

SOPHIA *nytt*

EN TIDNING OM SOPHIAHEMMET | NR 1 DECEMBER 2009

125
år

JUBILEUMS-
NUMMER

LÄS OM ETT
HÄNDELSERIKT
SEKEL OCH OM
FRAMTIDEN



PETER SEGER, VD:
"VÅR TRADITION ÄR
UTVECKLING" **sid 2**



LOUISA, 6 MÅNADER
– EN SOPHIABABY **sid 8**

99 Jag har
aldrig haft några
andra yrkestankar

Malin Erfors
om sina 40 år
som Sophia-
syster



sid 20



Sophiahemmet firar 125 år

Jubileumsdags!



HISTORIA: Vi fortsätter
i drottning Sophias
anda **sid 10**

FORSKNING: Så kan fotbolls-
tjejernas korsbands-
skador minskas **sid 19**



HÖGSKOLAN: Lyckat
samarbete kring
demensutbildning **sid 11**

Vår tradition är utveckling

"I AVSIKT ATT söka i min mån bidra till lindrande av andras lidande" var en av många ambitioner som drottning Sophia uttryckte i det gåvobrev som är grunden för Sophiahemmet's existens. Drottningen var i många hänseenden väldigt framsynt i sina tankar om behovet av en utvecklad god omvårdnad i det då ganska fattiga och underutvecklade landet Sverige. I gåvobrevet framgår även att Sophiahemmet ska "tjäna såsom grundläggande utbildningsanstalt för dugliga sjuksköterskor" och även tillhandahålla "en i allo tidsenlig vård".

Mer än hundra år efter detta kan vi konstatera att vi utbildar några av de allra bästa sjuksköterskorna i landet och vi tillhandahåller en i alla avseenden modern sjukvård. Få affärsidéer håller lika länge och är lika framgångsrika som drottningens vision. Alla vi som är verksamma inom Sophiahemmet bidrar också, på vars och ens bästa vis, till att vara en länk i tanken att lindra andras lidande varje dag när vi går till vårt arbete.

VÅRT ÖVERGRIPANDE syfte att främja god omvårdnad har vi också definierat i vår värdegrund som innehåller begreppen professionalism, omvårdnad, tillgänglighet och tradition. Ett exempel på hur värdegrunden

Utdrag ur stadgar för Sophiahemmet, ideell förening:

§ 1 Ändamål: *Sophiahemmet, ideell förening som bildades av H.M. Drottning Sophia år 1883, skall främja god omvårdnad genom att bedriva en vårdhögskola och bedriva hälso- och sjukvård samt rehabilitering.*

Föreningen skall även stödja patientnära forskning inom dessa områden. Verksamheten kan ske direkt eller indirekt och skall ske utan vinstsyfte.

Föreningen skall upprätthålla och stödja en egen kår av sjuksköterskor, Sophiahemmet's sjuksköterskekår.

genomsyrar det vi gör är den nya layouten på SophiaNytt som du just nu läser. Den speglar på flera sätt dessa värdeord.

Men för att fortsätta att vara lika framgångsrika måste vi ständigt utveckla och förnya oss. Konkurrenten är stenhård och många aktörer vill vara med på den ökande marknad som vård, skola och omsorg omfattar. En effektiv

organisation som i varje liten del är anpassad till vad våra uppdragsgivare och kunder är beredda att betala för är nödvändig. En utvecklingsfokuserad organisation vars medarbetare kontinuerligt finner förbättringar i det vi gör blir avgörande. En organisation som kan balansera syfte och värdegrund med effektivitet och utveckling blir en vinnande och under lång tid framgångsrik organisation.

VI HAR TRÄNAT på detta i 125 år och fortsätter att ligga i främsta ledet. En tätt position vi aldrig släpper.

Peter Seger, VD
Sophiahemmet



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

Innehåll NR 1-2009

Nya krav på journalsystem

Ny journallag gör att systemen måste förändras. sid 6

Forskning om barnlöshet

IVF-kliniken och Högskolan gör unik studie om infertilitet. sid 8

Från drottning till drottning

Silviautbildningarna i demensvård ett led i drottning Sophias anda. sid 10

Sophiasystrar i tiden

Om en utbildning i förändring. sid 12

Forskning ger kvalitet

Högskolans omvårdnadsforskning ger patienterna bättre vård. sid 15

Helhetssyn på patienter

Diabetesläkaren Kerstin Brismar vill förändra diabetesvården. sid 16

Skidelitens eget sjukhus

Sophiahemmet sponsrar de svenska skidlandslagen. sid 19

Profilen

Möt Malin Erfors som arbetat på Sophiahemmet över 40 år. sid 20

Tradition

Träffa kungens livmedikar och läs om en speciell huvudbonad. sid 23

Till sist

Träning, julotta och boktips sid 24



”Jag bestämde direkt att jag ska tillbaka till toppen

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 Engberg. Produktion: Spoon Publishing AB. Omslagsfoto: David Magnusson. På bilden: Sophiasystrarna Christina Lindahl, Ann-Charlotte Bergenham och Ulrica Evers. Tryck: Exakta, Hässleholm. Kontakt: marknad@sophiahemmet.se

Personalens bemötande är ett av fokusområdena i enkäten.

FOTO: DAVID BIGHO



Patienterna ger Sophiahemmet toppbetyg

98 PROCENT av patienterna är nöjda med Sophiahemmet, lika många är nöjda med bemötandet och skulle rekommendera sjukhuset till någon annan.

– Patientnöjdheten är väldigt viktigt för Sophiahemmet med tanke på hur konkurrensutsatt vår verksamhet har blivit, säger Peter Möller, Sophiahemmets chefläkare.



Peter Möller, chefläkare på Sophiahemmet.

Sedan 2003 mäter Sophiahemmet regelbundet kundnöjdheten bland patienterna. De generella frågorna gäller sådant som väntetid, bemötande, helhet och information. Dessutom kan de olika

verksamheterna ställa egna frågor om vården. I den senaste undersökningen deltog cirka 2 000 personer. Resultatet är entydigt: Sophiahemmets patienter är väldigt nöjda och resultatet

har trots toppresultat förbättrats ytterligare något för varje år som undersökningen gjorts.

”Fantastic staff, thank you very much for doing an unpleasant situation very comfortable

Röst i kundnöjdhetsundersökningen.

HÄR ÄR NÅGRA av kommentarerna:

”Ni gjorde ert arbete mycket professionellt. Gäller alla från mottagning/provtagning, operation och vård.”

”Fantastic staff, thank you very much for doing an unpleasant situation very comfortable. 5 stars!”

”Ni tog väl hand om mig!” ■

KRÖNIKA

► Per Lundberg, ordförande för Sophiahemmet ideell förening



FOTO: DAVID BIGHO

”Vi är redo att möta framtiden

SOPHIAHEMMETS verksamhet utgår i från en stark värdegrund. Vårt ansvar för att möta kraven på ett modernt företag inom utbildnings- och sjukvårdssektorn är stort och ligger helt i linje med drottning Sophias banbrytande vision om att det i anslutning till sjuksköterskeskolan skulle upprättas ”ett eget sjukhus för god och tidsenlig vård åt patienter ur alla samhällsklasser”.

Sophiahemmet bedriver specialist-sjukvård och särklassig omvårdnad sida vid sida med högskoleutbildning. Här utbildas några av Sveriges bästa sjuksköterskor och specialistsjuksköterskor enligt Högskoleverkets utvärderingar. Sjukvården är omfattande med cirka 50 specialistområden och över 200 läkare. Sophiahemmet har en stor offentligt finansierad verksamhet och är samtidigt det näst största privata sjukhuset i landet. En omfattande forskning bedrivs inom omvårdnadsvetenskap och närliggande områden.

Sophiahemmet har ett starkt varumärke. Den sammantagna årsomsättning närmar sig 1 miljard kronor. Verksamheten är komplex och är utsatt för oberäkneliga politiska beslut.

Detta är den övergripande bakgrunden till beslutet att tillskapa en stark sammanhållen styrelse och ledning för Sophiahemmets totala verksamhet.

Den förändring som nu genomförs i ledningen av Sophiahemmet är ett viktigt steg för att möta framtida krav på vår samlade verksamhet. Vi arbetar nu i en stark och effektiv organisation för att ta oss an både framtida möjligheter för verksamheten och den ökade konkurrensen. ■

Med tandimplantat...



... går det att äta
äpple igen.

LYCKAT ÖPPET HUS HOS SPECIALIST- TANDLÄKARNA

Specialisttandläkarna på Sophiahemmet hade i oktober Öppet hus på temat "Ersätt dåliga tänder med implantat på en vecka – är det möjligt?". Totalt besöktes dagen av 269 personer och 120 bokade ny tid för undersökning.

Specialisttandläkarna har funnits på Sophiahemmet sedan 1985 med inriktning på implantatbehandlingar. I dag utförs cirka 450 operationer per år och andra behandlingar som till exempel proteser, kronor, broar och blekning av mörka och missfärgade tänder.

På kliniken arbetar tre specialisttandläkare i oral protetik, två specialisttandläkare i käkkirurgi, en tandhygienist och sju tandsköterskor. Kliniken byggs i höst ut med ytterligare tre behandlingsrum. ■

VINN BOKEN

Vinn Mikael Anderssons bok "Armlös benlös men inte hopplös" För att delta i tävlingen ska du svara på frågan: _

**När startades
röntgen-
verksamhet på
Sophiahemmet?
1. 1925 X. 1926
2. 1927**

Vi har tre böcker att lotta ut. Mejla ditt svar till sophianytt@spoon.se Senast den 10 januari vill vi ha ditt svar.



Nya nämnder

TRE FRÅGOR TILL ESTER MOGENSEN, LEDAMOT I HÖGSKOLENÄMNDEN

Hur länge har du suttit i Högskolenämnden?

– I cirka fyra år.

Vad har du för bakgrund?

– Jag är leg sjuksköterska, vårdlärare och fil dr i pedagogik med avhandlingen "Lära i praktiken, en studie av sjuksköterskeutbildningens kliniska avsnitt". Fram till 2009 arbetade jag som lektor med undervisning och forskning på Karolinska institutet, institutionen LIME, främst med pedagogiska universitetskurser för lärare från olika professioner. Jag har ett särskilt intresse för klinisk handledning av studenter samt tvärprofessionell och interprofessionell utbildning.

Vad ser du som den största utmaningen för högskolenämnden?

– Att arbeta för att teori och praktik under utbildningen sammanförs på ett meningsfullt och fruktbart sätt. ■



”Teori
och praktik
ska samman-
föras på ett
meningsfullt
sätt

DETTA ÄR HÖGSKOLENÄMNDEN

Högskolenämnden, före detta Högskolestyrelsen, har till uppgift att planera verksamhetens långsiktiga inriktning och utveckling. Nämnden fastställer också utbildnings- och kursplaner samt avger verksamhetsplan och verksamhetsberättelse för högskolan.

Nämndens ordförande, generallöjtnant Curt Sjöö, samt ytterligare en ledamot representerar styrelsen för Sophiahemmet, ideell förening. Övriga ledamöter är högskolans rektor samt två representanter vardera för lärarkollegiet och studentkåren. Dessutom ingår tre externa ledamöter med långvarig erfarenhet från den akademiska världen. ■



TRE FRÅGOR TILL LARS KIHSTRÖM, ORDFÖRANDE I SJUKHUSNÄMNDEN

Hur länge har du varit aktiv i Sophiahemmets styrelsearbete?

