

DANISH JOURNAL OF NURSING

# Sygeplejersken

---

**5**

NOMINEREDE TIL

**ATHENA  
PRISEN**

---

FOREBYGGELSE  
AF **VOLD**  
BEGYNDER  
I FODENDEN

SÅDAN ÆNDREDE  
AFDELING  
ADFÆRD

---



PLEJEHJEMSLÉDER:

**GÅ NYE VEJE**

**May Bjerre Eiby** har skabt sit eget plejehjem i protest mod et system, som hun mener, svigter de gamle. Nu opfordrer hun andre til at gøre op med vanetænkning, overmedicinering og unødvendige hjælpemidler. Læs hvordan hun og andre sygeplejersker går nye veje, der får de gamle til at live op.

**ANNONCE**

# Vi skal udnytte momentum

Debatten efter ældretopmødet vidner om politisk vilje til at tage vigtige skridt til at gøre ældreplejen bedre. Fra mange aktører lyder der ønsker om at føre ældreplejen ind i en ny æra, hvor faglig ledelse og en lærende kultur er omdrejningspunktet.

Det politiske engagement til nytænkning ses også i statsministerens åbningstale i Folketinget, hvor hun kom med nyheden om at give syv kommuner "fuldstændig frihed" i tilrettelæggelsen af forskellige dele af velfærdsydelse, heraf tre på ældreområdet.

Det skal udnyttes. Det er nu tid til – sammen – at tage nye skridt til at udvikle sygeplejen og omsorgen og den måde, vi organiserer den på. Til gavn for borgerne, de pårørende samt for de dedikerede medarbejdere.

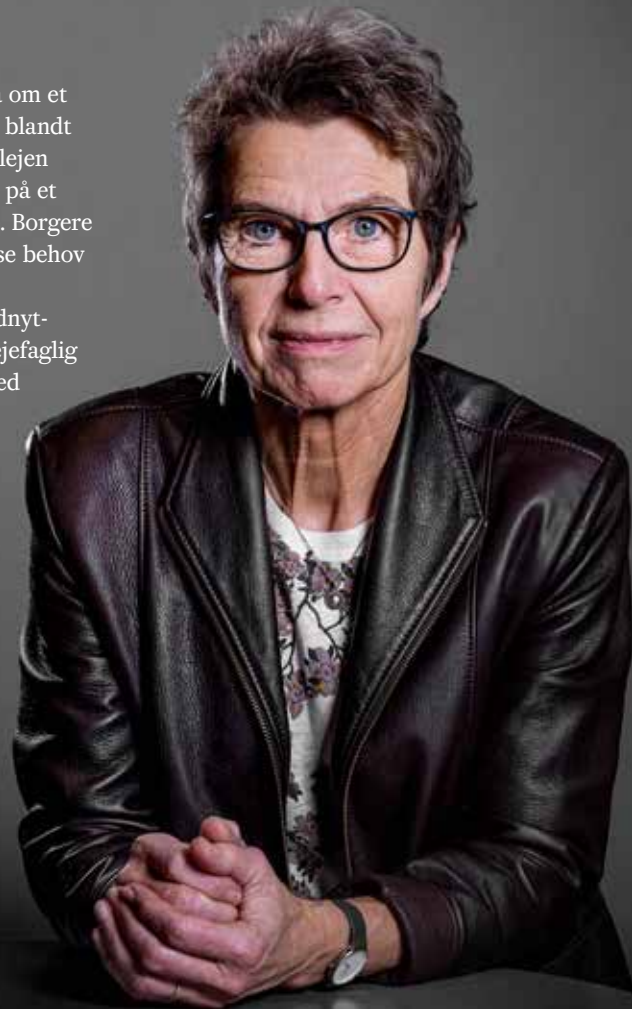
Forslag om at indføre mindre teams omkring den enkelte borger samt at gøre op med ydelsestænkningen er skridt i en rigtig retning. Momentum skal samtidig bruges til et opgør med f.eks. BUM-modellen.

Debatten vidner desværre også om et fravær af erkendelse af tilstanden blandt beboere på plejehjem og i ældreplejen generelt. Op mod 2/3 af beboerne på et plejecenter er kognitivt svækkede. Borgere med multisygdomme og komplekse behov er hverdag i ældreplejen.

Derfor skal momentum også udnyttes til at sikre en stærkere sygeplejefaglig ledelse samt mere geografisk lighed i sundhed på tværs af kommunerne. Dansk Sygeplejeråd foreslår derfor, at der indføres en national kvalitetsstandard for ældreplejen, som vil sikre ensartede pejlepunkter, der skal navigeres efter lokalt. Alle taler om det. Nu er det tid til handling, og det kan ikke gå for hurtigt.

*Grete Christensen*

Grete Christensen,  
formand



## I OKTOBER HAR DANSK SYGEPLEJERÅD VÆRET I MEDIERNE MED BL.A. DISSE EMNER

### Jyllands-Posten

"Det er sygeplejersker, der kaster deres kroppe ind i den her indsats. De bliver kastet rundt i forskellige opgaver, og jeg mener, vi giver dem for lidt løn og anerkendelse. Det er noget af det, jeg vil arbejde for i den kommende formandsperiode."

**GRETE CHRISTENSEN,**  
formand for Dansk Sygeplejeråd.

### POLITIKEN

"Er det patienter? Ledere? Er der en kendt politik på arbejdspladsen, eller står den støvet på en hylde? Hvad er kulturen med at italesætte det? Vi vil analysere, om der er afdelinger med markante problemer, og så skal vi se på, om der er personer, der ikke egner sig til at være på de arbejdspladser."

**ANNI PILGAARD,**  
næstformand i Dansk Sygeplejeråd om sexchikane.



"Man bliver nødt til at tage en dialog med den enkelte medarbejder. Sygeplejerskerne vil gerne være med til at finde en løsning, men de vil behandles ordentligt, og de vil have indflydelse på, hvordan de skal arbejde."

**CHRISTINA WINDAU HAY LUND,**  
kredsnæstformand i DSR Kreds Nordjylland,  
om coronaberedskabet.

Ansvh. chefredaktør  
**MORTEN JAKOBSEN**  
mja@dsr.dk  
Telefon: 4695 4110

Redaktionschef  
**JAKOB LUNDSTEEN**  
jlu@dsr.dk  
Telefon: 4695 4180

Redaktionssekretær  
**LOTTE HAVEMANN**  
lha@dsr.dk  
Telefon: 4695 4179

Redaktionssekretær  
**HENRIK BOESEN**  
hbo@dsr.dk  
Telefon: 4695 4189

Fagredaktør  
**JETTE BAGH**  
jba@dsr.dk  
Telefon: 4695 4187

Journalist  
**CHRISTINA SOMMER**  
cso@dsr.dk  
Telefon: 4695 4264

Journalist  
**ANNE WITTHØFFT**  
awi@dsr.dk  
Telefon: 4695 4108

Journalist  
**KRISTINE JUL ANDERSEN**  
kja@dsr.dk  
Telefon: 4695 4278

Grafiker  
**MARIA FRIMANN STORM**  
mfs@dsr.dk  
Telefon: 4695 4281

Art Director  
**SASJA HERMANSEN**  
sh@dsr.dk  
Telefon: 4695 4117

Art Director  
**MATHIAS N JUSTESSEN**  
mnj@dsr.dk  
Telefon: 4695 4280

Næste nummer af Sygeplejersken udsendes  
19. - 22. oktober 2020

Hvis Sygeplejersken udebliver  
Log ind på dsr.dk → Menu → Sygeplejersken → Kontakt  
→ Har du ikke modtaget Sygeplejersken?  
Udfyld og send blanketten, og bladet bliver eftersendt.

Distribueret oplag  
Perioden 2018-19 77.393 ekpl.  
Medlem af Danske Medier

Årsabonnement  
(pr. januar 2020) 900,00 kr. + moms

Løssalg  
70,00 kr. + moms.  
Kontakt Media-Partners på  
abonnement@media-partners.dk

Ændring af medlemsoplysninger  
Kontakt Medlemsregisteret, Telefon: 3315 1555,  
medlemsregisteret@dsr.dk

Tryk: Stibo

Annoncer: Media-Partners, Det Gl. Mejeri, Alhøjvej 2,  
Stilling, 8660 Skanderborg, Telefon: 2967 1436

Stillingsannoncer: stillinger@media-partners.dk  
Tekstsideannoncer: annoncer@media-partners.dk

Manuskriptvejledning, udgivelsesplan m.m.:  
www.dsr.dk → Menu → Sygeplejersken → Om Sygeplejersken

Ophavsret: Enhver anvendelse af hele eller dele af artikler, fotos  
og illustrationer fra Sygeplejersken, såvel papirudgaven som den  
elektroniske udgave, er kun tilladt med skriftligt samtykke fra redak-  
tionen eller forfatteren/fotografen/illustratoren jf. lov om ophavsret.

Ansvar: Dansk Sygeplejeråd har intet ansvar for produkter og ydel-  
ser, som omtales i Sygeplejerskens annoncer eller indstik. Redak-  
tionen påtager sig intet ansvar for materialer, der indsendes uop-  
fordret. Holdninger, der tilkendegives i artikler og andre indlæg,  
udtrykker ikke nødvendigvis Dansk Sygeplejeråds synspunkter.

Forsidefoto: Bax Lindhardt

Udgiver: Dansk Sygeplejeråd, Sankt Annæ Plads 30,  
1250 København K, telefon: 3315 1555, redaktionen@dsr.dk,  
www.sygeplejersken.dk ISSN 0106-8350



Fagforening med  
fag og overenskomst



Tidsskrift  
5041 0004

# INDHOLD

TEMA

# TIL KAMP FOR DEN BEDSTE ÆLDREOMSORG

Sygeplejersker og plejehjemsledere går alternative veje for at skabe plejehjem, der giver ældre med demens et ikke bare tåleligt, men værdigt liv de sidste år. Liv uden medicin og unødvendige hjælpemidler, men med natur, dyr, respekt og aktiviteter. Man kan godt bøje reglerne lidt, lyder det.

