskvård, men även kongressresor och andra aktiviteter.

Stiftelsen har genom åren delat ut cirka 200 000 kronor per år. ■



”Jag tror man blir fortare återställd om man får vila ut i sin normala miljö.

Snabb bättring för Kristina

Det har gjort ont, och det var tuffare än hon hade föreställt sig. Men redan några dagar efter operationen är **Kristina Gröning** hoppfull inför att alla besvär hon har haft så länge äntligen ska vara borta och att livet ska bli lättare att leva. **Text:** Per Westergård **Foto:** Samir Soudah

Det har bara gått fem dagar sedan Kristina Gröning opererade bort sin livmoder. Det gör fortfarande ont och det är svårt att hitta en riktigt skön ställning att sitta i, och det vackra vårvädet betraktar hon än så länge bara genom fönstret.

– Jag har länge haft problem med kraftiga blödningar som inte har velat ge med sig trots medicinering. Till sist sa min ordinarie gynekolog att enda chansen att bli kvitt mina problem var att operera bort livmodern.

Innan Kristina Gröning slutligen bestämde sig fick hon träffa gynekolog Jan Zetterström, som tillsammans med Sophia Ehrström nyligen har tagit över en av Sophiahemmens gynmottagningar. Utan stress fick hon svar på alla frågor kring operationen och om hur hennes kropp skulle reagera när hennes livmoder togs bort.

– Jag fick omedelbart ett stort förtroende för läkaren och efter samtalet var jag mindre orolig inför ingreppet. Att operera bort livmodern är lite speciellt eftersom den är en symbol för det kvinnliga, men eftersom jag har fått de barn jag vill ha var det inte något svårt beslut.

SAMMA DAG som Kristina Gröning kom till Sophiahemmet för operation fick hon åter träffa Jan Zetterström. Han var den som skulle utföra operationen och hon fick på nytt gå igenom vad som skulle hända och tid att ställa alla de frågor som snurrat runt i hennes huvud.

– Både hans och den övriga personalens bemötande gjorde mig helt lugn. Jag skulle önska att alla som kommer till ett sjukhus kunde få samma omvårdnad och omtanke som jag har fått. För de allra flesta är det viktigt att bli sedd som en person och inte bara som en patient.

Kristina Grönings livmoder avlägsnades med hjälp av titthålskirurgi, ett ingrepp som är mer skonsamt än en traditionell bukoperation. Men de första dygnet efteråt var tuffa.

– Trots att jag hade ont kunde jag åka hem efter två dygn. Eftersom jag när som helst kunde ta kontakt med både läkarna på gynmottagningen och vårdavdelningen kändes det bra. Hur bra ett sjukhus än är så är det skönare att få vara hemma. Dessutom tror jag att man blir fortare återställd om man får vila ut i sin normala miljö.

ATT TA BORT en livmoder är ett stort ingrepp och därför blev Kristina Gröning sjukskriven i fyra veckor. När knappt en av dessa har gått börjar livet kännas lite lättare. Kanske kan det bli en del promenader med hundarna inom kort men än så länge är det den övriga familjen som får sköta den sysslan. ■

ULTRAGYN SATSAR PÅ SKONSAMMARE OPERATIONER

Ultragyn är en välkänd gynekologisk mottagning som under många år har tagit emot patienter i Läkarhuset på Odenplan. Nyligen öppnade de en mottagning på Sophiahemmet, här tar de erfarna gynekologerna **Sophia Ehrström** och **Jan Zetterström** både emot öppenvårdspatienter och utför avancerade operationer. **Text och foto:** Per Westergård

NÄR SOPHIANYTT besöker gynmottagningen på Sophiahemmet är det två trötta gynekologer som tar emot. Det har bara gått två veckor sedan Sophia Ehrström och Jan Zetterström, på Ultragyns uppdrag, tog över verksamheten och de erkänner utan omsvep att det har varit en tuff tid.

– Allt som rör patienter har fungerat perfekt, men att få i gång alla administrativa rutiner var värre än vi kunde ana. Ge oss bara lite tid så kommer allt att bli bra, säger Jan Zetterström med ett snett leende.

De båda gynekologerna har tidigare varit verksamma på Danderyds sjukhus med specialisering inom avancerad kirurgi och bäckenbottenproblem. På Sophiahemmet kommer de att ta emot både öppenvårdspatienter och genomföra de flesta typer av gynrelaterade kirurgiska ingrepp.

– Vår specialkompetens är bäckenbottensjukdomar, förlösningsskador och vulvasjukdomar. Vår ambition för den operativa verksamheten är att införa nya operationsmetoder som är mer skonsamma för patienten, säger Sophia Ehrström.

I SVERIGE GENOMFÖRS en mycket stor andel av de gynekologiska operationerna genom buken, ett stort ingrepp som både kräver lång eftervård och som är besvärligt för patienten. På Ultragyn strävar de i stället efter att göra så många minimalinvasiva ingrepp som möjligt.

– I folkmun betyder det att vi använder oss av titthålskirurgi. Vinsten med en sådan metod, jämfört med traditionell bukkirurgi, är att patienten får mindre ont och färre blödningar



Nyinflyttade på Sophiahemmet.

”Titthålskirurgi ger snabbare återhämtning.

samtidigt som risken för komplikationer minskar. Tillsammans gör det att den tid som krävs för återhämtning går mycket snabbare.

Att operera till exempel en livmoder med titthålskirurgi ställer större krav på att operatören är skicklig i sitt hantverk men både Sophia Ehrström och Jan Zetterström har flera års erfarenhet av metoden. Däremot kan de inte lova att de helt kommer att kunna undvika bukoperationer, fortfarande finns det tillfällen när dessa är enda möjligheten.