– Sedan 2007. I maj i år då sjukhusnämnden bildades blev jag dess ordförande. Då blev jag också styrelseledamot i ideella föreningen.

Vad gör du när du inte arbetar för Sophiahemmet?

– Jag är överläkare i neurokirurgi vid

Karolinska universitetssjukhuset och där ansvarig för skullbaskirurgiska sektionen. Jag är även övergripande studierektor för Karolinskas specialistutbildningar till läkare inom FoU-ledningen.

Vad ser du som den stora utmaningen för Sophiahemmet?

– Att vi, i en tid då sjukvårdsmonopolet befinner sig under upplösning och fragmentering, kan vidareutveckla ekonomiskt konkurrenskraftig sjukvård och omvårdnad och samtidigt bibehålla den 100-åriga traditionen av personlig och kvalitativ vård som är Sophiahemmets varumärke. ■

”Vi ska vidareutveckla konkurrenskraftig sjukvård och bibehålla traditionen

DETTA ÄR SJUKHUSNÄMNDEN

Sjukhusnämnden ska vara rådgivande till idella föreningens styrelse i frågor som rör Sophiahemmet sjukhus och bereda beslutsunderlag till styrelsen.

Ledamöterna i sjukhusnämnden,

utses av föreningens styrelse. I nämnden ingår företrädare för entreprenörer, personal samt sjukhuschefen och några externa ledamöter med erfarenhet av olika sjukvård.

I nämnden sitter även fackliga representanter för sjukhuset.

Nämnden ska se till att sjukhuset fullföljer Sophiahemmets ändamål att främja god omvårdnad och att verksamheten bedrivs i enlighet med föreningens stadgar och i enlighet med lagar och avtal. ■



MARIE CURIE FICK NOBELPRISET TVÅ GÅNGER

Marie Curie och hennes man upptäckte grundämnena polonium och radium. Det gav dem Nobelpriset i fysik 1903. Marie Curie fick även Nobelpriset i kemi 1911.



Den gamla magnetkameran vägde fem ton och fick lyftas ut med kran.

KVALITETSSÄKRING AV NATIONELLT SLUTPROV FÖR SJUKSKÖTERS KOR

2006 införde Sophiahemmet Högskola "Nationell klinisk slutexamination för sjuksköterskeexamen". Syftet med provet, som ges vid tio lärosäten i landet och består av en skriftlig och praktisk del, är att ge en nationell miniminivå för vad en sjuksköterska ska kunna efter genomgången grundutbildning.

Britten Enberg Jansson, högskoleadjunkt vid Sophiahemmet Högskola, deltar sedan i våras i en arbetsgrupp med uppgift att kvalitetssäkra det skriftliga provet. Arbetet består bland annat av att kategorisera och formulera frågorna samt att uppdatera patientfallen utifrån senaste forskningsrön och aktuella styrdokument. ■

Tekniklyft för Röntgen

SOPHIAHEMMETS GAMLA magnetkameror har gjort sitt. Nu har de ersatts med en ny som ger läkarna mer detaljrika bilder och patienterna behagligare undersökningar.

När magnetkamerorna kom på 1980-talet revolutionerades läkarnas möjligheter att se in i våra kroppar. Nu var det inte bara hårda strukturer som kunde fångas och analyseras utan även tredimensionella och detaljrika bilder av bland annat muskler, hjärnan eller bukens inre organ.

”En kortare tunnel gör att risken för cellskräck minskar

Magnetrontgen är den folkliga benämningen för tekniken men är inte korrekt eftersom inga röntgenstrålar används. I stället är det en kombination av magnetfält och radiovågor som gör att kroppens vätemolekyler låter sig fångas på bild. För patienter är en undersökning med magnetkamera mer skonsam än en traditionell röntgenundersökning där en joniserad strålning slår sönder molekyler i kroppen.

Aleris Röntgen, ett av de vårdgivande företagen på Sophiahemmet, har precis ersatt en äldre kamera med en ny. Ett byte som dock inte har varit helt en-

kelt då en magnetkamera väger fem ton och har en storlek som gör det omöjligt för den att fraktas genom dörrar. För att klara av att lyfta ut det gamla och för att ta in det nya har en rad väggar rivits.

FÖRDELEN MED den nya kameran är att dess magnetfält är starkare vilket gör att bilderna blir mer detaljrika. Upplösningen kan ofta vara högre än en millimeter.

– Även för den stora grupp patienter som tidigare upplevt obehag i samband med undersökningar är den nya kameran välkommen. En bredare och kortare tunnel gör att risken för cellskräck minskar, säger Lars Ahlander på Aleris Röntgen. ■



Den nya magnetkameran har en upplösning under en millimeter. Med den kan stora delar av patienten undersökas utan att behöva byta position.

► För mer information kontakta Aleris Röntgen Sophiahemmet 08-406 23 00, www.alerisrontgen.se



FOTO: DAVID BICHO

SAMARBETE KRING VERKSAMHETS-FÖRLAGD UTBILDNING

Sophiahemmet Högskola samarbetar med Stockholms läns landsting, Ersta Sköndal högskola och Röda Korsets högskola för att ta fram en gemensam



Unn-Britt Johansson

lärandemodell för verksamhetsförlagd utbildning för sjuksköterskeprogrammet vid de aktuella högskolorna.

– Målet är att nå en gemensam pedagogisk grundsyn och en struktur för hur handledning ska genomföras i samverkan med högskolorna, säger Unn-Britt Johansson, ordförande i Utbildningsnämnden och klinisk lektor vid Sophiahemmet Högskola. ■

UTBYTE MED KINA

Sophiahemmet Högskola och Kungsholmens gymnasium har inlett ett treårigt samarbete med sjuksköterskeutbildningen vid Hebei University i Boading, Kina. Samarbetet innebär ett student- och lärarutbyte mellan länderna. De första studenterna och lärarna från Högskolan besökte Hebei i våras. ■



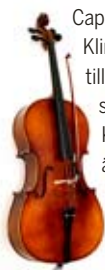
Mrs Chunfang Zhang, director of Nursing och skolans tolk tog emot Camilla Tomaszewski och Karin Casten Carlberg från Sophiahemmet Högskola.

HÖGSKOLAN PÅ BLÅLJUSDAGEN

En solig lördag i september genomförde Stockholms Prehospitala Centrum tillsammans med en mängd aktörer som SOS Alarm, ambulanshelikoptrar, poliser, läkare och sjuksköterskor en "Blåljusdag" med olika aktiviteter i Kungsträdgården för att informera allmänheten om hur räddningstjänsten i Stockholms län fungerar. Sophiahemmet Högskola deltog för att informera om högskolans specialistsjuksköterskeutbildning med inriktning mot ambulanssjukvård och magisterprogrammet i akutsjukvård. Intresset från de drygt 40.000 besökarna i Kungsträdgården var stort. ■

KULTUR PÅ RECEPT

Ett teaterbesök eller en kurs i akvarellmålning kan läkarna på

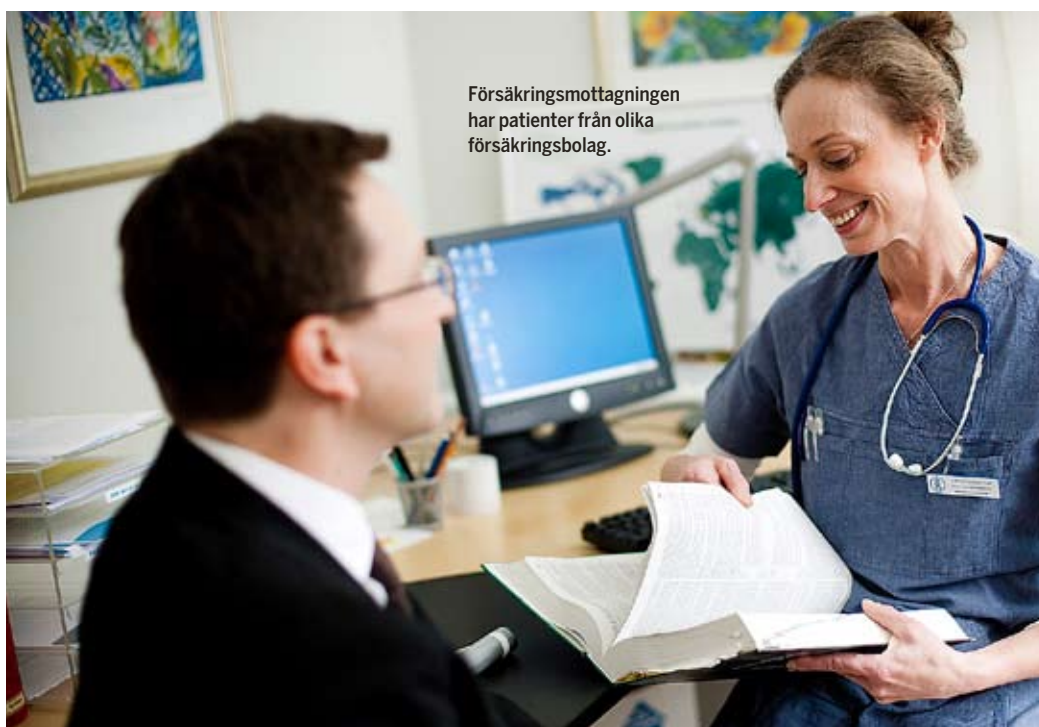


Capio Citykliniken i Skåne ordinera. Kliniken ingår i ett pilotprojekt tillsammans med Helsingborgs stad, Försäkringskassan och Kommunförbundet Skåne. Syftet är att korta sjukskrivningstiderna för patienter med lätta och medelsvåra depressioner, stress och ångest. ■



JOURNALKORT

Kraven på journalföring har förändrats över tiden. På 1960-talet tog föreskrifter fram om vad som skulle ingå i en patientjournal men inte hur den i övrigt skulle utformas.



Försäkringsmottagningen har patienter från olika försäkringsbolag.

FOTO: DAVID BICHO

Ny lag ställer stora krav på journalsystem

I NOVEMBER fick Sophiahemmets IT-avdelning besök av Datainspektionen vars uppdrag är att kontrollera att Sophiahemmet lever upp till kraven i den nya patientdatalagen.



Ragnar Sethson, it-chef på Sophiahemmet.

– Vi fick godkänt för vårt arbete så här långt, säger Ragnar Sethson, it-chef på Sophiahemmet AB sedan första oktober.

Den nya patientdatalagen som infördes 1 juli 2008 innebär att det blir möjligt med en sammanhållen journalföring mellan olika vårdgivare, förutsatt att patienten samtycker. Det utan att kraven på inre sekretess ändras. Fortfarande gäller att bara den som behöver uppgifterna i sitt vårdarbete får ta del av dem.

– Den nya lagen ställer stora krav både på it-systemen och på personalen som ska använda dem i sitt arbete, fortsätter Ragnar. Vi måste kunna garantera att ingen obehörig har läst journalerna och att överföringen av journaldata mellan oss och till exempel ett försäkringsbolag sker på ett säkert sätt. Och att de olika systemen kan kommunicera med varandra. En inte helt enkel uppgift eftersom många av dagens

VISSTE DU ATT...

Bara verksamhetschefen kan tilldela personal behörighet till systemet och då bara till dem vars arbete kräver det. Allt som sker i systemet ska kunna loggas så att det går att utläsa vem som loggat in, när och vad som gjorts. All information ska lagras i tio år.

