

SOPHIA HEMMET



SOPHIA *nytt*

EN TIDNING OM SOPHIAHEMMET | NR 1 MAJ 2015

FOTO: PER WESTERGÅRD



**SIMULERING GER VERKLIGHETS
NÄRA ÖVNING** sid 16

FOTO: PER WESTERGÅRD



**ANNIKA LEVER MED
PARKINSONS SJUKDOM**
sid 6

FOTO: SAMIR SOUDAH



sid 13

”Lärare och kursupplägg är imponerade bra.

Lily Jay Harley, student på internationella programmet



FOTO: SAMIR SOUDAH

P-O STRÖM, SOPHIAHEMMETS FASTIGHETSCHEF:

”Det finns en stolthet i väggarna”

SJUKHUSET:

Toppbetyg till
Öronkliniken

sid 8

FORSKNING:

Vårdhundar kan göra
dementa mer aktiva sid 20



SOPHIAHEMMET, IDEELL FÖRENING:

Drygt två miljoner kronor delas
ut till patientnära forskning sid 5

Kvalitet är inte gratis

KVALITET ÄR INTE gratis och inte heller givet. Tyvärr kommer det sällan fram, varken i debatten eller i de system som reglerar och ersätter vård och utbildning.

För att skapa en så hög kvalitet som möjligt, måste det finnas ett väl fungerande samspel mellan individuella kompetenser, organisatoriska förutsättningar och incitamentsstrukturer. Men inte minst är det en kultur- och attitydfråga som bottnar i såväl organisationens som individens värderingar och ambitioner.

I vår värld tas kompetensen för given. Alla har visserligen sin utbildning och sin legitimation, men att man kunde tillägna sig kunskaperna under utbildningen i tillräcklig mån för att bli godkänd är ingen garanti för fortsatt utveckling. För att bli riktigt duktig måste man träna och utveckla sina färdigheter, ta del av nya rön och metoder och i alla lägen sätta patientens bästa främst. Och självklart finns det kvalitetsskillnader i kompetensnivån bland alla tiotusentals läkare och sjuksköterskor som är verksamma i vården eller inom vårdutbildningen.

DE ORGANISATORISKA förutsättningarna har varit i fokus under lång tid och debatten har mest kommit att handla om NPM (New Public Management), Lean och ondgörande över införandet av styr- och uppföljningsmodeller. Men att dessa metoder hamnat i dålig dager handlar

mycket om att de inte används på ett stödjande och utvecklingsinriktat sätt. Att mäta och följa upp för att kunna förändra och förbättra har alltid varit en del av vårdens utveckling. Att skapa trygga processer så att varje medarbetare vet vad som gäller och hur olika momenten ska genomföras ökar säkerheten i organisationen och minimerar risken för fel. Men systemet får aldrig vara ett hinder. Vi, med vår professionella kompetens, måste alltid se till patientens eller studentens bästa, även om det innebär att bryta mot regelverket. Det ligger i legitimationens ansvar. De organisatoriska förutsättningarna måste utformas så att säkerhetsfrågorna väger tyngst.

INCITAMENTEN FÖR kvalitet är tyvärr det som minst uppmärksammas i den offentliga debatten. Vi som vårdgivare eller utbildningsanordnare får oftast vår ersättning enligt fastställda priser som gäller för alla verksamheter, oavsett vilken kvalitet som erbjuds. Krasst uttryckt: ingen betalar för högre kvalitet, medan sämre kvalitet får samma ersättning som hög. Ett system som naturligtvis på sikt motverkar all kvalitetsutveckling och bromsar innovationer och nya arbetssätt.

Det är viktigt att Sophiahemmets vårdgivare finns med och har maximal täckning i de olika kvalitetsregistren som finns. Oavsett vad man tycker om registerdata, är det på så sätt vi kan

mätas och jämföras, och det sker i allt högre utsträckning. Det är i de öppna jämförelserna som våra fina resultat syns. Rätt använda driver kvalitetsregistren just det de redovisar: nivån på vårdens kvalitet.

Den politiska debatten fokuserar dessutom på vinster i välfärden, utan någon som helst analys av de samhällsvinster som görs genom den mångfald av aktörer inom vård, skola och omsorg som vi har. Men så länge vi ersätter allt och alla på samma sätt möjliggör vi för mindre seriösa aktörer att ta för sig av kakan.

JAG ÄR OERHÖRT stolt över att Sophiahemmet fortsätter att bedriva vård och utveckling med högsta kvalitet. Vår utbildningsverksamhet ligger fortsatt i topp, våra vårdgivare utför kvalificerad vård och studenter, patienter och andra intressenter ger oss fortsatt höga betyg vilket ger oss energi att fortsätta vårt arbete i andan av Drottning Sophias tankar för mer än 130 år sedan. ■



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

Innehåll NR 1 – 2015

Kvalitetsarbetet fortsätter

Att göra Sophiahemmet till ett hjärtsäkert sjukhus och införa ett nytt system för avvikelsesrapportering är i fokus för årets kvalitetsarbete. **sid 4**

Värdefullt: Parkinson

Annika Laack har levt med Parkinsons sjukdom i 13 år. Nu leder hon samtalsgrupper för andra patienter och skriver om sina erfarenheter. **sid 6**

Isolering gav VM-medalj

Skidåkaren Johan Olsson tog timeout från familjen för att inte bli sjuk inför VM. **sid 10**

Verklighetsnära övning

Simulering ger sjuksköterske-

studenter möjlighet att omsätta teori i praktiskt handlande. **sid 16**

Stoltheten sitter i väggarna

P-O Ström om sina 21 år som fastighetschef på Sophiahemmet. **sid 14**

Starkt år för BB Sophia

Toppbetyg från mammorna och tilläggsupdrag för förlösningar från vecka 32+0 **sid 18**

Tradition: Salongen

I Sophiahemmets vackraste rum finns möbler från drottning Sophias tid och konst av kända svenska konstnärer. **sid 22**

Till sist

sid 24



FOTO: PER WEIS TEGÅRD

SOPHIANYTT ges ut av Sophiahemmet, ideell förening, Box 5605, 114 86 Stockholm. Telefon: 08-406 20 00. Ansvarig utgivare: Peter Seger. Redaktion: Marina Dyfverman, Louise Edlund, Åsa Larsson. Produktion: Spoon. Omslagsfoto: Samir Soudah. Tryck: Elanders, Falköping. Kontakt: marknad@sophiahemmet.se



För ett hjärtsäkert sjukhus

JUST NU PÅGÅR ett livsviktigt projekt på Sophiahemmet: att se till att man lever upp till Svenska HLR-rådets riktlinjer för hjärt-lungräddning. Målet är att ifall någon, patient eller personal, drabbas av ett hjärtstopp ska räddningsinsatserna sättas in inom några få minuter.

För att detta ska fungera krävs inte bara att det finns hjärtstartare i närheten, all sjukvårdspersonal måste veta hur de används och ha utarbetade rutiner så att alla vet vad som ska göras när larmet går.

Jenny Bjelkenstedt, som till vardags arbetar som anestesisjuksköterska på Sophiahemmet, är HLR-koordinator och den som ska se till att detta finns på plats.

– Just nu byter vi ut och ökar antalet hjärtstartare på området och märker upp dem med skyltar enligt internationell standard. Vi inventerar utbildningsbehovet och kommer att erbjuda kurs till dem som saknar utbildning och för dem som behöver repetition.

Varje år drabbas 15 000 personer i Sverige av plötsligt oväntat hjärtstopp, cirka 1300 av dem räddas. Chanserna att överleva ökar markant om personen inom en minut får effektiv hjärt-lungräddning och inom tre minuter kan få en elektrisk stöt av en hjärtstartare. Utan behandling eller hjärtstartare ökar dödlighet vid hjärtstopp med cirka 10 procent för varje minut. ■

Nominering till varumärkespris

SOPHIAHEMMET ÄR ETT av tolv starka varumärken som blev nominerade till Signumpriset, en utmärkelse som tilldelas företag som bäst förvaltar och vårdar sina varumärken. Priset sätter den långsiktiga planeringen och värden av varumärket i centrum, snarare än enstaka lyckade kampanjer.



Marina Dyfverman

– Det är en stor ära att bli nominerad till Signumpriset och vi är i fint sällskap med många kända och högkvalitativa varumärken som alla är värda att lyftas fram, säger Marina Dyfverman, marknadschef på Sophiahemmet.

– Sophiahemmets varumärke står för kvalitet och långsiktighet. Något som vi är övertygade om är ett vinnande koncept i längden för att vinna människors förtroende.

– Vi har lyckats kombinera Sophiahemmets långa historia och starka traditioner med dagens krav på utveckling och flexibilitet genom att inte ge avkall på våra principer och värderingar, utan samtidigt vara öppna och flexibla för att ligga rätt i tiden och därmed möta omvärldens förväntningar. Det handlar också om ett ständigt förbättringsarbete i vardagen samt delaktighet och gott bemötande människor emellan, säger hon.

Signumpriset har delats ut sedan 1995 och har bland annat gått till Icehotel, Hästens och Gröna Lund. Årets vinnare blev Lantmännen. ■



Henriksdals reningsverk är ett av Sveriges största och renar avloppsvatten från cirka 800 000 människor.