TROTS ATT DE båda gynekologerna har haft ett par tuffa veckor för att få i gång mottagningen är de hoppfulla inför framtiden.

– Vi är övertygade om att vi som en mindre vårdenhet kommer att kunna ge de kvinnor som kommer hit en mer personlig omvårdnad än vad ett större sjukhus klarar av. Även för samhället tror vi att det är en fördel om den här typen av sjukvård utförs vid sidan om sjukhusens verksamhet. Där måste akuta ingrepp hela tiden prioriteras vilket gör att planerade operationer många gånger måste ställas in. Den typen av prioriteringar slipper vi göra här, säger Sophia Ehrström. ■

VÅRDVAL GYNEKOLOGI

Sedan årsskiftet kan alla kvinnor i Stockholms län själva välja bland de gynekologimottagningar som landstinget godkänner. Målet för reformen är att skapa en ökad valfrihet och bättre tillgänglighet. På Sophiahemmet finns både Ultragyn och flera fristående gynekologer som alla tar emot landstingspatienter. Även kvinnor som väljer att betala själva eller kommer via ett försäkringsbolag är välkomna.

► Läs mer på www.sophiahemmet.se



TITTHÅLSKIRUGI EN VANLIG METOD VID BUKOPERATIONER

TITTHÅLSKIRUGI används vid olika typer av operationer i bukhålan och har blivit allt vanligare de senaste 20 åren. Operations-sättet är skonsammare för patienten eftersom operationen utförs genom små hål i bukväg-

gen istället för genom ett stort snitt. Metoden används bland annat för hysterektomi (borttagande av livmodern) men också för att ställa diagnos på olika sjukdomstillstånd i bukhålan, för överviktsoperationer, gallsten,

diafragmbråck, blindtarmsinflammation och vid tumörer i till exempel prostata, magsäck och grovtarm. Hysterektomi är en av de vanligaste större gynekologiska operationerna.

Man räknar med att en kvinna

av tio genomgår ingreppet i Sverige. I de flesta andra utvecklade länder är andelen högre. I England och i USA sker ingreppet mer än dubbelt så ofta som i Sverige.

Källa: Läkartidningen, Vårdguiden.

Vetenskapsrådet ger bra betyg till vårdforskningen

Vårdforskningen vid Sophiahemmet Högskola står sig bra i en nationell jämförelse. Det visar Vetenskapsrådets nyligen publicerade rapport om svensk vårdforskning. Rådet har på regeringens uppdrag genomfört en kartläggning och utvärdering av vårdforskningen i Sverige.

TJUGOSEX LÄROSÄTEN som uppgett att de bedriver vårdforskning har utvärderats av två paneler. En grupp bestående av internationella sakkunniga har utvärderat vårdforskningens vetenskapliga kvalitet. Dessutom utvärderades forskningens nytta, bland annat forskningsresultatens kliniska eller samhällsekonomiska betydelse, av en panel av personer med särskild kompetens när det gäller användning av forskningsresultat inom vårdområdet. Karolinska Institutets vårdforskning värderades högst och bedömdes som världsledande och av hög samhällsrelevans.

Sophiahemmet Högskola fick goda betyg. Enligt bedömargrupperna har forskningen vid högskolan en stor potential och är av god nationell kvalitet.

Samtliga forskningsområden bedöms också ha en hög grad av relevans. Vid en sammanvägning av de båda gruppernas bedömningar hamnar Sophiahemmet Högskola i en mittgrupp före ett antal statliga högskolor och flera universitet.

I RAPPORTEN föreslår Vetenskapsrådet att medel ska utlysas för inrättande av tre till fem Vårdforsningscentra. Dessutom bör medel utlysas för forskningsprogram inom vårdforskning omfattande 3–5 miljoner kronor/år som ska



kunna sökas löpande. Rådet anser också att forskarskolor bör utlysas med inriktning mot teoriutveckling och vårdrelevant innovation. Vidare föreslås ett karriärstöd i form av totalt 15 halvtidsforskartjänster i vårdrelevant miljö.

– Resultatet av utvärderingen är mycket glädjande för vår del och inspirerar oss att satsa ännu hårdare på en fortsatt utveckling av högskolans forskningsverksamhet. Dessutom är den satsning på vårdforskning som Vetenskapsrådet föreslår mycket välkommen, säger rektor Jan Åke Lindgren. ■

”Resultatet av utvärderingen är mycket glädjande och inspirerar oss att satsa ännu hårdare på en fortsatt utveckling av högskolans forskningsverksamhet.



Jan Åke Lindgren, rektor för Sophiahemmet Högskola.



Liselotte Egeland.

HÖGSKOLAN INRÄTTAR AVDELNING FÖR HÖGSKOLESERVICE

Sophiahemmet Högskola inrättar en avdelning för högskoleservice från maj för att effektivisera processer för övergripande högskoleadministrativa frågor som antagning, registrering, statistik och myndighetsrapportering. En annan viktig uppgift är att ge råd, stöd och service till ledning och kärnverksamhet inom högskolan. Ansvar för fysisk arbetsmiljö, hållbar utveckling, intern service och lokalfrågor kommer också att ligga inom avdelningens ansvarsområde. Avdelningen kommer att ledas av en nyrekryterad avdelningschef, Liselotte Egeland, som också kommer att vara verksamhetscontroller vid högskolan. Liselotte kommer närmast från Nordea och har tidigare bland annat arbetat som kanslichef vid Växjö Universitet. ■



LUNCHCAFÉ OM MUSIKTERAPI. Sophiahemmet Högskola fortsätter satsningen med lunchcafé på engelska för personal och studenter. Nästa lunchcafé hålls den **9 maj kl 12.00** och handlar om musikterapi. Tidigare teman har varit D-vitamin och "Mobile ICU clinics in the desert".



