

SOPHIA HEMMET



SOPHIA *nytt*

EN TIDNING OM SOPHIAHEMMET | NR 2 DECEMBER 2016

FOTO: SAMIR SOUDAH



**STORSATSNING PÅ
MOTTAGNING FÖR ÄLDRE**

sid 3

FOTO: SAMIR SOUDAH



**SNABBSPÅR FÖR
NYANLÄNDA LÄKARE**

sid 15

FOTO: LISA LINDQVIST LILJEDAHL



”Nytt öra gav
livslusten tillbaka
Världsledande teknik används
för att rekonstruera öron

sid 20

**PRINSESSAN SOFIA, NY HEDERSORDFÖRANDE
FÖR SOPHIAHEMMET, IDEELL FÖRENING**

”Känner mig hedrad”

FOTO: ERIKA GERDEMARK, KUNGAHUSET.SE

SOPHIAHEMMET:

Besök av sjukvårds-
ministern

sid 3

HÖGSKOLAN:

Besök av ministern för
högre utbildning

sid 14



FORSKNING:

Förbättrat stöd till närstående
vid demenssjukdom

sid 13

När vinstdebatten förblindar

Nyligen släppte regeringens utredare Ilmar Reepalu utredningen kring vinster i välfärden. Även om det bara är en utredning finns det anledning att reflektera kring den.

Utredningen presenterar ett vinsttak som ska beräknas efter en helt ny modell som jag, ur ett företagsekonomiskt perspektiv, finner minst sagt utmanande. Det låter som att förslaget inte får så stora konsekvenser: 7 procent plus statslåneränta på satsat kapital, men det medför kraftiga inskränkningar i möjligheten att bedriva verksamhet med ekonomisk långsiktighet. Det blir svårt för privata aktörer att få finansiering då möjligheten att bygga upp kapital blir närmast obefintlig.

Det sorgliga är att frågan från början är ideologisk, vilket gör att all diskussion tenderar att ta ställning till höger eller vänster. Sophiahemmet har en lång tradition av att anpassa verksamheten efter rådande politikens villkor och är genom sin organisation och driftsform helt oberoende. Med det sagt vill jag ändå passa på att resonera lite kring valfrihet, vinster och villkor för att bedriva näringsverksamhet även i vården.

Ni som varit med ett tag minns hur monopol förhärskade på många områden i Sverige. Man placerades i en, av kommunen, utpekad skola, vare sig man ville gå där eller ej. Och av landstinget i en specifik vårdcentral, oavsett om den var bra eller ej. Då önskade sig många en

”Det blir svårt för privata aktörer att få finansiering då möjligheten att bygga upp kapital blir närmast obefintlig.

ökad valfrihet, som i dag tas för givet.

Men valfrihet finns inte utan konkurrerande alternativ. Ta utvecklingen av vårdcentraler, så länge landstinget var den enda aktören som drev vårdcentraler fanns inga incitament att möta patienternas behov av andra öppettider, lokalisering eller nischade utbud. För att skapa konkurrens trädde LOV, lagen om valfrihetssystem, i kraft den 1 januari 2009 och vårdvalet inom primärvård infördes. Då behövdes andra aktörer, ideellt drivna verksamheter eller vinstdrivande företag. Redan här uppstår en utmaning, nämligen att det kostar mycket att starta en verksamhet. Man ska investera i lokaler och utrustning, anställa medarbetare och därefter hoppas att det listar sig patienter som också besöker vårdcentralen. En entreprenör som startar en sådan verksamhet måste troligen in-teckna huset eller ta av sitt sparkapital för att klara den initiala investeringen. Samt helt eller delvis avstå

från normal lön under lång tid. Varför gör man det? Jo, dels för att man vill göra ett bra jobb, dels i tron att man i sinom tid ska bli belönad - inte bara av nöjda patienter, utan även få tillbaka sin investering och kanske en ekonomisk vinst. Med lagda förslag kommer det inte vara möjligt.

Utredningen riskerar därför att lägga en våt filt över alla initiativ av driftiga och engagerade människor inom vården och omsorgen som vill förverkliga sina idéer och bli egna företagare inom vår så viktiga bransch.

Jag kommer fortsätta arbeta för att utredningens förslag läggs åt sidan och att vi istället tillsammans med den offentliga sektorn löser vårdens utmaningar vad gäller kvalitet, kompetens och att ge våra patienter den bästa möjliga vården. Det har varit Sophiahemmets ambition i dryga 130 år, och kommer vara det lång tid framöver vare sig vi utbildar, forskar eller vårdar patienter. ■



Peter Seger, vd

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

Innehåll 2 2016

Ministerbesök

Sjukvårdsminister Gabriel Wikström kom på visit. **sid 3**

Lill-Janshuset blir som nytt

Varsamhet är ledordet när det anrika huset ska moderniseras. **sid 4**

Öronrekonstruktion

Unik svensk metod gav Daniel ett nytt öra av eget revbensbrosk. **sid 6**

Äldremottagningen

Vid äldremottagningen får alla patienter den tid de behöver. **sid 10**

Forskning: Närståendestöd

Stödet till närstående som lever med personer med demenssjukdomar behöver förbättras. **sid 13**

Unik intensivutbildning

Högskolan erbjuder nyanlända läkare snabbspår till jobb. **sid 15**

Porträttet

Prinsessan Sofia om uppdraget som hedersordförande och arvet från drottning Sophia. **sid 16**

Samarbete

Ny rehabplan för det alpina landslaget. **sid 20**

Tradition

För Sophiahemmet är nytänkande en självklar del av traditionen. **sid 23**

Till sist

Kalendarium och bokspalt **sid 24**



FOTO: SAMIR SOUDAH

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, Anna-Karin Falk. Produktion: Spoon. Omslagsfoto: Foto Erika Gerdemark, Kungälv. Tryck: Elanders, Falköping. Kontakt: marknad@sophiahemmet.se

Peter Seger om Reepalu-utredningen: "Felaktig bild av vad vinst betyder för utvecklingen"

I **MITTEN AV** november släpptes Ilmar Reepalus utredning om vinster i välfärden. Där föreslås ett vinsttak på sju procent på operativt kapital för privata företag och organisationer som utför offentligt finansierad välfärdsverksamhet.

Vad är din uppfattning om utredningen, Peter Seger, vd för Sophiahemmet?

– Tonen i utredningen upplevs närmast kränkande för oss som seriösa vårdgivare och jag tycker att utredningen har helt fel utgångspunkt när den försöker visa på att vinstfrågan är ett problem.

Utredningen borde i stället ha fokuserat på kvaliteten i vården och hur vi kommer tillrätta med de brister som finns. Fakta från undersökningar kring kvalitet, patientupplevelser och medarbetarnöjdhet som visar på att privata vårdgivare kommer väl så bra ut som de

offentliga viftas bort med svepande ord kring att "kvalitet går inte att mäta".

Så min uppfattning är att utredningen är verklighetsfrämmande, ger en felaktig bild av vad vinst betyder för utvecklingen av vårt västånd och är skriven med ett starkt ideologiskt perspektiv.

Vilka konsekvenser skulle ett sådant vinsttak få för Sophiahemmet?

– Om utredningens förslag på vinsttak skulle bli verklighet skulle många av våra vårdgivare få mycket svårt att bedriva verksamhet. Konstruktionen med ett vinsttak baserat på operativt kapital blir i praktiken mer eller mindre ett vinstförbud. Det beror på att bokfört operativt kapital är typiskt sett mycket lågt i ett vårdbolag.

Det verkliga kapitalet består i personalens kompetens, varumärkets värde och tilliten till

vårdgivaren. Inget av det bokförs som "operativt kapital". Utredningen innehåller ytterligare ett antal förslag som försvårar möjligheten att bedriva verksamhet.

Hur kommer Vårdföretagarna, där du är vice ordförande, agera för att föra fram er kritik mot utredningen?

– Tillsammans med Almega och Svenskt Näringsliv kommer vi att på alla sätt arbeta för att utredningens förslag aldrig ska bli verklighet. Dels genom att ta debatten, visa hur detta slår mot patienter och medarbetare inom vården, dels genom att informera politikerna i landsting och kommuner om hur detta förslag påverkar vården och omsorgen på deras lokala plan.

I dagsläget finns inget stöd i riksdagen för ett förslag som innehåller vinstbegränsningar och vi hoppas att det fortsätter att vara så. ■



Minister Gabriel Wikström togs emot av, från vänster, Åsa Larsson, biträdande sjukhuschef, Peter Seger, vd Sophiahemmet, Johanna Adami, rektor Sophiahemmet Högskola samt Thomas Johansen, chefsjuksköterska operation.

Ministerbesök på Sophiahemmet

I **OKTOBER BESÖKTE** folkhälso-, sjukvårds- och idrottsminister Gabriel Wikström Sophiahemmet. Ministern fick en rundvandring på sjukhuset och besökte bland annat operationsavdelningen och husläkarmottagningen.

Han fick en presentation av pågående forskningsprojekt, bland annat den nystartade äldremottagningen vid husläkarmottagningen där forskare från högskolan systematiskt följer upp nya metoder. Liksom husläkarmottagningens och högskolans samarbete i SophiaStepStudy där forskarna studerar hur fysisk aktivitet påverkar hälsan

hos personer med diabetes.

Ministern fick också veta mer om intensivutbildningen för nyanlända läkare som högskolan just startat, samt akkrediteringsmodellen som Sophiahemmet Sjukhus använder för att kvalitetssäkra vården hos de över 40-talet fristående vårdgivare som finns under Sophiahemmets varumärke.

– Min bild av Sophiahemmet är att det är en välkött verksamhet som ständigt strävar efter att utvecklas och erbjuda modern och trygg vård till sina patienter, sa han efter besöket. ■

Koncernledningen för hela Sophiahemmet på plats

I **BÖRJAN AV** hösten samlades Sophiahemmets nya koncernledning för att ta fram riktlinjer för sitt kommande arbete. Koncernledningen har i uppdrag att arbeta med strategiska fokusområden för hela Sophiahemmet.

Den digitala agendan där digitalisering, varumärke och kommunikation ska stärka bilden av ett Sophiahemmet.

Forskning och utbildning för att leverera en ännu säkrare vård och vårdutbildning.

KVALITET OCH MILJÖ med fokus på nya gemensamma mål inom kvalitet, miljö och hållbarhet. Övriga fokusområden är ekonomi, fastigheter, it och HR.

– Det känns väldigt bra med vår nya konstellation och det tydliga och gemensamma fokus vi har på att utveckla hela verksamheten på bästa sätt, säger Peter Seger. Men det är också viktigt att påpeka att koncernledningen inte ska ta över våra respektive verksamheters operativa ledning

och styrning, koncernledningens roll är att arbeta med strategiska vägval och samordningsfrågor till nytta för helheten – en god och tidsenlig vård för alla Varumärke och kommunikation för att stärka bilden av ett Sophiahemmet där sjukhuset och högskolan är två samverkande enheter för patienternas bästa. ■

Detta är koncernledningen

Johanna Adami, rektor, Henriette Ahlén, ekonomichef, Marina Dyfverman, kommunikationschef, Jonas Holmer, fastighetschef, Unn-Britt Johansson, dekanus, Åsa Larsson, bitr sjukhuschef, Ingela Rådestad, dekanus, Peter Seger, vd, Ragnar Sethson, it-chef, Jan Zedenius, chefsläkare.