Studiebesök på reningsverk

SOPHIAHEMMETS MILJÖGRUPP har varit på studiebesök på Stockholm Vattens anläggningar: miljöinformationscentret GlasHusEtt i Hammarby Sjöstad och Henriksdals reningsverk. Målet var att öka gruppens kunskap om utsläpp till vatten och få inspiration i kretsloppstänkandet.

Hammarby Sjöstad har omvandlats från industriområde till bostadsområde med cirka 28 000 invånare. När området planerades för bebyggelse sattes höga miljökrav upp och målet är att halvera den totala miljöbelastningen.

Henriksdals reningsverk är ett av Sveriges största och renar avloppsvatten från cirka 800 000 människor. Ur vattnet utvinns 32 ton skräp per vecka, bland annat tandtråd, fett och bomull.

– Vi fick verkligen en tankeställare om vad vi spolar ner i våra avlopp, säger Christina Jansson, som är kvalitetssamordnare på Sophiahemmet och sammanställande för miljögruppen. ■

Praktikertjänst förvärvar UltraGyn

FRÅN DEN FÖRSTA april kommer UltraGyn att vara ett dotterbolag inom Praktikertjänst.

UltraGyn har mottagningar vid Sophiahemmet, Odenplan och på Danderyds sjukhus. UltraGyn erbjuder barnmorskemottagning, ultraljud/fosterdiagnostik, gynekologimottagning, gynekologisk kirurgi och abortmottagning.

UltraGyn kommer tillsammans med BB Stockholm och BB Sophia i Stockholm samt mödravårdscentraler och barnavårdscentraler runt om i landet, stärka Praktikertjänsts vårdutbud inom den specialiserade kvinnosjukvården.

– I samverkan med bland annat förlossningsklinikerna i Praktikertjänst kan vi bidra till utvecklingsarbete och utbildning inom kvinnosjukvården, säger Harald Almström medgrundare av UltraGyn, BB Stockholm och BB Sophia. ■

Nytt system för avvikelserapportering en del av årets kvalitetsarbete

SOPHIAHEMMET SJUKHUS arbetar kontinuerligt med kvalitets- och patientsäkerhetsfrågor, och det övergripande målet att hålla en så hög och jämn vårdkvalitet som möjligt.

Sedan 2012 är arbetet inriktat på ett antal fokusområden, som till exempel att minimera antalet vårdskador och att öka kundnöjdheten. Inom vissa områden finns en nollvision. Se figur nedan.

– I våra mätningar kan vi se att vi från en redan hög nivå har förbättrat oss ytterligare på de flesta områden, säger Jan Zedenius, som är chefläkare på Sophiahemmet och ansvarig för kvalitetsfrågor.

Under 2015 kommer Sophiahemmet uppdatera sitt kvalitetssäkringssystem där en viktig del är ett nytt och mer lättanvänt avvikelserapporteringssystem.

– Målet är att så många som möjligt som verkar här på Sophiahemmet ska använda systemet, säger han. Vi kommer också att fortsätta arbetet med att få våra olika journalsystem att kommunicera bättre.



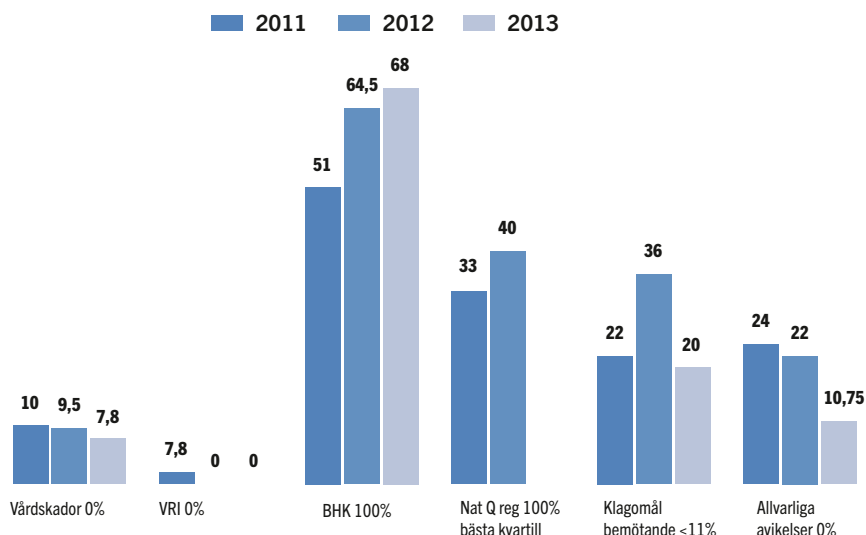
– Självklart fortsätter också vårt arbete att nå de uttalade kvalitetsmålen. I år kommer vi att ägna extra mycket uppmärksamhet på ökad medvetenhet kring kläd- och hygienrutiner, minskad antibiotikaanvändning och bemötande.

– Ett annat viktigt mål för i år är att göra Sophiahemmet till ett hjärtsäkert sjukhus. Det innebär att om någon drabbas av ett hjärtstillestånd ska vi kunna sätta in räddningsåtgärder inom några minuter, säger han. ■

Sex viktiga steg i kvalitetsarbetet

- minska antalet vårdskador till 0 till år 2016
- minska antalet vårdrelaterade infektioner till 0 till år 2016
- följsamheten till basala hygienrutiner och klädregler ska bli 100 % till år 2016
- att verksamheterna vid Sophiahemmet positioneras i de bästa kvartilerna i de årliga resultatrapporterna i de relevanta nationella kvalitetsregistren
- att mer än 90 % skall vara nöjda med bemötandet till år 2016
- att minska andelen avvikelser med betydande och katastrofal patientsäkerhetsrisk till 0 till år 2016

Kvalitetsarbetet ger resultat. Förbättringar på alla områden visar Sophiahemmets årliga kvalitetsindex.



Högskolan på Studentmässan...

I HÖSTAS DELTOG Sophiahemmet Högskola på Sveriges största utbildningsmessa för gymnasieelever – SACO Studentmessa. Högskolan hade en välbesökt monter samt gav ett seminarium varje mässdag om Sjuksköterskeprogrammet och utvecklingsmöjligheter inom sjuksköterskeyrket. ■

...och Nationella Demensdagen

I BÖRJAN AV mars arrangerade Akademiforum en serie föreläsningar och utställningar på temat demenssjukdomar. Från Högskolan fanns programledarna Ulla Tunedal och Karin Linnell på plats för att informera om Specialistsjuksköterskeprogrammet demensvård 60 hp (högskolepoäng), Silviasjuksköterska 30 hp och Silviasyster - Specialisering i demensvård för undersköterskor, 60 hp.

– Intresset var mycket stort och vi fick många frågor om våra utbildningar, säger Ulla Tunedal. ■

Stort intresse för utlandsstudier

SOPHIAHEMMET Högskola fortsätter att utveckla möjligheter till student- och personalutbyte utomlands. Under det första året som Erasmuspartner har Högskolan tecknat fem avtal med lärosäten i Norge, Spanien, Finland, Belgien och Österrike. Fler är på gång.

Med Erasmusutbytet får studenter möjlighet att, under framför allt termin 4 och 5, studera utomlands i två eller tre månader. Även lärare och administrativ personal har möjlighet till utbyte, som en form av kompetensutveckling.

– I höst startas ett lärarutbyte med Kina inom det SIDA-finansierade Linnaeus-Palme programmet. Vår förhoppning är att även ett studentutbyte med Kina kan starta under nästa år, säger Liselotte Egeland, ordförande i internationella rådet vid Högskolan.

Intresset för utlandsstudier ökar, konstaterar hon.

– Vi har fått in rekordmånga ansökningar nu i vår från studenter som vill studera utomlands till hösten. ■



Anders Gabrielsen, kardiolog vid HLA-mottagningen är en av dem som fått ta del av årets forskningspengar.

Över två miljoner till forskning

41 stipendiat och 10 verksamheter fick forskningspengar när Sophiahemmet, ideell förening i januari delade ut forskningsanslag för patientnära forskning 2015. Stipendiesumman uppgick totalt till 2 060 000 kronor.

ETT AV PROJEKTEN som beviljats forskningsanslag heter "ROTEM koagulationsanalys hos friska individer" och är ett samarbete mellan Anders Gabrielsen, kardiolog vid HLA-mottagningen och Maria Kumlin, professor vid Sophiahemmet Högskola och chef för Forskningslaboratoriet.

– Många hjärtpatienter får antikoagulerande läkemedel i förebyggande syfte. Medicinen är nödvändig men medför samtidigt en ökad blödningsrisk. Vi vill ta reda på om det är möjligt att på individnivå förutse vilka som är i riskzonen genom att med hjälp av ROTEM-analys mäta blodets koaguleringsstatus, säger Anders Gabrielsen.

Analyserna kommer att utföras på Sophiahemmetets forskningslaboratorium som har både kunskap och nödvändig utrustning.

– Så snart vi fått etik-godkännande kommer vi att börja rekrytera ett trettiotal patienter i åldersgruppen 70-90 år till studien, säger Anders Gabrielsen. ■

Dags att söka stipendium för 2016.

Välkommen med ansökan senast den 1 oktober kl 16:00 2015 till Forskningsutskottet vid Sophiahemmet, ideell förening.

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

Nu flyttar akutsjukvården ut från sjukhusen

AKUTSJUKVÅRD ÄR ETT populärt område bland sjuksköterskestudenter. Det konstaterar docent Anders Rüter, högskolelektor på Sophiahemmet Högskola och ansvarig för forskningsområdet Akutsjukvård.