”Nu är det möjligt för våra studenter att följa en föreläsning även om man inte kan vara på plats.

Bra sjuksköterskeutbildning ska bli ännu bättre

SOPHIAHEMMET HÖGSKOLA håller hög kvalitet och är populär bland studenterna. Trots det görs sjuksköterskeutbildningen om för att bli ännu bättre, bland annat ska digitala medier stimulera det livslånga lärandet.

När utbildningen av sjuksköterskor vid Sophiahemmet Högskola utvärderas blir betyget högt. Det gör att söktrycket till högskolans sjuksköterskeprogram är stort, ett av de mer uppskattade inslagen är att en stor del av undervisningen genomförs som verksamhetsförlagd utbildning.

Trots framgångarna pågår ett kontinuerligt kvalitetsarbete för att hitta nya arbetssätt som kan förbättra utbildningen ytterligare.

– Många har frågat oss varför vi vill göra om något som fungerar så bra. Sanningen är att vården förändras snabbt och ett arbetssätt som är bra i dag inte nödvändighetsvis passar för de sjuksköterskor som ska ut i arbetslivet om några år, säger Ann Lundén Fernström, studierektor för grundutbildning på Sophiahemmet Högskola.

Det nya är att de traditionella föreläsningarna och den verksamhetsförlagda undervisningen nu kompletteras med olika former av it-stöd i undervisningen.

– Nu är det möjligt för våra studenter att följa en föreläsning även om man av någon anledning inte kan vara på plats. Med hjälp av högskolans digitala medier kan den student som sitter hemma vid sin dator vara minst lika aktiv under föreläsningen som de studenter som är på plats.

I Högskolans virtuella utbildningsmiljö



Ann Lundén Fernström på Sophiahemmet Högskola.

Sophia Education Online går det även att ta del av föreläsningar och undervisningsmaterial.

Det innebär att studenterna hela tiden kan repetera tidigare moment eller nöta in delar för djupinläring.

– En annan fördel är att den student som ska genomföra verksamhetsförlagd utbildning på exempelvis en hjärtavdelning kan förbereda sig genom

att gå igenom allt utbildningsmaterial som vi har om hjärtsvikt.

Enligt Ann Lundén Fernström är förhoppningen att kombinationen av traditionella och nya medtoder ska leda till ett fördjupat lärande och en kunskapsbaserad kompetens.

– Vi vet sedan tidigare att studenter som erbjuds en integrerad undervisning med föreläsningar, teoretisk problemlösning, patientfall och kollaborativa studier via högskolans virtuella utbildningsmiljö omsätter kunskapen i praktiken bättre.

Att en stor del av undervisningen sker via datorn har även en betydelse för framtiden. I en värld där vården förändras snabbt måste studenterna vänja sig vid tanken att deras utbildningsresa aldrig tar slut. Deras framgångar i det framtida yrkeslivet bygger i stor utsträckning på deras förmåga att aktivt söka ny kunskap. ■

text: Per Westergård

NY NATIONELL DIPLOMUTBILDNING

Sophiahemmet Högskola erbjuder nu Nationell diplomutbildning i gastro-intestinal endoskopi motsvarande 45 högskolepoäng. Utbildningen riktar sig till sjuksköterskor som arbetar vid enheter som genomför gastro-intestinala endoskopier och genomförs i samverkan med Stockholm Gastro Center vid Sophiahemmet.

Diplomutbildningen genomförs på halvfart. ■

SOPHIAHEMMET HÖGSKOLA I NATIONELLT FOKUS

VIKTEN AV personcentrerad vård och specialistutbildad personal blev huvudbudskapet för Sophiahemmet Högskola vid det nationella symposiet för framtidens hjärt-, njur- och diabetessjukvård. Vid det så kallade HND-symposiet samlades cirka 700 läkare och sjuksköterskor för att gemensamt diskutera hur olika specialistfunktioner behöver integreras och samverka för att förbättra för patienterna.

Sophiahemmet Högskola var på plats med en egen monter, egna föreläsare och bjöd även in till ett välbesökt frukostseminarium där man utifrån ett patientfall diskuterade fördelarna med en personcentrerad vård.



Carina Lundh Hagelin.

– Vi vill att vården ska formas utifrån patienten och inte tvärtom. Våra utbildningar bygger helt och hållet på den tanken, säger lektor Carina Lundh Hagelin som var

på plats vid seminariet och presenterade höstens nya magisterprogram.

– Specialistutbildade sjuksköterskor är en förutsättning för att kunna ge personcentrerad vård som bland annat är billigare, ger kortare väntetider och nöjdare patienter, berättar Ewa Englund, studierektor vid Sophiahemmet Högskola. ■

34 FORSKNINGS- PROJEKT FICK ANSLAG

Totalt delade Sophiahemmet, ideell förening, förra året ut 1 260 000 kr i stipendier och verksamhetsanslag till forskning som bedrivs på Sophiahemmet eller på kliniker som har samarbete med Sophiahemmet och vars forskning syftar till att utvärdera, utveckla och implementera nya medicinska diagnostiska eller terapeutiska metoder samt en evidensbaserad omvårdnad. Nästa ansökningsomgång sker till hösten.

► Läs mer på <http://forskning.sophiahemmet.se/>



Kerstin Brismar, Christina Iskull, Unn-Britt Johansson och Susanne Amsberg ingår i projektgruppen som ska utvärdera livsstilsråd kring fysisk aktivitet och kost för patienter som har eller riskerar att få typ 2 diabetes.

