

LIVSVIKTIGT

Ny professur
i geriatrik

Undersköterska
vill skapa
trygghet

Rätt att välja

TEMA: Vårdval
möjligt för specialist-
tjänster som ASIH

Ny på jobbet

NU HAR JAG varit på plats i några månader och har besökt alla Stockholms Sjukhems verksamheter. Jag möts av en välkomnande organisation som tydligt visar engagemang, stolthet och kompetens. Likaså av en stark drivkraft och vilja att göra gott. Jag är övertygad om att det även är vad våra patienter, boende och närstående möter. Det är en del av den anda och själ som gör att vården och omsorgen här håller hög kvalitet.

Det pågår en debatt om välfärdens finansiering och spelregler. Jag är engagerad i Farnas styrelse och välkomnar en diskussion om hur vi lyfter kvalitet och värnar mångfald. Vi kan som idéburen stiftelse bidra med goda exempel och initiativ till utveckling.

HÄR I LIVSVIKTIGT får du möta professor Miia Kivipelto som har tilldelats Stockholms Sjukhems donationsprofessur i geriatric. Vi berättar om vårdval

med avancerad sjukvård i hemmet (ASIH) som exempel. Många vet inte att det går att välja vårdgivare inom en mängd områden, och få vet vad ASIH som vårdform kan erbjuda.

Du får också ta del av vår fortsatta satsning på kvalitet och vårdutveckling. Missa inte heller Bodil Jönssons krönika om att vara nogga med tiden. ●

KARIN THALÉN
SJUKHUSDIREKTÖR

Värdefull utveckling

Nysatsning säkrar kvaliteten för framtiden

Utveckling skapar värde för patienter, boende och närstående. Stockholms Sjukhem gör en nysatsning och rekryterar två nyckelpersoner för att bli ännu bättre.

– Patientsäkerhet har alltid varit viktigt för Stockholms Sjukhem, och genom att tillsätta två nya tjänster gör vi en extra satsning på detta, säger sjukhusdirektör Karin Thalén.

Förändringen innebär att en tidigare roll som kvalitets- och vårdutvecklare har delats upp på två personer. Båda är nyanställda.

Vårdutvecklaren Ulrika Jakobsson arbetar specifikt med vårdutvecklingsfrågor, nära både vården och FoUU.

– Inom varje vårdområde finns biträdande vårdutvecklare. Jag samarbetar med dem för att tillsammans stödja det systematiska förbättringsarbete som behöver ske i verksamheten, berättar hon.

Christina Jansson är kvalitetsutvecklare och arbetar med utveckling och förvaltning av ledningssystemet. Där ingår vård och omsorg, men också stöd-

funktioner som administration, service och fastighet.

– Jag stöttar verksamheterna i deras planering och utvecklingsarbete. Det är viktigt att förenkla och förbättra så att vi håller fokus på dem vi är till för. Ledningssystemet ska hållas levande och uppdateras i enlighet med nya krav.

Båda menar att Stockholms Sjukhems verksamhet håller mycket hög kvalitet.

– Men nya steg behöver ständigt tas. En framtidsfråga är den ökade digitaliseringen, som ger nya tekniska möjligheter, säger Christina Jansson.

Ökat patient- och boendefokus förutspås också.

– Delaktighet och inflytande kommer att bli starkare inom hela vården, vilket ställer nya krav, säger Ulrika Jakobsson.

– Vi har båda till uppgift att ta Stockholms Sjukhem till framtiden. Vi kommer att arbeta nära varandra och båda vara mycket ute i verksamheterna. Det är i mötet med patienter och boende som vår verksamhet blir till. ●

TEXT ANNELI KAMLIN
FOTO STOCKHOLMS SJUKHEM



Nya på Stockholms Sjukhem: Christina Jansson (t v), kvalitetsutvecklare, och Ulrika Jakobsson vårdutvecklare.