SIDE

# 20

20 SÆT PLEJEHJEMMENE FRI

22 VI ERSTATTER MEDICIN MED OMSORG

24 MAN SKAL IKKE FRYGTE AT KOMME PÅ PLEJEHJEM

25 MAGTEN I PLEJEN UNDERVURDERES

27 VI ER EN SLAGS HØJSKOLE FOR ÆLDRE

28 SYGEPLEJERSKER HØJNER KVALITETEN

30 "JEG FÅR SERVERET MORGENMAD PÅ ET SØLVFAD - NÆSTEN"

33 FRA PLEJEHJEM TIL LIVSGLÆDEHJEM

## SYGDOM OG GRAVIDITET FIK IBEN TIL AT ÆNDRE KURS

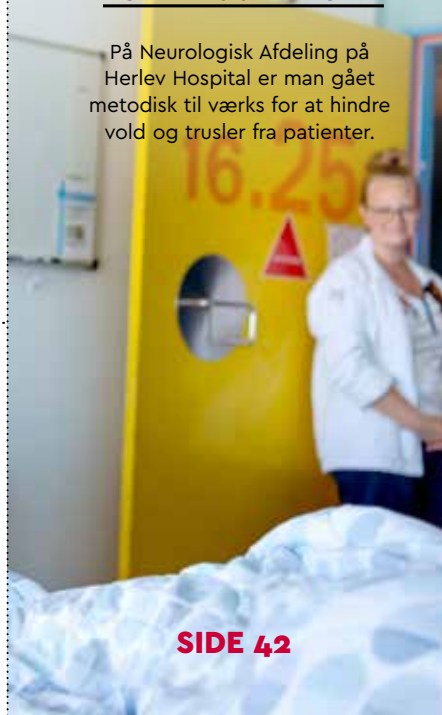
En kræftdiagnose midt i en graviditet vendte verden på hovedet for **Iben Lund Mikkelsen**, der fik et nyt syn på sin rolle som sygeplejerske.

SIDE ..... **54**



## SIMPLE VÆRKTØJER FOREBYGGER VOLD

På Neurologisk Afdeling på Herlev Hospital er man gået metodisk til værks for at hindre vold og trusler fra patienter.



SIDE 42

## HVAD VED DU OM VITAMINER OG MINERALER?

Test din viden om de kemiske forbindelser, der er vitale for kroppen. Find ud af, hvad der er værd at vide om vitaminer og mineraler.



SIDE 37



Skiftedag

## “JEG HOLDT ØJE MED JOBANNONCERNE”

Sygeplejerske **Maiken Drasbek Emmersen** kunne endelig søge job på Ambulatorium for Graviditet og Ultralyd, da ansættelse blev mulig, hvis hun ville tage uddannelsen som sonograf.

SIDE 66



## ATHENA PRISEN

En engel og en app. Lysbehandling til nyfødte, plasticsortering og elektronisk monitorering af håndhygiejne. Her er de nominerede til Dansk Sygeplejeråds nye sygeplejefaglige pris.

SIDE 50

## ÅBEN DIALOG OM SEXCHIKANE

Uønsket seksuel opmærksomhed og sexchikane må ikke være et tabu. Det mener **Anni Pilgaard**, næstformand i Dansk Sygeplejeråd. Ledelsen skal gå forrest, og krænkelse skal være et fælles ansvar, siger hun.

SIDE 7

HØRT!

## LIVET ER MERE END AT UNDGÅ AT BLIVE SYG

Regeringens coronastrategi har for store omkostninger. Det mener sygeplejerske ved Hospice Djursland **Mette Gammelgaard**, der peger på, at mennesker risikerer at dø uden livsvigtige relationer.

SIDE ..... **19**



**ANNONCE**



# Det er aldrig den enkeltes ansvar

Tekst NANA TOFT · Foto ANTHON UNGER

Sexchikane og uønsket seksuel opmærksomhed må og skal ikke være et tabu. "Det væsentligste er, at vi skaber en åben dialog på arbejdspladserne," siger næstformand i Dansk Sygeplejeråd, Anni Pilgaard.

"Vi har en enestående chance for stor gennemslagskraft med den massive samfundsdebat, der er om sexchikane lige nu."

Sådan lyder det fra næstformand i Dansk Sygeplejeråd Anni Pilgaard, der fortæller, at Dansk Sygeplejeråd er i gang med at opbygge et samarbejde på tværs af sundhedsvæsenet.

"Ingen er så stærke, som når fagbevægelsen står sammen," forklarer hun.

Om en måned kommer desuden konklusionerne fra en spritny medlemsundersøgelse om sexchikane.

"Ambitionen har været at gå endnu mere i dybden med problemstillingerne. Det vil hjælpe os med at sætte effektivt ind," forklarer Anni Pilgaard.

## Taget på det forkerte ben

Det er ikke et ukendt fænomen, at sygeplejersker i Danmark er udsat for sexchikane og uønsket seksuel opmærksomhed. Det viser flere undersøgelser blandt medlemmerne. Undersøgelserne viser samtidig, at det i 90 pct. af tilfældene er patienter, der krænker, og at der blandt disse også er mange demente.

"Jeg siger ikke, at det er i orden, hvis der er tale om et menneske med demens. Blot at der skal andre redskaber til,

end hvis der er tale om sexchikane fra en kollega eller en overordnet," siger Anni Pilgaard.

"En gennemgående oplevelse hos mange sygeplejersker er desuden følelsen af at blive "taget på det forkerte ben" og først sent forstå, at de har været udsat for en krænkende oplevelse," forklarer Anni Pilgaard.

"Flere reagerer med forbløffelse og handlingslammelse på de her episoder," fortæller Anni Pilgaard.

## Ledelsen skal gå forrest

Fra Dansk Sygeplejeråd og fra arbejdspladserne er der flere gange taget initiativer til at stoppe episoderne.

"Det har vist sig at være svært at trænge igennem, når man på flere måder har stået alene. Det kan den nuværende situation ændre på," håber Anni Pilgaard.

Hun understreger, at det kræver, at ledelserne går forrest, og at både tillids- og arbejdsmiljørepræsentanterne støtter op.

"Det væsentligste er, at vi får skabt en åben dialog om det her på arbejdspladserne. Vi skal ændre kulturen med, at det er tabu. Det skal være noget, vi taler om," siger hun og tilføjer:

"Min vigtigste pointe er, at det aldrig er den enkeltes ansvar, men altid et fælles ansvar."

# 23 fra samme afdeling har sagt op

Tekst KRISTINE JUL ANDERSEN · Foto LARS HORN



Næsten halvdelen af sygeplejerskerne på intensivafsnittet på Sjællands Universitetshospital i Roskilde har de seneste seks måneder opsagt deres stilling. Det sker i kølvandet på corona og ny leder.

23 sygeplejersker har det seneste halve år sagt deres job op på intensivafsnittet på Sjællands Universitetshospital i Roskilde. Først sagde seks op. Så yderligere seks. Og måneden efter syv. De sidste har sagt farvel de seneste måneder. Nogle sagde op uden at have andet på hånden. Mange havde flere års erfaring.

Inden opsigelserne var de 52 sygeplejersker på afdelingen.

Det begyndte, efter at afdelingssygeplejersken gik på pension i marts, og en ny kom til, som i forvejen var afdelingssygeplejerske på intensiv i Køge. Nu skulle hun lede begge afsnit. Samtidig blev sygehuset udnævnt til regionens coronahospital, og det væltede ind med patienter.

Tillidsrepræsentant Anne Kochen fortæller:

”Vi fik 120 nye sygeplejersker alle mulige steder fra, som skulle hjælpe os. Vi skulle oplære dem samtidig med, at vi havde ansvar for ekstra patienter. Vi oplærte dem døgnet rundt. Selv i nattevagterne. Det var hverken sjovt for os eller dem.”

## Flere weekendvagter

Situationen kaldte på en synlig leder, men sygeplejerskerne oplevede det modsatte fra den nye afdelingssygeplejerske.

”Hun flyttede ind på kontoret og lukkede døren. Hun gjorde ikke noget for at finde ud af, hvem vi var. Der var ingen anerkendelse eller synlighed. Vi vidste ikke, hvor vi havde hende,” fortæller en af de sygeplejersker, der har sagt op.

Anne Kochen supplerer:

”Vi oplevede en leder, som ikke lyttede, når vi sagde fra og kom med andre forslag.”

Derfor slog det ekstra hårdt, da ledelsen sløjfede de fastansattes ordning med at arbejde hver 3. og 4. weekend. I stedet skulle de arbejde hver 2. weekend, som de nye hjælpere var blevet pålagt.

Opsigelserne begyndte, da coronabølgen lagde sig og medførte mangel på kolleger.

”Jeg kunne ikke sove om natten. Jeg var bekymret for min næste vagt. Nogle gange var man alene med 1-2 vikarer og en FADL-vagt, der ikke må give medicin. I starten sagde jeg, at mig skulle de ikke få ned med nakken. Men efter tre måneder besluttede jeg, at jeg ikke ville spilde mit krudt på det her og sendte min første jobansøgning. Siden har jeg sovet godt igen,” fortæller sygeplejersken, der har sagt op.

## ”Nåde ikke at opbygge tillid”

Afdelingssygeplejerske Susanne Hedegaard ønsker ikke at udtale sig, men ledende oversygeplejerske Dorthe Bruun Jacobsen siger:

”Det er rigtig bekymrende, når så mange siger op, og det er vi selvfølgelig kedede af. Det sker i kølvandet på corona, som gav mange store ændringer på kort tid. F.eks. med stort indlån af nyt personale, der skulle læres op. Det trak veksler på det faste personale, der samtidig fik en ny leder, som de ikke nåede at opbygge tillid til, før det gik løs med corona,” siger hun og fortsætter:

”Det er heller ikke rart for sygeplejerskerne, at de mister deres vagtordning. Heldigvis er den nu oppe at stå igen, og vi er godt i gang med at få afsnittet på fode igen.”

Hvad angår utilfredsheden over ikke at føle sig hørt, fortæller Dorthe Bruun Jacobsen, at der er møde om emnet og den samlede situation den 8. oktober.