– Många lockas av känslan av att vara med där det händer. Det är ett område där ingen dag är den andra lik, säger han.

Vad utmärker akutsjukvården i dag?

– Att patienter bedöms av specialistläkare och sjuksköterskor inom akutsjukvård och att fler, och mer avancerade åtgärder kan utföras redan under ambulanstransporten. Sjukvårdspersonalen vet oftast inte vad som möter dem. Ena gången är det en äldre multisjuk patient, andra gången en trafikolycka med svårt skadade.

Vad viktigast när sjukvårdspersonal kommer till en olycksplats?

– Det viktigaste är att först bilda sig en överblick av läget så att man kan begära rätt förstärkning. Och göra en bedömning av de skadade så

att de svårast skadade, inte de som skriker högst, får hjälp först.

Vilka krav ställs på ambulanssjuksköterskor?

– Att de är lugna och stabila, nyfikna och beredda att möta något okänt.

Hur tränas studenterna för det okända?

– Förutom de fördjupade kunskaper i medicin och omvårdnad får de via seminarier, ledningsspel och samverkansövningar lära sig bedöma och hantera olika situationer. Flera av studenterna som läser specialistsjuksköterskeprogrammet med inriktning mot ambulanssjukvård har dessutom redan ambulanserfarenhet.

Det pågår ett antal forskningsprojekt inom området Akutsjukvård på Högskolan. Vad handlar de om?

– Mycket av forskningen är inriktad på att hitta modeller för hur man ska leda arbetet på en katastrofplats. Och till exempel hur triageringssystem bättre kan användas för att prioritera patienter. Andra projekt handlar om patientsäkerhet. ■



Att leva med Herr P

Herr P har varit Annika Laacks följeslagare i tretton år. Inte för en dag, inte för en minut har han lämnat henne. Herr P står för Parkinsons sjukdom och påverkar allt i hennes liv. På gott och på ont. **Text och foto:** Per Westergård

Annika Laack var 42 år, gift tvåbarnsmor och hade en egen frisörsalong när hon fick sin diagnos.

Det började med att hon upptäckte att den ena armen inte riktigt hängde med i samma tempo som den andra. Men det var inget som fick henne att tänka på Parkinsons sjukdom.

– Det är ju bara något som äldre får.

Till slut sökte hon läkare för sina besvär. Där tog det inte lång tid innan hon fick besked att hon hade drabbats av parkinson.

Det blev början på en resa som nu har pågått i tretton år, och som kommer att fortsätta under resten av hennes liv.

– Först förnekade jag allt, det kunde inte

stämma att jag var sjuk. När jag till sist insåg att det var sant föll jag rakt ner i ett svart hål. Där blev jag kvar i ett år ända till dess att min dotter lyckades få mig att inse att jag hade mycket kvar att leva för och att jag faktiskt inte mårde så dåligt.

Annika fortsatte att jobba som frisör i sju år men till sist gick det inte längre. Att klippa var inte det stora problemet, utan att allt tog så mycket längre tid.

– I stället började jag utbilda mig med inriktning på idrott och hälsa med förhoppningen att jag en dag skulle bli en "Parkinson-coach". Det lyckades och i dag jobbar jag på Neurology Clinic på Sophiahemmet. En av mina arbetsuppgifter är att prata med personer som nyligen har

fått veta att de har parkinson.

Med det har hon blivit en person som hon själv hade velat få träffa när hon fick sin diagnos.

– Att prata med någon som har egna erfarenheter av sjukdomen är viktigt. Förhoppningsvis kan jag hjälpa människor att ta sig ur det svarta hål som alla ofrånkomligt ramlar ner i när de inser att de har en allvarlig sjukdom som kommer att vara livet ut. Det gäller att inte fastna i en depression, det är fullt möjligt att leva ett gott liv men det gäller att man själv gör det bästa av situationen.

Vid sidan av de enskilda samtal hon har med patienter på Neurology Clinic leder hon nu även samtalsgrupper där både personer med Parkinsons sjukdom och deras anhöriga träffas för att

prata och stötta varandra i vardagen. Samtalsgruppen ingår i ett forskningsprojekt som leds av Susanne Axenbo, koordinator på Neurology Clinic, och finansieras med stöd av Sophiahemmet, ideell förening.

Det är vanligt att Parkinsonpatienter drabbas av sömnsvårigheter. Det har också varit Annika Laacks stora problem.

– Det har blivit många vaknätter genom åren men jag har lyckats vända dem till något positivt. Det har blivit en tid som jag använder för att skriva, antingen på min blogg eller på den pågående boken om hur det är att leva med Herr P.

Hittills har Annika skrivit fyra böcker på temat men om det blir fler är mer osäkert. Det för att hon nyligen fått en elektrod inopererad som stimulerar hjärnan och gör att hon mår bättre och nu kan sova på nätterna. Ska det bli fler böcker måste hon hitta skrivtid någon annan tid på dygnet.

Finns det något positivt med att leva med Herr P?

– Absolut. Jag har studerat, vilket jag förmodligen inte skulle ha gjort om jag inte blivit sjuk. Numera är jag även mer ödmjuk och uppskattar det lilla i vardagen. Men om jag ska vara helt ärlig kan han gärna få lämna mig i fred nu. ■

Parkinsons sjukdom

VARJE ÅR FÅR 2000 personer i Sverige diagnosen parkinson. Det är en progressiv neurologisk sjukdom som påverkar flera signalsystem och som leder till en nedbrytning av de nervceller i hjärnan som producerar signalsubstansen dopamin. En liknande nedbrytning sker naturligt med åldrandet, men processen är mycket snabbare hos den som är sjuk.

Skakningar, stelhet och långsamma rörelser är vanliga symtom men de icke-motoriska problemen har uppmärksammats mer under senare år.

Det är ännu inte klarlagt vad som orsakar parkinson. Mögelgifter och syntetiska droger är en möjlighet, andra orsaker kan vara skador på vissa specifika gener men även hjärnskador kan ge de typiska symtomen.

Att få en sjukdom som parkinson kan innebära stora förändringar, särskilt för den som är i yrkesverksam ålder, men med rätt behandling går det ofta att fortsätta att leva ett aktivt liv i många år.

Sophiahemmet, ideell förening har beviljat forskningspengar till det projekt som bedrivs vid Neurology Clinic under ledning av Susanne Axenbo. Projektet syftar till att ge patienter och anhöriga stöd i vardagen.



Medicinpump ger mer exakt dos

Nya och bättre behandlingsformer gör att de flesta som drabbas av Parkinsons sjukdom kan leva utan svåra besvär i många år. **Text och foto:** Per Westergård

DE FLESTA SOM hör ordet parkinson tänker på en äldre person som skakar kraftigt eller som är stel och rör sig långsamt. Så kan sjukdomen yttra sig, men den har många fler ansikten.

Under de senaste åren har läkarna i allt högre grad uppmärksammat sjukdomens icke-motoriska symtom som förlorat luktsinne, sömnsvårigheter, värk med mera. Men alla symtom drabbar inte alla och exakt vilka symtom som en patient kommer att få kämpa med går inte att förutsäga.

– Det är de klassiska motoriska symtomen skakningar, långsamhet och stelhet som oftast har fått våra patienter att ta kontakt med vården. Det är problem som vi blir allt bättre på att behandla, berättar Christian Carlström, läkare och specialist i neurologi på Neurology Clinic vid Sophiahemmet.

De som får en parkinsonsdiagnos i dag har stora chanser att kunna fortsätta leva i stort sett som tidigare under fem till tio år. Därefter brukar problemen öka och bli mer komplexa.

– Vi har numera tillgång till betydligt mer avancerade behandlingsformer jämfört med tidigare, vilket gör att vi kan förlänga tiden som patienterna klarar av sitt vardagsliv utan stora besvär. Hur länge kan vi inte

”De som får en Parkinsonsdiagnos i dag har stora chanser att kunna fortsätta leva i stort sätt som tidigare under fem till tio år

säga på förhand eftersom sjukdomsförloppet varierar så mycket från person till person.

Två av de nya behandlingsformerna bygger på att medicin pumpas in i kroppen i jämn takt i stället för att patienten får samma medicin i tablettform.

– Pumpen bidrar till att doseringen blir mer exakt, vilket gör att patienten mår betydligt bättre.

Neurology Clinic har sedan en tid möjlighet att ordinera en pump som går under namnet Duodopa.

– Det var tidigare bara något som de stora universitetssjukhusen kunde göra men nu när vi kan hjälpa dem här går det betydligt snabbare att få kvalificerad hjälp. ■

Nytt från Sjukhuset

KRÖNIKA



► Åsa Larsson, biträdande sjukhuschef

Äntligen är ljuset tillbaka och Sophiahemmet magnolia – som donerades av en patient för många år sedan – blommar.

Årets första månader har varit intensiva med hög produktion i alla verksamheter, vilket är positivt. Vi har till och med opererat några lördagar för att minska väntetider för våra patienter. I mars slog vårdavdelningen med sina 34 vårdplatser rekord med antal vård dygn. Sedan starten med roboten da Vinci har vi till och med årsskiftet 2014/2015 genomfört 117 robotassisterade prostataoperationer och ett antal njurbäckenplastiker och nefrectomier vid njurcancer. Vi har ett fantastiskt team som jobbar med detta och arbetet flyter på enormt bra med en genomarbetad vårdkedja. Resultaten varit goda och patienterna mycket nöjda.