Nu genomgår det anrika huset som en gång inrymde Allmänna BB en genomgripande renovering.



Lill-Janshuset får toppmodern inre

Nu renoveras det drygt hundra år gamla Lill-Janshuset för att ge plats åt nya vårdgivare.

En utmaning är att skapa rum för en högteknologisk vård utan att förstöra den unika miljön.

Text & Foto: Per Westergård

Mitt i den vackra skogen bakom Sophiahemmet ligger Lill-Janshuset. Trots att byggnaden är imponerande är det få som hittar hit eller ens känner till att det finns. Annat var det förr – många av dagens stockholmare har sett dagens ljus på Allmänna BB.

Huset ägs av Kungliga Djurgårdsförvaltningen men under många år har Sophiahemmet varit en betydande hyresgäst. Bland annat har Sophiahemmet Högskola lokaler i huset.

En annan hyresgäst under många år har varit Riksidrottsförbundet, men de har nu flyttat

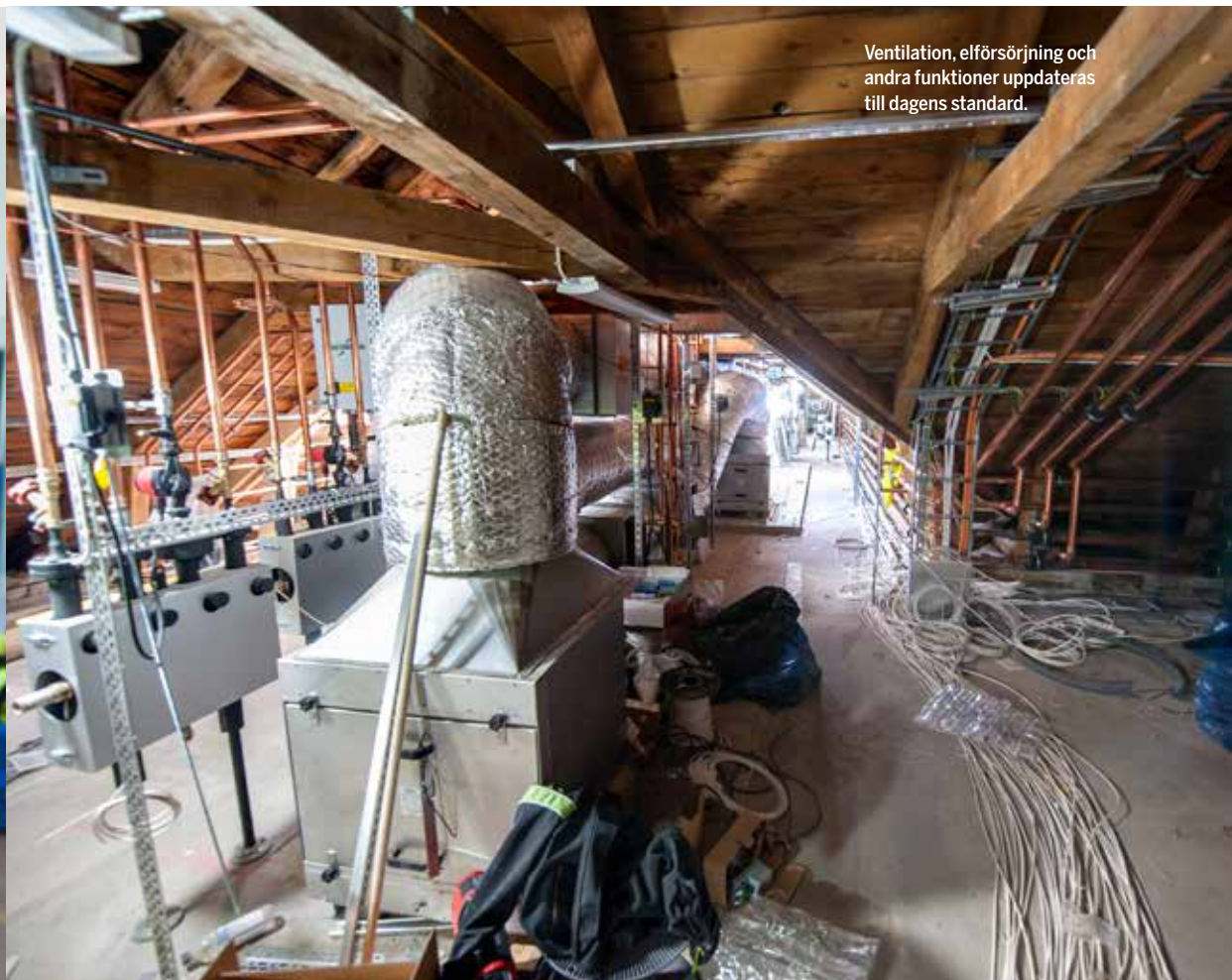
vilket gjort det möjligt för Sophiahemmet att hyra ytterligare 5 500 kvadratmeter.

I byggnaden, som stod färdig 1913, finns både väl bevarade byggnadsdelar och mängder av vackra detaljer. Invändigt imponeras man direkt av de spröjsade fönstren och ståtliga trapphus, utvändigt söker sig ögonen gärna till det gröna taket med de utsmyckade ventilationshuvorna.

TIDENS TAND HAR dock satt sina spår. Därför behöver de delar av huset som Sophiahemmet använder renoveras. I den nuvarande etappen, som ska vara avslutad efter nyår, kommer cirka



Jonas Holmer ser till att renoveringen blir så varsam som det bara går.



Ventilation, elförsörjning och andra funktioner uppdateras till dagens standard.

3 300 kvadratmeter att moderniseras, resterande kommer att åtgärdas under 2017. Allt för att det gamla huset ska kunna leva vidare, men ge plats för helt nya verksamheter.

En av de nya verksamheter som nu är på väg in i Lill-Janshuset är Ryggkirurgiskt centrum. Tillsammans med verksamheten byggs nu tre operationssalar och 22 vårdplatser.

– Det här är en omfattande renovering men vi anstränger oss för att göra den så hänsynsfull som möjligt. Även om det gör arbetet svårare har vi valt att göra det för att inte förstöra den unika miljön, säger Jonas Holmer, fastighetschef på Sophiahemmet.

DEN STÖRSTA UTMANINGEN är att bygga operations-salar som har extra höga krav på renhet. För att klara det krävs mängder av tekniska installationer, men helt utan att teknisk utrustning och rödragningar syns.

– Det är en tuff utmaning. För att klara kraven har vi gömt undan en stor del av tekniken i lediga utrymmen under tak och uppe på vinden. Trots det är operationssalarna så fyllda av teknik att vi har varit tvungna att förstärka golven

för att inte hela avdelningen ska ramla ner till våningen under, säger Daniel André, produktionschef för bygget.

Trots alla svårigheter är både Jonas Holmer och Daniel André nöjda med resultatet.

– Det finns något fridfullt över det här huset, det bidrar till en positiv helhetsupplevelse av vården på Sophiahemmet. Tänk att få ligga här och titta på alla ståtliga ekar som växer utanför de vackra fönstren, säger Jonas Holmer. ■

”Det här är en omfattande renovering men vi anstränger oss för att göra den så hänsynsfull som möjligt.”

Fakta Lill-Janshuset

Huset ritades av arkitekt Gustaf Wickman och invigdes 1913. Därmed fick Allmänna BB, som har en historia som går tillbaka till 1752, lokaler som var hypermoderna för sin tid. Huset rymde fem förlossningssalar, operationssalar, laboratorium, patientrum med 77 vårdplatser och personalbostäder.

Från början var Allmänna BB en institution som hade som mål att ge fattiga, ofta ogifta, mödrar god vård genom att underlätta graviditet och förlossning för ogifta mödrar samt att undervisa läkare och barnmorskor i obstetrik. Senare blev Allmänna BB öppet för alla. Uppskattningsvis 180 000

barn har fötts här i huset.

Stockholms stadsmuseum har grönmärkat Lill-Janshuset i sin kulturhistoriska klassificering av Stockholms bebyggelse. Där grönt står för ”fastighet som är särskilt värdefull från historisk, kulturhistorisk, miljömässig eller konstnärlig synpunkt.”

Världsledande kirurgi

Sven Olof Wikström är en av en handfull plastikkirurger i världen som rekonstruerar öron. Han har hjälpt ett hundratal människor, som av olika skäl saknar ytteröron, att få en högre livskvalitet. **Text:** Inger Sundelin

SO WIKSTRÖM delar sin arbetstid mellan Plastikkirurgiska institutet i Malmö och Sophiahemmet. Han är från början öron-, näs- och halsläkare, men valde tidigt att vidareutbilda sig inom rekonstruktiv plastikkirurgi.

– På den tiden, vi pratar början av 90-talet, gjordes enstaka rekonstruktioner av öron men det blev sällan bra. Jag tog kontakt med den amerikanske plastikkirurgen Burt Brent, som har varit en av världens främsta inom öronrekonstruktion, och det ledde till att jag fick resa till USA för att lära mig mer.

SO Wikström reste sedan tillbaka till Sverige, började operera och ryktet om hans skicklighet spred sig snabbt. I dag kommer hans patienter från hela Europa, och han har även fått förfrågningar från Mellanöstern, Egypten och Indien.

Att skapa ett nytt öra är ett rent hantverk. Man tar brosk från patientens revben och skulpterar ett öra med patientens friska öra som mall.

– Jag har suttit hemma i mitt kök i många timmar och skurit ut öron i potatis. Ett mycket bra sätt att öva skulptering, säger SO Wikström.

”Jag har suttit hemma i mitt kök i många timmar och skurit ut öron i potatis. Ett mycket bra sätt att öva skulptering.”

Hans vanligaste patient är ett barn vars öron är missbildade från födseln, så kallad mikroti. De operationerna är lite mindre riskfyllda genom att det inte finns ärr efter tidigare operationer och att huden ofta är mjuk och elastisk.

Operationen görs i tre steg, berättar han.

– Först tar vi ut brosk och skapar ett öra, sedan görs en ficka under huden där det nya örat förs in. Ett dränage sätts in och i nästa steg sugas luften ut och då formar sig huden efter brosket.

Vid nästa operationstillfälle skapar SO Wikström örats baksida med hjälp av tunn hud

från patientens ljumske. Och vid den tredje operationen görs mindre justeringar.

När det kommer till patienter som av olika skäl har förlorat hela örat, till exempel i en olycka eller på grund av en tumörsjukdom finns det ofta mycket ärr och huden är skadad. Tekniken kallas Fri lambå och innebär att vävnad med blodkärl och nervtrådar flyttas från en del av kroppen till en annan.

Då får örat av revbensbrosk växa samman under huden på patientens underarm. En liten ”ballong” spänner först ut huden på armen tills det finns tillräckligt med hud för att lägga in det nya örat. Efter sex veckor sätts örat, med

vidhängande nerver och blodkärl från armen, på plats och kopplas samman med kärl och nerver i halsen.