# 30.000

Så mange ekstra ambulante kontakter forventer Region Hovedstaden at afvikle i år for at komme puklen af udskudte behandlinger til livs. Ophobningen skyldes forårets delvise nedlukning som følge af coronaepidemien og omfatter også 5.000-7.000 ekstra operationer, skriver Berlingske. Region Hovedstaden forventer, at de ekstra operationer bliver foretaget i år, så ventetiden generelt kan komme ned på det niveau, der var før coronabølgen.

## Aftale om tidlig pension fremtidssikrer ikke alle

Selvom praktiktid, barsel og deltid tælles med i retten til tidlig pension, er det ikke nok til at fremtidssikre ordningen for sygeplejerskerne, konstaterer Dansk Sygeplejeråd.

Tekst **LOTTE DAHLMANN**

Regeringens aftale om tidlig pension til nedslidte, som er indgået med Enhedslisten, SF og Dansk Folkeparti, kommer hovedsageligt sygeplejersker uddannet på den gamle uddannelse til gode.

”Det er en god aftale for de uuddannede og erhvervsuddannede grupper i samfundet, og det under vi dem gerne. Men arbejdet som sygeplejerske med skiftende vagter slider, og derfor havde vi en forventning om, at vores medlemmer også skulle dækkes ind. Det er positivt, at barsel, deltid og praktikperioderne på SU-uddannelser nu

tæller med i opgørelsen af ancienniteten. Men det er desværre ikke nok til at fremtidssikre ordningen for alle de nuværende og fremtidige sygeplejersker, der har en gymnasial uddannelse. I de næste år vil vores medlemmer med den gamle uddannelse være med, men derefter falder vi ud,” siger næstformand i Dansk Sygeplejeråd, Anni Pilgaard.

Ud fra aftalen er det ikke muligt for Dansk Sygeplejeråd at beregne, hvor mange flere sygeplejersker, der vil kunne blive omfattet af den nye aftale.

SKOTLAND

## Sygeplejersker som ekspertvidner i seksager

Skotske sygeplejersker kan nu efteruddanne sig, så de kan foretage eksaminationer i retsmedicinske undersøgelser af ofre for seksuelle overgreb. Dermed kan sygeplejerskerne optræde som ekspertvidner i retssager. Den skotske regering har afsat 400.000 kr. til at understøtte, at der bliver uddannet 20 sygeplejersker i den faglige disciplin: avanceret klinisk retsmedicin med fokus på seksuelle overgreb. Uddannelsen rangerer på masterniveau. Direktør for det skotske sygeplejeforbund, Theresa Fyffe, siger til Nursing Standard: ”At uddanne sygeplejersker som eksperter til at foretage retsmedicinske eksaminationer er vitalt for udviklingen af en arbejdsstyrke med mange discipliner. Det vil forbedre håndteringen af ofre for seksuel kriminalitet.”

(jlu)

TV-serie

## Sygeplejersken fra helvede

Nurse Ratched er vendt tilbage. Sygeplejersken Mildred Ratched blev kendt som iskold tilhænger af lobotomi (det hvide snit) og passiviserende medicin i behandlingen af psykiatriske patienter i filmen 'Gøgereden' (1975) med Jack Nicholson i hovedrollen. Nu har sygeplejersken fra helvede fået sin helt egen tv-serie. Året er 1947, og seriens åbnings-scene er meget blodig. Men scenen tjener måske til at forstå baggrunden for, at Ratched med alle midler prøver at blive ansat på en galeanstalt, hvis behandlingsnormer mildt sagt ligger et stykke fra nutidens recovery-tankegang. Og den tilgang til patienterne passer fint ind i sygeplejerskens planer og hendes talent for at spotte andres svagheder.

'Ratched'. Af Ryan Murphy. Med Sarah Paulson som Mildred Ratched. Kan ses på Netflix.



## Livet skal være tryggere for mennesker med demens

Demente og deres pårørende rammes ofte af utryghed og isolation. Folkebevægelsen for et Demensvenligt Danmark har undersøgt, hvordan livet med demens ser ud i Danmark i 2020. Undersøgelsen bygger bl.a. på en spørgeskemaundersøgelse med 5.762 komplette besvarelser, hvor også fagpersoner har deltaget.

Folkebevægelsen for et Demensvenligt Danmark vil bruge undersøgelsen og rapporten til at designe indsatser, der skal gøre livet lettere og tryggere for mennesker med demens tæt inde på livet. Dansk Sygeplejeråd støtter – sammen med 12 andre organisationer – arbejdet med at skabe større tryghed og bedre muligheder for, at alle kan deltage i samfundets aktiviteter.

(sbk)

Læs rapporten her [www.demensvenligt danmark.dk](http://www.demensvenligt danmark.dk)



## Demens Forhøjet risiko for at dø

Mennesker med demens og infektionssygdomme dør oftere end andre uden demens.

Tekst HENRIK BOESEN

Ældre med demens rammes hyppigt af sygdomme som f.eks. infektioner forårsaget af virus eller bakterier. Og har den ældre været indlagt på hospital til behandling for en infektionssygdom, stiger risikoen for at dø næsten syv gange sammenlignet med en ældre med demens, som ikke er behandlet for en infektion.

En ældre uden demens har tre gange højere risiko for at dø, hvis han eller hun er behandlet for en infektion, sammenlignet med en tilsvarende ældre, som ikke er behandlet for en infektionssygdom.

### Langvarig øget risiko

Forskergruppen fra Nationalt Videnscenter for Demens på Rigshospitalet, som står bag undersøgelsen, fandt desuden, at

risikoen for at dø fortsatte med at være forhøjet i op til 10 år efter, at personer med demens havde været på hospitalet med en infektion. Dødeligheden i forhold til alle typer infektioner – både alvorlige infektioner som blodforgiftning og småinfektioner som ørebetændelse – blev ved med at være forhøjet sammenlignet med personer uden demens eller personer, som ikke havde været på hospitalet pga. infektioner.

Konklusionen på undersøgelsen lægger op til en større opmærksomhed på problemstillingen vedrørende demens og infektioner, herunder ikke mindst at have øje for at forebygge infektioner. Selv en banal infektion kan ende med et alvorligt forløb.

## Fag & Forskning

### Mere nyt fra Fag&Forskning

Du kan finde flere nyheder på [dsr.dk/](http://dsr.dk/) fagogforskning. Tjek os løbende på mobilen, eller få en daglig nyhedsopdatering direkte i din mailboks.

## Simpel lysbehandling kan foregå hjemme

Nyfødtte børn, som pga. gulsot har brug for simpel og ukompliceret lysbehandling, kan behandles hjemme, viser et projekt fra Region Hovedstaden. Behandling i hjemmet sikrer, at tilknytning og familiedannelse ikke bliver forstyrret af indlæggelse på neonatalafdeling eller barselsgang.

103 behandlingskrævende børn blev inkluderet i

den indledende projektperiode i 2019, og erfaringerne blandt både personale og forældre var så gode, at projektet er blevet fast tilbud til familierne.

(hbo)

Læs 'Lysbehandling i hjemmet giver familierne ro' i *Fag&Forskning* nr. 3/2020

# Bedre liv med en skridttæller



Et rehabiliteringsforløb målrettet patienter med åreforkalkning i benene har god effekt på gangdistance og livskvalitet. Det er afgørende, at gangtræningen er varieret og indeholder elementer af leg og konkurrence.

Tekst **HENRIK BOESEN**

Livskvaliteten hos patienter, som lider af åreforkalkning i benene, stiger efter et rehabiliteringsprojekt bestående af gangtræning i 12 uger med registrering i logbog af antal skridt via skridttæller og undervisning i sygdommen og kost. Det er afgørende, at gangtræningen er varieret og indeholder elementer af leg og konkurrence, og at de 12 ugers træning følges op, f.eks. i aftenskoleregi. Sygeplejersker, fysioterapeuter og diætister skal forestå projektet.

Det er resultatet af et studie, som ph.d.-studerende og sygeplejerske Maj Siercke, Rigshospitalet, er kommet frem til.

118 patienter fra de københavnske vestegnskommuner indgik i projektet. Målgruppen var patienter, som lider af åreforkalkning i benene, men som ikke stod foran en umiddelbar operation.

**Ikke omfattet af rehabiliteringskrav**  
Åreforkalkning i benene kan i sidste ende

føre til blodprop i hjerne eller hjerte og til nedsat førlighed og øget dødelighed. Trods denne risiko for patienterne er tilstanden ikke omfattet af de generelle regler for patienters krav om rehabilitering, hvilket er målet for forskergruppen bag projektet.

Flere end 50.000 borgere i Danmark lider af sygdommen. Rigshospitalet alene behandler flere end 2.000 patienter om året.

## Unge patienter har brug for særlig pleje og behandling

Kronisk og alvorligt syge unge er en sårbar patientgruppe, og mange har problemer med at forene sygdom og ungdomsliv. For at sikre disse patienters trivsel og sundhed på både kort og lang sigt er det nødvendigt at tilpasse pleje og behandling til de unges udvikling, særlige behov og generelle ungdomsliv.

Et projekt på Rigshospitalet afdækkede behovene og nåede frem til fem anbefalinger, som kan blive vigtige pej-

lemærker for sygeplejersker i arbejdet med at skabe ungevenlige forandringer i sundhedsvæsenet.

(hbo)

Læs 'Danske anbefalinger til et ungevenligt sundhedsvæsen' i *Fag&Forskning nr. 3/2020*



# Betydning af sygepleje skal dokumenteres

Søg støtte fra Dansk Sygeplejeråds sygeplejefaglige forskningsfond, som støtter ny forskning, der kan dokumentere, om og hvordan sygepleje har betydning for borgere og patienter.

Tekst **HENRIK BOESEN**

Man kan nu søge støtte fra Dansk Sygeplejeråds sygeplejefaglige forskningsfond. Fonden støtter ny forskning, der kan dokumentere, hvilken betydning sygepleje har for rehabilitering, genindlæggelser og patientsikkerhed.