Adress Box 12230, 102 26 Stockholm **Telefon** 08-617 1200 **E-post** info@stockholmsjukhem.se

Webbplats www.stockholmsjukhem.se **Ansvarig utgivare** Marianne Spiik **Redaktion, Stockholms Sjukhem** Marianne Spiik, Malou Hedebro **Produktion** Kamlin Kommunikation AB **Layout** Katrin

Uddströmer **Omslagsfoto** Håkan Lindgren

Tryck DanagårdLiTHO
ISSN 2000-9119





Stockholms Sjukhem finansierar
Miia Kivipelto's
professur.

Ny professur breddar forskning

Livsstilsförändringar som förebygger åldrandets sjukdomar är ett av flera områden i fokus för Miia Kivipelto, som nyligen tilldelades Stockholms Sjukhems donationsprofessur i klinisk geriatrik.

Professuren finansieras av Stockholms Sjukhem genom en donation till Karolinska Institutet på 15 miljoner kronor.

– Jag är mycket glad för uppdraget. Donationsprofessuren ger mig och min forskargrupp en fin möjlighet att bidra till såväl fortsatt forskning om åldrande och åldrandets sjukdomar som utbildning och utveckling inom området. Allt för att kunna ge den bästa vården för äldre, säger Miia Kivipelto.

Hon är sedan tidigare professor i

klinisk geriatrisk epidemiologi vid Karolinska Institutet och verksam vid Institutionen för neurobiologi, vårdvetenskap och samhälle.

– Bredden i Stockholms Sjukhems vårdverksamhet ger unika möjligheter att bredda forskningsaktiviteter som rör åldrande och åldrandets sjukdomar, säger Miia Kivipelto.

– En stor del av den geriatriska forskningen hittills har handlat om minnesproblematik. Det är ett viktigt område, men vi behöver också gå vidare med forskning kring förebyggande livsstilsförändringar samt diagnostik, multisjuklighet och läkemedelsanvändning.

Hennes forskargrupp är multidisciplinär och består av geriatriker, sjuksköterskor, psykologer, fysioterapeuter



VI BEHÖVER FORSKA MER OM ÄLDRES LIVSSTIL.



och dietister. Gruppen har påbörjat samarbetet med Stockholms Sjukhems verksamheter.

– Ett samarbete gäller enheten för yngre med demenssjukdom. De flesta som bor där är diagnostiserade på Hudinges minnesmottagning, och vi får nu möjlighet att följa upp dem med både kvalitativ och kvantitativ forskning.

Ett annat arbete pågår via Akademiskt Centrum för Äldretandvård (ACT) för att studera kopplingar mellan tandhälsa och fysisk hälsa hos äldre.

– Två andra aktiviteter är planerade. Den första har kopplingar till den så kallade FINGER-studien och handlar om livsstilsintervention. Vi ska studera effekter av fysiska och sociala aktiviteter inom äldreomsorgen, framför allt för personer som har minnessvagheter.

Den andra aktiviteten handlar om sambanden mellan multisjuklighet och läkemedelsanvändning.

– Vi vill studera hur dessa hänger ihop och hur vi kan gå vidare med forskning, men också med att tillämpa vad vi redan vet, säger Miia Kivipelto.

– Jag hoppas också att kunskap och resultat från andra forskningsprojekt som jag och min grupp ingår i, till exempel Karolinska universitetssjukhusets läkemedelsstudier och flera europeiska samarbetsprojekt, ska kunna implementeras i stiftelsens vårdverksamheter så att dessa får ta del av ”state-of-the-art” på flera områden.

Stockholms Sjukhem har sedan tidigare donerat två professurer till Karolinska Institutet, en i geriatrik och en i palliativ medicin. ●

TEXT MARIANNE SPIIK

FOTO ERIK CRONBERG

Vård efter eget



Som patient är det ofta möjligt att själv välja var man ska få sin vård. Det gäller både husläkare och specialister av olika slag. Stockholms Sjukhem omfattas av vårdvalet på de flesta av sina verksamhetsområden.