Mer pengar till forskning

Livsstilsprojekt kring diabetes och studier av tarmflora hos IBD-patienter. Det är två av totalt 34 projekt som beviljades forskningsanslag förra året **Text:** Inger Sundein **Foto:** Samir Soudah, Samuel Unéus

Ett samverkansprojekt för att utvärdera livsstilsråd kring fysisk aktivitet och kost för patienter som har eller riskerar att få typ 2 diabetes tilldelades 250 000 kronor.

– Vi kommer att undersöka tre grupper, den första får rådgivning i grupp och individuellt om kost och fördelarna med fysisk aktivitet och vilka motionsformer som finns. De kommer även att utrustas med en stegräknare, säger Unn-Britt Johansson, docent vid Sophiahemmet Högskola, som forskar om omvårdnad vid diabetes.

– Den andra gruppen får sedvanlig rådgivning individuellt om kost och fysisk aktivitet och stegräknare. Grupperna kommer sedan att jämföras med en kontrollgrupp som får sedvanlig vård.

Bakgrunden är bland annat Socialstyrelsens nationella utvärdering av diabetesvården 2011 som visar att det är viktigt att öka andelen personer med diabetes som är fysiskt aktiva minst tre gånger per vecka.

I projektet deltar Husläkarmottagningen Sophiahemmet, Diabetesmottagningen, Sophiahemmet Högskola och Karolinska Institutet, Institutionen för biotekniker och näringslära.

JOHAN BARK, LÄKARE vid Stockholm Gastro Center Sophiahemmet, fick 15 000 kronor till sin forskning.

– Jag och mina kollegor forskar om tarmbakteriernas betydelse vid i första hand Crohns sjukdom och andra inflammatoriska tarmsjukdomar. Vi försöker kartlägga skillnader i bakteriefloran hos friska människor och de som har utvecklat sjukdomen, bland annat genom att samla slemhinnebiopsier från tjocktarmen och sedan utföra olika avancerade molekylärbiologiska analyser.

– Att få stipendium är ärorikt och smickrande. Roligt också att den ganska omfattande forskning som sker på Gastro Center hamnar mer i fokus på Sophiahemmet. ■



”Att få stipendium är ärorikt och smickrande.”

Johan Bark forskar om Crohns sjukdom.



STIPENDIUM TILL LÖÖF

HELENA LÖÖF, doktorand och adjunkt vid Sophiahemmet Högskola har fått stipendium för sin forskning inom reumatologi. Stipendiet på 40 000 kr delas av två sjuksköterskor och är instiftat av MSD, Merck Sharp & Dohme, med syfte att årligen stödja projekt kring patientnära forskning inom reumatologin. ■

FORSKNINGSLEGEND TILL SOPHIAHEMMET

PROFESSOR REGGIE EDGERTON, University of California, Los Angeles, världsledande muskelforskare deltar på ett seminarium på Sophiahemmet i april. Professor Edgerton är kanske



mest känd för allmänheten för de forskningsprojekt han inspirerats av genom samarbetet med filmstjärnan Christopher

Reggie Edgerton.

”Stålmannen” Reeves. Efter

en ridolycka som gjorde honom totalförlamad skapade Reeves tillsammans med fru Dana den stiftelse som bland annat stöttar Edgertons framgångsrika forskning.

Förra året lyckades Reggie Edgerton, kollegan Susan Harkema och ett gemensamt forskarteam för första gången få en förlamad person att gå. Detta lyckades genom att operera in små elektroder i ryggmärgen hos den förlamade mannen och sedan via elektrisk stimulering kombinerat med rörelseträning skapa naturlig gång.

Konferensen om muskelhälsa anordnas av professor Per Tesch vid Mittuniversitetet i samarbete med Sophiahemmets forskningsutskott. Tesch är en av grundarna av Tesch-Övermo stiftelsen som verkar för att främja fysisk aktivitet under hela livet. ■

”På en onkologavdelning får jag följa patienterna under en längre tid och lära känna både dem och deras anhöriga.

NAMN: Karin Bergkvist.

ÅLDER: 40 år.

FAMILJ: Sambon Thomas, läkare.

BOR: Enskede.

BAKGRUND: Sjuksköterskeexamen, arbetat som sjuksköterska på Kärnsjukhuset i Skövde, Hematologikliniken och Radiumhemmet Karolinska sjukhuset, adjunkt vid Sophiahemmet Högskola, skriver sin doktorsavhandling inom ämnet stamcellstransplantation.

INTRESSEN: Yoga, vistas i naturen, teater, konst, litteratur.

För mig är mötet det viktiga

Under många år arbetade **Karin Bergkvist** med svårt sjuka patienter. I dag undervisar hon blivande sjuksköterskor på Sophiahemmet Högskola och forskar om hur patienter som genomgår en stamcellstransplantation påverkas när vården sker i hemmet.

Text: Inger Sundelin Foto: David Magnusson

Ett sommarjobb inom äldreården och ett läsår i USA fick Karin Bergkvist att välja vårdyrket, trots att hon egentligen tänkt sig en framtid som ingenjör.

– Kanske spelar också mina gener in. Alla i släkten arbetar inom vården, säger hon.

Efter sjuksköterskeexamen i hemstaden Skövde fick hon jobb på hematologavdelningen på Kärnsjukhuset. Och snart upptäckte hon hur intressant det var att ta emot de studenter som kom till kliniken för att göra sin praktik.

– Det väckte lite uppmärksamhet med en helt nyutexaminerad sjuksköterska som handledare.