Det overordnede tema er denne gang 'En sygeplejerske mere giver liv til flere'.

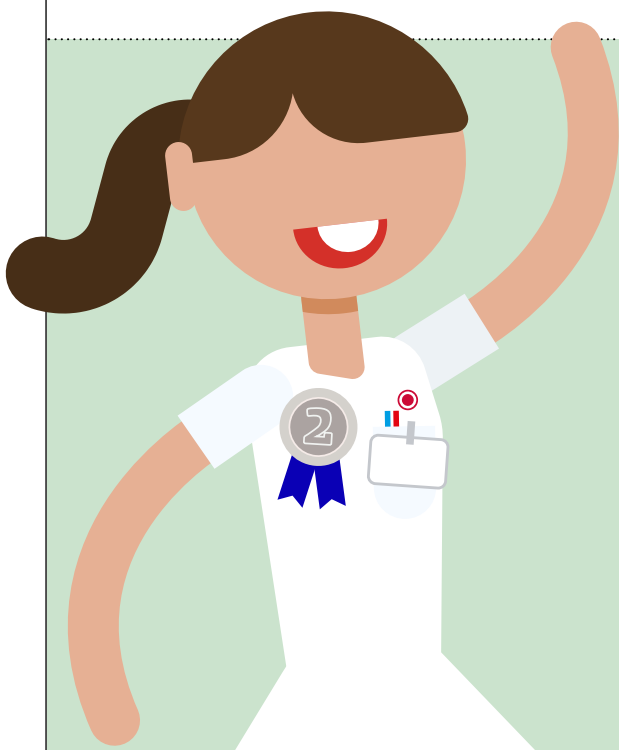
"Vi oplever, at der er stor fokus på behandling af patienterne og den betydning, den har for f.eks. deres overlevelse. Men samtidig er der heldigvis også stigende dokumentation for, at sygepleje har betydning, og det vil vi gerne bidrage til. Altså, at det er vigtigt med nye behandlingsformer, men også at den sygepleje, patienterne modtager, har afgørende betydning, og

ikke mindst betydningen af antallet af sygeplejersker," siger Dorthe Boe Danbjørg, næstformand i Dansk Sygeplejeråd.

## Ansøgningsfrist til januar

Forskningsfonden uddeler i denne runde 786.000 kr. Ansøgningsfrist er den 5. januar 2021, hvorefter ansøgningerne behandles af fondens bestyrelse. I løbet af foråret 2021 vil det blive offentliggjort, hvilke ansøgninger der vil modtage støtte.

*Læs mere på [dsr.dk](http://dsr.dk) > Menu > Fag og forskning > Forskning > Fonde til forskning og udvikling > DSRs Sygeplejefaglige forskningsfond*



## Sygeplejersker nr. 2 i troværdighedsmåling

Sammen med jordemødre og læger er det igen i år sygeplejerskerne, der ligger i top, når danskerne bliver bedt om at vurdere 26 forskellige faggruppers troværdighed.

Jordemødre, sygeplejersker og læger – i den rækkefølge – er mest troværdige. Det viser den årlige troværdighedsanalyse, som Radius CPH har gennemført for 12. år i træk. I bunden af listen befinder politikere, bilforhandlere og journalister sig. Dermed ser både top og bund ud som de foregående år med den forskel, at politikernes troværdighed er steget under coronakrisen.

Det er et repræsentativt udsnit af danskerne i alderen 18-75 år, der har vurderet de udvalgte faggruppers troværdighed.

(mlu)



# Grete Christensen genvalgt

Formand for Dansk Sygeplejeråd, Grete Christensen, fortsætter på posten og blev genvalgt uden modkandidater. Det betyder, at hun fortsætter som formand frem til 2024.

## Grete Christensen takker for tilliden

”Jeg er glad for og stolt over at skulle stå i spidsen for 77.000 sygeplejersker i fire år mere. Der er nok at gøre. Sygeplejerskernes store indsats fortjener anerkendelse, ros og enorm respekt. Det har coronakrisen sat en tyk streg under. Men vi står i den grad også overfor at skulle kæmpe for bedre arbejdsmiljø og løn. Det kommer vi bl.a. til ved OK21. Her står vi overfor svære forhandlinger, som jeg ser frem til at stå i spidsen for. Lønkampen skal også tages på Christiansborg, fordi sygeplejerskers lønefterslæb skyldes politiske beslutninger i forrige årtusinde,” siger hun.

(dsr)

## Nye klare regler om psykisk arbejdsmiljø

Arbejdstilsynet har for første gang samlet de vigtigste regler om psykisk arbejdsmiljø i én bekendtgørelse. Den nye bekendtgørelse skaber klarhed om reglerne. Dermed er et stort ønske fra fagbevægelsen blevet opfyldt.

Formålet med bekendtgørelsen er at gøre reglerne tydeligere for arbejdsgivere og medarbejdere, så det fremover vil være lettere at arbejde systematisk med at forebygge problemer i det psykiske arbejdsmiljø. Til sammenligning er der langt over hundrede bekendtgørelser, der konkretiserer det fysiske arbejdsmiljø.

Arbejdstilsynet vil desuden supplere bekendtgørelsen med tre nye vejledninger om:

- Stor arbejdsmængde og tidspres.
- Uklare krav og modstridende krav i arbejdet.
- Høje følelsesmæssige krav i arbejdet med mennesker.

(mlu)

## Tidlig specialisering til studerende

Talentprogram for sygeplejestuderende skal øge rekrutteringen og styrke sygeplejen for ældre.

120 sygeplejestuderende på Københavns Professionshøjskole får fra efteråret 2021 mulighed for at følge et toårigt forløb svarende til et halvt års fuldtidsstudie (30 ECTS-point) ud over grunduddannelsen. Forløbet skal understøtte det øgede behov for sygeplejersker med særlig viden inden for pleje af ældre, medicinske patienter i den primære sektor som følge af, at et stigende antal ældre bliver diagnosticeret med kroniske

sygdomme som f.eks. kronisk obstruktiv lungesyndrom (KOL) og type 2-diabetes. Forløbet forventes at bidrage til at øge rekrutteringen til sygeplejefprofessionen.

Det er Novo Nordisk Fonden, som i syv år vil skyde 44,4 mio. kr. i talentprogrammet, som hedder Copenhagen Honours College i Sygepleje.

(hbo)

# Seniorsammenslutningen Højskole, landsmøde og generalforsamling 2021



Seniorsammenslutningens højskole, landsmøde og generalforsamling finder sted i perioden den 8.-14. august 2021 på Højskolen Marielyst, Bøtøvej 2, 4873 Væggerløse, Falster.

## Ugemmet er "Strejftog på Sydhavsøerne"

Tilmelding skal ske direkte til højskolen på [www.hsmarielyst.dk](http://www.hsmarielyst.dk) eller [kontor@hsmarielyst.dk](mailto:kontor@hsmarielyst.dk) eller på telefon 5413 6361.

Tilmelding åbnes den 2. november 2020, og sidste frist for tilmelding er den 30. november 2020. Oplys, at du er seniorsygeplejerske samt dit medlemsnummer. Du kan tage en ledsager/veninde med.

## Priser:

Enkeltværelse	5.300 kr.
Dobbeltværelse	9.800 kr.

I forbindelse med kursustilmelding er der mulighed for at tilkøbe bustransport til og fra højskolen.

Det fulde kursusprogram kan ses på [www.hsmarielyst.dk](http://www.hsmarielyst.dk) fra den 2. november 2020.

*Sygeplejefaglig Dag og generalforsamling er onsdag den 11. august 2021 fra kl. 09:00 - ca. 17:00. Nærmere oplysninger med program følger. Prisen for deltagelse i denne dag er 200 kr.*

*Seniorsammenslutningen  
i Dansk Sygeplejeråd*

SILENTIA SKÆRMSYSTEM  
Værdsat af patienter i alle aldre



Silentia Skærmsystem er en patenteret skærmløsning, som bidrager til optimal hygiejne, fleksibilitet og praktisk håndtering.

Book tid for en gratis fremvisning hos jer af en Silentia foldeskærm.

**EasyClean™**  
Let at rengøre

**EasyReturn™**  
Let at folde sammen og trække ud

**EasyClick™**  
Mobil eller fast monteret



Keep it Clean™

Silentia ApS – Tel: 39 90 85 85 • [info@silentia.dk](mailto:info@silentia.dk) | [www.silentia.dk](http://www.silentia.dk)

## DSR-kalenderen 2021 til dig

Med dette nummer af *Sygeplejersken* modtager du DSR-kalenderen for 2021. Vi håber, at du får glæde af den.

Kalenderen er sendt med *Sygeplejersken* til alle medlemmer, som ikke senest den 20. september fremlodte kalenderen.

Hvis du ikke nåede at melde kalenderen fra og ikke ønsker at modtage den længere, kan du altid fremlodde den fremadrettet ved at sende besked til [dsr@dsr.dk](mailto:dsr@dsr.dk). Husk at oplyse medlemsnummer.

Redaktionen



Dansk Sygeplejeråd



# Succes med bedre sammenhæng i patientforløb

Hjælp til at kontakte egen læge, en relevant person i kommunen eller afvænningsklinikken.

Fire brobyggerpsygeplejersker ansat på Aalborg Universitetshospital har siden ansættelsen i december sidste år hjulpet et stort antal sårbare patienter i den vanskelige overgang mellem hospital og eget hjem.

Brobyggerpsygeplejersken er dermed en konstant støtte, som følger patienten gennem behandlings- og udredningsforløbet. Kontakten foregår primært på hospitalet, men også telefonisk og ved hjemmebesøg. I 2020 har der været kontakt 1.593 gange.

## Taknemmelige pårørende

"Vi får tilbagemeldinger fra pårørende, som er meget taknemmelige over, at deres nærmeste bliver hjulpet på tværs i systemet, så de rent faktisk får den behandling, de har brug for. Det øvrige

personale har ligeledes med stor glæde taget imod brobyggerpsygeplejerskerne, da tiden ofte er presset i forhold til at gå i dybden med disse patienter og deres livssituation," siger Lise Søndergaard, leder af Sund Info på Aalborg Universitetshospital, i en pressemeddelelse.