TEXT ANNELI KAMLIN → FOTO HÅKAN LINDGREN

VÅRDVAL I STOCKHOLM är ett patientvals-system i Stockholms län. Systemet innebär att Stockholms läns landsting auktoriserar vårdgivare inom olika vårdområden, och att länets patienter därefter har möjlighet att välja vem de vill vända sig till.

Vårdvalet gäller inom den offentligt finansierade vården. Med det menas dels vårdenheter som drivs av landstinget, dels privata vårdgivare som har

val

Dennis Andersson följde läkarens rekommendation av vårdval för ASIH.

– Jag är imponerad av systemet

EN AV DE VERKSAMHETER inom Stockholms Sjukhem som omfattas av vårdval är Avancerad Sjukvård i Hemmet, ASIH.

– Vården hos oss ersätter vård på sjukhus. Patienterna får hjälp av ett ASIH-team som ger kvalificerad medicinsk vård alla tider på dygnet. Det allra viktigaste är att det bidrar till patientens livskvalitet, säger överläkaren Mikaela Luthman på ASIH Innerstaden.

Dennis Andersson blev inskriven på Stockholms Sjukhems ASIH för första gången hösten 2015.

– Medan jag var inlagd på sjukhuset nämnde min läkare att ASIH skulle vara ett bra alternativ för mig. Ärligt talat sa det inte mig så mycket. Jag kände inte till vårdformen, och inte heller vårdvalet. Doktorn rekommenderade Stockholms Sjukhem, och när jag fick höra mer tyckte jag att det lät bra, säger han.

En vecka efter att beslutet var fattat kom för första gången teamet från ASIH hem till Dennis Andersson. Sedan följde dagliga besök av en sjuksköterska, som bland annat gav injektioner. Efter att Dennis hade blivit bättre blev han i maj utskriven. Sedan augusti är han inskriven

igen, dock med mindre intensiv vård. Nu räcker det med ett besök i veckan.

– Om det behövs kan jag ringa när som helst, även på natten, vilket känns mycket tryggt. Vid akut smärta är någon här på plats och hjälper till inom en halvtimme. Doktorn är också ofta här, säger Dennis Andersson.

– Det här är en ny värld för mig och allt fungerar helt perfekt. Jag är mycket imponerad av det här systemet. Något liknande finns till exempel inte i min födelsestad Helsingfors, säger Dennis Andersson, som är pensionerad marknadschef och även har bott i Teheran, Luxemburg och Köpenhamn.

Han uppskattar särskilt bemötandet från medarbetarna på ASIH.

– Alla som har kommit hit har varit mycket empatiska, säger han.

ASIH erbjuder till långvarigt sjuka patienter eller patienter i livets slutskede. Många av de patienter som vårdas av ASIH Innerstaden bor i närområdet

– Men vårdvalet gör att vi även kan ha patienter som bor på andra håll. Bra planering är A och O, så att vi har så mycket tid som möjligt att lägga på varje person, säger Mikaela Luthman. ●

HÄR KAN DU VÄLJA STOCKHOLMS SJUKHEM

STOCKHOLMS SJUKHEM erbjuder avancerad sjukvård i hemmet (ASIH) till personer som bor på Kungsholmen, Norrmalm, Södermalm, Östermalm, Lidingö, Solna, Bromma, Hässelby-Vällingby, Spånga-Tensta, Rinkeby-Kista, Sundbyberg och Sollentuna samt inom Ekerö kommun. ASIH-teamen utgår från Bromma och Kungsholmen.

vårdavtal med landstinget, däribland Stockholms Sjukhem.

– Vårdvalet utgår från en positiv grundidé, att människor får göra ett eget val, säger Mats Brådman på Stockholms Sjukhem, verksamhetschef för Palliativt Centrum och Brommageriatriken.

På 1177 på nätet finns listor på auktoriserade vårdgivare inom olika specia-

listområden. Bland dem kan patienten välja.

– Men rent praktiskt är det inte alltid så lätt för patienten att välja vårdgivare. Friska personer söker oftast inte information, och den som redan är sjuk har kanske inte ork att sätta sig in i vilka alternativ som finns. Ofta blir det därför den remitterande läkaren som föreslår patienten ett alternativ, säger Mats Brådman.