– På så sätt får örat känsel, precis som ett riktigt öra, säger SO Wikström, som var en av de första i världen att lyckas med den här metoden.

SO Wikström är sedan fyra år president i ISAR, international society for auricular reconstruction, där specialister inom öronrekonstruktion från hela världen samlas.

– Sett ur ett internationellt perspektiv är behovet av den här specialkompetensen stort. Bara i Kina har man ungefär en halv miljon fall av patienter med omfattande öronskador. ■



Ryktet om SO Wikströms skicklighet sprider sig över världen.

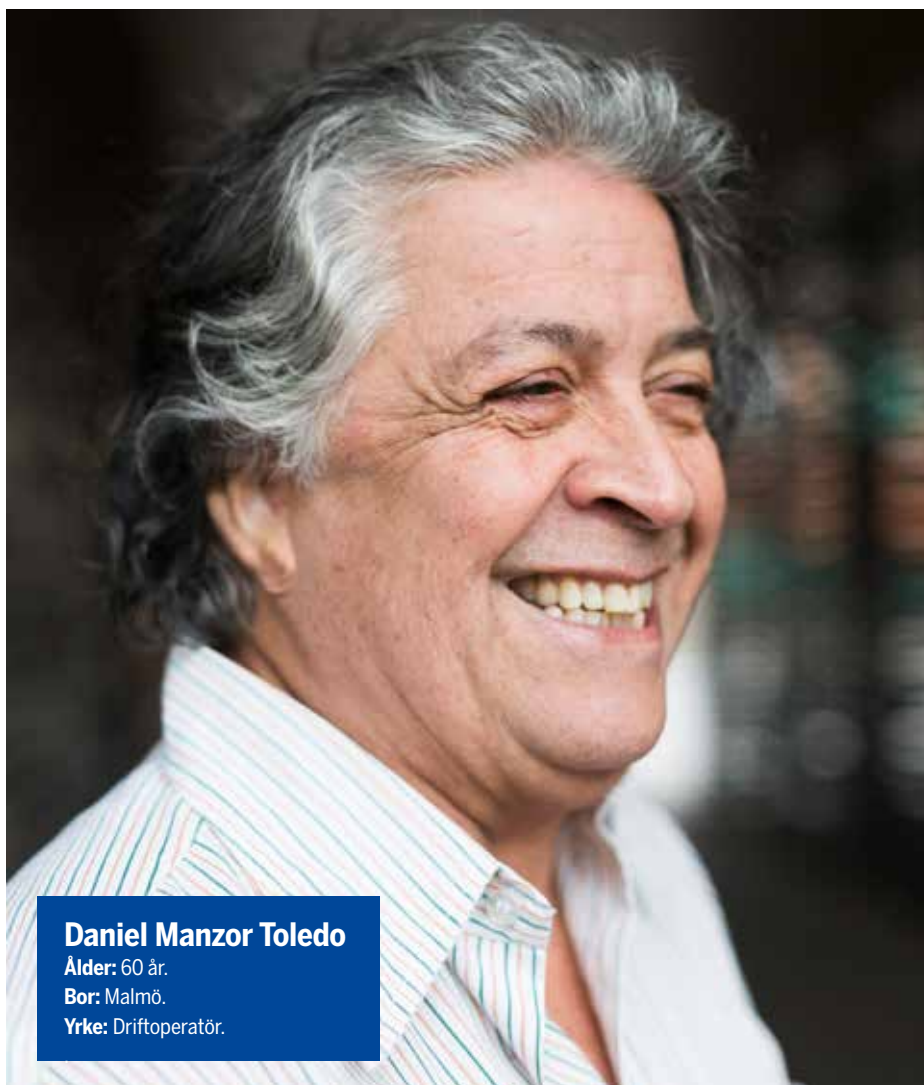


Det nya örat görs av tre bitar revbensbrosk tillskurna efter en mall av patientens friska öra.

Fakta:

Öronrekonstruktion

- Det görs cirka 10–15 öronrekonstruktioner per år i Sverige.
- Det vanligaste skälet till operationen är mikroti, en medfödd missbildning i ytterörat.
- Det krävs vanligen tre operationer med minst tre månaders mellanrum för att ”bygga” ett nytt öra.
- Scandinavian Ear Reconstruction Center startades av SO Wikström i Malmö för snart 20 år sedan. Sedan ett år finns nu NordicEar på Sophiahemmet under ledning av doktor Wikström.
- SO Wikström och hans team har sedan starten utfört cirka 400 öronrekonstruktioner
- Centret tar emot patienter från hela Europa. Operationerna bekostas vanligtvis av respektive lands sjukvård.



Daniel Manzor Toledo

Ålder: 60 år.

Bor: Malmö.

Yrke: Driftoperatör.



Ärret visar var Daniels nya öra fick växa till sig innan det sattes på plats.

Ett nytt öra till Daniel

Efter årtal av protesproblem kom plötsligt räddningen. En ny avancerad operationsteknik gav Daniel Manzor Toledo ett nytt öra – och ett nytt liv.

Text: Helén Bjurberg **Foto:** Lisa Lindqvist Liljedahl

Daniel Manzor Toledo föddes med ett missbildat ytteröra. Under många år bar han därför en öronprotes på sitt högra öra. Men protesen gav honom stora problem. Inte nog med att den lätt lossnade och ramlade av. Han blev också överkänslig mot de titanskruvar som protesen var fäst med och fick ständigt långdragna och svåra infektioner där de suttit.

Daniels besvär blev så svåra att de började påverka hans liv negativt. Infektionerna tärde på honom, och rädslan att tappa protesen blev handikappande. Efter hand började han isolera sig alltmer och till slut tappade han livsglädjen.

En dag såg han en artikel om ett läkarteam i Tyskland som försökt återskapa ett nytt ytteröra på en patient, men misslyckats. Artikeln

gav ändå Daniel hopp så han bokade en tid på sitt sjukhus för att se om det kunde finnas någon lösning på hans problem. Han fick träffa överläkaren Sven-Olof Wikström, som numera också finns på Sophiahemmet. Han var villig att försöka sig på det som det tyska teamet hade misslyckats med. Daniel blev väl informerad om hur det skulle gå till och vilka risker det innebar. För honom var det aldrig någon tvekan.

– Visst var jag nervös, men jag kände att jag inte hade något val. Det kunde inte gärna bli sämre, berättar Daniel.

Med hjälp av brosk från Daniels revben skulpterade Sven-Olof Wikström ett nytt öra, men eftersom det inte fanns tillräckligt med vävnad lokalt fick det nya örat fästas på underarmen, där man under en längre tid expanderat huden med hjälp av en ballong. Under flera månader fick det sedan läka klart där innan det var dags att fästa det på rätt plats.

Till slut var det dags att flytta örat. Den avancerade operationen tog sex timmar. Under den tiden arbetade två läkarteam med att flytta och lägga ihop vener, artärer och nervtrådar tillsammans med det färdiga örat.

Operationen gick bra men faran var inte över med det. Det fanns risk för att cirkulationen till det nya örat inte fungerade och att Daniel skulle drabbas av infektion. Tiden som följde präglades därför av viktig medicinering samt täta och noggranna läkarkontroller.

– Vid sista återbesöket, efter ungefär ett år, sa läkarna äntligen att de kunde andas ut, berättar Daniel och minns att det blev början på ett nytt liv för honom. Nu kunde han för första gången leva helt normalt, utan rädsla för återkommande infektioner, oro eller skam. ■

Nytt från Sjukhuset

KRÖNIKA



► Åsa Larsson, biträdande sjukhuschef

Här om veckan fick jag möjlighet att besöka Karolinska Universitetssjukhuset och lyssna på hur Nya Karolinska (NKS) organiserar sig inför den stora inflyttningen. Jag fick tillfälle att via den nya entrén ta hissen upp till plan 14 med en milsvidd utsikt. Lokalerna är fräscha men överraskande avskalade med tanke på att Tema Barn flyttar in här. Men enkelrummen, 28 stycken på varje vårdavdelning, kändes stora och ljusa. Jag kryssade mig fram i de långa breda korridorerna där AGV-robotarna for fram, fullastade med leveranser. Några hade kört fast och stod och blinkade och meddelade gång på gång med sina robotröster: "Du står i vägen, var vänlig flytta på dig." Jag hoppas att avdelningarna känns mer levande när patienter, närstående och personal finns på plats.

FRAMTIDENS HÄLSO- OCH sjukvård (FHS) börjar närma sig målet nu, eller rättare sagt det är nu resan mot det nya börjar. Hälso- och sjukvården behöver förändras i takt med omvärlden, vi måste organisera oss efter patientens väg genom vården, inte tvärt om.

Tema Barn och Kvinnosjukvård samt Tema Hjärta och kärl har redan flyttat in i NKS när du läser detta. Med flytten river Karolinska klinikgränserna och inför den nya temasjukvården. Det är stora utmaningar som NKS står inför, men vi övriga vårdgivare är också en del av framtidens hälso- och sjukvård så det vilar ett stort ansvar på oss om vi ska få den att fungera. Vi behöver samverka i många led om vi ska vara trovärdiga för våra patienter och beställare. Det förutsätter att ersättningsmodellerna fungerar.

PÅ SOPHIAHEMMET HAR vi börjat bygga framtidens vård tillsammans med våra vårdgivare och samverkan med andra sjukhus.

Redan nu förbereder vi och Capio Arto Clinic oss inför deras vårdvalsauktorisering inom höft- och knäledsplastiker. Stora patient-



Nya Karolinska Universitetssjukhuset.

volymerna kommer att opereras på Sophiahemmet och vårdtiderna är mycket korta, 1–2 vårddygn. Det ställer stora krav på en sammanhållen vårdkedja.

Inte minst vid själva flytten kommer NKS att ha stora utmaningar i form av brist på operationskapacitet och vårdplatser. Därför har vi, på bara en vecka, ställt om på Sophiahemmets operation- och vårdheten för att kunna ta emot bröst- och endokrinkirurgioperationer

"Hälso- och sjukvården behöver förändras i takt med omvärlden, vi måste organisera oss efter patientens väg genom vården, inte tvärt om."

från Karolinska Universitetssjukhuset. Jag blir lika imponerad varje gång våra medarbetare på kort tid och med stort engagemang lyckas få allt på plats. Koordinera rutiner och logistik, hantera utrustning och få patienter, som stått länge i kö eller kanske blivit strukna flera gånger, att känna sig trygga och välkomna till Sophiahemmet. Den positiva feedback vi får från patienter och opererande kirurger bidrar till vårt engagemang och förmåga att samverka.