Også regionsrådsformand Ulla Astman (S) glæder sig over resultatet af ordningen, som er med til at mindske ulighed i sundhed:

"Lighed i sundhed forudsætter, at borgerne behandles forskelligt gennem målrettede tilbud. Der er et stort politisk ønske om at skabe lige muligheder for alle vores patienter, og med brobyggerordningen har vi mulighed for at hjælpe de mest udsatte patienter med at skabe sammenhæng og overblik. Derfor glæder jeg mig over de gode resultater."

(hbo)

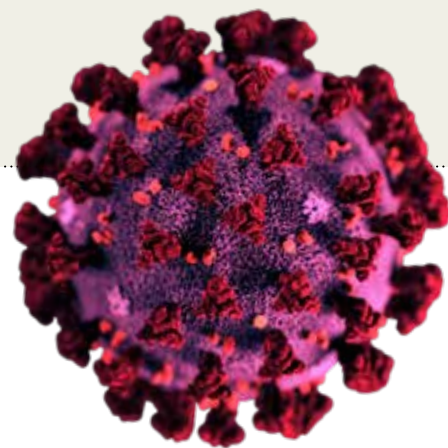


## Corona bremser behandling af psykisk syge

Behandlingen af patienters mentale sundhed på verdensplan er i stort omfang blevet aflyst pga. coronapandemien. Det viser en ny undersøgelse fra WHO. Den afdækker, at tilbuddene om behandling af psykiske lidelser er blevet aflyst eller minimeret i 120 lande verden over. Howard Cotton, der er administrerende direktør i den internationale sygeplejerskeorganisation ICN, siger:

"Disse tal er i sandhed chokerende. Behandlingen af mental sundhed har altid været vital, når vi betragter det hele menneske. Men mange steder i verden er mental sundhed marginaliseret, underfinansieret og ikke anerkendt som en del af det "rigtige" sundhedsvæsen."

(jlu)



## Anmeld covid-19 som arbejdsskade og få råd om senfølger

Dansk Sygeplejeråd står klar til at hjælpe dig, hvis du oplever problemer med at anmelde covid-19 som arbejdsskade, eller hvis du har spørgsmål om senfølger.

Oplever du f.eks., at:

1. Du har haft covid-19, men ikke har fået det anmeldt som arbejdsskade?
2. Du har haft problemer med at få din arbejdsskade anmeldt?

3. Du har haft senkomplikationer, men ikke har en positiv covid-19-test eller antistoftest?
4. Du har haft senkomplikationer og dermed mange sygedage, og du er i fare for at miste dit job?

Her kan du se, hvor og hvordan du kan få hjælp af Dansk Sygeplejeråd:  
[dssr.dk](https://dssr.dk) > Løn og arbejdsvilkår > Arbejdsmiljø > Arbejdsskader

# Når huden er sårbar, er vi sårbare

- Allergivenlig fugtplejeserie
- Udviklet af hudlæge Uffe Koppelhus
- Særligt velegnet til atopisk, tør og beskadiget hud
- Nøje sammensat af de mest effektive fugtgivere
- Styrker hudens naturlige barriere og holder huden blød, smidig og sund
- Tilpasset det nordiske klima
- 0% parfume og farvestoffer

*"Fugtpleje er en hel central forudsætning for, at huden holdes sund. Med MDerma sikrer vi, at du hurtigt og nemt finder de produkter, der hjælper med at bevare huden i den bedst mulige tilstand – uanset hudtype."*

Hudlæge, cand.scient., ph.d.,  
Uffe Koppelhus



Som læser får du **25% rabat** på alle  
MDerma produkter på [goodskin.dk](http://goodskin.dk)



MDERMA+



## Ældrepleje

# Sproget præger vores tilgang til omsorg

Af **SARA BODEKÆR HANSEN**, stud.cur. og kvalitets- og udviklingssygeplejerske.

”Min mor skal ikke på plejehjem!” Ordene kom fra en god kollega over frokosten. Jeg forstår det godt. De eksempler, der har præget medierne på det seneste, får også mit sygeplejehjerte til at bløde. Jeg væmmes og bliver flov over, at det kan ske i vores fag.

Senest var det en video, hvor en social- og sundhedshjælper filmer en dement dame og kalder hende dum, grim og truer med bank. Situationen er så uforståelig, at man næsten ikke kan tro, den er sand. Hvad går der galt, når et hjælpsøgende og afhængigt menneske mødes af det komplet modsatte af den omsorg, man ville forvente?

Uddannelse, arbejdsmiljø, supervision, rekrutteringsproblemer og forråelse har

været nævnt som mulige årsager. Et andet aspekt kan være sproget. Vores sprog er magtfuldt og skaber virkeligheden. Jeg mener, at vi som sygeplejersker bør gå foran og være med til at skabe et positivt sprog som basis for en omsorgsfuld kultur. I psykiatrien arbejdes der mange steder efter modellen Safewards, som indeholder 10 interventioner. En af dem er at anvende positive ord. Modellen er udviklet i psykiatrien, men elementer derfra kan nemt tilpasses og implementeres på plejecentre. Positive ord er ikke blot en måde at kommunikere med patienten på, men handler også om, hvordan vi som personale indbyrdes omtaler patienten.

Et tiltag kan f.eks. være, at man i rapportsituationen fokuserer på, hvad der er gået godt. Det kan være, at Ellen har været glad for at deltage i morgensang, hvilket så kan fremhæves fremfor, at Ellen har råbt ”hallo” hele dagen, og det er trættende at høre på.

Et fokus på ressourcer fremmer forståelsen af patienten, og samtidig lægges fundamentet for en omsorgsfuld tilgang. I psykiatrien har det bidraget til en kulturforandring. Det vil være interessant at se, hvilke resultater tilgangen kan have i ældreplejen.

Læs om Safewards på [safewards.net/da](http://safewards.net/da)

**medela**   
mother's milk,  
everyday amazing™

## Calesca - Skånsom og sikker opvarmning af brystmælk

Calesca er en vandfri opvarmnings- og optøningsenhed, der optimerer og standardiserer behandlingen af brystmælk.

[www.medela.dk/calesca](http://www.medela.dk/calesca)



# NOVO NORDISK TILBYDER GRATIS UDDANNELSER INDEN FOR BEHANDLING AF DIABETES OG OVERVÆGT

Gennem fleksibel og målrettet uddannelse ønsker Novo Nordisk at bidrage til, at du og din praksis får ny viden og praktiske redskaber til at håndtere udfordringerne i relation til behandling af type 2-diabetes og/eller svær overvægt.

Uddannelsesprogrammet dækker bredt – både med hensyn til fokusområder og geografi – og det opdateres løbende.



## NOVO NORDISK DIABETES AKADEMI

Efteruddannelse inden for type 2-diabetes målrettet behandlerteamet i almen praksis.



## NOVO NORDISK SYGEPLEJERSKE AKADEMI

Moduluddannelse inden for type 2-diabetes målrettet konsultationssygeplejersker.



## NOVO NORDISK DIABETES STORMØDE

Uddannelse inden for type 2-diabetes med fokus på muligheder og perspektiver i almen praksis.



## NOVO NORDISK MASTERCLASS FOR PRAKTISERENDE LÆGER

Målrettet uddannelse til praktiserende læger med stor diabeteserfaring og -kompetence



## NOVO NORDISK SYGEPLEJERSKE MASTERCLASS

Kurset målrettet konsultationssygeplejersker, der er erfarne inden for behandling af type 2-diabetes.



## NOVO NORDISK OVERVÆGT I PRAKSIS

Nyeste viden og praktiske redskaber til at hjælpe personer med svær overvægt.

Alle uddannelsestilbud fra Novo Nordisk Denmark A/S er gratis og kun for sundhedspersonale.

Læs mere om hvilke relevante uddannelser, der afholdes i nærheden af dig på [www.novonordisk.dk/uddannelse](http://www.novonordisk.dk/uddannelse) eller scan QR-koden her til højre →



# HØRT! PRISEN FOR MÅSKE AT FÅ CORONA ER FOR STOR

Regeringens coronastrategi har for store omkostninger. Det mener sygeplejerske ved Hospice Djursland **Mette Gammelgaard**. Hun peger på, at vi tilsidesætter livsvigtige relationer for mennesker i den sidste fase af deres liv. De risikerer at dø uden deres nærmeste omkring sig.

Tekst **LAURA ELISABETH LIND**  
Foto **MIKKEL BERG PEDERSEN**

“Kravet om afstand har ekstremt store omkostninger for langt de fleste alvorligt syge og døende mennesker i allersidste del af deres liv. Det har det også for deres pårørende. Man kan ikke få lov til at være tæt, holde i hånd, kramme eller ligge i hospicesengen hos sin syge mor. Det betyder, at de ikke får den følelse stillet, som kommer ved hud-mod-hud tæt kontakt, hvor hormoner frigives. Den her form for isolation og hud-sult medfører ensomhed. Og det sætter sig i kroppen. Man kan dø af ensomhed. For ofte holder man op med at spise. Man bliver deprimeret. Og så går ens livsfunktioner ned.”

Sådan lyder ordene fra hospicesygeplejerske Mette Gammelgaard. For nylig tog hun bladet fra munden i netmediet Zetland, og inden da skrev hun en kronik i Jyllands-Posten om samme emne: regeringens coronastrategi. På pressemøde efter pressemøde har vi hørt om de velkendte anbefalinger og restriktioner om at ses sjældnere, holde mere afstand og ses i mindre grupper.

## Må agere coronapoliti

Mette Gammelgaard mener, at der er uligevægt i proportionerne mellem coronafaren og de omkostninger, restriktionerne har.

“Vi tilsidesætter relationerne for at undgå, at et menneske bliver ramt af en sygdom. Men relationer

## Man kan dø af ensomhed

er livsvigtige. Som det er nu, må patienter på et hospice kun vælge fem pårørende, og når de har besøg, er det med afstand og i kortere tid. Jeg skal så agere coronapoliti

for at søge for, at de ikke holder i hånden eller krammer. Og jeg skal afvise de venner og den familie, som ikke er blandt de fem udvalgte,” siger Mette Gammelgaard.