► Mer information: Ragnar Sethson, 08-406 20 22, ragnar.sethson@sophiahemmet.se

”Vi fick godkänt för vårt arbete så här långt

kund- och myndighetssystem bygger på gamla och egenutvecklade datasystem.

INOM SOPHIAHEMMETS egna sjukhusverksamheter har arbetet med de nya it-strategierna kommit långt, både vad gäller planer för de tekniska system och utbildning av personalen. Nu diskuterar man om och i så fall hur entreprenörerna som verkar inom Sophiahemmet ska få tillgång till de nya systemen. ■

Ett ständigt pågående kvalitetsarbete

I NOVEMBER 2008 blev Sophiahemmet kvalitetscertifierat enligt ISO 9001:2004. Sedan 2004 är sjukhuset även miljöcertifierat.

– Vi blev jättegglade och stolta över certifieringen. Men det är viktigt att framhålla att en certifiering bara är ett kvitto på att system, processer och rutiner finns på plats och följs, säger Gunilla Stierna, leg sjuksköterska och kvalitetssamordnare, en av dem som dagligen arbetar med att säkra att system och rutiner fungerar i vardagen.

Kvalitet är inte en ytterligare arbetsuppgift; det är ett förhållningssätt och en inställning till arbetet man utför, och ambitionen att göra det bästa möjliga.

Det absolut viktigaste målet med kvali-

”Att uppmärksamma minsta detalj som inte är säkert är bevis på att vår personal har den inställning som krävs

tetsarbetet är patientsäkerhet, inte minst vad gäller läkemedel och patienthygien, enligt Gunilla. Patienten ska uppleva att vi arbetar med fokus på säkerhet och bemötande.

– I kvalitetsavdelningens arbete ingår att hålla oss informerade om nya lagar och förordningar samt det senaste inom sjukvården. Vi har därför mycket kontakter med andra vårdgivare och myndigheter som Socialstyrelsen.

UNDER DE ÅREN som kvalitetscertifieringsarbetet pågick ökade antalet inrapporterade avvikelser från system och rutiner markant. Det ser Gunilla Stierna som något positivt.

– Vi är märkligt nog mycket stolta över att antalet avvikelser ökade kraftigt, och fortsätter att öka. Att uppmärksamma om så den minsta detalj som inte är säkert utförd och rapportera det är beviset på att vår personal har den inställning till arbetet som krävs, säger hon.

– Sophiahemmet har alltid stått för kvalitet, och så tror jag det förblir. ■

► För mer information kontakta Gunilla Stierna, 08-406 20 00, gunilla.stierna@sophiahemmet.se

SJUKHUSKRÖNIKA

► Åsa Larsson, biträdande sjukhuschef



FOTO: DAVID BICHO

”Konkurrensen ska mötas med kvalitet

I JUNI kom det för oss tråkiga beskedet att Sophiahemmet förlorade hemodialysupphandlingen till Proxima AB som gett ett lägre bud. Men nu kommer glädjande besked att det blir en ny upphandling då Karolinska Universitetssjukhuset beslutat lägga ner sin verksamhet vid Kronan i Sundbyberg. Det befintliga avtalet är dessutom förlängt till 31 augusti 2010. Stort tack till patienter, personal och den aktiva njurföreningen för starkt engagemang! Jag har stort hopp om att vi ”vinner” kommande upphandling.

Konkurrensen mellan vårdgivare i Stockholm blir allt tuffare och vår utmaning är att möta den med bibehållen kvalitet. Därför har vi tagit fram en ny prissättningsmodell för operationssalarna. För att få en god täckning under årets alla veckor inför vi ett fastprisavtal för de specialister som kan teckna längre avtal och ett ”spotmarknadspris” för dem med mindre operationsvolym.

Nästa steg är att ta fram en ny prismodell även för vårdplatserna.

Öppna redovisningar är ett begrepp för att mäta kvaliteten på vården i Sverige. Sophiahemmet deltar i en rad olika nationella kvalitetsregister, där vår gemensamma målsättning är att ligga resultatmässigt i den övre kvartilen i samtliga kvalitetsmätningar.

I och med Sophiahemmets nya struktur har samarbetet mellan högskolan och sjukhuset stärkts och vi har flera intressanta projekt och aktiviteter som vi planerar att genomföra med start 2010. Där hoppas vi också på starkt engagemang från sjukhusets entreprenörer.

Ett starkt och tydligt varumärke är viktigt för att vi ska stå oss bra i konkurrensen framöver. ■



FOTO: DAVID BICHO

Advisory Board bildat

Sophiahemmet har bildat ett Advisory Board till sjukhusets ledningsgrupp för att öka delaktighet och samarbete inom sjukhuset. Medlemmarna representerar de större verksamheterna inom Sophiahemmet samt två representanter för de mindre verksamheterna. Rådet träffas regelbundet och fokusområdena är utbud, modell och profilering.



” Vi blev personligt bemötta men fick ändå raka besked

Provrörslycka

Cecilia Lamm och hennes sambo Magnus genomgick en fertilitetsbehandling vid IVF-kliniken på Sophiahemmet.

I juni föddes deras dotter Louisa. **text:** Inger Sundelin **foto:** David Magnusson

VI TRÄFFAR LOUISA, fem månader, och mamma Cecilia Lamm hemma i lägenheten i centrala Stockholm. Louisa skrattar och charmar hela reportageteamet. Det gäller ju att passa på när storasyster är på dagis och man har hela scenen för sig själv.

Cecilia, som då var 39 år, och Magnus ville skaffa ett syskon till Amanda. Men månaderna gick utan att hon blev gravid och de började fundera på om de skulle ge naturen lite hjälp på traven.

Hennes dåvarande gynekolog tyckte hon

skulle avvakta men till sist tog Cecilia på eget bevåg kontakt med Sophiahemmets IVF-klinik.

REDAN NÅGON dag senare fick hon komma på ett första besök och när alla prover var tagna kunde hormonbehandlingen sätta i gång.

– Våren 2008 gjorde vi den första provrörsbefruktningen. Den misslyckades, men efter sommaren gjorde vi nästa försök, då med ägg som frysts in vid första äggplockningen, och det gav resultat.

– Jag kände på mig redan före graviditetstestet att jag var gravid för jag hade börjat må illa.

Cecilia och Magnus är mycket nöjda med mottagandet på Sophiahemmet. Inte minst att behandlingar görs sju dagar i veckan och att det alltid går att nå personalen på telefon.

– Vi blev personligt bemötta men fick ändå raka besked om chanserna att behandlingen skulle lyckas. Jag hade ju hunnit fylla 41 år, säger Cecilia. ■



Vi brukar skoja om att så här fin blir man efter sex månader i frysen, säger Cecilia.

SOPHIAHEMMETS IVF-MOTTAGNING

2007 utfördes 685 IVF-behandlingar vid Sophiahemmet. Hos kvinnor under 37 år ledde 44 procent av de embryoåterföranden som skedde efter IVF i hormonstimulerad cykel till graviditet. För kvinnor under 40 år var graviditetsfrekvensen 41 procent. Under 2007 gjordes också 121 återföranden med frysta/tinade embryon. Av kvinnor under 40 år blev 33 procent gravida.

► Mer information finns på www.ivf-gruppen.se

Unikt forskningsprojekt om infertilitet

SEDAN TVÅ ÅR tillbaka pågår ett gemensamt forskningsprojekt mellan IVF-mottagningen på Sophiahemmet och Sophiahemmet Högskola. Projektet heter "Infertilitet i Stockholm" och är unikt i sitt slag.

– Det har inte gjorts en så här stor studie tidigare, säger Arthur Aanesen, läkare vid IVF- och fertilitetsmottagningen vid Sophiahemmet och initiativtagare till projektet.

I studien ingår 380 par som behandlas och har behandlats på IVF-mottagningen. Margareta Westerbotn, medicine doktor och lektor vid Sophiahemmet Högskola, bygger just nu upp en databas där all information om deltagarna lagras – i kodad form så att deras identitet inte framgår.

I nästa steg ska hon gå ut med en enkät till samtliga deltagare. Ett 20-tal par ska även djupintervjuas. Tanken är att deltagarna ska följas under en längre tid.

– Jag vill ta reda på hur de mår oavsett om de blivit gravida eller inte och hur de uppfattade omhändertagandet här på kliniken, säger Margareta Westerbotn. Deras svar är värdefulla för oss i vårt fortsatta arbete.

Vad forskarna redan nu kan konstatera är att det finns en överdriven optimism om att det går att bli gravid också i högre ålder.

– Många tar för givet att också barnafödandet går att planera på samma sätt som studier och karriär – och blir bestörta när det visar sig att biologin följer sina egna lagar, säger Arthur Aanesen.

I mycket är det senarelagda barnafödandet ett storstadsfenomen. Stockholm har en väldigt hög medelålder bland förstföderskorna, i vissa stadsdelar kring 38–39 år – trots att fertiliteten börjar minska redan vid 30.

– Hos 50 procent av dem som kommer hit till kliniken kan vi inte hitta någon medicinsk förklaring till deras svårigheter att bli gravida. I de fallen tror vi att det är åldersfaktorn som spelar in, fortsätter Arthur Aanesen. Så en slutsats av vår studie kommer att bli att kvinnor inte ska vänta för länge med att skaffa barn.

FÖRUTOM FAKTORER som kvinnans ålder och kvaliteten på hennes äggstockar kommer forskningsstudien även att omfatta sociologiska faktorer som hur länge paret försökt bli gravida, hur försöken påverkat relationen och hur de ser på barn och föräldraskap – oavsett om de blivit föräldrar eller inte.

Studien, som finansieras genom bidrag från Forskningsutskottet kommer att publiceras i internationella tidskrifter samt i Läkartidningen. Förmodligen blir det också en hel del föreläsningar.

– Det är spännande att få två olika perspektiv på det här ämnet, säger Margareta Westerbotn och det blir ett bra avstamp till vidare forskning. ■

► IVF-mottagningen finns på Sophiahemmet, Valhallavägen 91, ingång A.



FOTO: SAMIR SOUDAH

”En slutsats kommer att bli att kvinnor inte ska vänta för länge med att skaffa barn

IVF HJÄLPER ALLT FLER

IVF står för In Vitro Fertilisering, eller provrörsbefruktnings. IVF-behandlingen inleds med att kvinnan behandlas med hormoner i olika steg med syftet att stimulera hennes äggproduktion. Sedan hämtas ett eller flera ägg från kvinnans äggstockar och befruktas

med mannens spermier. Detta sker i ett laboratorium.

När äggen är befruktade överförs ett, eller ibland två, av dem till kvinnans livmoder. De ägg som inte används vid det tillfället kan frysas och användas vid ett senare tillfälle.



Mikroinjektion av spermier i ägget.

Provrörsbefruktnings genomförs för det mesta för par som utan framgång försökt bli gravida i ett eller flera år.

I Sverige föddes det första barnet med hjälp av IVF 1982. I takt med att metoderna förbättras har allt fler par kunnat få hjälp mot sin barnlöshet. I dag föds drygt 2 000 barn med hjälp av IVF-behandling varje år. ■

► Jan Åke Lindgren, rektor

FOTO: DAVID BICHO



”Arvet från drottningen

DROTTNING SOPHIA var en innovatör som drevs av viljan att ”bidraga till lindrande av andras lidande” genom utveckling av den svenska vården. Hon förstod att sjuksköterskor behöver teoretiska kunskaper för att kunna utföra god omvårdnad och införde en helt ny sjuksköterskeutbildning. 125 år senare är detta fortfarande ledstjärnan för verksamheten vid Sophiahemmet Högskola; att bidra till människors hälsa genom att förmedla kunskap som utvecklar vården!