Då, på 90-talet, var utbildningen mycket inriktad på ”att-göra-kunskap”. Studenterna lärde sig hur de skulle göra i olika situationer och sedan var det inte mer med det. I dag är utbildningen mer kunskapsbaserad och det främsta budskapet är att kunskap förändras. Så studenterna får räkna med att det hela tiden kommer nya rön och metoder de ska ta till sig.

– Vi uppmuntrar studenterna att våga ta för sig när de är ute på klinikerna. Om de har ny kunskap ska de få möjlighet att använda den.

– Det är en stor omställning för studenterna att gå från skolbänken till mötet med patienterna, därför är det väldigt viktigt att en stor del av deras utbildning sker ute i verksamheten. Där är det inte alltid som de lärt sig att det ska vara och inte heller de senaste kunskapsrönen som tillämpas. Ändå vågar många stå på sig och hävda sina kunskaper – och inte minst ta ställning för patienten.

EFTER NÅGRA ÅR lämnade Karin Skövde och flyttade till storstaden. Först arbetade hon några år på hematologen på Karolinska sjukhuset och efter det på Radiumhemmet. Under sin tid som sjuksköterska har Karin uteslutande arbetat med svårt sjuka människor, ofta cancerpatienter.

– Mötet med patienterna är det centrala för mig. På en onkologavdelning får jag följa patienterna under en längre tid och lära känna både dem och deras anhöriga.

Cancer är fortfarande ett väldigt laddat ord för



många, men överlevnaden är i dag stor. Många blir helt friska och bland dem som inte kan botas kan många leva kanske 10–15 år med sin cancer.

ATT STÄNDIGT MÖTA sjukdom och död kan verka väldigt tungt och psykiskt påfrestande.

– Visst kan det vara så, säger Karin, men ofta är känslan väldigt positiv och glädjrik på en sådan avdelning för att vi försöker göra det bästa möjliga under en intensiv behandlingstid, men också under den sista tiden som patienter har kvar att leva. Vi kan göra den till något bra bara genom att visa att vi bryr oss om och att vi ser hela människan. Den känslan vill jag också förmedla till studenterna.

– När min pappa gick bort fick vi alla ett enormt stöd från personalen, speciellt sjuksköterskorna, både i omsorg och omtanke. Det var nyttigt att se det från det andra hållet.

2007 såg hon en annons om att Sophiahemmet Högskola sökte adjunkter.

– Det kändes rätt: ett lagom stort lärosäte med väldigt gott rykte och möjlighet att kombinera undervisning och forskning.

Hon sökte och fick jobbet. Beslutet att byta från hetluften på en avdelning till teoretiska resonemang på högskolan har hon aldrig ångrat, även om hon i själ och hjärta är sjuksköterska.

För Karin betyder det mycket att kunna kombinera läraruppgiften med forskning. Just nu forskar hon 60 procent av sin arbetstid och undervisar 40, men fördelningen varierar över tid.

– Det ger mig variation i livet – och det tycker jag om. Och jag vill gärna fortsätta min egen resa med forskningen. Men att forska kan vara rätt så ensamt så jag är glad att jag har kvar kontakten med studenterna och att jag har mina kollegor att byta tankar med.

Nu är Karin i gång med sin avhandling om hur stamcellstransplanterade cancerpatienter och deras närstående upplever att få vara hemma under behandlingen.

DET FINNS MÅNGA fördelar för patienterna att få vistas i hemmiljö. Inte minst för att minska infektionsrisken eftersom cellgifts- och strålbehandlingen kan påverka immunförsvaret och göra dem väldigt känsliga för infektioner.

– Studier har visat positiva medicinska effekter för de patienter som vårdades hemma. Men också för personens livssituation, jag har till exempel en patient som åkte iväg och spelade golf på morgonen under vårdtiden. På sätt kunde han behålla så mycket som möjligt av den friska delen i sitt liv.

Hittills har metoden fått stort genomslag i Stockholm, men förekommer ännu inte någon annanstans i eller utanför Sverige. Några kliniker i USA kommer att erbjuda hemvård under 2012.

– Det är en spännande utveckling och vi kommer att ha stor nytta av den nya tekniken inom det här området. Sedan passar det inte alla patienter att vara hemma under behandlingen, och ska det fungera måste även de anhöriga känna sig trygga med vården som ges. ■

Marcus Hellner i final
i världscupen i Davos
i december 2011.



Maxpuls när det gäller

När **Marcus Hellner** under Tour de Ski jagar upp för en svart backe med Petter Northugs ryggstavla som ett rött skynke för ögonen utsätts hans hjärta för enorma påfrestningar. Hjärtspecialist och professor **Mårten Rosenqvist** förklarar hur hjärtat orkar.

Text: Johan Åberg Foto: Scanpix

8 januari och avslutningsdag i Tour de Ski. Efter att ha tillryggalagt närmare 100 kilometer under nio intensiva dagar är det dags för världseliten i längdskidåkning att ta sig an den fruktade avslutningsetappen. Final Climb. Nio kilometer i italienska Val di Fiemme. De sista 3,6 uppför Alpe Cermis, vanligtvis en svart backe där våghalsiga utförsåkare susar nedåt – i dag en vit vägg där längdskidåkarna på sina smala skidor ska kämpa sig igenom en höjdskillnad på 420 meter, med en lutning som mest ligger på 27 procent.

NÄR DET SVENSKA hoppet Marcus Hellner inleder sin dag ligger han trea, 44 sekunder efter den norske ärkefienden Petter Northug på andra plats. Leder gör den suveräne schweizaren Dario



Marcus Hellner

Cologna. Honom går det inte att göra mycket åt. Men kanske är Northug inom räckhåll. Framme vid foten av Alpe Cermis har de 44 sekunderna krympt till 27. Då exploderar Hellner. Han går ikapp norrmannen. Testar att rycka ifrån.