## Brug for at sige farvel

Hun mener, at omkostningerne ved coronastrategien er blevet for store.

“Det har en enorm omkostning både for patienterne på hospice og de gamle på plejehjem, deres familie og pårørende. Men også for dem, som bliver afvist i døren. Når et menneske, man holder af, er ved at dø, har man brug for at få sagt farvel - på det fysiske, psykiske og eksistentielle plan. Ellers vakler det hele. Det gør det også for det menneske, som skal dø. Tilbage i foråret passede jeg mennesker, som nærmest kom i delir og var tæt på at blive psykotiske, fordi de ikke kunne få kontakt med dem, der betød noget,” siger hun og fortsætter:

“Sundhed er mange ting. Det er ikke kun et spørgsmål om at undgå en sygdom. Jeg vil derfor appellere til, at vi tager snakken om regeringens coronarestriktioner og råde de sygeplejersker, som læser det her, til ikke bare at tage afstand og sige, at jeg er usolidarisk med dem, der er bange for at få corona. Det er jeg ikke. Men jeg synes, at prisen for måske at få corona er for stor. Vi skal øve os i at være mere livfulde i det, vi gør. Måske skal vi ikke altid stræbe efter det længste liv.”

Hun påpeger, at døden bliver mere pinefuld i fraværet af dem, man elsker: “Mennesker på et hospice er her jo, fordi de alligevel er i den allersidste del af deres liv. Derfor er det svært at forstå, hvorfor de ikke må tilbringe den tid i favnen på deres kære. Også selvom der er risiko for, at de bliver smittet med corona. Livet er meget mere end at undgå at blive syg.”

Coronakravene om afstand og begrænsning af vores sociale liv har for store omkostninger - særligt for syge mennesker i den allersidste del af deres liv, der bor på plejehjem eller er indlagt på hospice. Og for deres pårørende. Det mener hospicesygeplejerske Mette Gammelgaard.



# ” SÆT PLEJE- HJEMMENE FRI

Ved at skabe sit eget plejehjem har sygeplejerske May Bjerre Eiby vist, at det er muligt at gå nye veje inden for den offentlige ældrepleje. Kom også med til Mors, hvor man sætter kaffen højere end badet. Til Gråsten, hvor plejhjemsbeboerne er så aktive om dagen, at de sover hele natten uden sovemedicin. Og til et norsk livsglædehjem, hvor urolige beboere får en kanin i stedet for medicin.

Tekst ANNE WITTHØFF · Foto BAX LINDHARDT



# “VI ERSTATTER MEDICIN MED OMSORG”

I et oprør mod et plejehjemssystem, der reproducerer sig selv, har sygeplejerske **May Bjerre Eiby** skabt sit eget plejehjem. I en ny bog 'Omsorgsmanifestet' forsøger hun at guide til, hvordan man gennem selv små forandringer kan arbejde for at skabe verdens bedste plejehjem. Også i den offentlige sektor.

Tekst ANNE WITTHØFF · Foto BAX LINDHARDT

**D**uften af nybagte boller, æteriske olier og friskplukkede blomster. Hjemmebagt kage serveret på antikt porcelæn. Et lille digt under tallerkenen. Strukturerede og planlagte dage med meningsfulde aktiviteter og masser af fysisk udeliv.

Sådan kan ældrepleje til svært demente borgere på plejehjem også se ud. I 2020. I Gribskov Kommune i Nordsjælland.

Her ligger demensplejehjemmet Dagmarsminde. Et friplejehjem grundlagt og skabt af den 39-årige sygeplejerske May Bjerre Eiby, der er aktuell med bogen 'Omsorgsmanifestet - hvordan vi skaber verdens bedste plejehjem'.

## Halloween med lort i bleen

'Omsorgsmanifestet' udkommer tilsyneladende lige til tiden.

For omtrent samtidig med bogens udgivelse blev der afholdt et to dage langt ældretopmøde om det, som Sundheds- og ældreminister Magnus Heunicke (S) kaldte en "ældrepleje i fundamental krise".

Baggrunden for topmødet var en TV 2-dokumentar, der viste, hvordan to plejehjemsansatte taler hen over hovedet og ned til den demente Else Marie Larsen, inden de ruller hende ned til plejehjemmets halloweenfest med afføring i bleen.

Den virkelighed kender May Bjerre Eiby godt. Hun har både som sygeplejerske og som datter til en dement far på plejehjem været vidne til masser af omsorgssvigt.

## Fjern medicin og indfør træning

Men i 2016 kunne May Bjerre Eiby åbne dørene til Dagmarsminde, som i dag er blevet et eksempel på, at det er muligt at skabe et helt andet slags plejehjem.

Alligevel bliver hun ofte mødt med skepsis.

"Jeg har ikke tal på, hvor mange gange jeg har hørt, at det er umuligt at skabe et fantastisk plejehjem. At der ikke er penge nok. At der mangler varme hænder. At det er tungt arbejde. At de ældre er for syge. At lønnen er for lav. At rammerne er forkerte. At der mangler plads. At plejehjemet kun er for rige," skriver May Bjerre Eiby i forordet til sin nye bog.

"Men jeg har ikke flere penge end kommunale plejehjem. Selv om Dagmarsminde er et friplejehjem, så er de fleste af beboerne her på almindelig folkepension, og plejen er offentligt finansieret på lige fod med andre plejehjem. Det handler ikke om penge, men mere om at man skal gå nogle helt andre metodiske veje. Fjern hjælpemidlerne, fjern medicinen, sørg for at træne beboerne og sørg for at der sker noget."

De mange indvendinger får dog ikke May Bjerre Eiby - som også er en flittig debattør - til at tøve i kampen for en værdig og meningsfuld tilværelse for beboerne på plejehjem.

"Jeg ser jo den positive effekt, af det vi gør," siger hun om beboere, der tidligere sad i kørestol, men nu kommer ud at gå ture eller løbe, finmotorikken der bliver bedre, og koncentrationsevnen der øges. Ligesom uroen og rastløsheden mindskes efter en tid.

## Standardisering bremser udvikling

"Men nogle gange kan det godt være opslidende at se, hvordan plejehjemssystemet bare reproducerer sig selv. Så bygger man et nyt plejehjem, og så ser det også ud som det andet. Problemet med standardiseringerne er, at det skaber nogle kedelige miljøer, der ikke rigtig udvikler sig. Der er ikke noget dynamik, og så er det røvsygt at arbejde der, og så bider det sig selv i halen," siger May Bjerre Eiby.

"Så opstår der en ulyst til faget og til de ældre. Jeg synes grundlæggende, at det er vores måde at styre systemet på, der er et problem," siger hun.

"Der mangler en rummelighed over for, at de enkelte steder kan gøre det på hver deres måde. Der er brug for noget mere frisættelse af tankegange og måder at styre stederne på. Jeg taler ikke for totalt anarki. For der er selvfølgelig nogle overordnede regler i et samfund. Men der skal være mere tillid og plads til at tro på, at dem, der arbejder på plejehjemmet, nok godt kan og også har lyst til at være der."

*Er det muligt for sygeplejersker at gøre oprør inden for de offentlige systemer?*

"Det tror jeg. Jeg tror, problemet er, at mange ledere ikke siger, nu må jeg lige prøve at bøje de der regler en lille smule. På Dagmarsminde er vi jo også underlagt en kommunes regelsæt og instrukser, og dem skal vi også efterleve, men man kan godt navigere i det. Det er det lille oprør,



May Bjerre Eiby opfordrer plejehjem til at tage med beboerne ud i frisk luft, sollys og natur. "Jeg kan se, at der sker noget med vores beboere, når vi kommer herud i skoven. Deres opmærksomhed bliver skærpet. Selv nogle af de talebesværede ældre får faktisk en lille smule mere sprog."

det handler om. I bogen skriver jeg f.eks., hvordan vi håndterer dokumentationskrav på vores helt egen måde."

### **Beboerne bliver nysgerrige igen**

*Hvad er du mest stolt af at have opnået?*

"Der er mange ting. Men det, at jeg kan se, at alle beboerne får det bedre, og at der sker små udviklinger. Det oplever jeg dagligt. Selv hos de fysisk mest svækkede. Det kan også bare være en udvikling oppe i hjernen, der gør, at de åbner op og bliver nysgerrige igen. For de er ikke nysgerrige, når de flytter ind. De er ligeglade og har ikke lyst til mere. Så det der med at give

dem en tilværelse, hvor de føler, at der skal ske noget igen i morgen, og at de glæder sig," siger May Bjerre Eiby og fortsætter:



**PROBLEMET MED  
STANDARDISERING ER,  
AT DET SKABER NOGLE  
KEDELIGE MILJØER.**

"Ja, og så det, at man kan fjerne deres medicin og erstatte det med omsorg i form af menneskelig kontakt og fysisk aktivitet," siger May Bjerre Eiby.

"Det er helt tydeligt, at beboerne får det markant bedre, når de ikke længere har bivirkninger."

I gennemsnit får plejehjemsbeboere otte præparater om dagen. På Dagmarsminde får de fleste kun ét.

"Da jeg startede plejehjemmet, tænkte jeg også selv, at beboerne nok var nødt til at få meget af den medicin, de fik. Men da vi begyndte at udtrappe medicinen – også det blodtryks-sænkende og alle de andre præparater – blev jeg overrasket over, at det kunne lade sig gøre, og over at se, hvor mange symptomer, der forsvandt," siger hun.

"I den periode, hvor man fjerner medicinen, er det svært, og det kræver mod at holde fast og tro på det. Som sygeplejerske kan man nemt tænke uha nej, det blev vist for meget, vi må hellere skruer lidt op igen."

### **Nødvendige sygeplejersker**

Udtrapping af medicin kræver, at der er sygeplejersker på Dagmarsminde.