Stockholms Sjukhem har på eget initiativ gjort en kartläggning av hur patienter och närstående ser på vårdvalet. Med hjälp av undersökningsföretaget Ipsos har man studerat hur, vad och när patienter och närstående söker informa-



Mats Brådman

ALEXANDER RUIAS





Överläkaren Mikaela Luthman cyklar mellan patienterna som har valt Stockholms Sjukhem i vårdvalet för ASIH.

och på vilka grunder valet ska göras, säger Mats Brådman.

I dagsläget lever vården som helhet inte upp till de krav som ställs i och med vårdvalet, enligt undersökningen. Information om att det är möjligt att välja når inte ut. Vårdtagarna tvivlar också på att det i praktiken finns alternativ att välja bland, dels inom vissa specialiteter, dels för att det är kö till vården.

– Det stämmer att möjligheten att komma dit man vill beror på den valda vårdgivarens möjligheter att ta emot patienter. Ibland kan det uppstå konflikt mellan vårdvalet och tillgången på vårdplatser, säger Mats Brådman.

För att öka medvetenheten om vårdvalet kan vägledning och stöd i beslutsprocessen behövas, konstaterar Ipsos i slutsatserna av undersökningen. Det kan handla om kunskap om olika alternativ, men även hjälp med var och hur man bäst söker information, samt vilka faktorer man bör ta hänsyn till och vilka frågor som bör ställas. Medvetenhet och konkreta verktyg kan alltså underlätta valet.

– På Stockholms Sjukhem arbetar vi sedan tidigare aktivt med kommunikation genom olika kanaler för att bland annat underlätta beslut inför vårdvalet, men vi ser också över vad vi kan göra mer.

Det är landstinget som auktoriserar vårdgivarna, men det är invånarnas val som avgör hur mycket ersättning mottagningen får, eftersom pengarna följer patienten.

– Styrningen upplevs ibland kortsiktig av oss vårdgivare. Inte minst kan landstinget ändra krav och förutsättningar under avtalstiden. ●

JOURNAL VIA NÄTET

STOCKHOLMS LÄNS LANDSTING inför "Journal via nätet" med start hösten 2016. Patienter i Stockholms län kommer att få tillgång till delar ur sin egen journal via nätet genom en säker inloggning på 1177 Vårdguiden. Stockholms Sjukhems verksamheter kommer att ansluta till tjänsten under 2017.

SPRÅKUTBILDNING I ÄLDREOMSORGEN

MÅNGA ANSTÄLLDA inom äldreomsorgen har ett annat modersmål än svenska. De flesta talar bra svenska, men det finns också de som har bristande språkkunskaper.

– Alla som arbetar hos oss ska ha rätt förutsättningar för sitt arbete. Det är viktigt för att kontakten med de äldre som bor här och deras närstående ska fungera på bästa sätt, men också för att varje medarbetare ska klara alla moment i arbetet och kunna delta i verksamhetens utveckling.

– Därför har vi startat en egen språkutbildning. Vi har anställt en språklärare och medarbetarna går utbildningen under arbetstid, berättar vård- och omsorgsboendets verksamhetschef Therese Lindberg.



NY HUSLÄKARE PÅ PLATS

STOCKHOLMS SJUKHEMS husläkarmottagning har förstärkt personalgruppen ytterligare för att öka tillgängligheten. Elizabeth Djurstedt Berglind är specialist i allmänmedicin och tar emot såväl barn som vuxna. Husläkarmottagningen erbjuder vård präglad av professionalitet och ett personligt engagemang. Läs mer på www.stockholmssjukhem.se/huslakare.

tion om vårdval, samt vilken kännedom och vilka attityder och behov som finns när det gäller vårdval.

De tillfrågade i undersökningen tycker i grunden att vårdvalet är bra. Valmöjligheten förknippas dock främst med husläkare och äldreomsorg. Efter att de har fått mer information om att vårdvalet omfattar fler vårdområden är de dessutom positivt överraskade av den stora valmöjlighet som finns.