BB Sophia firade 1-års kalas i mars med 3 066 födda barn, Grattis! BB Sophia toppar dessutom listan över högsta betyg i SLL patientenkät och tar numera även emot mammor redan från vecka 32+0.

NYA KAROLINSKA SOLNA byggs enligt plan och öppnar för sin första patient 2016. Under mars blev det klart vilken vård som ska ligga var i det framtida universitetssjukhuset. SLL och Karolinska är också överens om inriktningen för vårdinnehåll och vårdvolym för Karolinska Universitetssjukhuset under perioden 2016-2018. Där kommer att fokuseras på hög-specialiserad vård inom sex teman: barn och reproduktion, cancer, inflammation, hjärta och kärl, neuro och reparativ medicin som alla nu har fått sina placeringar i den nya sjukhusbyggnaden. Det blir totalt 730 vårdplatser jämfört med cirka 800 idag.

Först ut blir Barnakuten som öppnar oktober 2016 och blir en allmän öppen akutmottagning. Vuxenakuten öppnar i januari 2018, men bara för ambulans och helikopterfall. Flera befintliga byggnader på området kommer behöva fortsätta att användas. Thoraxbyggnaden kommer användas till bland annat plastikkirurgi, bröstcentrum, trauma, gastrocentrum. Astrid Lindgrens Barnsjukhus kommer också att få stå kvar och användas till ett öppenvårds- och forskningscentrum.

OM ALLT DETTA ska lyckas måste privata såväl som offentliga aktörer inom sjukvården i Stockholm tänka nytt och våga prova nya lösningar. Steg för steg planerar nu Karolinska Universitetssjukhus vården utifrån patientens väg genom patientgrupper och genom specialistkompetens inom sjukhuset men också tillsammans med andra vårdgivare. Det ställer stora krav på att utveckla dagens arbetssätt genom att förstå och organisera oss kring patientens hela resa.

Hur kan Sophiahemmet möta de framtida behoven? Expansionsmöjligheter i Lill Janshuset, flera vårdgivare har redan visat intresse och

Nya Karolinskas vårdinnehåll och volymer kommer att få stor inverkan på Sophiahemmet och andra vårdgivares verksamhet.



FOTO: NYA KAROLINSKA SOLNA, ILLUSTRATION: WHITE TENGBOOM TEAM

många är nyfikna på vilka möjligheter huset kan komma att innehålla. Riksidrottsförbundet flyttar ut vid årsskiftet och då kommer det krävas ett omfattande ombyggnads- och renoveringsarbete under något år. ■

”Det ställer stora krav på att utveckla dagens arbetssätt genom att förstå och organisera oss kring patientens hela resa.



Toppbetyg till Öronkliniken

ÖRON-NÄS-HALSKLINIKEN på Sophiahemmet får högsta betyg i en extern kvalitetsundersökning som gjorts på uppdrag av Sveriges Privata ÖNH-läkare. Undersökningen avser såväl processer kring patientadministration och väntetider som läkarnas kompetens och den medicinska utrustningen. Kvalitetsgranskarens kommentar: "Kliniken är den bästa privata enhet jag sett i Sverige och kan dessutom tävla med fina privatmottagningar i Europa, USA och Kina". Med tanke på att Öronkliniken verksamhet genom vårdval Stockholm till stora delar finansieras via landstinget är utmärkelsen helt unik. – Vi är otroligt glada och stolta över att det kontinuerliga arbete vi lagt ned på kvalitet har gett resultat, säger kliniken verksamhetschef Annika Elmquist Stenberg. ■



Anna-Maria är Årets Bröstvän

ANNA-MARIA HASSELGREN-HÄLL, som är sjuksköterska vid Christinakliniken vid Sophiahemmet har utnämnts till Årets Bröstvän 2015 i kategorin vårdpersonal.

Utmärkelsen "Årets bröstvän" har delats ut sedan 2006 och har två kategorier; privatperson och vårdpersonal.

Det är allmänheten som nominerar någon som har utmärkt sig som en riktig vän till den som drabbats av bröstcancer. Syftet är att uppmärksamma hur viktigt det är med stöd och att andra engagerar sig i både behandlingen och vardagen när en kvinna drabbas av bröstcancer.

Breast Friends är ett internationellt projekt som drivs av läkemedelsföretaget Roche. ■

Gåvorna har nått Nkinga

I FEBRUARI KOM containern – med insamlade sjukvårdsmaterial, hjälpmedel och kläder – fram till Nkinga Referall hospital i Tanzania. Där togs gåvorna emot med stor glädje och tacksamhet.

– Stort tack till alla som var med och bidrog till insamlingen, säger Åsa Larsson, biträdande sjukhuschef på Sophia-

hemmet, som tillsammans med vårdavdelningen besökte Nkinga förra året.

– Möjligheten att kunna hjälpa sjukhuset i Nkinga känns både viktig och meningsfull och stärker oss även i nuet och jag hoppas vi ska kunna fylla ytterligare en container senare i år, säger hon. ■

Övning i det oväntade

LENA KÄLL OCH ULRICA EVERS, sjuksköterskor med magisterexamen på vårdavdelningen har fått ledningens uppdrag att ta fram akuta scenarion där vårdavdelningens medarbetare får träna på olika akuta situationer.

– Vid vårdavdelningarna vårdas patienter postoperativt efter både större och mindre kirurgiska ingrepp. Även om avdelningarna hittills har varit förskonade från allvarliga händelser, kan det när som helst uppstå en akut situation och då måste alla veta vad som ska göras, säger Ulrica Evers. Då Lena och jag är vidareutbildade inom akutsjukvård respektive anestesi kände vi att vi har mycket kunskap att dela med oss av.



– Vi börjar med ett akut scenario kring anafylaktisk chock och kommer sedan att gå vidare med bland annat lungemboli och stroke, säger Lena Käll. Fyra medarbetare deltar vid varje tillfälle där alla får en speciell roll i scenariot. Först går man igenom övningen muntligt, sen blir den en praktisk övning på sal och till sist en reflektion där vi går igenom övningen

och vad som kan förbättras.

– Samtliga medarbetare ska få möjlighet att träna respektive scenario. Och på sikt, när alla har blivit "varma i kläderna", kommer vi att ha oannonserade akuta övningar, säger Lena Käll. ■

Robotkirurgi nu också vid njurcancer

UROCLINIC UTÖKAR den robotstödda operationsverksamheten och behandlar nu, förutom prostatacancer, även njurcancer och hydronefros (vidgning av njurbäckenet).

UroClinics operationsrobot da Vinci kom till Sophiahemmet i augusti 2014 och med hjälp av den har hittills genomfört 117 robotassisterade prostataoperationer.

Se da Vinci i aktion: www.sophiahemmet.se/robotkirurgi



Johans isolering var guld värd

Inför skid-VM i Falun isolerade sig Johan Olsson i en stuga i Bruksvallarna för att undvika infektioner och sjukdomar. När han sju veckor senare återsåg sin fru och två barn hade han en guldmedalj hängandes runt halsen. **Text:** Johan Forsberg **Foto:** Sandra Lee Petersson

Så här i efterhand, när jag vet att det resulterade i att jag fick vara frisk och kunde ta tre medaljer på VM, tycker jag helt klart att det var värt det. Men det var såklart väldigt tungt att vara ensam i en stuga så länge utan att få träffa min fru och mina barn, säger Johan Olsson.

Vårens VM i Falun skulle bli Johan Olssons sista mästerskap, det visste både han och hans fru Anna sedan tidigare. Ett sista mästerskap betydde en sista stenhård satsning, något som stundtals var komplicerat med två småbarn i familjen.

– Min äldsta dotter går på förskola och där blir barnen förkyllda hela tiden och när de snorar och nyser är det svårt att hålla sig frisk själv. Jag och Anna bestämde tillsammans att om vi skulle göra det här ordentligt skulle vi antingen behöva isolera hela familjen eller bara mig, och då var det enklare att jag åkte iväg, säger Johan Olsson.

Johan isolerade sig under sju veckor i en stuga i Bruksvallarna. Varje dag följde samma mönster: uppstigning, frukost, fyra mil skidor, lunch, vila, ytterligare fyra mil på skidor, middag, tv och sänggående. När Johan väl kom till Falun var han otroligt bra förberedd och, viktigast av allt, frisk som en nötkärna. Han vann sitt första lopp, 15 kilometer fristil, tog silver i stafetten och avslutade med ett brons på femmilen.

– Att isolera mig var en extrem åtgärd som jag kunde göra då jag visste att det här var mitt sista mästerskap, annars har jag med åldern insett att livet inte går under för att man misar några träningsveckor. Men jag har alltid varit noggrann med handhygien, använt handsprit, och inte petat mig i näsan eller ögonen med otvättade händer. Jag försöker också undvika större folksamlingar efter riktigt hårda träningspass då kroppen är mer mottaglig för infektioner.

ANNIKA ELMQVIST STENBERG är överläkare och verksamhetschef på Öron-näs-halskliniken på Sophiahemmet och bekräftar bilden att småbarn är de största spridarna av bakterier och virus.

– Barnens immunförsvar blir inte färdigutvecklat förrän ungefär vid fem års ålder, så innan dess blir barnen ofta sjuka och kan smitta föräldrarna. Men om man som förälder blir smittad eller inte är individuellt och beror på om man själv har byggt upp antikroppar mot just det virus som angriper en.