Arvet från drottningen ska vi förvalta genom att ge utbildningar av högsta möjliga kvalitet så studenterna kan göra skillnad när de efter examen går ut i vården. Vi ska utveckla nya vårdutbildningar som är viktiga för människor och samhälle här och i andra länder. Målet för forskningen är det samma: att utbilda forskare som genom högklassig klinisk omvårdnadsforskning kan bidra till utvecklingen av svensk sjukvård.

Grundutbildningen av sjuksköterskor är nu som då högskolans viktigaste utbildning. Men vi har också, förutom reguljära specialistsjuksköterske- och magisterutbildningar, utvecklat unika program utifrån vårdens behov och kompetenskrav. Som vår magisterutbildning i omvårdnadsvetenskap med inriktning mot akutsjukvård som producerats i samråd med Karolinska Universitetssjukhusets akutkliniker. Eller våra specialuppdrag: vi utbildar både Nationella Insatsstyrkans sjukvårdare och Säpos livvakter. De flesta av våra utbildningar är nätbaserade för att vara tillgängliga oavsett tid och rum och därmed lättare att kombinera med yrkesarbete inom vården.

Var vi står om tio eller 20 år är svårt att förutsäga. Det vi säkert vet är att den enda möjliga vägen leder vidare. Vår tradition är utveckling. ■

Kenneth Andersson är blivande Sophiasyster. Han hade jobbat 20 år i butik när han bestämde sig för att sadla om.



FOTO: SAMIR SOUDAH

”Jag vill jobba med människor”

EFTER 20 ÅR i butik bestämde sig Kenneth Andersson för att bli sjuksköterska. Han valde Sophiahemmet Högskola för skolans tydliga inriktning mot god omvårdnad.

– Jag ville fortsätta att jobba med människor, men inom ett annat arbetsområde. Och jag ville ha en ”riktig” examen inom ett brett arbetsområde med många möjligheter. Det får man som sjuksköterska.

Kenneth kom i kontakt med Sophiahemmet Högskola via nätet. Han såg där att högskolan var mycket populär, både genom de höga intagningspoängen som krävdes, men också genom bra omdömen från tidigare studenter.

– Jag läste på och gillade upplägget. Jag sökte och det var väldigt nervöst när intagningsbeskedet kom.

Nu har han snart genomfört sin första termin och stortrivs.

– För varje dag blir jag mer och mer motiverad. Visst, det är en stor omställning från

att arbeta heltid med fast inkomst till att börja studera men jag har själv valt detta.

FEM TERMINER återstår innan han tar sin examen som sjuksköterska. Han uppskattar Sophiahemmets värdering att vårdarbetet ska ske på personnivå och fokuserar på kontakten mellan patient och sjuksköterska. Utbildningen den första terminen har varvat föreläsningar med olika former av grupparbeten.

– Så småningom blir det praktik varvat med teori. För mig som är van vid att jobba med människor känns det extra bra.

För Kenneth var det en utmaning att sätta sig i skolbänken igen, men nu har han hittat rutiner. Han uppskattar också det internat som studentkåren anordnade de första dagarna.

– Det var väldigt bra att få en större förståelse för varandra, oavsett ålder och tidigare erfarenheter, vi fick jättebra kontakt.

I framtiden vill Kenneth arbeta som sjuksköterska inom intensivsjukvård. ■

SOPHIAHEMMET HÖGSKOLA TOPPRANKAS

I dag finns 1 500 studenter på Sophiahemmet Högskola. Cirka 400 av dem deltar i det treåriga sjuksköterskeprogrammet. I utbildningen varvas föreläsningar med grupparbeten och verksamhetsförlagd utbildning med teori.

På högskolan finns även specialistsjuksköterskeutbildningar och magisterutbildningar i omvårdnadsvetenskap med olika inriktningar

bland annat akutsjukvård och demensvård. Flera av dem kan läsas på distans. I Högskoleverkets senaste stora utvärdering av vård- och medicinutbildningar fick sjuksköterskeutbildningen vid Sophiahemmet Högskola toppbetyg och rankas som ett av landets fyra bästa lärosäten.

► Läs mer om Högskolans utbildningar på www.sophiahemmethogskola.se

Aktuell forskning

ATT SOPHIAHEMMET HÖGSKOLA har aktiv forskning inom omvårdnadsområdet är viktigt för att hålla hög kvalitet på utbildningen och för att den ska vara aktuell i relation till nya forskningsrön, säger Maria Kumlin, studierektor med ansvar för forskning och forskarutbildning.

Här bedrivs forskning med vårdfokus inom huvudområdet omvårdnadsvetenskap samt bland annat medicinsk vetenskap och beteendevetenskap.

För närvarande finns ett 30-tal forskare och doktorander på högskolan. Doktoranderna arbetar som sjuksköterskor eller lärare på skolan vid sidan av sin forskarutbildning.

– Kopplingen forskning och utbildning är mycket central då omvårdnadsvetenskapen är ett ganska ungt akademiskt ämne med stor potential och det är viktigt att forskningsrönen implementeras i vården, säger Maria Kumlin.

FORSKARUTBILDNINGEN finansieras huvudsakligen av Sophiahemmet, ideell förening i avvaktan på att högskolan får statligt forskningsanslag.

VISSTE DU ATT...

Vid Sophiahemmet Högskola bedrivs forskning med vårdfokus. Huvudområdet är omvårdnadsvetenskap, men forskningen bedrivs även inom medicinsk vetenskap och beteendevetenskap samt pedagogik.

► Mer information: www.sophiahemmet-hogskola.se

Då högskolan ännu inte har egen examensrätt är doktoranderna registrerade vid Karolinska institutet eller Stockholms universitet.

Några av doktoranderna har nått viktiga mål i sin forskarutbildning under 2009, en har disputerat och fem har genomfört halvtidskontroll. ■

”Det är viktigt att forskningsrönen implementeras i vården

Maria Kumlin är studierektor för forskning och forskarutbildning vid Sophiahemmet Högskola.

MILSTOLPAR UNDER 2009



Namn: Anna Hansson.

Arbetar som: Lektor vid Sophiahemmet Högskola och doktorand vid högskolan.

Disputation: 30 januari 2009.

Forskningsområde: Subjektivt välbefinnande (SWB) i en vuxen Stockholmspopulation.



Namn: Caroline Löfvenmark.

Arbetar som: Sjuksköterska på Kardiologsektionen, Danderyds sjukhus och doktorand vid högskolan.

Halvtidskontroll: 21 januari 2009.

Forskningsområde: Ensamhet och socialt stöd hos patienter med hjärtsvikt och ett multiprofessionellt utbildningsprogram för närstående.



Namn: Bodil Samuelsson.

Arbetar som: Sjuksköterska på Ortopedkliniken, Danderyds Sjukhus och doktorand vid högskolan.

Halvtidskontroll: 6 november 2009.

Forskningsområde: Höftfrakturer, skillnader mellan kvinnor och män avseende bakgrundsfaktorer och återhämtning efter en höftfraktur.



Namn: Louise Egberg.

Arbetar som: Sjuksköterska på Kirurg- och urologkliniken, Danderyds sjukhus och doktorand vid högskolan.

Halvtidskontroll: 27 maj 2009.

Forskningsområde: Att leva med perifer arteriell sjukdom.



Namn: Eila Sterner.

Arbetar som: Patientsäkerhets ansvarig sjuksköterska på Ortopedkliniken, Karolinska Universitetssjukhuset Solna och Huddinge och doktorand vid högskolan.

Halvtidskontroll: 29 september 2009.

Forskningsområde: Kan trycksår undvikas? Riskfaktorer, klassifikation samt framgång vid behandling av patienter med höftfraktur.



Namn: Helene Andersson.

Arbetar som: Sjuksköterska och utbildningsledare på Infektionskliniken, Danderyds sjukhus och doktorand vid högskolan.

Halvtidskontroll: 13 mars 2009.

Forskningsområde: Olika aspekter av patienters erfarenheter av infektioner med MRSA och andra resistenta bakterier.



FOTO: PER WESTERGÅRD



FOTO: TOMAS SÖDERGREN

I drottningens tjänst

Hennes Majestät Drottning Silvia och **Drottning Sophia** har haft stor betydelse för utvecklingen av svensk vård och omsorg. Mellan dem finns intressanta paralleller med stark anknytning till Sophiahemmet. Medan drottning Sophia hade stor betydelse för utvecklingen av svensk sjuksköterskeutbildning och lade grunden till det som i dag är Sophiahemmet Högskola, har drottning Silvia en viktig roll när det gäller att ge personer med demenssjukdom god vård och ett värdigt åldrande. **text:** Jan Åke Lindgren, rektor

DRYGT 100 ÅR efter att drottning Sophia startade utbildningen av en egen sjuksköterskekår, Sophiasystrarna och invigde Sophiahemmet, grundade H.M. Drottning Silvia Stiftelsen Silviahemmet 1996. Under de närmaste fem åren utbildade Silviahemmet i egen regi ett drygt 30-tal undersköterskor till Silviasystrar under professor Barbro Beck-Friis ledning. Utbildningen syftade till att lära de studerande god demensvård utifrån den palliativa vård-filosofins fyra hörnstenar – symptomkontroll,

125
år

1874 Första hälsovårdsstadgan.

1884 Sjuksköterskeskolan grundas.

1889 Nya sjukhuset invigs.

1895 Röntgenstrål-

ningen upptäcks.

1913 Drottning Sophia avlider.

1918 Första blodtransfusionen i Stockholm.

1924 Vaccin mot

tuberkulos tas fram.

1926 Röntgeninstitutet invigs.

1928 Pencillinet upptäcks.

1930 Sophiahemmet får ekg-utrustning.

1948 Vänföreningen bildas.

1958 Första pace-makern.

1964 Första njurtransplantation.

1967 Första strål-

kniven utvecklas på Sophiahemmet.

1967 Läkarmottagning för öppen vård tas i bruk.

1972 Prinsessan Christina, fru

Magnuson blir hedersordförande.

1975 Företagshälsövård vid Sophiahemmet startas.

1977 Sjuksköterskeutbildningen blir

teamarbete, anhörigstöd, kommunikation och relation. Silviahemmet bedriver också dagvård för patienter med demenssjukdom.

När Silviasysterutbildningen efter några års uppehåll skulle startas på nytt gick budet till Sophiahemmet Högskola. En självklar



Barbro Beck-Friis.

förutsättning var att utbildningen skulle bygga på Barbro Beck-Friis idéer och upplägg och grunda sig på den palliativa vårdfilosofin. Men högskolan hade under några år utvecklat nätbaserad utbildning och här

såg vi en chans att bidra till en utveckling. I diskussioner med drottningen och hennes medarbetare föreslog vi att utbildningen skulle ligga på högskolenivå och bedrivas nationellt som uppdragsutbildning i nätbaserad form. Och Silviahemmet accepterade!

Ungefär samtidigt framhöll den av regeringen tillsatta Demensgruppen i sin rapport *På väg mot en god demensvård* det stora behovet av demensutbildning på alla nivåer. Man konstaterade bland annat att "Huvudmännen och staten bör stimulera fortbildningen av vårdbiträden och undersköterskor i demenskunskap genom nya utbildningsformer [...] och utveckla lättillgänglig information och utbildning genom nätburna kurser via internet som kan nå hela landet".