– Samtidigt har vi fått bekräftat att vårdvalet även innebär en utmaning, dels för att man inte alltid är helt medveten om att det finns, dels för att det är svårt att veta hur man ska gå tillväga

STOCKHOLMS SJUKHEM SOM VÅRDVAL

STOCKHOLMS LÄNS LANDSTING har auktoriserat Stockholms Sjukhem som vårdgivare när det gäller palliativ vård, avancerad sjukvård i hemmet (ASIH), husläkare, primärvårdsrehabilitering samt kirurgisk och neurologisk rehabilitering.

Vårdval för geriatrik införs 2018, enligt Stockholms läns landstings plan.

När det gäller äldreboende har det i många år varit möjligt att välja boende när man har ett biståndsbeslut. Inom Stockholms stad kallas det kundval och Stockholms Sjukhems vård- och omsorgsboendet är ett alternativ som äldre kan välja.

Lyssnar till känslominnen

Att få de boende att må så bra som möjligt är målet för undersköterskan Peter Sindmark, som är glad att han bytte yrkesinriktning helt och började inom vården.

TEXT ANNELI KAMLIN → FOTO STOCKHOLMS SJUKHEM

– Min viktigaste uppgift är att förmedla och skapa trygghet. Alla människor har en dörr till sitt inre. Det gäller att hitta nyckeln. Man måste vara lyhörd, säger Peter Sindmark, undersköterska på Stockholms Sjukhems vård- och omsorgsboende på Kungsholmen, på en enhet för demenssjuka.

Han började på Stockholms Sjukhem 2010, då med rehabilitering av personer med förvärvade hjärnskador, och innan dess arbetade han på en akutmottagning.

– På akuten kunde de flesta patienter prata och berätta vad de behövde. Här är det inte så. Därför gäller det att hitta andra sätt att kommunicera, med kroppsspråk, attityd och annat.

Miljön ska upplevas harmonisk, varm och bidra till att ge ett värdigt liv, menar Peter Sindmark.

– Våra boendens känslominnen lever kvar, och vi ska finnas där när känslorna kommer fram. Men här finns inget facit. Ibland gör även jag fel och missförstår. Då kan den boende bli ledsen eller arg.

Peter trivs bra på Stockholms Sjukhem, som han hört bra saker om tidigare.

– Här sker ständiga förändringar, vilket är positivt. Det var till exempel roligt att flytta in i det nybyggda vård- och omsorgsboendet för två år sedan och vara med om att bygga upp rutiner här.

Att arbeta med demenssjuka är speciellt på fler sätt:

– Den sociala fernissan försvinner

efter ett tag. Demenssjuka är ofta fruktansvärt ärliga, vilket kan vara oerhört uppfriskande. Samtidigt är det här inte alltid ett lätt jobb. I tuffa situationer gäller det att kunna använda sin professionalism och vila i att jag inte är här för min egen skull.

Peter Sindmark har en bred erfarenhet från vårdverksamheter, men hans bakgrund är också en helt annan.

– Farfar var trädgårdsmästare och jag arbetade länge som markanläggare. Jag har också jobbat inom industrin och med bilar. Sedan ville jag göra någonting helt annat, och valde vården. Det kändes rätt på en gång.

På ledig tid gör han gärna resor.

– Senast var jag sex månader i Australien och jobbade bland annat som skogshuggare. Dessförinnan reste jag runt i Indien. Det är roligt att möta människor och se andra sätt att leva. Det ger mig livsglädje som jag kan dela med mig av. ●

PETER SINDMARK

Jobb: Undersköterska på Stockholms Sjukhems vård- och omsorgsboende
Född: Västerås **Bor:** Flemingsberg
Bakgrund: Markanläggare, industriarbetare, bilmek, undersköterskeutbildning, hospice, arbete med utvecklingsstörda, akutsjukvård **Intresse:** Resa långt och länge

Peter Sindmark söker nyckeln till de boendes inre.





Läkare och patient på Kungsholmsgeriatriken.