SAMVERKAR GÖR VI även genom Sophiahemmet Högskola, som på mycket kort varsel skräddarsyde en introduktionskurs för nyanlända läkare. Målet med utbildningen är att påskynda processen för att de ska få svensk läkarlegitimation. Då kursen kräver fältstudier i olika vårdmiljöer har frågan gått ut till samtliga vårdgivare på Sophiahemmet om de kan hjälpa till. Gensvaret har varit stort och jag är oerhört stolt över den positiva inställningen, tiden och engagemanget som både våra egna medarbetare och våra vårdgivares medarbetare har lagt ner för att erbjuda auskultationsplatser. Studenternas placeringar har varit uppskattade och de längtar nu till den dag de har fått sin svenska legitimation. Och det gör vi också, för som vi alla vet, är personalbehovet inom hälso- och sjukvården stort. ■

Stipendier att söka

STUDENT VID Sophiahemmet Högskola eller yrkesverksam Sophiasyster? Då ska du läsa extra noga här. Vad inte alla känner till är att det finns stipendier och bidrag att söka för den som vill åka på studieresa eller vidareutbilda sig.

Stiftelsen Gösta och Gunhild Ahléns stipendiefond delar ut

stipendier för vidareutbildning till nyexaminerade sjuksköterskor från Sophiahemmet Högskola, vilka, som det står i statuten, "visat särskild fallenhet för sjuksköterskeyrket". Med nyexaminerad menas att man tagit examen under det senaste året.

Stiftelsen Tora Wåhlins fond för

Sophiasystrar delar ut stipendier för studieresor, konferensdeltagande, vidareutbildning eller kurser till yrkesverksamma Sophiasystrar.

– Vi ser gärna att fler Sophiasystrar ska skicka in ansökningar, säger Sissel Andreassen Gleissman som är sammankallande för beslutskommittén för stiftelserna.

– Hur mycket pengar som delas ut varierar från år till år, men det finns goda chanser att få stipendium om man söker.

MER INFORMATION samt ansökningsblanketter finns på Sophiahemmets sajt: www.sophiahemmet.se/stipendier

Nollvision för undvikbara vårdskador

Sophiahemmets arbete att minska och förebygga vårdskador ger tydliga resultat.

PATIENTSÄKERHET OCH kvalitet står i fokus på Sophiahemmet. Därför har sjukhuset alltid arbetat för att förebygga vårdskador och minimera riskerna för att patienterna skadas. Sedan 2009 använder sjukhuset ett speciellt verktyg, Markörbaserad Journalgranskning, MJG, för att identifiera och rapportera eventuella vårdskador.

– Varje månad går jag igenom 20 slumpvis utvalda omvårdnads/operationsjournaler på patienter som varit inlagda på vårdavdelning, och söker efter vissa markörord som kan tyda på vårdskada. Markörer som exempelvis blodtransfusion, lågt blodtryck, blåsöverflyllnad eller vårdrelaterad infektion leder till vidare granskning, säger Eva Löjdström Wallin, som är sjuksköterska på vårdavdelningen och har uppdraget att granska journalerna. Om någon markör finns i journalen lämnar jag den vidare till sjukhusets chefläkare Jan Zedenius för granskning och klassificering.

När kvalitetsavdelningen kan skönja ett mönster tas nya rutiner fram. Ett exempel på det är urinretention, det vill säga överfylld blåsa. När journalgranskningen började var det en förhållandevis vanlig avvikelse, men sedan kvalitetsavdelningen informerat vårdpersonalen och man ändrat rutinerna efter operation hittas bara något enstaka fall.



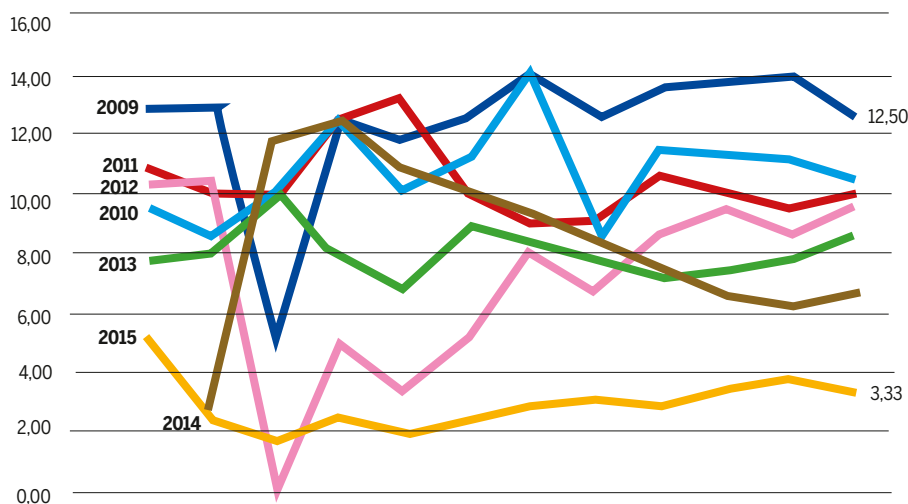
Jan Zedenius

FOTO: DAVID BICH

– Vårt mål när det gäller undvikbara vårdskador är noll. Och vi kan klart se att instrumentet har varit till hjälp. Antalet vårdskador har minskat i landet som helhet, men Sophiahemmets resultat är faktiskt bättre än genomsnittet, säger Jan Zedenius, Sophiahemmets chefläkare och kvalitetsansvarig.

– Vi har gått från en rapportering om misstänkt vårdskada på 12,5 procent 2009 till 3,3 procent 2015. Vi ligger nu på så låga nivåer att det är svårt att komma lägre. Men vi kommer att fortsätta med journalgranskningen, inte minst för att vi ska upptäcka om det sker någon försämring över tid.

Inger Sundelin



Statistik från Sophiahemmets granskning visar att andelen patienter med befarad vårdskada har minskat dramatiskt från 2009 (blå kurva) till 2015 (gul kurva).

I korthet

Ny vårdgivare

F. Ad. Müller Söhne, specialister på tillverkning och inpassning av ögonproteser av glas, är ny vårdgivare på Sophiahemmet sedan början av oktober. Mottagningen finns i entréplanet på hus A.

Företaget har funnits i Sverige sedan 1924 och samarbetar med ögonkliniker och landsting i hela Sverige. Mottagningen har tidigare funnits i Tomtebodaskolan. ■

Utagyn till Hus G

Utagyn har flyttat in i bottenvåningen på Hus G, det hus som byggdes för BB Sophia. Utagyn kommer att använda två av operationssalarna samt 13 postoperationsplatser. ■



Grattis Peter Loogna!

Peter Loogna, kirurg vid Bariatric Center, GHP Kirurgkliniken på Sophiahemmet har fått ett pris för filmerna om överviktskirurgi som kan ses på GHP:s hemsida.

SIKT-Baggen, som priset heter, delas ut av Svensk förening för innovativ kirurgisk teknologi och ska stimulera till ökad filmproduktion för att på ett effektivt sätt sprida kunskap över världen. Priset består av ett stipendium på 40 000 kr och en statyett – i form av en skalbagge. ■

Vård på äldres villkor

På äldremottagningen vid Husläkarmottagningen Sophiahemmet är vården individanpassad. Patienterna får till exempel lite längre tid hos läkaren eller hembesök om det behövs. **Text:** Per Westergård **Foto:** Per Westergård, Samir Soudah

Husläkarmottagningen Sophiahemmet öppnade i augusti en speciell mottagning för äldre. Där jobbar Karin Kjellström Hedskog, specialistläkare inom geriatrik, tillsammans med distriktssköterskorna Anneli Ekman och Tina Stiernholm.

För Sophiahemmet är det här en satsning. Att en husläkarmottagning har en specialistläkare i geriatrik anställd är unikt och förhoppningen är att det ska bidra till att skapa en vårdform som står för kontinuitet och trygghet. Både för patienter och anhöriga.

– För att klara det ser vi bland annat till att läkarbesöken anpassas till den enskilda patientens behov. Det gör att vi både hinner lyssna, bedöma hela sjukdomsbilden och gå igenom deras läkemedelslista vid varje besök, säger Karin Kjellström Hedskog.

Lika viktigt är det att ha en helhetssyn för varje patient. Då handlar det inte bara om att se det som är sjukt, utan även vara öppen för vem de är i dag likaväl som vem de var tidigare i livet. Det betyder i praktiken att mottagningen försöker hjälpa de äldre till den bästa tänkbara livskvalitet utifrån deras individuella förutsättningar och önskemål.

Äldremottagningen hjälper även sina patienter vid möten med kommunens biståndshandläggare. Mottagningen har även möjlighet att göra hembesök, både vid akuta besvär och vid uppföljning av patienter som har svårigheter att ta sig till mottagningen.

– Vid behov kan vi ordna så att våra patienter läggs in på en geriatrisk klinik direkt, på så sätt slipper de åka till akuten och kanske vänta i flera timmar, berättar Anneli Ekman.

Som en del i strävan att ge patienterna en bättre omsorg kommer personalen inom kort att kunna delta i vårdplaneringar med andra vårdgivare via videolänk. Det för att kunna ge stöd även till personer som får vård på annat håll.



FOTO: PER WESTERGÅRD

– För mig som geriatriker ser jag mottagningen som en fantastisk möjlighet att arbeta förebyggande och förhoppningsvis öka livskvaliteten hos patienterna, säger Karin Kjellström Hedskog. ■

De är ett bra team läkaren Karin Kjellström Hedskog och distriktssköterskan Anneli Ekman. Tillsammans försöker de ge alla patienter just det de behöver.

Patient: Ulla Ericson

Hos Äldremottagningen får Ulla Ericson all omtanke hon önskar. Hon får även mer tid hos sin läkare. Något som gör att hon mår bra i dag.

ULLA ERICSON ÄR inskriven på Äldremottagningen vid Husläkarmottagningen Sophiahemmet, och tycker i dag att hon får precis den vård hon vill ha.

– Den största skillnaden här är att jag kan träffa min läkare utan tidspress. Det gör att jag hinner få svar på alla mina funderingar kring min hälsa. Det är inte heller som tidigare när jag fick ett nytt recept nästan varje gång eftersom det var en enkel och snabb lösning för läkaren.

För några år sedan råkade Ulla Ericson ut för en trafikolycka och sedan dess har hon problem med svår värk. Det gör att hon behöver en del starka mediciner. Men tillsammans med sin läkare har hon nu hittat en nivå av smärtlindring som gör att hon både kan röra sig obehindrat och ha ett bra liv.

Några dagar efter det att hon har varit på ett besök hos Äldremottagningen ringer hennes läkare dessutom upp Ulla för att fråga hur hon mår och hur det har gått.

– Det är en del av ett helhetstänkande som



– Äldres behov av medicin skulle minska med ett bättre omhändertagande, säger Ulla Ericsson.

FOTO: SAMIR SOUDAH

jag och alla vi som är lite äldre både har efterfrågat och uppskattar.

Ulla Ericson är övertygad om att äldres behov av såväl medicin som andra vårdinsatser skulle minska om de fick ett bättre omhändertagande inom vården.

– Sedan jag fick möjlighet att komma till

Äldremottagningen har jag många gånger tänkt att det är konstigt att den vård jag får här är undantaget och inte det normala. Även om kostnaden för läkarbesöket sannolikt är högre här är jag säker på att totalkostnader för samhället skulle sjunka om fler fick tillgång den här sortens vård. ■

Anhörig: Åsa Woxing

Åsa Woxings make Ingvar har Alzheimers sjukdom. Det betyder bland annat att han behöver mer tid på sig under ett läkarbesök. Det får han på Äldremottagningen.