I **SEPTEMBER 2004** startade "Specialistutbildning i demensvård för undersköterskor" med ett drygt 20-tal studenter.

Och intresset har växt! I dag har mer än 200 undersköterskor från hela Sverige genomgått en gedigen högskoleutbildning i demensvård. De har också som Silviasystrar, förutom utbildningsbevis från högskolan, fått motta Silviahemmets brosch och diplom ur drottningens hand. De är eftersökta på arbetsmarknaden och varje ny Silviasyster som går tillbaka ut i vården med nyvunnen kompetens innebär ett steg mot en bättre demensvård.



FOTO: DAVID BICHO

Silviasyster Ardo Abdullahi tar efter avslutad högskoleutbildning emot Silviahemmets brosch och diplom ut H. M. Drottning Silvias hand.

Hösten 2008 startade Sophiahemmet Högskola ytterligare en demensutbildning i samverkan med Silviahemmet, den här gången riktad till sjuksköterskor.

Utbildningen, som från och med hösten 2010 utvidgas till en magisterutbildning, ska förbereda sjuksköterskor för ett samordningsansvar i omvårdnaden av personer med demenssjukdom.

Syftet är också att bidra till en starkare förankring av den palliativa vårdfilosofin i svensk demensvård.

SAMARBETET MED Silviahemmet, som tillsammans med Äldrecentrum har Socialstyrelsens uppdrag att utveckla och driva svenskt Demenscentrum, är en viktig kvalitetsfaktor och kommer förhoppningsvis att fortsätta under många år framöver. Och H.M. Drottning Silvias stöd och stora engagemang utgör en ovärderlig inspirationskälla för alla som arbetar med utbildningarna. ■



Drottning Sophias dröm

FLORENCE NIGHTINGALE var inspirationskällan för den nya sjuksköterskeskola som startades i Stockholm 1884. Med hjälp av god hygien förbättrade hon krigssjukvården och grundade sedan sitt eget sjukhus i London. Drottning Sophia som hade läst hennes skrifter besökte sjukhuset och tog till sig de nya idéerna.

Fyra unga kvinnor antogs till skolan i Vasastan, och Alfhild Ehrenborg, utbildad hos miss Nightingale, blev föreståndare. Drottning Sophia insåg tidigt att välutbildade sjuksköterskor behövdes för att vården skulle utvecklas och att utbildningen måste bestå av både teori och praktik. Hon betonade att eleverna skulle väljas med omsorg för att de skulle kunna ge patienterna "kärlek ochhängivenhet".

Snart visade sig samarbetssvårigheter med de sjukhus där eleverna praktiserade. För att ge eleverna bästa möjliga kliniska utbildning och erbjuda "vård åt patienter ur alla samhällsklasser" byggdes det nya Sophiahemmet med sjukhus, skola och sköterskehem. I enlighet med drottningens intentioner blev det också ett vilohem för äldre sjuksköterskor.

Sophiahemmet tillkom under en intensiv utvecklingsperiod för sjukvården. Kirurgin utvecklades med narkosen och antiseptiken när man kunde operera i stället för att bara amputera skadade kroppsdelar. Vid Sophiahemmets 25-årsjubileum 1914 hade redan 16 000 operationer utförts på sjukhuset. Då hade också läkarnas protester mot den nya yrkeskåren tystnat. 506 sköterskor hade utexaminerats och de arbetade i privatvården och på sjukhus ute i landet.

Efter världskrigens krisår tog den medicinska utvecklingen ny fart med antibiotika och psykofarmaka. Vårdtiderna kortades när man upptäckte att patienterna mätte bättre av att snabbt komma på benen efter operation.

Sophiahemmet har alltid legat långt fram i den medicintekniska utvecklingen. Här tillkom Sveriges första privata röntgenavdelningar under ledning av radiologins fader Gösta Forsell, och här utvecklades den första strålkniven i världen av professor Lars Leksell. ■



Drottning Sophia

”Eleverna skulle väljas med omsorg



Prinsessan Christina, fru Magnuson hedersordförande.

högskoleutbildning.
1987 Vårdbolaget Sophiahemmet AB bildas.
1992 Licensavtal med landstinget.
1993 Treårig sjuk-

sköterskeutbildning införs nationellt.
1994 Skandiamot-tagningen öppnar.
2002 Sophiahemmet blir ideell förening.

2002 Staten blir huvudman för utbildningar till sjuksköterska, sjukgymnast och arbetsterapeut.
2003 Sophiahem-

mets sjuksköterskehögskola blir Sophiahemmet Högskola.
2005 Högskolan får rätt att utfärda magisterexamen.

Systerskap

Maj-Britt Areman och **Ann Bisgaard-Liljeborg** är Sophiasystrar. Ann tog sin examen i våras, Maj-Britt för drygt 60 år sedan. När de jämför sina erfarenheter kan de konstatera att sjuksköterskeutbildningen är helt annorlunda i dag men att den har gett dem båda ett intressant yrke och många värdefulla kontakter. **text:** Inger Sundelin **foto:** Jörgen Hildebrandt

DET VAR Sophiahemmets goda rykte som fick Maj-Britt Areman och Ann Bisgaard-Liljeborg att söka till skolans sjuksköterskeutbildning, Maj-Britt 1945 och Ann 2006.

– Jag besökte först Röda korsets sjuksköterskeskola, berättar Maj-Britt, men där verkade rektorn så sträng så jag nästan blev lite rädd. Då tipsade några bekanta till familjen om Sophiahemmet och här blev jag väl mottagen.

– Sophiahemmet Högskola har gott rykte så det var naturligt för mig att söka hit, säger Ann, och jag ville gå på en skola med god sammanhållning.

1945 var utbildningen privat och Maj-Britt betalade cirka 600 kr i kursavgift.

– Det var mycket pengar på den tiden och det kändes lite förnämt att gå här, säger hon.

Utbildningen då var 3,5 år och bestod av tre läskurser varvat med långa praktikperioder på sjukhus.

Numera är sjuksköterskeutbildningen en 3-årig statligt finansierad högskoleutbildning. Den stora mängden klinisk utbildning, som i dag huvudsakligen bedrivs vid Danderyds

sjukhus, är fortfarande ett kännetecken för sjuksköterskeutbildningen vid Sophiahemmet.

När Maj-Britt gick sin utbildning var majoriteten av eleverna i 20-årsåldern och samtliga var kvinnor. Den första manliga sjuksköterske-eleven på Sophiahemmet togs in 1968.

Ann hade arbetat som undersköterska i många år innan hon vid 41 års ålder valde att utbilda sig till sjuksköterska. Studiekamraterna var både män och kvinnor och i blandade åldrar. Många kom direkt från gymnasiet medan andra hade ett långt yrkesliv bakom sig, ibland från helt andra områden än sjukvård.

För Maj-Britt och hennes studiekamrater var det internatboende som gällde. Och reglerna var strikta. Klockan 22.00 skulle det vara släckt och tyst. Det krävdes tillstånd av föreståndarinnan att ta upp besökare på rummet, och manliga besök var inte att tänka på. Att bryta mot reglerna kunde leda till påföljder.

– När vi gjorde praktik på Karolinska bodde vi på sjukhusets elevhem. Och läkarkandidaternas våning låg nära intill det. En sen kväll gick två av mina kamrater över till dem. Men det hela uppdagades av en städerska – och flickorna fick sluta på skolan.

ELEVERNAS PRIVATLIV var hårt kontrollerat. Uniformstvång gällde även på fritiden och den som gick i giftastankar måste få sin tilltänkta godkänd av skolans rektor.

Nu är internatet sedan länge nedlagt och kraven på studenterna handlar uteslutande om studieresultatet. Studenterna förväntas ta

ansvar för sitt eget lärande och kunskapssökande – och de pedagogiska metoderna har ändrats.

Undervisningen är mer studentcentrerad med seminarier kring patientfall, grupparbeten och workshops. Under Maj-Britts



”Dagens sjuksköterskor är arbetsledare och har ett omvårdnadsansvar för patienten.



Namn: Maj-Britt Areman
Ålder: 85 år.
Tog examen: 1948.
Arbetar som: Numera pensionär, tidigare biträdande föreståndarinna på Sophiahemmet 1966-71, yrkessekreterare på Svensk Sjuksköterskeförening sedermera Vårdförbundet. Startat värninneverksamheten på Sophiahemmet.

studietid var förhållandet till överordnade formellt. Det var skillnad i rang, sköterskeeleverna neg för läkarna och svarade på tilltal.

– I mycket speglade det samhället i övrigt, säger hon. Detta var långt före du-reformen.

– Det är ju annorlunda nu, säger Ann. Det är mer av teamarbete och min erfarenhet är att läkarna var måna om att vi studenter skulle trivas och lära oss mycket.

SJUKSKÖTERSKEYRKET I SIG är också annorlunda i dag jämfört med tidigare. Dagens sjuksköterskor är arbetsledare och har ett omvårdnadsansvar för patienten som även omfattar den medicinska vården medan stora delar av den praktiska omvårdnaden sköts av undersköterskor.

Sammantaget är båda Maj-Britt och Ann nöjda med sin utbildning. De har blivit väl mottagna i arbetslivet just i sin egenskap av

”Det var mycket pengar på den tiden och det kändes lite förnämt att gå här



Namn: Ann Bisgaard-Liljeborg.
Ålder: 44 år.
Tog examen: 2009.
Arbetar som: Sjuksköterska på kirurgavdelningen på Danderyds sjukhus.

Sophiasyster. Sjuksköterskeutbildningen har gott rykte i sjukhusvärlden – och även utanför den.

I DAG ÄR Maj-Britt sedan länge pensionerad, men fortfarande aktiv i Sophiahemmet, ideell förening. Ann arbetar sedan i våras som sjuksköterska på kirurgavdelningen på Danderyds sjukhus där hon gjorde praktik under utbildningen.

– Jag är mest stolt över att få ha varit med under en tid på Sophiahemmet när det hände så mycket, som att vi öppnade för entreprenörer på sjukhuset. Och så alla fantastiska människor jag har fått lära känna, säger Maj-Britt.

– Jag är ju så ny, men hittills är jag stolt över min utbildning och att jag fått ett bra jobb genom den, säger Ann. Och så brukar jag tänka på när jag fick ta emot min brosch i kyrkan. Det var en stor stund i mitt liv. ■



▲ Maj-Britt får besök av prinsessan Sibylla 1967.

I dag har Sophiahemmet Högskola toppmoderna lokaler där datorer har en självklar del i undervisningen. Sjuksköterskeutbildningen har alltid haft gott rykte i sjukhusvärlden och utanför den. Högskoleverket klassade nyligen utbildningen som en av landets bästa. ►





FOTO: DAVID MAGNUSSON

”Det var första gången jag träffade en läkare som såg mig som en hel människa

Helhetssyn

Som diabetespatient på Sophiahemmet känner sig **Birgitta Benni-Hedfors** varken som diabetiker eller patient. Här får hon vara en hel människa. **text:** Per Westergård

BIRGITTA BENNI-HEDFORS vet det mesta om diabetesvård. Hon har haft sjukdomen i 50 år och kan jämföra hur vården har fungerat genom åren, olika läkares bemötande och vårdsynen i de olika länder där hon har bott. Som patient på Sophiahemmets diabetesmottagning har hon mött något nytt.

– Under mitt första besök hos Kerstin Brismar pratade vi i en och en halv timme. Samtalet avslutades med att Kerstin sa: nu har vi verkligen lärt känna varandra. Det var första gången jag träffade en läkare som såg mig som en hel människa och inte bara som en patient. Och som visade att förtroende byggs bäst i en ömsesidig relation, säger Birgitta Benni-Hedfors.