FLER VÅRDPLATSER FÖR ÄLDRE

➔ **UNDER HÖSTEN HAR YTTRELLIGARE 14** vårdplatser på Kungsholmsgeriatriken öppnat. Nu har verksamheten totalt 42 vårdplatser för patienter från hela Stockholms län. Den geriatriska vården är specialiserad på äldre som behöver medicinsk behandling och rehabilitering. För att vårdas på Kungsholmsgeriatriken behövs en remiss från hushälskare eller läkare på sjukhus. ●

HJÄRNA TILLSAMMANS

➔ Stockholms Sjukhem deltar i Stroke/HjärnskadeForum, ett treårigt samarbetsprojekt mellan bland annat ideella organisationer och vårdgivare.

Projektet genomförs med stöd av Allmänna arvsfonden och syftet är att uppnå bästa möjliga stöd och rehabilitering för personer med stroke/förvärvad hjärnskada och deras närstående.

Inom ramen för projektet arrangeras utbildningar och seminarier. Det kommer också att utvecklas en telefonservice för personer med stroke/förvärvad hjärnskada, deras närstående och personal. Information ska samlas, spridas och utvecklas. För mer information se www.hjarnatillsammans.se. ●



KIROPRAKTOR I BROMMA

➔ Nu finns även en legitimerad kiropraktor på mottagningen för primärvårdsrehabilitering på Bromma sjukhus. En kiropraktor arbetar med att diagnostisera, behandla, rehabilitera och förebygga problem i rörelseorganen. Exempel på besvär som kan behandlas med kiropraktisk behandling är rygg- och nacksmärtor, ischias, utstrålande smärta, knäproblem och huvudvärk. Tid hos kiropraktorn bokas på telefon 08-687 52 79. ●

KRÖNIKA

Att vara noga med tiden

Egentligen kan man inte ha ont om tid och inte heller gott om den. Det är dessutom fullständigt meningslöst att försöka jaga den. Det bästa man kan göra är att bara låta den komma. Vilket den också gör, ödesbundet, i sin egen givna hastighet, och det alldeles oberoende av våra önsknings.

Samtidigt: om det finns någon del av livet då man relativt sett har ont om tid, så är det när man är gammal och sjuk. Jag tänker inte främst på att man troligen har kortare tid kvar att leva utan på att alla göromål tenderar att ta längre tid. I det läget får inte vården dra onödigt mycket tid. Den levda sjukdomen är en annan än den diagnosticerade och den behandlade, och den måste man leva med dygnet runt. Om man då inte vet vart man ska vända sig, hur man ska boka tider och hur man som multisjuk ska kunna hålla dem, om veckan fylls med provtagningar och provsvar och remisser och... då kan till sist vården ta all tid. Man blir då snarare sina sjukdomar än sig själv.

I MÖTEN eller i värsta fall icke-mötena med vård och omsorg kan tidstjuvar fira stora triumfer. Det gör de om de får dig att mer rikta din uppmärksamhet mot sjukdomar, funktionsnedsättningar och vårdinsatser än mot din hälsa. Omvänt: Ju mindre tid och ork du behöver lägga på dina sjukdomar och allt som hör till insatserna mot dem, desto mer tid blir det över för din hälsa, det vill säga för det som är riktat mot det positiva i livet. Ingen som arbetar inom vården och omsorgen har något emot en mer hälsofrämjande inriktning. Tvärtom – genom en sådan kan exempelvis ditt immunförsvar, din kondition och din balans förbättras. Men för att vårdinsatser ska dra så lite totaltid som möjligt för den sjuka, behöver de bygga på en annan genomtänkt logik och logistik än dagens. Första steget på vägen mot detta kan vara att få upp ögonen för hur illa olika insatser idag kan passa ihop – sett från patientens håll. ●



BODIL JÖNSSON

Fysiker och författare, professor emerita och verksam vid avdelningen för rehabiliteringsteknik vid Lunds universitet, Certec. Har bland annat skrivit boken *Leva Livet Hela Livet* (tillsammans med Maj Rom, Brombergs 2015).