Både virus och bakterier smittar oftast genom luften, om någon nyser på bussen sprids små droppar som kan överföras till en annan person. Man kan också få i sig ett virus genom att peta sig i ögon, mun eller näsa med händer som varit i kontakt med ett virus.

– Om man isolerar sig i en stuga är det självklart mindre risk att bli smittad. Däremot kan det leda till att man blir sjuk när man träffar folk igen eftersom immunförsvaret inte fått jobba på länge.

– Och om man aldrig utsätter sig för bakterier eller virus utvecklar man heller inga antikroppar mot sjukdomarna. Vi som jobbar inom vården är sällan sjuka trots att vi hela tiden möter sjuka patienter. När kroppen utsätts för låga doser av bakterier och virus skapas antikroppar i blodet som hjälper till att göra oss immuna mot sjukdomar, precis som ett vaccin, säger Annika Elmqvist Stenberg. ■

6 tips för att hålla sig frisk

1. Ät bra och håll kroppen i form.
2. Sov ordentligt.
3. Tänk på handhygien, tvätta händerna ordentligt och använd gärna handsprit.
4. Peta inte i näsan eller ögonen med otvättade händer.
5. Om möjligt, undvik stora folksamlingar i förkylningstider. Nys heller inte själv rakt ut i luften när du är sjuk.
6. Skölj näsan med saltlösning för att rensa näsan från virus och bakterier.

Succé för de svenska skidåkarna

HEMMA-VM I FALUN blev en svensk succé, hela nio blågula medaljer betydde nytt rekord i VM-sammanhang. Johan Olsson avslutade sin mästerskapskarriär på topp med tre nya medaljer samtidigt som Charlotte Kalla befäste sin plats som skiddrottning med sina fyra medaljer. Och bakom de två stora stod 21-åriga Stina Nilsson för det stora genombrottet, med tre silvermedaljer blev hon "Silver-Stina" med hela svenska folket.

Då det dessutom blev tre svenska medaljer i alpina VM i Vail i februari råder ingen tvekan om att Sverige levererar skid-åkning i världsklass, både utför och på tvären. Sophiahemmet är en stolt partner till skidlandslagen och håller tummarna för att alla landslagsåkare får en bra sommarträning och kommer laddade och hungriga på nya framgångar nästa säsong! ■

KRÖNIKA



► Jan Åke Lindgren, rektor

Sjuksköterskebristen har blivit ett begrepp som vi informeras om i media var och varannan dag. I en artikel på Dagens Medicins hemsida menar Vårdförbundets ordförande Sineva Ribeiro att sjuksköterskebristen är det värsta krisläget sedan hon blev färdig sjuksköterska för 25 år sedan. "Så här många vårdplatser stängdes inte ens under vår strejk, och då klassades det som samhällsfarligt", säger hon och menar med stor sannolikhet Vårdförbundets sjuksköterskestrejk 2008. Hon får medhåll av Kristina Wallman, som är överläkare vid Falu lasarett och ordförande i Dalarnas sjukhusläkarförening. I en artikel i Läkartidningen beskriver hon sjuksköterskebristen som ett hot mot patientsäkerheten – och som läkarnas största arbetsmiljöproblem. "Svårigheten att behålla och rekrytera sjuksköterskor är något nytt. Så illa som det är nu har det aldrig varit så länge jag har jobbat", säger Kristina Wallman.

Under första veckan i mars var 1 140 vårdplatser stängda i Sverige, huvudsakligen på grund av sjuksköterskebristen, enligt Dagens Nyheters kartläggning. Detta motsvarar cirka fyra till fem

procent av det totala antalet platser. Vårdplatsbristen leder i sin tur till överbeläggningar, för patienterna blir ju inte färre, men placeras i stället i korridorer och andra lediga utrymmen.

OCH VAD SKA vi då göra åt bristen på sjuksköterskor? Sophiahemmet Högskola har resurser att utbilda fler sjuksköterskor och specialistsjuksköterskor och det statliga uppdraget att göra detta utökas ytterligare redan i år, eftersom regeringen i vårbudgeten gör en satsning på att bygga ut antalet utbildningsplatser för dessa bristyrken.

Men att utbilda fler sjuksköterskor är inte det enda som krävs för att råda bot på sjuksköterskebristen. Den allt tuffare arbetsmiljön i vården gör att de nyexaminerade sjuksköterskorna pressas hårt när de tar steget ut i arbetslivet. Det arbete de förväntas klara av innebär hög arbetsbelastning och stress, stort ansvar och skiftarbete samtidigt som lönen i de flesta fall är relativt låg.

Professor Petter Gustavssons forskargrupp vid Karolinska Institutet har i ett omfattande forskningsprojekt visat att cirka 30 procent av de nyexaminerade sjuksköterskorna hade tydliga symptom på utbrändhet någon gång under det första yrkesåret. Tre av fyra var med om tunga lyft och besvärande arbetsställningar så gott som dagligen och många rapporterade också fysiska symptom, som besvär från nacke och skuldror. Dessa arbetsförhållanden gör att många sjuksköterskor lämnar vården.



HÄR MÅSTE ARBETSGIVARNA ta sitt ansvar och satsa på sjuksköterskorna. Introduktioner och traineeprogram för de nyanställda, möjligheter till kompetensutveckling och specialisering, tydliga karriärvägar och en bättre löneutveckling är några viktiga komponenter i en sådan satsning. Samtidigt behöver lärosätena i samverkan med vården fokusera ännu tydligare än hittills på att förbereda studenterna för den verklighet som väntar dem som färdiga sjuksköterskor. Först då kan sjuksköterskebristen botas. ■

”Den allt tuffare arbetsmiljön i vården gör att de nyexaminerade sjuksköterskorna pressas hårt när de tar steget ut i arbetslivet.



Grattis till fint pris, Christina!

CHRISTINA SUNDMAN har fått utmärkelsen Gyllene Äpplet som årligen delas ut av Stockholms läns landsting.

Christina, som är doktorand vid Sophiahemmet Högskola, får första priset för att ha utvecklat en munsimulator där vårdpersonal kan träna på att ta hand om äldre personers munhälsa.

– Idén föddes när jag arbetade som sjuksköterska på en geriatrisk klinik och slogs av hur otroligt avgörande munhälsan är för patienternas välbefinnande, säger hon. ■



Brittiska Lily valde Högskolan

Lily Jay Harley är en av studenterna på Sophiahemmet Högskolas första internationella magisterprogram i palliativ vård. **Text:** Jens Ekelund

Varför valde du Sophiahemmets Högskola?

– Jag flyttade till Sverige för att min man fick jobb här och jag såg vidareutbildning som ett bra sätt att förbättra mina karriärmöjligheter. Jag har alltid varit intresserad av palliativ vård, så jag blev verkligen glad när jag såg att den här utbildningen fanns på Sophiahemmet Högskola.

Har du någon tidigare erfarenhet av palliativ vård?

– På den stroke-enhet i England där jag tidigare jobbade fick jag ett intresse för palliativ vård, trots att det var ett område jag inte var specialiserad inom. Att möta människor med så komplexa vårdbehov, både fysiskt och psykiskt, är väldigt givande.

Vad tycker du om utbildningen?

– Den är väldigt imponerande. Lärarna är verkligen kunniga inom sitt område och har satt ihop ett mycket bra program. Varje kurs har varit annorlunda och sammantaget gett en djup insikt i palliativ vård. Utbildningen har fått mig att vilja satsa på en karriär inom det här området.

Vad är den stora skillnaden jämfört med dina tidigare studier?

– På grund av att antalet studenter är få har vi fått mycket

uppmärksamhet och hjälp från lärarna. Vi får snabbt bedömningar och feedback och e-post besvaras alltid på en gång. Det känns väldigt personligt och vänligt.

Var vill du arbeta när du är färdig?

– Att läsa vid Sophiahemmet har inspirerat mig att fortsätta med akademiska studier. Det vore intressant att få delta i mer omvårdnadsforskning eftersom jag är övertygad om att det är viktigt för utvecklingen inom vårt yrkesområde, likväl som det förbättrar utgången för patienterna och kvaliteten på sjukvården. ■

NAMN: Lily Jay Harley.

ÅLDER: 29.

FRÅN: Storbritannien.

BOR: Stockholm.

FAMILJ: Make.

INTRESSEN: Löpning, laga mat, äta ute på restaurang.

GRUNDUTBILDNING: Sjuksköterskeexamen samt kandidatexamen i Modern historia.

Många söker till Högskolan

SOM VANLIGT HAR många studenter sökt till Sophiahemmet Högskola inför höstens utbildningsstarter. Till sjuksköterskeprogrammet har 3187 studenter sökt, av dem 419 i första hand. Det är det högsta antalet första-handssökande sedan hösten 2009, då hela 579 sökte i första hand.

Barnmorskeprogrammet har sökts av 505 studenter, den högsta siffran i landet. 127 av dem är förstahandsökande. Ett mycket högt sökandetryck noteras också för specialistsjuksköterskeprogrammet, inriktning akutsjukvård – tredje plats bland landets samtliga specialistsjuk- sköterskeprogram (oavsett inriktning) med 335 sökande, varav 150 i första hand. ■



Stort grattis Unn-Britt!