Birgitta har varit patient på diabetesmottagningen i knappt ett år. Hon sökte sig dit eftersom hon länge velat ha Kerstin Brismar

som läkare. Men även för att hon sökte en mottagning där det finns kompetens, som är tillgänglig och där patienterna blir väl bemötta.

PÅ SOPHIAHEMMET finns ett stort nätverk med andra specialiteter och det är en stor fördel eftersom diabetespatienter ofta får följdproblem av sin sjukdom, till exempel problem med ögon, njurar och fötter.

– Här har jag fått den trygghet som jag länge sökt, om diabetesmottagningen inte kan hjälpa mig finns det möjlighet att få hjälp av någon av de andra specialisterna på Sophiahemmet.

– Med min långa erfarenhet av vården har jag sett alla typer av läkare. Många är bra men systemet gör att de inte finns tillgängliga när jag behöver. Här finns alltid en möjlighet att ringa och få hjälp med kort varsel. ■



FOTO: PER WESTERGÅRD

Kerstin Brismar är en av fyra läkare på Sophiahemmets diabetesmottagning. Till mottagningen är patienter med alla typer av diabetes välkomna.

Kerstin Brismars dröm – att samla alla diabetesspecialister på samma ställe

KERSTIN BRISMAR är en auktoritet inom diabetesvården. Hon är specialiserad inom endokrinologi och diabetologi och var under tio år chef för diabetessektionen på Karolinska sjukhuset. Det och en professur i diabetesforskning gör att hennes ord väger tungt när hon talar om dagens vårdssituation.

– Vården fungerar inte som jag skulle önska. Sjukhusen kan i dag bara erbjuda specialistvård för patienter med diabetes typ 1 medan alla som har typ 2 hänvisas till primärvården.

Problemet med uppdelningen anser hon är att många allmänläkare inte har tillräcklig kunskap om diabetikers behov och problem.

– Många har förlorat förtroendet för vården när läkaren kan mindre än de själva. Men situationen är än allvarligare eftersom typ 2-diabetiker är de som får de allvarligaste följd-sjukdomarna. Utan rätt behandling ökar deras lidande – och samhällets kostnader stiger.

Diabetesmottagningen på Sophiahemmet lockar patienter som inte är nöjda med den vård de får på andra ställen.

– Min dröm är att få utveckla mottagningen ytterligare. Genom att samla alla olika specialister på ett ställe skulle patienternas livssituation kunna bli bättre och vi kunde skapa en modell för hur diabetesvården ska fungera.

Ett hinder för att förverkliga idén är att politikerna inte kan bestämma sig för hur den vård de betalar för ska se ut.

– Politiker är medvetna om problemen, men trots det vill de att primärvården även i fortsättningen ska ansvara för en stor del av vården.

Diabetesmottagningen kan i dag bara ta emot patienter som betalar själva eller genom sitt försäkringsbolag. En lösning som Kerstin Brismar jobbar hårt för att förändra. Men ännu har landstingspolitikerna inte velat teckna ett vårdavtal som skulle göra kostnaden för patienterna samma här som på länets sjukhus och vårdcentraler.



För den som nyligen har fått typ 2-diabetes är kosten ett effektivt sätt att bromsa sjukdomens förlopp, säger Kerstin Brismar.

Vården fungerar inte som jag skulle önska

DEN KRAFTIGA ökningen av diabetes har skapat en debatt ifall det är vår livsstil med fel kost, för lite motion och mycket stress som är orsaken.

– För typ 1 finns ingen sådan koppling där- emot är livsstil en av flera orsaker till att typ 2 ökar. Debatten har gjort att många av mina patienter känner sig utpekade som personer med dåliga vanor, detta trots att de oftast inte lever på annat sätt än de flesta av oss.

För att hitta personer med stor risk att få diabetes har diabetesmottagningen startat "Diabeteslivlinan" tillsammans med Storstockholms Diabetesförening och Ringeson Healthcare. Ett projekt där anställda erbjuds en enkät där en mängd riskfaktorer vägs samman. Har man diabetes i släkten och en livsstil som ytterligare ökar risken erbjuds man utbildning och stöd för att minska risken att bli sjuk.

ÄVEN VAD en diabetiker ska och bör äta debatteras. Läkaren Annika Dahlqvist är en av dem som anser att det enda rätta är fet mat och minimalt med kolhydrater. Kerstin Brismar ger henne delvis rätt, metoden fungerar om man endast vill sänka sockernivån i blodet.

– Jag kan ändå inte rekommendera det eftersom dieten ökar risken för allvarliga skador på blodkärlen. Mitt råd är att vi alla ska skära ner på kalorierna och kolhydraterna, främst de snabba, och att vi ska äta regelbundet och mindre portioner.

Kerstin Brismar är hoppfull inför framtiden. Även om hon inte tror att vi inom över-skådlig tid kommer att kunna bota diabetes finns det en rad nya läkemedel som kommer att innebära att diabetiker får färre och lindrigare komplikationer. ■

text och foto: Per Westergård

► Diabetesmottagningen finns på Sophiahemmet, Valhallavägen 91, ingång G 1 tr. Tel: 08-406 28 10

MAGISTERPROGRAM FÖR DIABETESSJUKSKÖTESKOR

Sophiahemmet Högskola planerar för ett magisterprogram för sjuksköterskor med inriktning mot diabetesvård. Kursen är på 60 högskolepoäng. Våren 2010 startar en 7,5 poängskurs: "Att leva med diabetes – psykologiska aspekter". Kursen betonar ett patientcentrerat förhållningssätt och förbereder sjuksköterskor inför arbetet med att stödja och utbilda patienter i att hantera sin kroniska sjukdom.

► Mer information finns på www.sophiahemmethogskola.se/utbildningar

DIABETES HOT MOT VÄRLDSHÄLSAN

I DAG FINNS 300 miljoner diabetiker i världen. Enligt WHO kommer antalet sjuka att vara dubbelt så många om 20 år. Typ 2-diabetes står för nästan hela ökningen. Den variant som tidigare kallats åldersdiabetes drabbar i dag allt

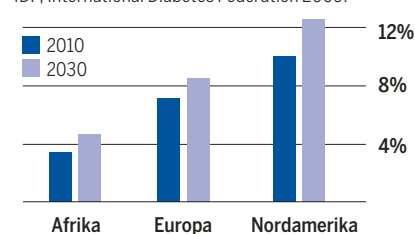
yngre personer i alla världsdelar.

I SAUDIARABIEN har 13,5 procent av befolkningen diabetes, i Mongoliet har endast 1,6 procent sjukdomen. I Sverige är andelen diabetessjuka cirka 5 procent,

eller totalt 350 000 personer.

I fråga om diabetes typ 1 har Sverige och Finland flest fall procentuellt sett. Men ökningen är snabbare i Östeuropa och andra länder vars levnadsstandard förbättrats.

Förväntad ökning av diabetes i olika världsdelar enligt IDF, International Diabetes Federation 2009:



Farligt för fotbollsflickor

Främre korsbandsskada i knäleden är en allvarlig idrottsrelaterad skada. För många kan den innebära slutet på en idrottskarriär och risk för livslånga komplikationer. Värst drabbade är unga flickor. Centrum för idrottsskadeforskning och utbildning (CIFU) söker orsakerna bakom skadan och hur den förebyggs. **text och foto: Per Westergård**

ATT SAMLA FORSKNING, utbildning, vård och rehab på ett ställe kring de skador som kan uppstå i samband med sport och motion har länge varit ett önskemål för landets idrottskadeforskare. Nu finns det efterlängtade centret, CIFU, på Sophiahemmet och är ett resultat av ett nära samarbete mellan Karolinska Institutet och Capio Artro Clinic (Artrokliniken).



Suzanne Werner, professor och verksamhetschef vid CIFU.

– Vi har hamnat på bästa tänkbara ställe, säger Suzanne Werner, professor och verksamhetschef vid CIFU, då det i närområdet finns en mängd olika aktörer inom forskar- och idrottsvärlden. Sophiahemmets verksamheter, Gymnastik- och Idrotts-

högskolan, Kungliga Tekniska Högskolan, Sveriges Olympiska Kommitté och Riksidrottsförbundet är bara några.

ETT OMRÅDE som studeras vid CIFU är hur skador på det främre korsbandet uppstår och varför det så ofta drabbar unga flickor som ägnar sig åt bollsporter. En förklaring kan vara att flickors idrottande under senare år har blivit både snabbare och mer fysiskt krävande. Störst risk för främre korsbandsskador har unga flickor som är så duktiga inom sin sport att de har fått börja träna och spela med seniorlag.

Främre korsbandsskador bland flickor är inte, som många tror, ett resultat av kollision med andra spelare utan uppstår framförallt när de efter ett hopp landar samtidigt som det sker en rotation i knäleden. Att pojkar klarar landningar bättre utan att skadas kan förklaras med att de är mer muskelstarka och snabbare



FOTO: JOHNER

Fotboll har blivit en av de mest populära sporterna för flickor.

spänner sina muskler på lårets baksida.

Enligt Suzanne Werner drivs unga idrottande flickor för hårt, vilket ökar risken för skador. Speciellt som det sällan ges tid för återhämtning mellan fysiskt krävande insatser. Otillräcklig rehabilitering efter en skada ökar risken att de ska drabbas på nytt.

– Om svenska idrottsutövare ska bli framgångsrika måste vi hjälpa dem att förbli skadefria. Tränarna måste börja betrakta skadepreventiv träning som lika viktig för idrottslig framgång som den rena idrottsträningen.

CENTRUM FÖR IDROTSSKADEFORSKNING

Centrum för idrottsskadeforskning och utbildning har också inlett ett samarbete med Forskningsutskottet, före detta Forskningsdelegationen vid Sophiahemmet, vilket innebär en möjlighet att ytterligare bredda området för forskning och utbildning. Under fem år kommer Forskningsutskottet att bidra med 500 000 kronor årligen för att stödja centrets forskning.

► Mer info www.ki.se, klicka på centrumbildning.