– I det läget är det mycket, mycket jobbigt. Min puls är hög och andningen är ansträngd. Jag är trött och känner tendenser till mjölksyra. Backen framför mig verkar aldrig ta slut och jag brottas med tröttheten och de negativa tankarna. Men när jag förstår att jag lyckas gå ifrån, är det plötsligt

inte lika jobbigt längre, säger Marcus Hellner till Sophianytt några månader efter tävlingen.

HELLNERS RYCK lyckas alltså. Petter Northug stummar och orkar inte hänga med i svenskens tempohöjning. I mål är svensken nästan 20 sekunder före norrmannen. Utpumpad men lycklig sjunker Hellner ihop efter att ha bärgat Sveriges första pallplats någonsin på herrsidan i Tour de Ski.

– Hjärtat är som vilken muskel som helst. Precis som din biceps växer när du tränar den, blir hjärtmuskeln större av elitidrottarens träning. Därmed ökar även syreupptagningsförmågan och förmågan att klara fysiska påfrestningar. Så när Marcus går på knock där i backen så har hans hjärta den reservkapacitet som krävs för

att klara uppgiften, förklarar Mårten Rosenqvist, förste livmedikus, verksam på Sophiahemmets hjärtmottagning och professor i kardiologi på Karolinska Institutet.

Mårten uppskattar att Marcus Hellners hjärta har minst den dubbla arbetskapaciteten jämfört med vardagsmotionärens. Att vara så vältränad innebär att man har en mycket låg puls i vila, det finns svenska elitidrottare som fått sin vilopuls uppmätt till 30 slag i minuten, vilket alltså kan ses som ett uttryck för att de har en enorm reservkapacitet och är otroligt vältränade.

Marcus Hellner berättar:

– Min uppbyggnadsträning startar i maj varje år. Då jag går i gång med barmarksträning, rullskidor, löpning, cykel och styrketräning. En normalvecka ligger jag på någonstans mellan 15 och 25 träningstimmar, men inför en tävling som Tour de Ski tar jag det lite lugnare.

ÄVEN OM DET är ställt bortom allt tvivel att fysisk aktivitet är bra för hjärtat, kan man diskutera om den typen av extremträning som Marcus Hellner och andra elitidrottare ägnar sig åt är hälsosam eller om det kan bli för mycket träning. Det finns exempelvis idéer om att varje hjärta har kapacitet för ett visst antal slag och att elitidrottaren gör av med sina slag i förtid.

– Det tror jag inte på, säger Mårten Rosenqvist. Det är en teori som finns, men det går inte att bevisa. Däremot finns det andra risker för hjärtat med elitidrottande. Exempelvis har man sett att före detta elitidrottare kan drabbas av hjärtrytmrubbningar. Både långsamare rytm så att de behöver pacemaker, men

också oregelbunden snabb rytm, så kallat förmaksflimmer.

En annan mer dramatisk hjärtsjukdom som ibland förekommer hos elitidrottare är kardimyopati. Det är en ärftlig sjukdom som förenklat sett orsakar en kraftig tillväxt av hjärtmuskeln som, i kombination med att elitidrottarens träning också får hjärtat att växa, ger allt för lite plats för blodet att vara kvar i hjärtat – i värsta fall med plötsligt död som konsekvens.

SÄRSKILT HÄRT har fotbollen drabbats, senast var det Bolton Wanderers mittfältare Fabrice Muamba som plötsligt segnade ned under en match. I två timmar stod hans hjärta stilla, men tack vare skickliga läkarinsatser klarade han sig. Enligt Mårten Rosenqvist har incidenter som denna lett till en debatt om vikten av förebyggande åtgärder.



Mårten Rosenqvist

– Nyligen började man screena elitidrottare för att hitta dem som ligger i farozonen. Man kan behöva gå tillbaka och titta efter hjärtproblem i familjen och komplettera med ultraljudsundersökningar av hjärtat. Då kan man göra en riskbedömning och se vilka som bör avrådas från idrott på elitidrottsnivå.

Även bland amatöriddrottare förekommer det naturligtvis också hjärtsjukdomar, men Mårten Rosenqvist anser att det snarare är muskel- eller ledskador som man som amatöriddrottare bör se

”Man har sett att före detta elitidrottare kan drabbas av hjärtrytmrubbningar.

upp med. Bland de 2–3 hjärtstillestånd som varje år drabbar vasaloppsdeltagare är få relaterade till själva den fysiska ansträngningen. Boven i dramat är sannolikt oftast stressen som orsakas av allt runt omkring loppet.

– Min rekommendation är en halvtimmes motion om dagen. Såvida du inte lider av något sällsynt hjärtfel är det inte farligt för hjärtat, tvärtom. Men håller du lite tuffare uthållighetsidrott ökar riskerna, då kan det vara en god idé att genom medicinska tester försäkra dig om du inte är i någon riskzon, säger Mårten Rosenqvist. ■

LYSSNA PÅ DIN KROPP

1. Träna aldrig med infektion i kroppen.
2. Har du varit sjuk gå stegvis upp till din normala träningsnivå. Känn efter vad du orkar.
3. Uppsök läkare om du får hjärtklappning, bröstsmärtor eller svimningskänslor när du tränar.
4. Uppsök vårdcentral om det finns tidig hjärtdöd i släkten och du känner oro.

Fabrice Muamba drabbades av hjärtstillestånd i en match mot Tottenham i den engelska FA-cupen. Här visar hans lagkamrater sitt stöd.