UNN-BRITT JOHANSSON, professor vid Sophiahemmet Högskola, har fått tre miljoner kronor i forskningsbidrag från Vårdalstiftelsen. Pengarna ska användas i forskningsprojektet SophiaStep-Study, som startade våren 2013, och är en utvärdering av ett strukturerat livsstilsprogram för att främja fysisk aktivitet hos personer med prediabetes och typ 2 diabetes. ■

Öppet hus på Högskolan

DEN 25 MARS var det Öppet hus på Högskolan och ett 60-tal presumtiva studenter kom för att träffa studentkårsrepresentanter, studievägledare, lärare och studenter och ställa frågor om utbildningarna. ■

Det sitter i väggarna

De drygt tjugo år som Per-Olov, P-O för de flesta, Ström varit fastighetschef är förmodligen en av de mest expansiva perioderna i Sophiahemmets historia. Nu är det snart dags för P-O att gå i pension och ta hand om de egna husen i stället.

Text: Inger Sundelin **Foto:** Samir Soudah

Hela 33 000 kvadratmeter fördelat på 16 byggnader. Det är vad P-O Ström ansvarat för under sin tid på Sophiahemmet. Flera av husen har tillkommit under hans drygt 20 år som fastighetschef, andra har funnits där sedan slutet av 1800-talet och har successivt byggts om och anpassats för nya tider och nya verksamheter.

– Den mest hektiska perioden var 2011–2013 då vårdval infördes. Då genomförde vi ett tjugotal verksamhetsanpassningar för att göra lokalerna ändamålsenliga och det var en flyttkarusell utan dess like, säger han.

– Den stora utmaningen är att bygga med pågående verksamheter. Att inte störa patienter och personal allt för mycket och se till att arbetet på klinikerna har kunnat pågå utan avbrott. Som tur är har förståelsen från personal och patienter varit mycket stor.

P-O kom till Sophiahemmet 1994, då som konsult från Newsec, specialiserat på fastighetsvärdering och förvaltning.

– Jag gillade stämningen. Historien, långsiktigheten och stoltheten hos de som arbetar här och styrkan i Sophiahemmets varumärke. Det var lätt att trivas här, både med människorna och med arbetsuppgifterna.

Att han skulle arbeta med fastighetsförvaltning var inget han planerade då han började läsa till byggnadsingenjör på Åsö gymnasium i början av 70-talet.

– Faktum är att jag först utbildade mig till snickare men insåg ganska snart att jag inte ville hålla på med det hela livet.

Det första stora byggprojektet på Sophiahemmet som P-O blev involverad i var installationen av sjukhusets andra magnetkamera. Ett riktigt nagelbitarprojekt, där det handlade om att spränga ut innergården för att bereda plats.

– Samtidigt startade vi arbetet med att ta fram underlag för en detaljplan för området, det för att göra plats för ytterligare byggnader. Detaljplanen blev godkänd 1996 och samtliga av dessa byggprojekt är genomförda i dag.

Det första byggprojektet var nybyggnaden av H-huset. Det stod klart 1998 och inrymmer i dag UltraGyn och BB Sophias mottagning.

” Visst är det en utmaning att bygga om gamla hus till modern standard, speciellt som vi av kulturminnesskäl inte får förändra något exteriört

DET ANDRA VAR tillbyggnaden och ombyggnaden av O-huset för att göra plats för flera operationssalar, Capio Artro Clinic samt undervisningslokaler, bibliotek och samlingssalar för högskolan. Huset stod klart 2007.

Det tredje projektet – som det ser ut nu – och sista byggnationen av det stora femvåningshuset avslutades 2013 och innehåller Sveriges enda renodlade förlossningssjukhus BB Sophia.

– Förutom de här stora projekten har vi gjort stora förändringar av de befintliga byggnaderna. Installerat fjärrvärme, fjärrkyla, dragit om el, förbättrat ventilation och gjort klimatanpassningar, berättar P-O. Vi har även byggt om alla hissar för att motsvara de nya kraven



Här i själva "hjärtat" av Sophiahemmet hittar man ofta P-O Ström.



NAMN: P-O Ström.

ÅLDER: Snart 65 år.

FAMILJ: Sambo Maria, två barn 31 och 35 år sedan tidigare.

BOR: Tungelsta, söder om Stockholm.

INTRESSEN: Snickra på våra hus, skärgården, sport – mest från soffan nu för tiden.

med skyddsörrar och tal som informerar om vilket våningsplan den befinner sig på.

– De gamla husen är naturligtvis svårare att förändra i jämförelse med de nya byggnaderna, speciellt med tanke på bärande väggar och liknande, men jag tycker vi har lyckats förhållandevis bra också med dem. Att lokalerna är anpassningsbara är oerhört viktigt i en verksamhet som den här. Vissa har byggts om tre-fyra gånger bara under min tid.

Åren på Sophiahemmet har varit spännande och givande, tycker han.

– Visst är det en utmaning att bygga om gamla hus till modern standard, speciellt som vi av kulturminnesskäl inte får förändra något exteriört. Men jag tycker inte att det har varit speciellt mycket krångel. Det har varit lätt att ta beslut, här finns inga långa beslutstider, när styrelsen fattat beslut kan vi i princip sätta i gång direkt.

– Det roligaste och det som jag är mest stolt över är att jag har fått vara delaktig från början till slut i byggprocessen och att jag sedan fått vara med att förvalta de hus jag varit med om att uppföra. Överhuvudtaget tycker jag att det är viktigt i det här jobbet att ha goda kontakter med duktiga konsulter, entreprenörer och leverantörer där man har det gemensamma målet att det ska bli en långsiktigt bra lösning för Sophiahemmet.

Nu börjar snart ett nytt skede i P-O:s liv. Han går i pension i sommar och kommer antligen att få tid för sina egna uppskjutna husprojekt, villan i Tungelsta och sommarhuset i skärgården.

– Jag kommer att göra en del förbättringar och renoweringar, men i lagom takt. Det finns mycket annat som jag också vill göra nu när jag får tid. ■

Marie Sonde och Linus Söderberg kontrollerar luftvägarna på patientdockan.



Simulering gör teori till praktik

– Skynda er, vi har en medvetslös patient på åttan.

Linus och Marie tar sig snabbt till patienten och agerar direkt. Med hjälp av ett strukturerat arbetssätt häver de på några minuter ett akut och livshotande tillstånd. **Text och foto:** Per Westergård

Den här gången är det inte på riktigt. Det är sjuksköterskestudenter från Sophiahemmet Högskola som övar under realistiska förhållanden.

– Under de tre år jag har pluggat till sjuksköterska har jag lärt mig massor, men än så länge är det mest ett teoretiskt vetande, förklarar sjuksköterskestudenten Hanna Svenander innan övningen startar. I dag hoppas jag få en bättre känsla för om mina kunskaper verkligen kommer att räcka till när det gäller.

Skräcken är att jag ska få en blackout och inte ha en aning om vad jag ska göra,

Övningen genomförs på Clinicum, en träningsavdelning på Danderyds Sjukhus som används till simuleringsövningar för studenter och sjukvårdspersonal. Under fyra timmar ska Hanna och tre kurskamrater ställas inför olika akuta situationer.

– Trots att det bara är en patientsimulator som vårdas blir övningen mycket realistisk. Våra ”patienter” är lika stora som en vuxen

människa, de kan prata och de har puls. Vi kan ge intravenösa injektioner, ta prover och ge medicin på samma sätt som vi skulle ha gjort om det hade varit på riktigt. Det finns nästan ingenting av det som görs på en vanlig vårdavdelning som vi inte kan göra här, säger Marie Therborn som är lärare i omvårdnad på Sophiahemmet Högskola och ansvarig för simuleringen.

Under dagen får studenterna utföra fyra övningar där de parvis turas om mellan att agera och observera. Först ut som patientansvariga



Marie Therborn, lärare på Sophiahemmet Högskola, går igenom simuleringsövningen med sina elever Linus Söderberg, Marie Sonde, Hanna Svenander och Anna Persson.

sjuksköterskor är Linus Söderberg och Marie Sonde. Allt de vet när övningen börjar är att en patient plötsligt har blivit medvetslös eller påverkad på något annat sätt. Nu gäller det för dem att göra rätt bedömningar utifrån A-E konceptet och ge en adekvat omvårdnad. Tanken är att deras teoretiska kunskaper ska omvandlas till ett praktiskt handlag.

– Vi började med att kontrollera andningen, sedan gick vi steg för steg vidare för att undersöka alla vitala funktioner. Vi försökte även ha en god kommunikation mellan oss för att se till att vi gjorde alla viktiga moment i rätt ordning, säger Linus Söderberg och konstaterar också att allt inte blev riktigt som det var tänkt.

Under den efterföljande genomgången fick lärare och de observerande kurskamraterna möjlighet att berömma allt som var bra och peka på sådant som kunde ha gjorts bättre. Den kritik som fanns handlade mest om att kommunikationen mellan studenterna och den övriga personalen på salen inte riktigt fungerade.

–Vi borde få göra den här typen av övningar minst en gång per termin, sammanfattar Marie Sonde. Övningen var till och med mer lärorik än att vara ute på praktik. Där handlar det om levande människor och därför måste vi studenter backa undan när det uppstår en kritisk situation. Det behöver vi inte göra här, och därför lär vi oss att agera mer självständigt. ■

Simuleringsövningar

- Simuleringsövningar är numera en självklar del av sjuksköterskeprogrammet vid Sophiahemmet Högskola.
- Studenter som väljer att läsa valbar kurs i akutsjukvård får genomgå en första övning på Clinicum på Danderyds sjukhus under termin fyra.
- Under termin sex, utbildningen sista termin, får samtliga sjuksköterskestudenter delta i simuleringsövningar.
- De studenter som har genomgått kursmomentet har gett det högsta betyg.