FÖR ALLA MED demenssjukdom kan ett läkarbesök vara både oroande och stressigt. Den tid som vanliga husläkarmottagningar kan avsätta till en patient är ofta begränsad, vilket gör att många äldre går därifrån med en känsla av att inte ha blivit sedda eller fått möjlighet att ställa viktiga frågor.

– Min man gick tidigare hos en läkare i stan för att få hjälp med sina minnesproblem. Tyvärr hann han knappt in genom dörren innan det var dags att gå igen. Med en sådan stressad arbets-situation kan läkarna ofta inte göra annat än att skriva ut mer medicin, säger Åsa Woxing, som många gånger har följt med sin make till olika läkare.



Sedan en tid är Ingvar patient hos Äldremottagningen. Här är förutsättningarna helt annorlunda. När han kommer till sin läkare

Karin Kjellström Hedskog får han och Åsa all den tid de behöver.

– När vi går därifrån säger Ingvar ofta att det var värst vad lång tid vi var där. Och vad mycket doktorn frågade. För mig som är anhörig är det en väldigt trygghet att känna att vi blir så väl omhändertagna. Dessutom är hela miljön på mottagningen lugn och fin, vilket betyder mycket för min man, men även för många andra äldre.

ÅSA WOXING HAR själv arbetat som sjuksköterska under många år, vilket gör att hon har goda kunskaper om demenssjukdomar. Trots det tycker hon att det är skönt att få stöd med allt som rör makens sjukdom.

– Jag följer alltid med Ingvar när han ska till doktorn. Även om det är hans problem som står, och ska stå, i centrum får jag all den hjälp och information som jag behöver. Det fick jag inte tidigare när vi gick till en vanlig mottagning där besöken skulle vara avklarade på några få minuter. ■



Hallå där,

Aynur Metin, ny verksamhetschef på Hälsocentralen sedan 22 augusti.

Var kommer du senast ifrån?

– Från Capio Vårdcentral Årsta där jag var verksamhetschef.

Vilken är din främsta arbetsuppgift?

– Att utveckla Hälsocentralen så att vi kan bemöta våra kunders och patienters förväntningar inom framtida hälso- och sjukvård. Det är en stor utmaning för mig som verksamhetschef.

Vad blir det första du sätter igång med?

– Att starta digitaliseringsprocessen, den innefattar bättre journalsystem och e-kommunikationsmöjligheter med våra patienter och kunder, bland annat webbtidböcker.

– Det kommer att kräva långt och tålmodigt arbete i flera etapper innan vi har allt på plats, men det viktigaste är att ledningsgruppen nu har fattat beslut om att starta processen. ■

In Memoriam

Sophiahemmets tidigare chefläkare Rolf Sundblad har avlidit. Rolf Sundblad blev medicine doktor 1971, docent i kirurgi och arbetade i många år på Karolinska Sjukhuset innan han 1987 rekryterades till Sophiahemmet. Han var bland annat med att bygga upp en rad nya verksamheter, som hjärtkirurgi, intensiv- och dialysvård. ■

Husläkarmottagningen Sophiahemmet är först med kvalitetsdeklaration

FRAM TILL NU har det inte funnits någon gemensam modell för offentliga och privata verksamheter inom vård och omsorg att redovisa hur man arbetar med kvalitet. Därför har branschorganisationen Vårdföretagarna tagit fram en kvalitetsdeklaration, där medlemsföretagen på ett tydligt och strukturerat sätt beskriver sitt kvalitetsarbete.

Först ut att kvalitetsdeklarerar verksamheten är Husläkarmottagningen Sophiahemmet i Stockholm. På Husläkarmottagningens hemsida finns information om hur man till exempel arbetar med kvalitetssäkring, avvikelserapportering och miljö. Där redovisas de nationella kvalitetsregister som mottagningen deltar i, där finns också en länk vidare till registret.

SYFTET MED kvalitetsdeklarationen är att göra det enklare för patienter att jämföra och välja vårdgivare. Förhoppningen är att det här sättet att redovisa ska bli en norm för hela branschen.

– Vi är stolta och glada över att vi är först i Sverige med att lägga upp denna Kvalitetsdeklaration på vår hemsida. Detta förpliktar att hela tiden sträva efter att förbättra verksamheten så



Hilmar Gerber har just tagit emot diplomet som visar att Husläkarmottagningen är kvalitetsdeklarerat.

resultaten blir så positiva som möjligt för våra patienter, säger Hilmar Gerber, specialist i allmänmedicin och verksamhetschef för Husläkarmottagningen Sophiahemmet. ■



Caroline Lagerman

Ny kvalitetsutvecklare

Caroline Lagerman är ny kvalitetsutvecklare på Sophiahemmet. Caroline är leg. sjuksköterska med en specialistutbildning inom intensivvård och kommer närmast från tjänsten som biträdande chefsjuksköterska på Hälsocentralen.

– Jag har alltid varit intresserad av verksamhetsutveckling och patientsäkerhet och när tjänsten som kvalitetsutvecklare annonserades kändes det naturligt för mig att söka den, säger Caroline.

– Först och främst kommer jag sätta mig in i mina arbetsuppgifter, men mitt mål är att driva kvalitetsarbetet utifrån ett brett hållbarhetsperspektiv med patientsäkerhet, kvalitet, hygien och miljö i fokus. ■

Ny livmedikus

Veronica Agrenius är ny livmedikus sedan den första september då hon efterträdde Sophiahemmets tidigare chefläkare Peter Möller. Hon kommer att ansvara för hovets medarbetare.

Totalt har kungahuset fem läkare: förste livmedikus professorerna Jan Östergren och Mårten Rosenqvist, samt professor Angelica Lindén Hirschberg, docent Lars Wennberg samt medicine doktor Veronica Agrenius. ■



Veronica Agrenius

Stödet till närstående
behöver individanpassas.
Ibland är det en promenad
eller en stunds egentid
som behövs,

Sophiahemmet
Högskola ska följa
den nystartade Äldre-
mottagningen i flera
forskningsprojekt.
Läs mer på
sid 10.

Bättre stöd till närstående

Vissa närstående till personer med demenssjukdom känner sig utlämnade och hjälplösa. Doktorand Marie Tyrrell vill ta reda på hur stödet kan anpassas efter deras behov.

Text: Inger Sundelin

Svenskarna blir allt äldre. År 2060 kommer det enligt SCB finnas nästan 9 000 personer som är 100 år och äldre. 1970 fanns det bara 127 100-plussare i vårt land.

En glädjande utveckling naturligtvis, men det finns en baksida. I takt med att fler blir äldre väntas också andelen som drabbas av någon demenssjukdom öka. Något som kommer att ställa stora krav på vård och omsorg.

Marie Tyrrell är adjunkt och doktorand på Sophiahemmet Högskola. Hon har en bakgrund som sjuksköterska vid Minnesmottagningen vid Stockholmsgeriatriken och har under åren träffat många personer med demens och deras närstående.

Det är dessa möten som ligger till grund för att hon skriver sin doktorsavhandling om ett område inom demensvården där det inte tidigare finns så mycket forskning i Sverige.



Marie Tyrrell

– Ungefär 90 procent av personer med demenssjukdom drabbas av neuropsykiatriska symtom (NPS). Det kan till exempel vara hallucinationer, aggressivitet, ångest, depression, hämningslöshet, apati, ätstörningar eller sömnsvårigheter. Många gånger har man flera symtom samtidigt, säger Marie Tyrrell. Eftersom ungefär hälften av alla personer med demens i dag bor kvar hemma och vårdas av en närstående, vet vi väldigt lite om deras situation.

MARIE TYRRELL HAR djupintervjuat ett antal närstående om hur det är att leva med en make/maka med demenssjukdom. De flesta hon har pratat med känner igen NPS-symtomen och kan berätta om oroliga nätter, om grannar som klagar, om våld – och om väldigt mycket oro.

– Vissa känner sig utlämnade och hjälplösa. De kan bli socialt isolerade och helt slutkörda av att hela tiden vara beredda på att vad som helst

kan hända, säger hon. Och de vet inte alltid vart de ska vända sig. Flera närstående berättade att de blivit utsatta för våld i hemmet men drar sig för att ringa polisen. För vad kan polisen göra, ska de gripa en förvirrad 85-åring?

– Många berättade att de skämdes och hade svårt att prata om det här med någon utomstående. Men när jag förklarade att nästan alla personer med demens drabbas av NPS-symtom kändes det mer tillåtet att berätta – och de tyckte att det var befriande att få göra det.

MARIE TYRRELL TYCKER att vården av personer med demens som bor kvar hemma behöver bli mer individanpassad.

– Hittills har stödet som erbjuds mest varit inriktat på kroppslig hjälp. Men min bild är att det finns många andra saker som är minst lika angelägna. En närstående sa: ”Min man behöver inte hjälp att klä sig, han skulle behöva någon som följde med honom på en promenad. Det skulle också ge mig lite återhämtning.”

Marie Tyrrells mål med sin forskning är att förbättra stödet för personer med demens som bor i eget boende – och för deras närstående.

– För att det ska ske behövs en ökad kunskap och medvetenhet hos oss som arbetar inom vården. Och då är det fantastiskt om jag kan bidra till det. ■

KRÖNIKA



► Johanna Adami, rektor

Mitt första år som rektor går mot sitt slut. Det har minst sagt varit händelserikt, omväxlande och fantastiskt stimulerande. Examenstceremonier och högtider har duggat tätt, två statsråd har besökt Sophiahemmet och alla medarbetare på högskolan har jobbat för högttryck för att se till att våra studenter får de bästa kunskaperna med sig ut i yrkeslivet.

I våras var det 20-årsjubileum för Silviahemmet som bedriver dagverksamhet för demenssjuka. Högskolan var pionjärer med att initiera högskoleutbildning för undersköterskor och sjuksköterskor i samverkan med Silviahemmet. I dag finns det 580 Silviasystrar och 206 Silvia-sjuksköterskor över hela landet som genomgått denna unika utbildning. Därtill så har vi under året examinerat landets första specialistsjuksköterskor i demensvård.

Under Almedalsveckan var det bland annat

fokus på en viktig nationell angelägenhet: hur vi i Sverige kan ta till vara kompetensen från alla nyanlända som tvingats fly från krigsdrabbade länder. Jag kunde med stolthet berätta om vår unika intensivkurs för utländska läkare som vi utvecklade rekordsnabbt och som det inte finns någon motsvarighet till i landet. Det kunde vi göra tack vare vår kompetens, övertygelse och möjligheter till samverkan mellan högskolan, sjukhuset och övriga samhället.