"Sygeplejersker er sindssygt vigtige. De løfter kvaliteten. Det er sygeplejersker, der gør, at vi kan trappe beboerne ud af deres medicin," siger May Bjerre Eiby.

Sygeplejerskerne er også med til at forebygge sygdomme og indlæggelser.

"Vores beboere er stort set aldrig indlagt, og jeg tror aldrig, vi har haft en lungebetændelse. Vi har heller aldrig haft hospitalsindlæggelser pga. urinvejsinfektioner. Og det er jo fordi, der er sygeplejersker på Dagmarsminde," siger hun og understreger, at de ikke bare sidder på kald, men er med i den direkte pleje, er med til at hjælpe de ældre op om morgen og er en del af teamet.

May Bjerre Eibys vigtigste budskab til sygeplejerskerne er derfor også, at de skal huske, hvad de historisk set er skabt af:

"Det er nogle dyder omkring hænder og blik. At være til stede og nær. At kunne vurdere tingene ud fra en intuitiv følelse, hvor man bruger både erfaring, tvivl og menneskelighed. Når det gælder ældre med demens og Parkinson, så er det altså det mest kraftfulde, der er. Det virker bare." ●



# MAN SKAL IKKE FRYGTE AT KOMME PÅ PLEJEHJEM

Der er bred enighed om, at den nuværende ældreomsorg og -pleje på landets plejehjem ikke er god nok. Der mangler hænder, viden og kompetencer, og pårørendeklager bliver ikke taget alvorligt.

Tekst ANNE WITTHØFF · Foto MICHAEL DROST-HANSEN

**V**i skal have skabt en ældreomsorg, hvor vi ikke alle sammen går og frygter den dag, vi skal på plejehjem. Man behøver ikke glæde sig, men vi skal væk fra det der med: Lov mig, at du aldrig vil sende mig på plejehjem.”

Sådan siger Jette Skive (DF), formand for Kommunernes Landsforenings Sundheds- og Ældreudvalg. Hun deltog i det ældretopmøde, der blev afholdt i slutningen af september på baggrund af TV 2-dokumentaren 'Plejehjemmene bag facaden', som udstillede et alvorligt omsorgssvigt på et plejehjem i Aarhus.

Og det er langt fra et enestående tilfælde, viser en ny analyse fra Alzheimerforeningen, som repræsenterer en stor del af beboerne på landets plejehjem, idet ca. 60-80 pct. af plejehjemsbeboerne har demens.

De seneste tre år har der ifølge Alzheimerforeningen været svigt i 44 ud af 98 kommuner. Det drejer sig både om manglende kvalitet af den sundhedsfaglige pleje, problemer med medicinbehandling og manglende omsorg, hvor beboerne i timevis efterlades passive i kørestole eller ikke får hjælp ved måltider og toiletbesøg.

Hver sjette tilfælde af svigt har resulteret i dødsfald primært pga. dårlig hygiejne eller mangel på væske.

Selv om Nis Peter Nissen, direktør i Alzheimerforeningen, mener, at der blev drøftet mange vigtige emner på topmødet, er han også bekymret for, at de mange gode intentioner ikke bliver indfriet.

”Alt for ofte er vi endt op med tomme løfter om værdighed, mens antallet af skandalesager fra plejehjem er vokset støt,” siger han på alzheimer.dk.

Nogle af de udfordringer, der blev adresseret på topmødet, var bl.a. behovet for videns- og kompetenceløft, en højere grad af pårørendeinddragelse og rekrutteringsproblemer.

”Om føje år har vi ikke de folk, vi skal bruge, og heller ikke de rigtige kompetencer, og her tænker jeg især i forhold til de demente plejehjemsbeboere. Det bekymrer os alle sammen, også sundhedsministeren og FOA,” siger Jette Skive.

Hun peger på, at det ikke alene er nok at skaffe flere hænder.

## Flere med uddannelse

”Personalet skal også have meget mere uddannelse, og der skal også gerne ansættes mange flere sygeplejersker, for mange af borgerne er demente med multisygdom.”

Det er formand for Dansk Sygeplejeråd,



## SYGEPLEJERSKER PÅ PLEJEHJEM

**81 pct.** af plejecentrene har sygeplejersker i dagvagt på hverdage.

**26 pct.** har sygeplejersker ansat i dagvagt både hverdage og weekend.

**6-8 pct.** har sygeplejersker i nattevagter.

Kilde: 'Den Nationale Plejecenterundersøgelse 2016' – en analyse lavet af Dansk Sygeplejeråd



Dansk Sygeplejeråd foreslår evidensbaserede nationale standarder for at løfte ældreplejen. Her ses beboere og ansatte på det velfungerende Diakonhjem Dalsmark Plejehjem, Gråsten.

Grete Christensen, og formand for Fagligt Selskab for Sygeplejersker i Kommunerne, Inge Jekes, enige i.

I et debatindlæg i Altinget skriver de: "Fagligheden skal være styrende for hvilke medarbejdere, der varetager pleje og behandling af borgerne – ikke geografien. Derfor er det også vigtigt, at der er mindst en sygeplejerske på et plejecenter."

Her foreslår de også, at man indfører nationale standarder baseret på evidens om, hvad der har en reel effekt for at løfte ældreplejen, samt at medarbejderne skal arbejde i mindre teams for at skabe tryk for borgeren og styrke den faglige ledelse og daglige sparring. ●

## FORSKER:

# MAGTEN I PLEJEN UNDERVURDERES

Man skal være uddannet for at kunne begå sig i de etiske grænsesituationer, der opstår, når man tager tøjet af et andet menneske eller taler om blødninger, smerter og afføring, siger sygeplejeforsker **Bente Martinsen**. Hun foreslår universitetsplejehjem.

“**D**et burde være lige så svært at komme ind på plejeuddannelsen som på politiskolen.”

Sådan siger Bente Martinsen, lektor i sygepleje og ph.d. ved Institut for Folkesundhed på Aarhus Universitet.

“Man undervurderer fuldstændig, hvad det er for en magt, der skal forvaltes, når man er i et plejeforhold,” siger hun med henvisning til, at man som assistent, hjælper eller sygeplejerske udfører grænseoverskridende handlinger, når man tager tøjet af folk, taler om afføring, blødninger, smerter og sår.

“Det er etiske grænsesituationer, hvor det altid er den, der udfører handlingerne, der har ansvaret for, at mødet forløber bedst muligt. Det skal man kunne få øje på og være uddannet til at se.”

### Sårbarhed og omtanke

Bente Martinsen mener, at der generelt bliver forsket alt for lidt i pleje og i, hvad der er vigtigt for ældre mennesker på plejehjem.

Hendes egen forskning viser, at dét, der betyder noget for de ældre, er, at de kan opretholde deres autonomi, at der bliver taget hensyn til deres værdier og at den pleje, der tilbydes, tager udgangspunkt i deres behov.

“De ønsker en behovsstyret og ikke en standardiseret opmærksomhed,” siger Bente Martinsen.

Hun fortsætter:

“Og så virker det måske banalt at sige. Men de ældre ønsker, at den, der hjælper dem, optræder med omtanke og besindighed.”

Derudover er der et ønske blandt de ældre om relationskontinuitet, altså at der ikke kommer én og hjælper den ene dag og en anden den næste dag.

### Universitetsplejehjem øger anseelse

Bente Martinsen fortæller, at der i Norge for nogle år tilbage var en situation på plejehjemsområdet, der minder om den i Danmark lige nu.

“Det gav lav anseelse at arbejde på plejehjem, og der var mange eksempler på dårlig pleje og dårlige vilkår,” siger hun.

“Derfor etablerede man udviklingsplejehjem baseret på aktionsforskning, hvor man inddrog borgerne i at skabe plejehjem. Noget lignende ville være rigtig godt i Danmark.”

“Man skal skabe en plejehjemskultur, hvor forskning og udvikling indgår som en naturlig del.”

En idé kunne være universitetskommuner eller universitetsplejehjem på linje med universitetshospitaler, hvor der er en forskningsforpligtelse og en uddannelsesforpligtelse.

“Det ville øge anseelsen ved at arbejde på plejehjem og gøre det nemmere at rekruttere,” siger Bente Martinsen og understreger, at sådan et projekt kræver ministeriel opbakning, støtte og finansiering. ●

# RELATIONEN FØRST

Stor trivsel og arbejdsglæde. Få konflikter. Glade pårørende. På Vejerslev Ældrecenter sætter personalet relationen før opgaven. “Når relationen er tryk, så glider alt nemmere,” forklarer centersygeplejerske Lene Amby.

Tekst NANA TOFT · Foto SOFUS COMER

“Vi har en tendens til at være meget opgavefikserede: Nu er klokken 13. Nu skal Jette i bad. Men hvad hvis Jette ikke vil i bad? Selv om det passer ind i personalets system?”

Ordene kommer fra Lene Amby, centersygeplejerske på Vejerslev Ældrecenter på Mors.

Sammen med det øvrige personale gennemgik hun for tre år siden et kompetenceforløb med hjælp fra Sundhedsstyrelsens Demensrejsehold, og i sommeren 2020 blev hun og otte andre fra personalet uddannet Marte Meo-terapeuter.

Forløbet har styrket personalets fokus på altid at sætte relationen til den enkelte beboer over den praktiske opgaveløsning, og i dag kan Lene Amby konstatere, at arbejdsglæden er større end nogensinde,

samtidig med at medicinforbruget er faldet, konflikterne er få, og relationen til de pårørende synes stærk.

## Tag beboeren i hånden

Vejerslev Ældrecenter består af et alment afsnit og et demensafsnit med beboere, der kan have en udadreagerende adfærd, og hvor det indimellem kan være udfordrende at få dem i bad eller gennemføre en hygiejnesituation.

“Hvis du foreslår, at du og Jette tager en kop kaffe i stedet for at presse på for det her bad, der lige så godt kan skubes til aftenvagten, så føler beboeren sig også set og mødt,” fortæller Lene Amby og fortsætter:

“Tag beboeren i hånden. Syng eller nyn. Det plejer at have en beroligende ef-

fekt, især på demensafsnittet. Du kan også foreslå, at beboeren spiller på det klaver, du ved, han elsker. Relationen først. For når relationen er tryk, glider alt nemmere. Det er vejen ind til at få opgaven løst.”