Framgångsrikt första år för BB Sophia

BB Sophia har tagit emot 3 066 barn under det första verksamhetsåret och fått högsta betyg av de födande kvinnorna och deras partners. **Text:** Inger Sundelin

– **FANTASTISKT ROLIGT** och spännande, sammanfattar vd Harald Almström BB Sophias första år. Vi har fått högsta betyg av de födande kvinnorna och deras partner. Vi har fått tilläggsuppdrag för förlossningar från vecka 32. Och vi har lyckats rida ut två mediestormar, dels i samband med klinikens öppnande, dels vid det tragiska dödsfallet i augusti förra året.

Under det första verksamhetsåret föddes det 3 066 barn på BB Sophia. 404 av dem har fått fått neonatalvård, vilket är en hög siffra i jämförelse med andra kliniker. De födande kvinnorna är genomgående mycket nöjda och ger BB Sophia högsta betyg i Stockholms läns landstings patientenkät för 2014.

Också rent medicinskt visar kliniken mycket goda resultat. Hos BB Sophia ligger andelen förlossningar som slutar med kejsarsnitt hos friska

förstföderskor på sju procent. Det är en bra bit under landstingets mål för Stockholm på högst tio procent.

– Vi är också glada över tilläggsuppdraget från landstinget som innebär möjlighet att föda barn hos oss från vecka 32. Det har varit planen från början, därför byggde och bemannade vi en neonatalavdelning redan från start. Vi har vårdat många barn födda på andra sjukhus och som har transporterats hit efter förlossningen. Nu kan barnen födas här och slipper transporten.

MÅLET FÖR 2015 är att öka antalet förlossningar på BB Sophia med bibehållen



Harald Almström

kvalitet både medicinskt och ur patientnöjdhetssynpunkt.

– Tidigare var det i hög grad barnmorskans rekommendationer som avgjorde vilken förlossningsklinik som kvinnorna valde. I dag är det i första hand vänners upplevelser som avgör, men också rekommendationer i sociala medier och vår hemsida.

Att Praktikertjänst, som är BB Sophias huvudman, har förvärvat UltraGyn som bland annat har verksamhet på Sophiahemmet ser Harald Almström som positivt.

– Tillsammans kan vi bidra till utveckling av kvinnosjukvården. Ett mer långsiktigt mål är att kunna bedriva en specialistläkarutbildning, säger Harald Almström. ■

Frida gör praktik på BB Sophia

FOTO: SAMIR SOUDAH



Barnmorskestudenten Frida Garell är precis klar med sin verksamhetsförlagda utbildning på BB Sophia. **Text:** Jens Eklund

– **JAG VILLE LÄRA** mig så mycket som möjligt om det normala förloppet och genom att göra saker i praktiken få en större förståelse av det jag läst, berättar hon.

Nio veckor senare har alla förväntningar infriats.

– Alla har varit fantastiskt generösa med sin tid och prioriterat oss studenter till 100 procent. Inte en dag har jag känt mig i vägen, något alla som gjort praktik vet att man kan göra. Alla yrkeskategorier jag mött har varit tillmötesgående och förklarat saker i olika situationer.

Vad har du lärt dig?

– Massor! Att ingen födsel är den andra lik och att alla kvinnor har sina unika önskemål. Att varje barn som föds är ett litet mirakel. Sedan självklart alla de handgrepp och medicintekniska moment man gör som barnmorska. Att det är ännu roligare än vad jag någonsin kunde tro men även att det är ett väldigt stort ansvar jag kommer att ha.

Varför vill du bli barnmorska?

– Främst för att jag inte kan tänka mig något

mer fantastiskt än att stötta en familj i en av livets största ögonblick. Att på bästa möjliga sätt göra allt för att den upplevelsen ska bli positiv för de blivande föräldrarna känns viktigt. Sedan arbetar ju barnmorskan rätt självständigt under det normala förloppet och det tilltalar mig. Det finns en variation av möjligheter för en barnmorska och man måste alltid hålla sig uppdaterad, vilket jag gillar.

Var det något ögonblick som gjorde särskilt intryck på dig?

– Det var många fina födsler förstås. Den första jag var med på var en tvillingfödsel där tvilling nummer två föddes med segerhuva. Det var vackert! ■

NAMN: Frida Garell.

ÅLDER: 40.

FAMILJ: William 12 år, Alicia 9 år och sambo Gustav.

BOR: Nacka.

Första svenska studien om vattenförlossning

Vattenförlossningar på sjukhus är kontroversiellt och ovanligt i Sverige. Därför finns ingen svensk forskning på det här området. Men tack vare ett forskningsprojekt på Sophiahemmet Högskola kommer det nu att ändras.

Text: Jens Eklund

– **JAG VILLE GÄRNA** göra en studie inom förlossningsvård och eftersom BB Sophia hade öppnat för kvinnor att föda i vatten tyckte jag att det skulle vara ett spännande ämne, säger Hanna Ulfssdottir, lärare på barnmorskeutbildningen.

Hon har lång erfarenhet som barnmorska

från Södersjukhuset och Södra BB. Hon såg stora vinster för de kvinnor som använde bad som smärtlindring under förlossningen. Men eftersom vattenförlossning inte var accepterat fick kvinnorna gå upp ur badet innan krystskedet.

I bland annat Storbritannien, Danmark och Norge är det här förlossningsalternativet mer vanligt förekommande, men i Sverige är det kontroversiellt och sällsynt.

– Det finns en skepsis bland en del vårdpersonal som befärar att vattenförlossningar ökar risken för infektioner och andningsstörningar hos barnen. I Sverige har vi även en relativt medikaliserad syn på förlossningar och där passar vattenförlossningar inte riktigt in. Eftersom de flesta svenska kliniker inte erbjuder detta och det inte finns några svenska studier så är det ett intressant ämne att forska om.

En viktig del av forskningen blir att



Hanna Ulfssdottir

jämföra hur många som får vaginala bristningar vid vattenförlossningar jämfört med vanliga förlossningar.

– Resultaten angående bristningar i samband med vattenförlossningar är motstridiga och därför är det viktigt att studera detta i en svensk kontext.

Hanna Ulfssdottir började i januari med att granska journaler och intervjua kvinnor som fött i vatten. I höst är det dags för en framåtblickande studie. Själva avhandlingen väntas bli klar om tre-fyra år.

Vad hoppas du att den ska kunna ge?

– Jag hoppas att den kan bli en pusselbit till kunskapsbilden om de eventuella för- och nackdelar som finns med vattenförlossningar. Kvinnor som överväger att föda i vatten kanske kan få svar på några frågor, och barnmorskor och läkare som möter dessa kvinnor och utformar vården får ytterligare en studie att luta sig mot. ■



Vårdhundar kan ge minnet en skjuts

Vårdhundar kan vara ett effektivt sätt att få personer med demenssjukdom mer aktiva och mer närvarande visar en studie. **Text:** Per Westergård

MÅNGA ÄLDRE MED demenssjukdom är oroliga, något som ofta visar sig i form av vandringer eller ökad aggressivitet. Att behandla symtomen med läkemedel är sällan någon bra lösning eftersom medicinering ofta ger allvarliga biverkningar.

I sin avhandling studerar Anna Swall, doktorand på Sophiahemmet Högskola, vad som händer när personer med Alzheimers sjukdom får besök av en vårdhund.

– Jag har följt fem personer som hade fått tio besök av vårdhund ordinerade på remiss. Efter några besök kunde flera av dem berätta om hur det hade varit när de var unga, men de började även kunna relatera till sin egen situation i dag i förhållande till förr.

Vårdhundarna väckte många känslor hos

de sjuka: glada och sorgliga men även njutningsfyllda. Även färigheter som hade försvunnit eller blivit försämrade kom tillbaka. Några av dem som hade svårt att tala med människor kunde göra det mer eller mindre obehindrat direkt till hunden.

MEN ALLA REAGERADE inte lika positivt. Någon blev aggressiv när hunden kom på besök, andra blev oroliga när den försvann.

– Min slutsats är att vårdhundar är en mycket bra terapiform för många som har en demenssjukdom, men den passar inte alla. Besöken



Anna Swall

måste därför anpassas individuellt och vara personcentrerade.

Det är också viktigt att hunden kommer till besöket tillsammans med en utbildad förare.

– De hundförare som jag har intervjuat hade stor egen erfarenhet från demensvård och hade därmed förmågan att anpassa besöket efter behov men även inse att det ibland finns skäl att backa undan, säger Anna Swall.

Hennes avhandling anses få stor betydelse för att på en vetenskaplig grund bedöma värdet av att använda vårdhundar i demensvården. ■



Vem ansvar för medicineringen?

Det råder en oklar ansvarsfördelning vid medicinering i hemmet. Det konstaterar Åsa Gransjö Craftman i sin doktorsavhandling.

Text: Per Westergård

LÄKEMEDELSKONSUMTIONEN bland äldre personer har ökat under de senaste 20 åren. Administrationen av läkemedel görs i allt större utsträckning av vårdbiträden utan formell kunskap efter delegering från distriktssköterska. Den medicinska uppgiften har numera blivit en del av vårdbiträdens arbetsuppgifter som inte ifrågasätts.