VI HAR SOM fortsatt ledstjärna att bedriva utbildning och forskning anpassad till tidens förutsättningar och vara en ledande, attraktiv modern akademisk högskola. Under hösten har vi på högskolan tagit ett tydligt steg i utvecklingen mot ett akademiskt lärosäte och efter årsskiftet sjsätter vi en ny organisationsform. Tre prefekter och två dekaner är utsedda att ansvara

för ledningen av vår verksamhet. Detta gör vi för att vi ska fortsätta vara konkurrenskraftiga i en snabbföränderlig och konkurrensutsatt utbildnings- och forskningsvärld. Vi behöver stärka vårt varumärke med en ännu starkare forskningsanknuten utbildning och samordna verksamheterna inom högskolan för att skapa en effektivare och mer ändamålsenlig organisation och ledningsstruktur.

Målsättningen med detta är att få en organisation där utbildning och forskning är tydligt integrerade och ett system präglad av helhetssyn och transparens. Viktigt är också att skapa ett delegerat ledarskap med tydliga roller och ansvar där transparens och engagemang är ledord. Vi ska ha en tillåtande kultur som stimulerar nyfikenhet och mod. Ledorden är: Helhetssyn, Energi, Aktion, Ledarskap, Transparens och Humanism. HEALTH! ■

Kursstart för 28 förväntansfulla studenter och deras lärare på intensivutbildningen för nyanlända läkare.



Forskning om äldre med minnesproblem

Sophiahemmet Högskola planerar ett forskningsprojekt som ska följa personer som går igenom en basal minnesutredning. Projektet görs i samarbete med Äldremottagningen vid Sophiahemmet Husläkarmottagning.

– I dag kan det ta upp till två år innan en person själv söker vård för minnesproblem, och ytterligare ett och ett halvt år innan de får en diagnos. Vi vill undersöka hur man kan

öka kvaliteten på det stöd som ges till dessa personer innan, under och efter minnesutredningen, säger Marie Tyrrell, doktorand på Sophiahemmet Högskola som tillsammans med huvudhandledaren Pernilla Hillerås står bakom satsningen.

Ett annat område som forskarna vill belysa är personer som lever med en demensdiagnos, bor i eget boende och har neuropsykiatriska symtom. Läs mer på sid 15. ■

Ministerbesök på högskolan

I våras besökte ministern för högre utbildning och forskning Helene Hellmark Knutsson Sophiahemmet Högskola.

–Vi är jätteglada att ministern valde att besöka oss och ge oss möjligheten att berätta om vår verksamhet och våra planer för framtiden, som att vi har ansökt om doktors-examensrätt och gärna som enskild utbildningssamordna-



Johanna Adami och Helene Hellmark Knutsson.

re vill få till stånd ett avtal med staten, säger rektor Johanna Adami. ■



Studenterna Sumoo Al-Qubili och Mohamed Mohamed tillsammans med kursledaren Jan Nilsson (mitten).

Intensivkurs ger ökad jobbchans för nyanlända läkare

Vägen till jobb för läkare med utländsk legitimation kan vara både lång och svår. Sophiahemmet Högskola startar därför en intensivkurs för nyanlända läkare.

Text: Helén Bjurberg **Foto:** Samir Soudah

— **IDÉN TILL PROJEKTET** föddes så sent som i våras men med hjälp av korta beslutsvägar och medel från Wallenbergstiftelserna har vi redan kunnat påbörja första kursen, säger kursledaren Jan Nilsson, docent och högskolelektor vid Sophiahemmet Högskola.

Kursplanen har arbetats fram i samarbete med de nyanlända läkarna själva för att kunna lägga fokus på de kunskapsluckor de upplever att de har.

– Det handlar till exempel om att öva sig på att kommunicera med patienter och lära sig hur det svenska sjukvårdssystemet fungerar.

Syftet med utbildningen är att förenkla och förkorta tidsperioden från att den som kommer ny till Sverige och har fått sin läkarutbildning granskad och godkänd av Socialstyrelsen till att han eller hon kan komma ut i vården och jobba.

– Vår tro och förhoppning är att utbildningens upplägg tillsammans med högskolans närhet och

unika samarbete med Sophiahemmet Sjukhus och det nätverk som det medför ska göra vägen enklare.

För att få en plats på utbildningen krävs att studenten har fått sin utländska läkarexamen granskad och godkänd, har goda kunskaper i svenska samt är i fäsen att kunna påbörja de kunskapsprov som krävs för att få arbete som läkare i Sverige. Högskolan har även intervjuat de sökande för att få fram kandidater som har god motivation.

I SEPTEMBER PÅBÖRJADES utbildningen för den första kullen, bestående av 28 studenter från 16 olika länder. Mohamed Mohamed, 28, från Egypten, är en av dem som lyckats knipa en av de åtråvärda platserna. Han tog examen som läkare i december 2012 i Kairo, och hann göra ett års AT- och åtta månaders ST-tjänstgöring inom barnkirurgi innan kärleken tog honom till Sverige. Efter ett och ett halvt år i Sverige

känner han sig trygg med språket och är mycket förväntansfull på kursen:

– Det känns som att den innehåller det jag behöver för att hitta min yrkesroll som läkare i Sverige.

Däremot är han inte längre säker på att barnkirurgi är rätt väg för honom.

– Här i Sverige har jag möjligheter som jag inte hade i Egypten, bland annat är det lättare att forska. Jag vet inte än om jag kommer välja det, än så länge håller jag alla dörrar öppna.

EN ANNAN AV studenterna, Sumoo Al-Qubili, 27, från Jemen, kom till Sverige för två år sedan för att återförenas med sin familj. Vägen hit gick via Moskva, där hon tog sin läkarexamen med inriktning på kirurgi år 2014. Hon siktar på att bli plastikkirurg för kunna hjälpa människor som drabbats av krigsskador och tror att utbildningen kan hjälpa henne en bit på vägen mot den drömmen.

– Även om det är intensivt och tufft så känns det som att jag kommer få precis det jag behöver för att kunna komma vidare.

Kursen på tolv veckor har cirka en tredjedel av tiden förlagd till högskolan, resten är nätbaserad. Förutom det erfarna kursteamet medverkar även gästföreläsare och experter. Dessutom ingår studiebesök och auskultationer i olika vårdverksamheter. Alla studenter får även en egen mentor.

Mohamed Mohamed och Sumoo Al-Qubili är exalterade över den strukturerade kursen och höga nivån. Jan Nilsson poängterar att studenterna själva också bidrar med mycket genom sina olika erfarenheter.

– Vi har till exempel studenter från Syrien som arbetat i värsta tänkbara krissituationer och kan lära oss mycket om katastrofmedicin. Men vi kan också med studenternas arbetslivserfarenheter från olika delar av världen vidga vår kunskap inom exempelvis global hälsa och lära oss mycket om kulturella skillnader, vilket är viktiga komponenter att ta med sig in i den svenska sjukvården.

– Om det visar sig att vi lyckas få in studenterna snabbare i jobb, vilket vi tror, är vår förhoppning att förberedande utbildningar kan fortsätta att ges vid Sophiahemmet Högskola, säger Jan Nilsson. ■

Studenterna

Utbildningsplatser: 28 stycken.

Könsfördelning: 1/3 män och 2/3 kvinnor

Medelålder: cirka 30 år

Ursprungsländer: 16 olika, bland annat Egypten, Jemen, Syrien, Afghanistan, Pakistan, Iran och Ukraina.

Utbildningen

Utbildningens längd: 12 veckor.

Antagningskrav: Godkänd läkarlegitimation och goda kunskaper i svenska.

”Jag vill fortsätta med det prinsessan Christina påbörjat”

Den 1 januari i år utsågs prinsessan Sofia till hedersordförande för Sophiahemmet, ideell förening. Hon efterträdde då prinsessan Christina, fru Magnuson som hade haft uppdraget i 44 år. Sophianytt har fått en exklusiv intervju med prinsessan Sofia om hur hon ser på uppdraget och Sophiahemmet generellt.

Text: Inger Sundelin

Hur känns det att efterträda prinsessan Christina, fru Magnuson?

– Det är väldigt hedrande att ha fått möjligheten att ta över hedersordförandeskapet efter prinsessan Christina. Prinsessan Christina har ett långt och gediget engagemang för Sophiahemmet och dess verksamhet och min ambition är att fortsätta det hon påbörjat.

Prinsessan har varit på besök på Sophiahemmet vid flera tillfällen, vad har speciellt fångat intresset?

– Sophiahemmet ligger i framkant med forskning och teknisk utveckling. Det har varit väldigt intressant att få besöka de många olika verksamheterna och få en inblick i det dagliga arbetet. Jag överraskades över att, förutom sjukhuset och högskolan, så ligger även forskning under Sophiahemmets vingar. Vilket är perfekt eftersom alla områden går hand i hand. Det som har fångat mitt intresse mest är Sophiahemmets höga ambition att sätta människan främst i alla led inom dess vård och omsorg.

Vad ser prinsessan som sin främsta uppgift som hedersordförande?

– Det är först och främst viktigt för mig att sätta mig in i Sophiahemmets verksamhet och i aktuella frågor inom vård och omsorg. Vård och omsorg är något vi alla berörs av och för att ha en bra folkhälsa måste vi ha en bra vård. Sedan avser jag som hedersordförande



FOTO: KUNGAHUSET.SE

Prinsessan Sofia besöker operationsavdelningen på Sophiahemmet.

att underhålla den kungliga tradition som finns på Sophiahemmet.

Hur ser prinsessan på drottning Sophias vision om en god och tidsenlig vård för människor ur alla samhällsklasser?

– Det är väldigt viktigt. Alla människor bör få ta del av de främsta förutsättningarna inom vården.

Att Sophiahemmet håller fast vid drottning

Sophias vision ser jag som mycket positivt.

När drottning Sophia startade Sophiahemmet och sjuksköterskeutbildningen i slutet av 1800-talet var det något helt nytt. På många sätt var drottningen ovanligt framsynt och var mycket öppen för nya idéer. Ser prinsessan drottning Sophia som en förebild och i så fall på vilket sätt?

– Absolut, drottning Sophia var banbrytande



Prinsessan ser drottning Sophia som ett föredöme som stod stark i sin vision trots att hon fick utstå mycket skepticism för sin övertygelse.

– hennes arbete med att hjälpa fattiga och sjuka var det första steget i ett engagemang för utsatta. Hon fick utstå mycket skepticism för sin övertygelse och jag tycker alltid att man är ett föredöme när man står stark i sin vision om ett bättre samhälle för alla människor.

– Drottning Sophia initierade en sjuksköterskeutbildning innan själva Sophiahemmet grundades. Den grund, och utbildning, som Sophiahemmet ger Sophiasystrarna visar vilken förebild drottning Sophia var och jag anser att det är viktigt att bevara och vårda denna tradition.

Har prinsessan några egna erfarenheter av bra respektive dålig sjukvård?

– Jag har främst haft goda erfarenheter men är väl medveten om att det finns stora utmaningar inom sjukvården.

Prinsessan har tagit del av Sophiahemmets traditioner på nära håll. Vad tycker prinsessan om traditioner och varför är de så viktiga på en plats som Sophiahemmet?

– Traditioner skapar ett sammanhang och kan ge trygghet vilket jag tror är viktigt i en verksamhet där mycket handlar om ständig utveckling och mycket utmaningar. Examenshögtiden är väldigt högtidlig och görs med mycket stolthet, något jag önskar att alla sjuksköterskestudenter kunde få uppleva. Det är de som är vardagshjältar. ■

Prinsessan Sofia

Namn: H.K.H. Prinsessan Sofia.