Prisad uppfinnare

Det var på Sophiahemmets röntgenavdelning som **Ylva Ryngebo** fick sina första idéer. I dag driver hon företaget Medical Innovation Design AB, målet är att utveckla produkter som underlättar för vården. **Text och foto:** Per Westergård

Vid första anblicken ser många av Ylva Ryngebos produkter inte så märkvardiga ut. Det är också deras storhet. Hennes mål är att de ska vara enkla, snygga och funktionella. Men vägen dit är ofta lång och krokig.

– När jag får en idé börjar jag skissa på hur den ska fungera. Först på papper, sedan gör jag enkla prototyper och sen gör jag om allt från början. Om och om igen. Jag är perfektionist, de produkter som jag säljer ska verkligen fungera. Att de även ska vara snygga är en självklarhet men till skillnad från många andra bryr jag mig inte om design innan jag vet hur den produkt som jag jobbar med ska fungera.

Ylva Ryngebo är inriktad på att utveckla smarta produkter för sjukhusens röntgenavdelningar. Att hennes uppfinningsrikedom kom att få utlopp inom just det området beror på att hon har jobbat i 14 år som sjuksköterska på Sophiahemmets röntgenavdelning.

– En av mina senaste uppfinningar, en mätsticka för att ta mått på och se om vissa kvinnor är för trånga i skelettet för att föda vaginalt, har fått namnet Sophia. Det är mitt sätt att visa att mitt hjärta är kvar hos min gamla arbetsplats.

UTMÄRKANDE FÖR Ylva Ryngebo är att hon inte bara suckar när hon ser saker som inte fungerar. Varje gång hon irriteras över att något är knasigt utformat, obekvämt för patienterna eller väldigt ohygieniskt börjar hon fundera på och testa alternativa lösningar.

– När tankarna börjar komma är det som att öppna en dammlucka. Det beror nog på att jag är en kreativ person som har en förmåga att utgå från mina egna praktiska erfarenheter.

Några av hennes första produkter finns bara på Sophiahemmet medan många andra har fått stor spridning. I dag, efter många års hårt och illa avlönat arbete, har hennes företag Medical Innovation Design AB äntligen fått ordentligt med luft under vingarna. I dag varvar hon utveckling av egna idéer med att hjälpa stora företag att förbättra deras produkter.

På en rak fråga om hon skulle rekommendera andra idérika personer att gå i hennes fotspår blir hon lite tveksam.

– Det är svårt att hinna med det vanliga jobbet och samtidigt jobba med produktutveckling.

”En av mina senaste uppfinningar har fått namnet Sophia.

Det gäller att vara realist och inse att man får slita i många år innan man kan få lön för mödan.

MEN HAR MAN en personlighet som Ylva har går det helt enkelt inte alltid att låta bli. Därför har hon trots allt en del råd att komma med.

– Lita på att du kan. Men glöm inte att ta hjälp, den som tänker utveckla vårdprodukter bör vända sig till SLL Innovation. De är helt enkelt bäst, de förstår vad vården behöver och de har koll på hur man ska göra för att få snurr på verksamheten. ■

Denna böjbara linjal har Ylva Ryngebo utvecklat på beställning.





”Till en början fick systrarna inte gifta sig utan måste avstå från familj.

Sonja Weitner var tidigare lärare och rektor vid Sophiahemmets sjuksköterskeskola.

”Det var lite lättare förr”

Sonja Weitner har skrivit en bok om sjuksköterskeutbildningen vid Sophiahemmet. Sonja är själv Sophiasyster och har arbetat som lärare och rektor vid Sophiahemmets sjuksköterskeskola.

Varför en bok?

– Vi i Sophiahemmets sjuksköterskekår började prata om det för cirka 10 år sedan, att vi ville göra ett komplement till Bengt Pernows utmärkta bok om Sophiahemmet, men som i stor utsträckning handlar om läkarnas roll. Vi ville lyfta fram Sophiasystrarna också. Och nu är boken klar till sist.

Hur många sjuksköterskor har du intervjuat?

– Jag och fyra Sophiasystrar som hjälpte mig har totalt intervjuat 100 systrar som tagit examen mellan 1930 och 2000. De är utvalda från Sjuksköterskekårens matrikel. Genom mitt arbete på Sophiahemmet har jag lärt känna många människor och det var inte svårt att få systrar att ställa upp på intervjuer.

Vad är mest intressant tycker du?

– Det är nog berättelserna från 1930–1960 som står ut mest, till exempel bodde Sophiasystrarna på sjukhusområdet även sedan de pensionerat sig och till en början fick de inte gifta sig utan måste avstå från familj.

Var det något som överraskade dig?

– Kanske att också de som tagit examen på senare

år var så nöjda med utbildningen. Jag trodde nog att de som gick på skolan på 1990-talet skulle ha större krav på skolan och lärarna än de äldre systrarna.

Min känsla efter att ha läst boken är att det var lättare att vara sjuksköterska förr än det är i dag?

– Ja, det kan nog stämma. De som gick utbildningen för länge sedan gjorde väldigt mycket praktik och var väl förberedda när de kom ut på avdelningen. Men flera av de sjuksköterskor som under 1970-talet genomgått fem terminers utbildning (105 poäng) eller tre terminers utbildning (63 eller 65 poäng) har uttryckt att de hade svårt att identifiera sig med sjuksköterskerollen efter avslutad utbildning. De som tog examen på 90-talet hade inte lika mycket praktik. Dessutom förändras vården mycket snabbare i dag, det kommer hela tiden ny kunskap som sjuksköterskorna förväntas ta till sig. ■

Text: Inger Sundelin

KÖP BOKEN!