– Dessvärre har det med tiden blivit alltmer oklart vem som har ansvaret för medicinering i hemmet. Hela hanteringen är på glid från sjuksköterskor till vårdbiträden, vilket leder till att ansvarsfrågan har hamnat mellan stolarna, säger Åsa Gransjö Craftman på Sophiahemmet Högskola som försvarade sin avhandling *Medicine management in municipal home care; delegating, administrating and receiving*, den 4 mars i år.

Hon har studerat frågan ur de äldres perspektiv och från distriktssköterskornas och vårdbiträdenas synvinkel. Parallellt har hon tittat på läkemedelsanvändningen under 20 år med hjälp av data från Kungsholmprojektet, SNAC-K.

– I dag sker ofta en delegering av läkemedelsadministrering från distriktssköterska till vårdbiträde.



Åsa Gransjö Craftman

Det möjliggör att vårdbiträdena kan sköta den dagliga medicineringen hos den äldre omsorgstagaren. Det kan vara svårt för distriktssköterskan att följa Socialstyrelsens författning som anger att den delegerade uppgiften ska följas upp och att det ska finnas möjlighet för den som mottagit delegering att få handledning. Det ska också vara frivilligt att ge och acceptera delegering. Arbetssituationen i dag gör dock att det inte är realistiskt att arbeta utan delegeringsförfarandet.

Inte heller för vårdbiträdena är frågan okomplicerad. I samma stund som de accepterar att administrera läkemedel tar de över ansvaret från den delegerande distriktssköterska.

– Det är en patientsäkerhetsfråga likväl som en arbetsmiljöfråga.

Åsa Gransjö Craftman menar att de vårdbiträden som ska administrera läkemedel till äldre som vårdas hemma måste få bättre utbildning för att kunna rapportera avvikelser och eventuella biverkningar.

– Vi måste även inse att de som jobbar inom hemtjänsten många gånger ger en avancerad vård och att de ofta gör betydligt mer än vad vi kan kräva av dem. Därför måste även deras status höjas. ■



Disputationer i vår

Under våren kommer sex doktorander att lägga fram sina avhandlingar.

4 mars Åsa Gransjö Craftman: *Medicine management in municipal home care; delegating, administrating and receiving.*

10 april Annelie Lindberg: *Experiences of complementary and alternative medicine in patients with inflammatory bowel disease.*

17 april Anna Swall: *Being in the present: The meaning of the interaction between older persons with Alzheimer's disease and a therapy dog.*

8 maj Boel Niklasson: *Pain management in patient undergoing planned caesarean section.*

29 maj Helena Lödf: *Pain, fatigue, fear-avoidance beliefs about physical activity and body awareness in persons diagnosed with rheumatoid arthritis.*

5 juni Karin Bergqvist: *Allogeneic stem cell transplantation – patients and family caregivers experiences from two different caring contexts.*

Mer info www.shh.se/doktorander

Sophiahemmets vackraste rum

Att historien är levande på Sophiahemmet syns inte minst i Salongen där vackra stilmöbler samsas med målningar av kända konstnärer. **Text och foto:** Per Westergård

Salongen är Sophiahemmets kanske allra vackraste rum och återfinns i Hus C. Många av möblerna och tavlorna som finns här har Sophiahemmet fått till skänks av personer inom kungahuset. Bland annat en sittgrupp som drottning Sophia tog med sig från Nådhammar, det konvalescenthem som hon drev innan hon grundade Sophiahemmet.

Eftersom möblerna genom åren har använts flitigt har de även renoverats åtskilliga gånger. Det betyder att färger och tyger har skiftat efter tidens mode.

– Vi har försökt att hitta möblernas ursprungsfärger men hur mycket vår konservator än har skrapat har det inte gått att fastställa hur de såg ut från början. När vi renoverar en möbelgrupp i dag tar vi alltid hjälp av etablerade tapetserare för att välja



Helene Falkentoft

lämpliga färger och tyger, säger Helene Falkentoft, som bland annat ansvarar för att upprätta en inventarieförteckning över alla äldre föremål inom området.

BLAND TAVLORNA finns bland annat ett större verk av prins Eugen men även Elsa Beskows make Natanael Beskow finns representerad med en monumental målning med bibliskt motiv. Samtliga verk är gåvor

från konstnärerna.

Salongen används regelbundet. Några aktiviteter är öppna för alla, till exempel Luciafirande och Sophiadagen. Andra evenemang är riktade för speciella målgrupper, som avtackningar eller återträffar för jubilerande Sophiasystrar.

– Tyvärr kan vi inte hålla Salongen öppen till vardags eftersom där finns en rad ömtåliga och värdefulla föremål som vi inte vill förlora, säger Helene Falkentoft. ■



Den gustavianska möbelgruppen fick drottning Sophia med sig från konvalescent- och hviloheppet Nådhammar.



Möbelgruppen i mahogny har tillhört Sophiasyster Gerda Lundgren.



Tavlan "Tyresö slott" är målad och skänkt till Sophiahemmet av prins Eugen. Flygeln, som har ett tyg överdrag med orientaliskt broderi, är en gåva från Fru Alice Wallenberg.



Under porträttet av drottning Sophia syns prins Eugens Walde-marsuddekrukor. De ska enligt traditionen alltid vara fyllda med med säsongens blommor, helst i blått eller vitt.

Till sist

FOTO: SOFIERO SLOTT OCH SLOTTSTRÄDGÅRD



Sommarens stjärna på Sofiero

I SOMMAR KOMMER Sofiero slott i Helsingborg att hedra drottning Sophia med en egen utställning för att uppmärksamma att det är 150 år sedan hon lät bygga slottet.

I utställningen som har fått namnet "Sophia – Drottning i tiden" kommer vi att få veta mer om det kungliga sommarlivet bortom offentligheten.

– Drottning Sophia är i dag mest förknippad med Sophiahemmet medan hennes betydelse för Sofiero slott är nästan helt bortglömd, säger Stig Dahlin som har producerat utställningen tillsammans med sin tvillingbror Bo Dahlin.

Sofiero var kanske den plats där drottning Sophia var

som lyckligast, och det var dit hon sökte sig främst under sommarmånaderna fram till dess att hennes make 1872 blev kung Oscar II och tiden inte räckte till för Sofiero.

Sophiahemmet har en central plats i utställningen. För att ge liv åt utställningen har Sofiero lånat en lång rad föremål som vanligtvis finns på sjukhuset, i museet i grindstugan vid Valhallavägen eller i högskolans lokaler. Förutom tavlor och fotografier finns också personliga tillhörigheter som drottningens rullstol med tillhörande pläd.

Utställningen visas i de tidigare privata kungliga salongerna på Sofiero slott 8 maj–13 september.

Läs mer på www.sofiero.se/program/utställningar ■

Kalendariet

8 maj - 13 september

13 maj

20 maj

4 juni

Utställning Sofiero: Sophia - Drottning i tiden

Sophiadagen firas

Föreningsstämma Sophiahemmet, ideell förening

Sophiafesten

► För mer info och anmälan: sophiahemmet.se/eventang



Vinn boken "Charmen med tarmen"!

Svara på frågan och var med i utlottningen av Giulia Enders bok **Charmen med tarmen** som berättar allt om ett av kroppens mest underskattade organ.

Vad heter operationsroboten som nyligen flyttats till Uroclinic?

1. di Palma X. du Calme 2. da Vinci

Mejla ditt svar till sophianytt@spoon.se. Senast den 1 juni behöver vi ditt svar.

VINNARE SOPHIANYTT 2/14 Grattis till: Bodil Sivertsson, Erik Jakobsson, Lena Owetz. Rätt svar: da Vinci.

BOKTIPS FRÅN BIBLIOTEKET

CHARMEN MED TARMEN



Giulia Enders

Förlag: Forum

Tarmen pratar vi inte gärna om, men det är det kanske dags att ändra på. Här får du veta allt om ett av kroppens mest underskattade organ.

BORTOM GLASTAKET



Lena Gustafsson och

Ulrika Sedell

Förlag: Liber

26 ledande kvinnor berättar om karriär, drivkrafter, ledarskap och vägen till toppen.

SAPIENS: EN KORT HISTORIK ÖVER MÄNSKLIGHETEN



Yuval Noah Harari

Förlag: Natur och kultur

Vi får följa Homo sapiens första steg på jorden som ett däggdjur bland alla andra fram till i dag när vi står som världens obestrida härskare.

BLOGGA TRYGGT: NYA MEDIER I TJÄNSTEN

Jörgen Lundälv



Förlag: Studentlitteratur

Många inom människovårdande yrken vill berätta om möten och upplevelser. Men att twittra eller blogga

kräver eftertanke så att det som publiceras är etiskt genomtänkt. Här ges råd och tips från verkligheten.

BIBLIOTEKET vid Sophiahemmet Högskola har öppet för allmänheten, men lånar endast ut till studenter och personal vid högskolan och sjukhuset.
ÖPPETTIDER UNDER TERMINSTID: Måndags 8–18, fre 8–16. Tel: 08-406 28 85.
SÖKBAR DATABAS: www.sophiahemmet-hogskola.se/bibliotekskatalog



Biblioteket Sophiahemmet Högskola finns på Facebook.