Ålder: Fyller 32 den 6 december.

Familj: Maken prins Carl Philip och sonen prins Alexander, född 2016.

Bor: Drottningholm.

Fritidsintressen: Yoga, hälsa, träning samt barn- och ungdomsfrågor.

Hjärnan mår bra av träning

För vårdpersonal som ofta är utsatt för stark stress kan träning vara ett effektivt sätt att skydda sig. Det konstaterar Anders Hansen, läkare vid Sophiahemmet och författare till den uppmärksammade boken Hjärnstark.

Text: Helén Bjurberg

Anders Hansen, specialistläkare i psykiatri, har studerat och skrivit om medicinsk forskning under hela sin karriär, men först under senare år börjat notera hur allt fler stora och välgjorda studier pekar på vikten av fysisk aktivitet för hjärnans välmående. Samtidigt såg han ett mönster i sitt kliniska arbete på Sophiahemmet, där patienter som var fysiskt aktiva återhämtade sig lättare från depressioner och ångest och fick färre återfall än patienter som inte var det.

– Jag blev förvånad över att träning visade sig ge så pass stora effekter på hjärnan som det faktiskt gör, men mest förvånad blev jag över att siffrorna bagatelliserades. Hade det varit ett läkemedel som visat de här slående resultaten hade alla vetat om det. Nu när det handlade om något så enkelt som dagliga promenader gjorde ingen det, säger Anders Hansen.

HAN BESLUTADE SIG för att ändra på det och försöka nå ut med kunskapen till allmänheten själv. Resultatet blev succéboken Hjärnstark (Bonnier). I boken visar han på det starka sambandet mellan fysisk aktivitet och mental hälsa.



Anders Hansen

– Egentligen är det inte så märkvärdigt, utan vad som händer i korthet är att blodflödet till hjärnan ökar när vi konditionstränar. Och när hjärnan får mer energi tänker vi bättre och blir mer kreativa, säger Anders Hansen.

HAN FÖRKLARAR att träning på längre sikt gör stor nytta för minnet, eftersom det underlättar för nya hjärnceller att bildas. Även områden i hjärnan, som hippocampus och frontalloben, som är särskilt utsatta vid till exempel stress, stärks. Det senare, menar Anders Hansen, är kunskap som många bland annat inom vården borde ta till sig.

– Det är inte ovanligt att vårdpersonal upplever stark stress på sina arbeten. Då kan det vara av stor vikt att träna, eftersom det skyddar effektivt mot det, säger Anders Hansen

Han menar att vårdpersonal förutom att använda kunskapen för egen del, har en viktig roll i att vidareförmedla den till sina patienter.

– Många har säkert redan gjort det, men kanske mer slentrianmässigt. Nu finns det starka belegg för hur otroligt viktigt det är. När man har svart på vitt och kan presentera vetenskapliga argument för patienten är det betydligt lättare att nå fram, konstaterar Anders Hansen. ■



Tre fantastiska siffror om träning för hjärnan

Risken för demens minskar med **40%** vid fem promenader i veckan.

Normalt minskar antalet hjärnceller i hippocampus med 1 % per år under vårt vuxna liv. Regelbunden konditionsträning kan göra så att de i stället ökar med **2%**.

Blodflödet till hjärnan ökar med **20%** under ett konditionspass.



Anna-Karin Falk

Hälsa och hållbarhet går hand i hand

– Vårt mål är att skapa den bästa arbetsplatsen i vår bransch och då är faktorer som god arbetsmiljö, väl utvecklad friskvård och bra omhändertagande när medarbetarna blir sjuka väldigt viktiga, säger Anna-Karin Falk, HR-chef på Sophiahemmet.

– Men hälsa är så mycket mer än frånvaro av sjukdom, fortsätter hon. Vi ser hälsa som balans i livet, där det finns plats både för arbete och fritid.

Sophiahemmet erbjuder medarbetarna friskvårdsbidrag, subventionerade träningskort och en restaurang som serverar bra och hälsosam mat samt en hållbar arbetsmiljö.

– Samtidigt är det viktigt att individen själv tar ansvar för sin egen hälsa. Vi erbjuder ett smörgåsbord av aktiviteter och sedan är det upp till medarbetaren att välja det som passar utifrån sina förutsättningar och mål. ■



Segervissa IVF-medarbetare når Kebnekaises topp efter en strapatsrik vandring.

Friskvård på hög höjd

Den 20 augusti fladdrade IVF-gruppens flagga på Kebnekaises topp. Det var finalen på ett utmanande friskvårdsprojekt för 20-talet medarbetare på IVF-gruppen på Sophiahemmet. Det blev en tuff toptur med glaciärvandring i snöstorm.

Under våren har gruppen, bestående av läkare, barnmorskor och laboratoriepersonal i åldern 35-65 år, förberett sig med träning och workshoppar under ledning av Miranda Kvist, vd för Team Nordic Trail.

– Det var viktigt för oss att skapa något utöver det vanliga, som skulle motivera gruppen till träning och stärka gemenskapen, säger Arthur Aanesen, initiativ-

tagare till projektet och delägare av IVF-gruppen.

Också Miranda Kvist är imponerad:

– Det har varit fantastiskt att följa gruppen, och de framsteg vi såg redan innan vi åkte till Kebnekaise var stora.

Fördelarna med fysisk aktivitet på arbetsplatsen är uppenbara för alla involverade och det här är bara början för gänget på IVF.

– Alla som var med vill fortsätta träna tillsammans och ser fram emot nya utmaningar både på arbetsplatsen och utanför, säger Arthur Aanesen. ■



Löplopp som lockar

De senaste åren har medarbetare från Sophiahemmet Sjukhus och Högskola varit med i Blodomloppet och Bellmansstafetten, två motionslopp som genomförs på Djurgården. Personalstiftelsen har stått för deltagarnas startavgifter.

– Det trevligaste av allt är nog picknicken efteråt, det är sällan man får chans att umgås med sina kollegor utanför jobbet, säger Anna-Lena Stange som arbetar på ekonomiavdelningen på Sophiahemmet. ■

Snabb överlämning av stafett-pinnen mellan Anna-Lena Stange och Karin Sangevie.

Vi 5

Hur tar du dig till jobbet?

Marie Therborn, högskolan:



– Det beror på när på terminen och vädret. Antingen cyklar jag eller åker kommunalt, men försöker klämma in några promenader hem då det passar (11 km). Jag ser det

som ett perfekt tillfälle för motion, för att tömma huvudet på tankar och njuta av frisk luft.

Anna Kuhlstedt, vårdenheten:



– När jag jobbar kväll cyklar jag till jobbet och tar Roslagsbanan hem till Täby på kvällen. Och tvärtom när jag jobbar dag. Våra tider gör att jag tycker det är för tufft att cykla i båda riktningarna

samma dag. Tänk om det fanns ett litet cykelgarage så tjuvarna inte hittar den på natten!

Agnetta Ceder, operationsavdelningen:



– Jag cyklar till jobbet året runt. Har en sommarcykel och en vintercykel med dubb. Cyklingen är mitt livselixir. Man vet alltid hur lång tid resan tar, dessutom blir jag mycket piggare och

gladare både på jobbet och hemma. Som bonus får jag uppleva naturen i alla dess skiftningar under året.

Jimmie Ekroth, vaktmästeriet:



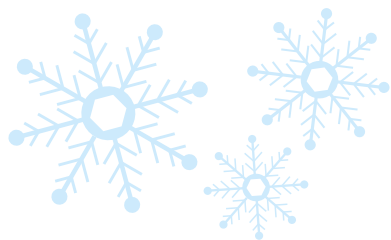
– Jag tar kollektivtrafik till Sophiahemmet där jag tränar på morgonen i det fantastiska gymmet vi har här. Jag försöker vara där varje dag. Målet är till största delen att må bra

och hålla mig pigg och kry.

Catarina Bergsten, husläkarmottagningen:



– Jag går i minst en kvart när jag ska till jobbet. Ibland springer jag. Under sommaren pendlar jag med motorbåt och buss från skärgården. Naturen och träning får mig att må bra.



Ny rehabplan för alpina landslaget

Efter flera allvarliga skador under fjolårssäsongen har det alpina landslaget utarbetat en ny plan för åkarnas rehabilitering. Den görs möjlig med hjälp av samarbetspartnern Sophiahemmet och specialisterna på Capio Artro Clinic.

Text: Johan Forsstedt **Foto:** Svenska skidförbundet

Fjolåret var ett riktigt otursår för det svenska alpina landslaget. Inte mindre än fem åkare råkade ut för allvarliga knäskador som tvingade dem att avbryta säsongen. Ett mörkt facit som fick landslagsledningen att fundera på hur de kunde optimera sitt arbete kring rehabilitering och skadeförebyggande.

– Vi drabbades av många skador under samma period och kände att vi ville ta ett större ansvar än vad vi tidigare gjort för att hjälpa åkarna tillbaka. Därför satsade vi resurser på att ta fram en plan för hur vi ska jobba med skador på ett optimalt sätt, säger landslagschefen Tommy Eliasson Winter.

DEN NYA PLANEN togs fram i våras av ett medicinskt team bestående av en fysiolog, en fysioterapeut, en läkare och en skidtränare. Med sina olika bakgrunder har de tillsammans kunskap om alla olika delar av rehabiliteringen, och kan se till att åkarna får rätt vård, rätt rehabträning och sedan även en säker stegring av intensiteten i skidåkningen. Det medicinska teamet sammanträder varje vecka för att diskutera framstegen hos de skadade åkarna, under ledning av fysiologen Jonas Enquist.

– Vi får en helt annan överblick och kontroll över de skadade åkarna med det här arbetssättet. Förut har det inte funnits någon tydlig organisation kring de skadade åkarna som då har fått klara sig lite mer på egen hand.



Ida Engström

Nu ska alla känna att de har fullt stöd från oss oavsett var de befinner sig i sin rehabilitering, säger Jonas Enquist, athletic director i alpina landslaget.

EN VIKTIG MEDSPELARE i skadearbetet är det alpina landslagets samarbetspartner Sophiahemmet sedan flera år. På Sophiahemmet genomförs hälsoundersökningar av alla åkare för att hitta eventuella problem på ett tidigt stadium, där görs operationer av skadade åkare och även en del rehabilitering. Dessutom är Capio Artro Clinics fysioterapeut Ida

”Vi får en helt annan överblick och kontroll över de skadade åkarna med det här arbetssättet.”

Engström även med i landslagets medicinska team.

– De skadade åkarna opereras ofta på Sophiahemmet och sedan är jag med och planlägger rehabiliteringen. Jag är också med och gör tester och bedömningar av åkarnas fysiska status för att se hur de återhämtar sig och om de är redo att börja åka skidor igen, säger Ida Engström.

Hur ser du på upplägget och hur har det fungerat hittills?