”Sjuksköterskeutbildningen vid Sophiahemmet under perioden 1930 till 2000: Ideologi, tradition och kunskapssyn”. Framställt på vulkan.se
Pris 100 kr.

► Beställs på medlemsservice@sophiahemmet.se

Hallå där!

Göran Garpås, ny värd på Sophiahemmet.



FOTO: PER WESTERGÅRD

”Att gå hit är inte som att gå till ett jobb.

SOPHIAHEMMETS VÄRDINNOR är välkända bland sjukhusets besökare. De lotsar patienter till rätt mottagning eller säger några tröstande ord till den som är orolig. Vårdinnorna har ett gemensamt, de har alla varit Sophiasystrar, med betoning på det feminina. Men från och med i vår finns där även en manlig värd. Göran Garpås heter han och han är van att vara tidigt ute.

Du var visst den första manliga sjuksköterskan som utbildades på Sophiahemmet?

– Nja, inte riktigt. Jag började min utbildning 1971 som god tvåa. Nils Andersson från Arbrå gick ut ett par terminer före mig.

Varför väljer du att vara värd här på sjukhuset nu när du är pensionär och kan ta det lite lugnt om dagarna?

– Jag är en social person som gillar att prata med folk. Att gå hit är inte heller som att gå till ett jobb. Alla krav är borta och jag kan bara njuta av alla positiva reaktioner som jag får från dem som behöver hjälp.

Hur ofta är du här?

– Jag ska vara här varje onsdag förmiddag, det passar mig perfekt. ■



ÅRSSTÄMMA DEN 23 MAJ! Boka in årsstämman för Sophiahemmet, ideell förening den 23 maj 2012 kl. 16.00, Valhallavägen 91, ingång R. Välkommen!



Besöket i prinsens egen ateljé blev uppskattat.

► För dig som arbetar på Sophiahemmet finns mer information om konstföreningen på intranätet.

Konstföreningen på besök i Prins Eugens ateljé

SOPHIAHEMMET och Prins Eugen har mycket gemensamt. Båda är skapade av Drottning Sophia och båda påbörjade 1889 sina framgångsrika verksamheter bara ett stenkast från varandra på Valhallavägen. Även om prinsens tid på Östermalm blev kort finns hans gamla ateljé på Valhallavägen 116 fortfarande kvar. I dag är det konstnären Linda Gustavson Nameth som skapar sina verk i samma vackra ljus som Prins Eugen en gång utnyttjade när han målade några av sina mest kända tavlor.

Intresset för Prins Eugens ateljé på Valhallavägen är stort och därför bjuder Linda Gustavson Nameth ibland in grupper för visning av det som



Prins Eugen.

är hennes privata hem och arbetsplats. I början av mars var det Sophiahemmets konstförening tur att få höra Linda Gustavson Nameths personliga berättelse om ateljén, om prinsen och om några av de andra konstnärerna som verkat i samma lokal. Men även för att ta del av den buffé som hon hade dukat fram.

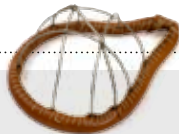
Sophiahemmets konstförening arrangerar regelbundet konstvisningar och på försommaren en bussresa för att ta del av konstlivet utanför huvudstaden.

– Vi vill gärna ha fler medlemmar, alla som är verksamma inom Sophiahemmets område är välkomna, säger konstföreningens ordförande Lena Engberg. ■

text: Per Westergård

Vinn Fredrik Lindströms bok!

Vi har tre exemplar av "När börjar det riktiga livet" att lotta ut. För att vara med i utlottningen svarar på frågan: **Vad visar bilden? 1. Snöska X. Gipsform 2. Mask för etersövning.** Mejla svaret till sophianytt@spoon.se. Senast den 1 juni behöver vi ditt svar.



VINNARE SOPHIANYTT 2/11
Grattis till Eva Söderlind, Göran Garpås och Clas Jonson!
Rätt svar var: 1970.

BOKTIPTIPS FRÅN BIBLIOTEKET

MEDIEHÄLSA

David Finer
Förlag: Studentlitteratur
Medierna översköljer oss med läkemedelsreklam, cancerlöpsedlar och livsstilsmagasin. Hälsoinformation som är sann och relevant kan bidra till förbättrad hälsa, medan vilseledande information kan skapa stora skador.



HJÄRNKOLL PÅ VÄRK OCH SMÄRTA

Martin Ingvar och Gunilla Eldh
Förlag: Natur och kultur
Hälften av alla som går till doktorn gör det för att de har ont. Med modern teknik kan vi i dag se vad som händer i hjärnan när det gör ont i kroppen och varför vissa har ondare än andra.



KVALITET FRÅN A TILL Ö

Bengt Klefsjö
Förlag: Studentlitteratur
Lättläst om kvalitet och ledarskap i form av en resa genom alfabetet. Från "Allas medverkan är viktigt, om kvalitetsarbetet ska bli riktigt" till "Ökad nöjdhet hos vår kund, är vårt mål i varje stund".



NÄR BÖRJAR DET RIKTIGA LIVET

Fredrik Lindström
Förlag: Bonnier
Fredrik Lindström ser med road och medkännande blick på våra ansträngningar, drömmar och förberedelser inför den dag då det riktiga livet börjar.



BIBLIOTEKET vid Sophiahemmet Högskola har öppet för allmänheten, men lånar endast ut till studenter och personal vid högskolan och sjukhuset. Öppettider: mån–tor 8–18 och fre 8–16. Tel: 08–406 28 85. Sökbar databas: www.sophiahemmet-hogskola.se/bibliotekskatalog

 Biblioteket Sophiahemmet Högskola finns på Facebook.