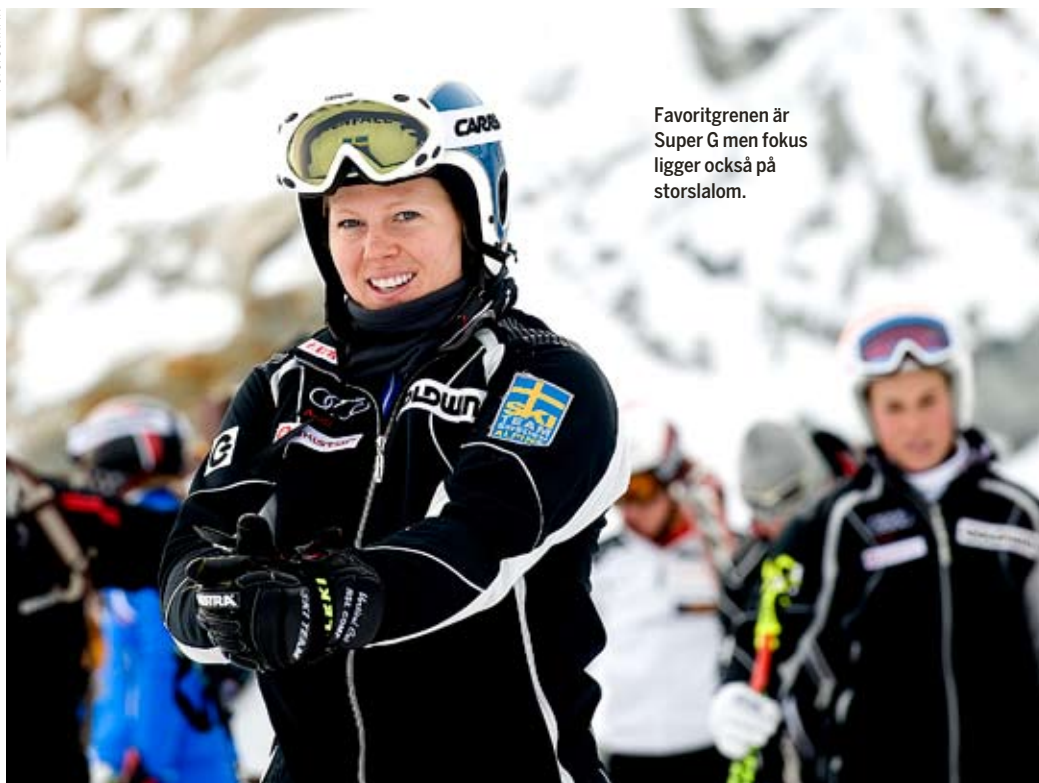
”Om svenska idrottsutövare ska bli framgångsrika måste vi hjälpa dem att förbli skadefria

Att vi som forskare inte når ut med våra nya forskningsrön till idrottsklubbarna, trots att vi regelbundet anordnar en rad kurser och utbildningar, är ett problem som måste lösas.

EN FRÄMRE korsbandsskada innebär ofta att den drabbade inte kan komma tillbaka till idrott på toppnivå. Än värre är att denna allvarliga knäskada kan ligga till grund för andra skador och besvär i knäleden såsom menisk- och broskskador samt artros redan i unga år.

– Att ungdomar inte vill tänka på framtida problem är inte konstigt. Därför måste tränare och föräldrar hjälpa dem att idrotta på ett klokt sätt och ibland även våga föreslå skadedrabbade att de bör byta idrott. ■

FOTO: SCANPIX



Favoritgrenen är Super G men fokus ligger också på storslalom.

Nypremiär för Jessica

ALPINSTJÄRNAN Jessica Lindell Vikarby är tillbaka igen. I februari tänker hon vara på topp när OS i Vancouver äger rum.

– Naturligtvis är OS det stora målet men världscupen är också viktig eftersom det är så många tävlingar, säger hon. Det är viktigt att få det rätta självförtroendet som man bara får genom bra tävlingar. Det vore skönt att ha bra resultat i ryggen när jag kommer till OS. Då är det mer realistiskt att kunna prestera en topplacering.

Det var i början av februari som Jessica kraschade på störtloppsträningen i Val d'Isère. Korsbandet slets av och säsongen var förstörd. I mars opererades hon av Björn Engström på Artrokliniken och sedan dess har det blivit flera återbesök. I dag mår Jessica bra och kan träna för fullt.

– Knäet är funktionellt sett väldigt bra och jag klarar av att göra allt jag vill. Det som saknas är det sista på maxstyrkan och mjukhet/elasticitet. Förmodligen kommer det att dröja några månader till att nå dit. Jag är väldigt nöjd med det mottagande och den vård jag fått på Sophiahemmet.

Rehabträningen har Jessica genomfört på Bosön och i dag känner hon sig så gott som återställd. Hon har inte ont när hon tränar och hennes starka motiva-

tion har underlättat hela rehabiliteringsperioden.

– Det fungerar bra att åka skidor, jag blir lite stel ibland vid nya belastningar men jag får aldrig ont. Naturligtvis var jag ledsen i början efter olyckan men jag gick snabbt vidare just för att jag var så motive-

rad att komma tillbaka till samma nivå som jag var på när jag kraschade.

FOTO: SCANPIX



”Jag gick snabbt vidare för att jag var så motiverad att komma tillbaka

FÖRSTA TÄVLINGEN efter kraschen skedde 28 november i Aspen och i favoritgrenen storslalom.

– Det är något jag har sett fram emot länge, att få känna tävlingspuls igen, säger hon. ■

SOPHIAHEMMET SPONSRAR SKIDLANDSLAGEN

SOPHIAHEMMET HAR DE senaste åren samarbetat med svenska längdskidlandslaget och svenska alpina skidlandslaget för att ge elitåkarna snabb specialistvård vid skador och sjukdom, och vara en partner för förebyggande vårdinsatser.

– Vi ger skidåkarna god service och ser till att hitta tider som passar dem när de passerar Stockholm, säger Anne Freye Reichenberg som är sjuksköterska på Kundcenter på Sophiahemmet.

Ibland sker flera läkarbesök eller labtester samma dag för att passa skidåkarna i deras schema.

Förutom ett stort specialtnätverk ger även Sophiahemmet service och råd på telefon till de aktiva. De båda skidlandslagets läkare har kontakt med Sophiahemmet och kan få råd även när landslagen är ute på tävlingar och läger.

– Akutsjukvård måste de få där de befinner sig. Av oss får de den mer planerade sjukvården, när de kommer hem eller är på genomresa. Men naturligtvis hoppas vi på så lite kontakt som möjligt, då de i så fall är friska och skadefria, säger Maria Grant som också är leg. sjuksköterska och har ansvarat för kontakten med alpina skidåkarna under flera säsonger.

– För Kundcenter är samarbetet mycket positivt och alla är trevliga att jobba med. Och så är det roligt att följa skidåkarna även om det är framför tv-skärmen. ■



Maria Grant och Anne Freye Reichenberg.

FOTO: DAVID MAGNUSSON



Charlotte Kalla i träningsspåret.

FOTO: SCANPIX

Mitt liv som Sophiasyster

I mer än fyra decennier verkade **Malin Erfors**, i dag 92 år, i Sophiahemmets tjänst. 1964 blev hon föreståndarinna med ansvar för både sjukhuset, skolan och pensionärshemmet.

text: Pär Jonasson foto: David Magnusson

MALIN ERFORS, som föddes 1917, visste redan som barn att hon skulle bli just Sophiasyster. Kanske för att hennes moster, som hon beundrade mycket, var det. Några tvivel om yrkesvalet hade hon i alla fall inte, varken då eller senare.

– Jag har aldrig haft några andra yrkestankar, och jag har aldrig ångrat mig. Jag känner fortfarande tacksamhet varje dag för det liv jag har haft.

Eftersom det var 20-årsgräns för att påbörja utbildningen fick Malin vänta till 1937 då hon blev antagen och fick gå som provelev i några månader.

– Jag kommer i håg att jag blev mycket väl mottagen, de var angelägna om att man skulle få en hemkänsla på Sophiahemmet.

Själva utbildningen började med en läskurs, som avslutades med något som kallades för ”choklalexamen” då det bjöds på varm choklad med vispgrädd.

– Det tyckte man var väldigt festligt då! Sedan skickades vi ut på våra praktikplatser, där vi var några månader på varje ställe.

Under hela utbildningen var det uniformstväng, även på fritiden.

– Jag kommer ihåg en kamrat som var bjuden på en tjugisig Karlbergsbal, som frågade föreståndarinnan om hon fick gå. Det fick hon, förutsatt att hon hade sin uniform på sig.

TILL UNIFORMEN hörde också en mössa, som alla elever fick sy själva. Det vita i mössan symboliserade glädjen, och det svarta bandet allvaret.

– Och den vackra spetskanten symboliserar drottning Sophia, Sophiahemmets grundare, förklarar Malin.

Under hela elevtiden bodde de blivande Sophiasystrarna på elevhemmet eller på praktiksjukhusen, och då inte sällan fyra i samma rum. De fick inte ha några besök, speciellt inte herrbesök, på rummen.



”Jag har aldrig haft några andra yrkestankar

– Det var en stor händelse när man så småningom fick en egen bostad. Och när jag många år senare blev föreståndare ifrågasattes det om jag kunde bo utanför ”hemmet”, men då lär drottning Louise ha sagt ”det gör väl detsamma var hon bor bara hon sköter arbetet”.

PÅ TAL OM herrbesök – på den här tiden var det ytterst ovanligt att Sophiasystrar förlovade eller gifte sig. De få som gjorde det fick inte längre vara med i systerkåren, utan i stället i det så kallade Sophiäförbundet.

– Då fick man bära en annan brosch, och man tillhörde inte längre den trängsta kretsen, om man så säger. Självt saknade jag inte livet utanför – vi hade en så fin sammanhållning.

Inte heller fanns det några manliga Sophiasystrar, något som i dag är relativt vanligt.

– Jag var med om den första manliga Sophiasystern, tror det var i slutet av 60-talet, och hade personligen inget emot det. Jag hade ju redan under kriget jobbat tillsammans med manliga sjukvårdare. Det var faktiskt på en kvinnlig vårdavdelning, och vissa patienter där ville absolut inte gå ur sängen om de inte fick manlig assistans!

1941, efter tre år och åtta månaders utbildning, var Malin Erfors färdig Sophiasyster. Det manifesterades med en högtidlig invigningsceremoni i Engelbrektskyrkan, då drottning Louise delade ut de speciella broscherna till de nya systrarna.

– Min första tjänstgöring som färdig Sophiasyster var på en vårdavdelning på Sophiahemmet som jag redan praktiserat på, säger Malin Erfors.

– Så småningom blev jag avdelningssköterska där, och därefter avdelningssköterska på en stor avdelning på Serafimerlasarettet på Kungsholmen. Det var mycket roliga år!

Malin Erfors gick därefter vidare i karriären på olika chefsposter, och blev så småningom, 1964, föreståndarinna för hela Sophiahemmet. Det innebar att hon var chef även för skolan och pensionärshemmet Solhemmet.

PENSIONÄRSHEMMET lades så småningom ner, och man delade upp verksamheterna i separata organisationer. I dag har man återinfört synsättet att högskolan och sjukhuset ska samarbeta nära.

– Jag är inte insatt i detta, men jag tycker det låter bra. Det var ju drottning Sophias idé från början att allt skulle hänga i hop.

Vad tycker du gör dagens Sophiahemmet starkt och unikt i konkurrensen med andra vårdinrättningar?

– Omvårdnaden, som har varit en ledstjärna hela tiden. Att man tar hand om, och engagerar sig, i patienterna. ■



Malin Erfors som
nyutexaminerad
Sophiasyster 1941.

Namn: Malin Erfors.

Ålder: 92 år.

Yrke: Pensionerad
Sophiasyster och
föreståndarinna för
Sophiahemmet.

Karriär i korthet:
Sophiasyster 1941,
föreståndarinna
för Sophiahemmet
1964–1980, då hon
gick i pension.

Familj: Malin gifte
sig 1970 med Werner
Olsson, läkare på So-
phiahemmet, som dog
2001. I dag består hen-
nes familj av Werners
tre barn, barnbarn och
barnbarnsbarn.

Bor: Servicehus i
Sköndal.

Intressen: Vävning,
vara ute i skog och
mark, lyssna på musik.

Malin visar stolt upp
sin egenhändigt sydda
mössa. De tio vecken
symboliserar de tio
budorden.