– Jag är jättepositivt inställd till arbetet så här långt. Det är väldigt bra att ha en fysiolog som följer åkarna och kan rapportera om framstegen varje vecka. Sedan är det också unikt att vi har en rehabcoach på skidor som kan slussa in åkarna i successivt hårdare träning på snö. Så efter det att fysiologen, fysioterapeuten och läkaren har gett klartecken för skidåkning finns det ytterligare en nivå av rehabilitering, den på snö. Det kommer leda till en säkrare återgång till tävlandet, säger hon. ■



Knäskadade Sara Hector har några månader kvar innan hon kan vara tillbaka i pisterna.

FOTO: TT-BILD

Läget för de skadade skidåkarna



Matts Olsson, 27

Drog av det främre korsbandet i ena knät under ett träningsläger i september 2015. Är nu skadefri och tävlade i världscuppremiären i Sölden i oktober.



Ylva Stålnacke, 24

Skadade både främre korsbandet och menisken i höger knä under ett fall i slutet av december 2015. Har nyligen börjat åka skidor igen men är inte tillbaka i tävling.



Sara Hector, 24

Fick en broskskada i vänster knä under världscupen i Åre i fjol. Är nu tillbaka i backen men är liksom Ylva Stålnacke inte redo att tävla ännu.



Nathalie Eklund, 24

Förstörde både främre korsband och inre ledband precis i slutet av december förra året. Rehabträningen går framåt men hon har ännu inte börjat åka skidor ännu.



Hanna Westman, 23

Slet sönder både främre korsband, inre ledband och menisk i sin världscupsdebut i januari i år. Läkning och rehab har gått bra men hon har några månader kvar tills hon kan åka skidor igen.



FOTO: SAMIR SOUDAH

– Det blir enklare för patienterna att ha läkare och fysioterapeut på samma ställe, säger Tor Ansved.

Nystartat kunskapscenter med fokus på neurologi

I början av december öppnar Neurocampus på Sophiahemmet. Det är en öppenvårdsmottagning med inriktning på fysioterapi inom främst neurologi. **Text:** Inger Sundelin

Verksamheten, som finns i nyrenoverade Lill-Janshuset, är ett samarbete mellan Neurology Clinic och Camp Scandinavia med målet att samla all kompetens kring neurologiska symtom och sjukdomar.

– Genom att olika vårdprofessioner samarbetar hoppas vi kunna förbättra och effektivisera omhändertagandet av patienterna och på sikt bygga ett kunskapscenter kring neurologiska sjukdomar och neurologisk rehabilitering, säger



Camilla Johnsson

Camilla Johnsson, vd för Camps ortopedtekniska verksamhet.

– Våra patienter har ett stort behov av rehabilitering och det kommer att underlätta för dem att ha sin fysioterapeut på samma ställe som sin läkare. Också för oss som arbetar här finns det stora fördelar genom att vi ses dagligen, säger Tor Ansved, verksamhetschef för Neurology Clinic.

I Neurocampus lokaler kommer det att finnas det allra senaste inom utrustning och träningsredskap liksom fysioterapeuter med

lång erfarenhet som är specialister inom neurologi och ortopedi.

– Vi följer nya rön inom forskningen och deltar aktivt i forsknings- och utvecklingsarbete. En viktig del av arbetet är noggrann utvärdering av behandlingsresultat, fortsätter Camilla Johnsson.

UTGÅNGSPUNKTEN FÖR Neurocampus verksamhet har varit att möta det stora behovet inom neurologisk rehabilitering och att samordna det med verksamheter som neurologi, neurofysiologi, smärtbehandling och ortopedteknik. Det är Camp som driver den ortopedtekniska verksamheten som finns på Sophiahemmet, en verksamhet som nu kommer att utökas med en komplett ortopedteknisk verksamhet i Lill-Janshuset.

– Flera andra samarbeten är planerade, bland annat med Ryggkirurgiskt Centrum och vi ser fram emot ett ytterligare utvecklat samarbete med fler vårdgivare på och utanför Sophiahemmet, säger Tor Ansved.

Neurocampus kommer att omfattas av vårdval specialiserad fysioterapi inom neurologi och ortopedi, men tar även emot privatbetalande och försäkringspatienter. ■

Traditioner ska ständigt förändras

Traditioner är viktigt på Sophiahemmet. Det betyder inte att allt ska vara likadant för evigt. Snarare handlar det om att följa med i tiden. **Text:** Per Westergård

På Sophiahemmet finns många levande traditioner. Flera är riktigt gamla, några är nya, och andra har bytt skepnad under åren.

– Att traditioner förändras är ingenting konstigt. Snarare en nödvändighet, säger Marina Dyfverman, kommunikationschef på Sophiahemmet.

Som exempel nämner hon Sophiafesten. Den skapades redan 1903, då under namnet Korsfesten, för att uppmärksamma och hedra de Sophiasystrar som hade varit yrkesverksamma i 25 år inklusive studietiden.

– Tidigare hölls ceremonin i sjukhusets kapell men för några år sedan kände vi att formen hade blivit väl gammaldags. Vi valde då att förnya det som inte längre kändes samtida men behålla den mycket uppskattade musikaliska inramningen samt det specialdesignade korset, som sedan i våras delas ut av prinsessan Sofia. Numera håller vi till i högskolans lokaler och lägger större fokus på att berätta om dagens verksamhet för de Sophiasystrar som efter examen oftast inte haft någon kontakt med Sophiahemmet.

– Redan i begreppet tradition finns ett element av förnyelse. Inte minst eftersom aktiviteter som inte anpassas till dagens förhållanden snabbt kommer att förlora sin relevans. Om allt hade bevarats precis som det var när verksamheten startade för 130 år sedan hade vi med stor sannolikhet inte funnits kvar i dag.

FLERA EVENEMANG återkommer år efter år: Sophiadagen i maj, drottning Sophias namnsdag firas med kaffe och tårta i Sophiahemmets salong. Minglen i matsalen vid sommar och jul. Julkrubban i kapellet, luciamorgonen och julmarknaden.

– De är viktiga händelser eftersom de bidrar till att skapa en känsla av kontinuitet, men också för att de fungerar som en överbyggare mellan olika epoker.

Tradition är ett av Sophiahemmets värdeord.



Examenshögtiden och utdelningen av förtjänsttecknet är traditioner som har förändrats.

– Den viktigaste innebörden är den kultur kring bemötande som vi har skapat. Att vi dessutom har ett antal återkommande aktiviteter handlar mer om att skapa en intern stolthet, och för att stärka sammanhållningen mellan medarbetarna.

NÄR SOPHIAHEMMETS verksamhet förändras påverkas traditionerna. Ett exempel är julottan som sedan ett antal år är avskaffad och det av en enkel anledning. Det finns inte längre några inläggande patienter under julen och därmed fyller den inte längre någon funktion.

– I stället har vi skapat ett luciafirande som

alla medarbetare inom sjukhuset och högskolan kan ta del av. Det är inte heller religiöst anknytning på samma sätt som julottan, även det en anpassning till tiden, säger Marina Dyfverman.

ANN BERGSMAN, som är undersköterska på vårdavdelningen och engagerad i Sophiahemmets traditioner, förklarar att drottning Sophia var framsynt när det gäller förändringar.

– Hon talade ofta om att vi ska skapa en vård anpassad till tidens anda. Den devisen lever vi efter än i dag och därför tar vi bort det som inte fungerar och bevarar det som är bra för kommande generationer. ■

Till sist



Vid välkomstmottagningen, som hölls i Köpenhamns rådhus, bjöds det på de berömda Rådhuspannakorna.

Pelle och Britta deltog i sjuksköterskekonferens

PER CARLSSON OCH Britta Grafström, sjuksköterskor vid operationsavdelningen, har varit på Nordic Operating Room Nurses Association kongress som i år hölls i Köpenhamn. Temat var "Perioperative nurses in education and practice" och 340 sjuksköterskor från 15 länder deltog. Resan blev möjlig tack vare bidrag från Personalstiftelsen.

Per och Britta berättar: "Vi fastnade speciellt för två talare: professor Judith Tanner från Nottingham talade om care bundles, små faktorer som tillsammans gör stor skillnad för att motverka postoperativa sårinfektioner. Hypotermi är en av dem. Något som vi verkligen tar till oss är hur vi på operation kan motverka/förhindra hypotermi genom preoperativ

uppvärmning av patienten. Vid anestesi sjunker patientens kroppstemperatur drastiskt och det tar lång tid att få upp den till normal nivå igen. Men genom att värma patienten 15 minuter innan bromsas den effekten.

Och sjuksköterskan Tove Staff från Bergen i Norge med avhandlingen "Theme of the month – strategic investment in focus areas". Hennes studie visade att medarbetarna upplevde att deras kunskapsnivå inom fokusområdena ökade när de tillsammans med ledningen varje månad valde ut ett speciellt område att diskutera."

Vill du också söka bidrag från Personalstiftelsen? Läs mer på sjukhusets intranät under medarbetare. ■



Kalendariet

1 december	Julmarknad kl. 11.00-13.30
7 december	Konstföreningens utlottning kl. 18.00
12-23 december	Julkrubban kan ses i kapellet kl. 11.00-14.00
13 december	Luciamorgon i kapellet kl. 07.00

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

Vinn boken "Tio tankar om arbete"!

Svara på frågan och var med i utlottningen av Bodil Jönssons uppmärksammade bok "Tio tankar om arbete". Bodil Jönsson har tidigare skrivit en annan bok på temat "tio tankar om". **Vad handlade den den om?**

1. Stress X. Träning 2. Tid

Mejla ditt svar till sophianytt@spoon.se. Senast den 31 januari 2017 behöver vi ditt svar.

VINNARE SOPHIANYTT 1/16 Grattis till: Anita Holmen, Göteborg, Eva Saagpakk, Bromma, Erik Jakobsson, Södertälje. Rätt svar: 84 år för kvinnor och 80 år för män.

BOKTIPS FRÅN BIBLIOTEKET



CANCERLAND – TUR OCH RETUR

Karin Wahlberg
Förlag: Wahlström & Widstrand

Öppenhjärtigt skildrar författaren både sina egna erfarenheter som patient med rektalcancer och livsavgörande skeden av allmängiltig karaktär utifrån sin yrkesroll som läkare.



DET ÅLDRADE MINNET: NYCKLAR TILL ATT BEVARA HJÄRNANS RESURSER

Lars Nyberg, Lars-Göran

Nilsson och Peter Letmark

Förlag: Natur & Kultur

Hur förändras minnet med åren, och framför allt – kan vi påverka utvecklingen?

HÄLSOPSYKOLOGI I VÅRDEN



Steven J. Linton
och Ida Flink

Förlag: Natur & Kultur

Författarna utgår från de senaste forskningsrönen och ger genom

en mängd olika exempel och fallbeskrivningar möjlighet till förståelse och insikt i det hälsopsykologiska arbetssättet.

TIO TANKAR OM ARBETE



Bodil Jönsson

Förlag: Bromberg

Bodil Jönsson tar sin utgångspunkt i vardagslivet när hon resonerar kring arbetets roll i dag. Hon introducerar begreppet "lagomarbete" som syftar till att hitta ett läge som funkar för varje enskild individ.

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.