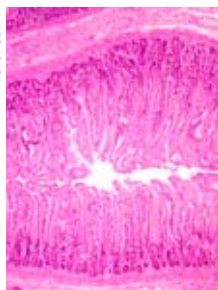
”Jag var med om den första
manliga Sophiasystem och
hade personligen inget emot det



LYCKAT IBD-SYMPOSIUM PÅ SOPHIAHEMMET

I NOVEMBER genomfördes ett symposium om IBD (inflammatory bowel disease) på Sophiahemmet. Symposiet lockade drygt hundra deltagare. IBD har blivit ett folkhälsoproblem, med svåra, ibland långvariga besvär, som påverkar livskvaliteten negativt. Sjukdomen var tidigare ovanlig, men antalet drabbade har stigit de senaste 30 åren. Närmare en procent av befolkningen är i dag drabbad av någon form av IBD.

FOTO: GETTY



Inflammatoriska tarm-sjukdomar är ett ökande problem.

Majoriteten av patienterna är under 40 år när sjukdomarna debuterar. Det kan påverka deras livssituation på ett negativt sätt.

Symposiet, som blev mycket lyckat, arrangerades av programansvariga professor Robert Löfberg, verksamhetschef på Stockholm

Gastro Center på Sophiahemmet tillsammans med Läkartidningen som även hade temat IBD i Läkartidningen nr 45/09.

Temat är Läkartidningens hittills största på drygt 40 sidor och innehåller flera av de nya nationella riktlinjerna för gastroenterologi /IBD som tagits fram av Svensk Gastroenterologisk Förening.

IDB-enheten vid Stockholm Gastro Center på Sophiahemmet är en av landets största specialistmottagningar för denna patientgrupp.

Läs mer på www.lakartidningen.se (skriv IBD i sökfältet) ■

FOTO: PETER KÄLLERÄS



Professor Robert Löfberg, verksamhetschef på Stockholm Gastro Center på Sophiahemmet.

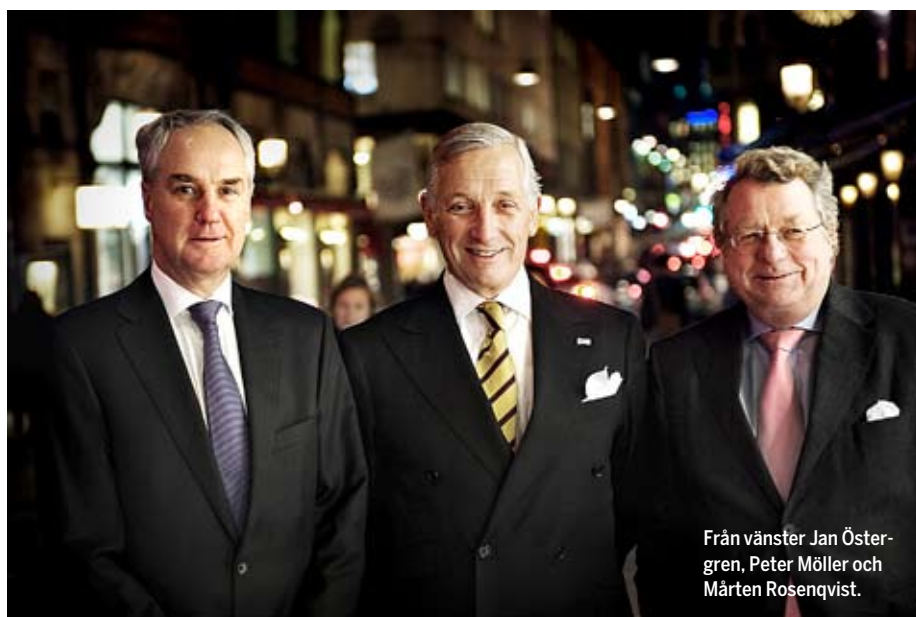


FOTO: DAVID MAGNUSSON

Från vänster Jan Östergren, Peter Möller och Mårten Rosenqvist.

Kungligt vårdteam

NUMERA FINNS tre av kungahusets fyra livmedikus under samma tak på Sophiahemmet. Förste livmedicus är Jan Östergren, docent och överläkare på Karolinska sjukhuset, klinken för invärtesmedicin och Mårten Rosenqvist, professor och överläkare på hjärtkliniken på Södersjukhuset. Peter Möller, chefläkare på Sophiahemmet med invärtesmedicin som specialitet är andre livmedikus.

Som livmedikus ansvarar man för kungafamiljens och hovets medicinska service. De som får uppdraget har det vid sidan av sitt ordinarie arbete.

– Att vara livmedikus är ett roligt och ärofyllt uppdrag, säger Peter Möller som haft ämbetet i 20 år. ■



Ann Bergsman transporterar en central del av Sophiahemmets julkrubba till kapellet.

Jul igen!

Årets jul på Sophiahemmet:

JULDAGEN: traditionellt firande med:

☞ Julotta kl. 07.00 i kapellet med Stiftsadjunkt Hans Gentzel.

☞ Därefter kaffe i salongen med fortsatt sång och musik.

☞ Sophiahemmets julkrubba finns i år i kapellet under hela december samt nyårshelgen.

Hjärtligt välkomna!

Mer än en mössa

EN AV SOPHIASYSTRARNAS mest kända symboler är mössan och än i dag sys den för hand inför examen. Allt enligt tradition sedan 1880-talet då drottning Sophia inspirerades av Florence Nightingales arbete och sjuksköterskeskola i London.

– Många använder den varje dag i arbetet och det är väldigt uppskattat bland patienterna men absolut inget krav. Våra värdinnor har den och för traditionen vidare, berättar Lena Engberg, indendent på Sophiahemmet.



Lena Engberg, indendent på Sophiahemmet

Ursprungligen användes huvudbonader för att hålla sköterskornas hår på plats. I dag är det få sjuksköterskor som använder mössor men på Sophiahemmet lever traditionen vidare. Mössan syr studenterna själva några veckor före examen – med hjälp och stöd av äldre Sophiasyster.

– Mössan var drottning Sophias idé och eftersom hon träffade Florence Nightingale är mössan också ganska lik den som användes av Florence och hennes sjuksköterskor, fortsätter Lena.

Vid större högtider används mössan tillsammans med den svarta högtidsdräkten.

Mössan och dess traditioner symboliserar också systrarnas gemenskap och påminner om drottning Sophias värderingar och arbete. En Sophiasyster får använda sin mössa varje dag och även om hon inte arbetar på Sophiahemmet.

I DAG FINNS ingen mössa för de manliga sjuksköterskestudenterna. Istället finns en miniatyrmössa som kan användas vid examenstillfället

– Fast en del manliga sjuksköterskelever syr ändå en mössa, som kuriositet till examen, berättar Lena Engberg.

Mössan är inte bara vacker utan har också en betydelse. Enligt muntlig tradition betyder

det vita tyget det ljusa i livet, spetsen står för glädjen och det svarta sammetsbandet symboliserar allvaret i livet.

– De tio veckan på mössan symboliserar tio guds bud och de 18 veckan på spetsen är de 18 tinnarna på drottning Sophias krona.

Förr fästes mössan i gardinen för att inte bli

skrynklig och smutsig när den inte användes. Då fanns också olika mössor för att visa rank bland systrarna. Så kallad snibb utan spets bars av provelever medan snibb med spets bars av förstaårselever. Mössan bars av provsystrar och färdiga sjuksköterskor. ■

text: Helena Lundberg



Sophiasyster Anna Hultman tar examen.

”Mössan är ganska lik den som användes av Florence och hennes sjuksköterskor

FOTO: JOAKIM LEHNSTRÖM



Här kan du stryketräna med funktionell utrustning.

Välkommen till gymmet

CAPIO ARTRO CLINIC har utvecklat verksamheten och öppnat ett gym.

Gymmet är inte bara till för våra patienter utan även du som privat person är välkommen. Här kan du styrketräna i nya fräscha lokaler med funktionell utrustning som passar alla. Du kan också välja att delta i våra olika gruppträningsspass som yoga, gympa, boxpass, vattenpass, MAQ, muskelpass med mera.



Mia Forsberg

Det finns alltid möjlighet att anlita personlig tränare och om

du behöver kan du konsultera våra sjukgymnaster.

Du kan även boka in dig för en fysprofil: Vi mäter bland annat: BT, puls, kondition, styrka, fett, muskler och vatten i kroppen

– Du vet väl att du som är Sophiahemmetanställd har väldigt bra rabatt på vårt fina gym, säger Mia Forsberg, som är idrottskonsulent på Capiro Arto Clinic. ■

► För mer information kontakta Mia Forsberg 073-945 07 56, mia.forsberg@capio.se. Capiro Arto Clinic Gym, Valhallavägen 91, Sophiahemmet, Ingång O, www.capiroartoclinic.se

BOKTIPS FRÅN BIBLIOTEKET

ARMLÖS, BENLÖS MEN INTE HOPPLÖS

Mikael Andersson, Förlag: Norstedts

Mikael Andersson föddes utan både armar och ben. Han berättar hur han trots sina begränsningar lyckats uppnå sitt mål – ett självständigt liv. Mikael är i dag egen företagare och trebarnsfar.



NÄR BARNET LAGT SIG

Michael Nyqvist

Förlag: Norstedts

Skådespelaren Michael Nyqvist berättade i sitt Sommarprogram 2007 om hur det gick till när han fick veta att han är adopterad, om sökandet efter sina biologiska föräldrar och efter sin egen identitet. I den här boken fördjupar han berättelsen.



MEDICINSKA ETIKENS ABZ

Niels Lynöe och Niklas Juth, Förlag: Liber

Författarna lyfter fram olika aspekter på medicinska etiska frågeställningar. Boken är uppställd som en uppslagsbok från A som i Abduktion till Ö som i Önskeuppfyllelsesteori, men kan även läsas från pärm till pärm.



HIMMEL, HELVETE OCH ALLT DÄREMELLAN : OM KÄNSLOR

Anna Käver, Förlag: Natur & Kultur

Psykologen och psykoterapeuten Anna Käver skriver om människans känsloliv. Med goda känslökunskaper blir tillvaron, du själv och dina medmänniskor både mer begripliga och mer spännande.



BIBLIOTEKET vid Sophiahemmet Högskola har öppet för allmänheten, men lånar endast ut till studenter och personal vid högskolan och sjukhuset.

Öppet terminstid: mån-tors 8–18, fre 8–16. Tel 08- 406 28 85.

Sökbar databas: www.sophiahemmet-hogskola.se/bibliotekskatalog ■

Missa inte...

PROFESSOR PETER ASPELIN, ny ordförande i Forskningsutskottet, föreläser den 20 januari 2010 i samband med utdelningen av forskningsstipendier. Föreläsningen äger rum i Erforsalen, ing R, kl. 16.30. Varmt välkommen!



BOKA IN ÅRSSTÄMMAN 18 MAJ 2010

► Så här såg det ut vid sekelskiftet när Drottning Sophia sammanträdde med Sophiahemmets styrelse på slottet. Hon höll sig underrättad om allt i skolans vardagsliv och följde varje elev med intresse.

21 JANUARI FIRAR SJUKHUSET FÖDELSEDAG Det datumet 1890 undertecknades det gåvobrev på Stockholms slott som skulle utgöra förutsättningen för uppförandet av Sophiahemmet Sjukhus. I brevet stod bland annat att sjukhuset skulle ha till uppgift att åt sjuka av alla kategorier ge tidsenlig vård samtidigt som det skulle tjäna som grundläggande utbildningsanstalt för eleverna. På sjukhusets 120-årsdag påminner vi våra patienter och oss själva med en enkel jubileumschoklad om att drottningens idéer kommer leva vidare under en lång tid framöver – i takt med tiden. ■