## Hjemmebesøg giver uvurderlig viden

På Vejerslev Ældrecenter har leder Karen-Marie Nielsen desuden indført faste nattevagter. Dag- og aftenpersonale er udelukkende ansat i kombinationsstillinger.

“Ved at følge beboerne det meste af døgnet får personalet et større kendskab og dermed en dybere relation,” siger Karen-Marie Nielsen.

Sammen med Lene Amby fremhæver hun ligeledes samarbejdet med de pårørende og kalder det “altafgørende” i forhold til at sikre beboerens trivsel på Ældrecentret. Før hver indflytning er personalet derfor på hjemmebesøg.

“At se beboeren i hjemlige omgivelser og tale med pårørende forud for indflytningen giver uvurderlig information, som vi kan følge op på i det videre samarbejde,” forklarer Lene Amby.

Karen-Marie Nielsen tilføjer:

“Vi har 28 lejligheder her på Vejerslev Ældrecenter, hvor alle beboere har noget forskelligt med i bagagen. Det er vores opgave at sikre, at de 28 liv, der skal leves, bliver fulde af værdighed og trivsel.” ●





"Jeg håber, at vi kan få talt plejehjem mere op, så man som ældre også kan glæde sig. For det kan faktisk være megafedt at komme på plejehjem," siger forstander **Maibritt Nielsen** (th.) Her sammen med beboer Hanne Falck-Rasmussen i Diakonhjem Dalsmark Plejhjems orangeri.

# VI ER EN SLAGS HØJSKOLE FOR ÆLDRE

En meningsfuld hverdag, aktiviteter og masser af frisk luft. Det er nogle af de ingredienser, der skal til for at skabe et godt plejehjem. Det kræver fastansatte sygeplejersker, et tillidsfuldt arbejdsmiljø og en værdibærende leder, mener sygeplejerske og forstander på Danske Diakonhjem Dalsmark Plejehjem i Gråsten.

Tekst **ANNE WITTHØFF** · Foto **MICHAEL DROST-HANSEN**

"Man kan også skabe fantastiske plejehjem i kommunalt regi."

Sådan siger Maibritt Nielsen, forstander på Danske Diakonhjem Dalsmark Plejehjem i Gråsten.

"Vi er et diakonhjem på driftsoverenskomst med Sønderborg Kommune, og vi har nøjagtig de samme midler som andre kommunale plejehjem. Men som diakonhjem har jeg måske større handlefrihed i

forhold til, hvordan jeg bruger pengene," siger Maibritt Nielsen.

## **Knald på oplevelserne**

»Her kan alle komme ud hver dag, hvis de har lyst. Alle har egen have, vi har drivhuse, orangerier og masser af blomster og roser,« fortæller hun.

"Der er knald på aktiviteterne. Beboerne er ude at opleve en masse. De ople-

ver dyreliv og tager på museum og bliver inspirerede. Vi bliver af og til omtalt som en højskole for ældre mennesker," siger Maibritt Nielsen og understreger, at sygeplejerskerne er med til at sørge for, at ingen bliver overstimulerede.

"Beboerne har noget at stå op til, og hos os er der ingen, der får sovemedicin. De sover hele natten, fordi de er naturligt trætte, når de går i seng," fortæller Maibritt Nielsen.

"Det kunne være spændende med noget mere forskning på udtræning af medicin. Helt personligt kan jeg bare sige – efter 30 år på plejehjem – at det er tydeligt, at de får det bedre, jo mindre medicin de får."

## **Omsorgstrætte mangler hjælp**

"Den gode ældreomsorg på plejehjem er utrolig kompleks. Derfor kræver det først og fremmest, at det fagfaglige er i orden. Vi har fire sygeplejersker ansat, og de er også ude i plejen," siger Maibritt Nielsen og fortsætter:

"Sygeplejerskerne er vigtige, fordi søsterne har brug for sparring og hjælp. Og når der opstår forråelse og omsorgsstræthed, så er det fordi, de ikke får den tilstrækkelige hjælp."

"Nogle spørger, om jeg har råd til så mange sygeplejersker. Og ja, det har jeg. Jeg har valgt ikke at lade lønnen være afgørende. Til gengæld sparer jeg penge ved, at vi ikke har særlig meget sygefravær," siger hun.

## **Ansattes hygge gavner beboerne**

Derudover peger Maibritt Nielsen på ledelse som centralt for at lykkes.

"Det nytter ikke noget at have en områdeleder, der dækker fire plejehjem. Man skal være tæt på. Jeg møder ind kl. 7 hver dag for at mærke stemningen. Griner medarbejderne? Hygger de sig? Som leder skal man selv være værdibærer, selv tale pænt og udvise omsorg for sine medarbejdere."

"Beboerne har det ikke godt, hvis medarbejderne ikke har det godt. Et plejehjem er både en arbejdsplads og et hjem. Det handler om at skabe en kultur, hvor man tør fejle og tale med hinanden og komme til mig, hvis man føler sig presset," siger Maibritt Nielsen.

"Den tillidskultur kommer ikke af sig selv. Det kræver fuld opmærksomhed fra lederens side. Forråelse kan komme i små bidder." ●



## SYGEPLEJERSKER HØJNER KVALITETEN

På Louise Mariehjemmet betyder tilstedeværelsen af sygeplejersker, at plejegruppens samlede kvalitet løftes. Derudover medvirker sygeplejerskerne til at undgå unødvendige indlæggelser, ligesom de gør det muligt for beboerne at være syge og dø i hjemlige omgivelser på plejehjemmet i stedet for i en hospitalsseng.

Tekst ANNE WITTHØFF · Foto BAX LINDHARDT

“**D**a jeg arbejdede som anæsthesisygeplejerske, var folk ved at falde på halen. I dag når jeg siger, jeg arbejder på plejehjem, så siger folk, der arbejder inden for hospitalsvæsenet: Hvordan er du endt der? Det er da alt for kedeligt for dig. Du har så mange kompetencer.”

Det fortæller sygeplejefaglig leder og uddannelsesansvarlig Pina Kunstek, mens hun viser rundt på friplejehjemmet Louise

Mariehjemmet, der ligger i Brønshøj, en forstad til København. Plejehjemmet har været Pina Kunsteks arbejdsplads de seneste fire år.

Det er kun to år siden, bygningen blev moderniseret indvendigt. De tre etager er forbundet med både trapper og elevator. 13 boliger på hver etage. Hver med soveværelse, stue med køkken og badeværelse. Øverst oppe ligger plejehjemmets stolthed, en kæmpe tagterrace med rigelig

plads til de årlige sommerfester og udsigt over både nabobørnehaven og Brønshøjs omkringliggende tage. På en lang række står solsikker i ulige højder i potter med numre på de beboere, der er med i den årlige konkurrence om at gro den højeste solsikke.

### Hjemlighed og selvbestemmelse

”Jeg synes, det er mindst lige så spændende at arbejde her, som det var at ar-



↑ **Pina Kunstek** hilser på Erik Erikshøj på 100 år, som ofte tager sig en tur på motionscyklen i plejehjemmets træningssal.

bejde i anæstesen. Her handler det mere om det hele menneske, om relationer og om at samarbejde med de pårørende og vide, at man gør en forskel for et menneske alene ved at køre dem til lægen,” siger Pina Kunstek.

”Nøgleordene på Louise Mariehjemmet er hjemlighed og selvbestemmelse, så man ikke bliver en ting, men stadig er det menneske, som har levet et langt liv,” siger Pina Kunstek.



”Friplejehjem har ikke flere ressourcer end kommunale plejehjem. Men vi har et større råderum beslutningsmæssigt, da vi ikke er underlagt et kommunalt spor. Her kan medarbejderne komme med en god idé, og så kan vi føre den ud i livet. Det skaber engagement og ejerskab.” Det siger **Sussie Lysholm**, forstander på Louise Mariehjemmet i Brønshøj.

”Vi inddrager beboerne i alle beslutninger og har et tæt samarbejde med de pårørende,” siger Pina Kunstek.

Selv om Pina Kunstek og hendes sygeplejekollega Lene Funck Petersen er de to eneste sygeplejersker til plejehjemmets 39 beboere, og de har titel af sygeplejefaglige ledere, så indgår de også i den daglige pleje.

”Vi håndterer ikke bare medicin og andre sygeplejefaglige opgaver. Vi er også med i den daglige pleje. Det giver os viden om alle beboerne. Vi har det i hænderne og er ikke bare konsulenter.”

### Uvurderlige sygeplejersker

Forstander på Louise Mariehjemmet Sussie Lysholm begyndte som sosu-hjælper på friplejehjemmet for 20 år siden. Siden da har hun videreuddannet sig og varetaget flere forskellige funktioner, inden hun blev forstander for to år siden.

I hendes optik er plejehjemmets to sygeplejersker helt uvurderlige.

”Deres faglighed medvirker selvfølgelig til, at beboerne får hurtigere behandling og hurtigt får det bedre. Men sygeplejersker giver også meget større nuancer på plejen. De ved flere ting. Har man de rigtige sygeplejersker, så gør de hele personalegruppen bedre,” siger Sussie Lysholm.

Hun fortæller, at sygeplejerskerne er med til at oplære det øvrige personale i at kunne varetage nye funktioner og udvikle medarbejdernes faglighed.

”Det giver arbejdsglæde, når man udvikler sig som social- og sundhedsmedarbejder. Vi mener, at der næsten ikke er noget, man ikke kan lære,” siger Sussie Lysholm.

Pina Kunstek, som har arbejdet med uddannelse hele sin sygeplejekarriere, er enig:

”En af mine fornemmeste opgaver er at kompetenceudvikle medarbejderne. Vi klæder alle på til at kunne klare mange ting. Hvis man har en særlig interesse for et bestemt område, er vi med til at udvikle det.”

### Taler sundhedsvæsenets sprog

Et andet område, som både Pina Kunstek og Sussie Lysholm peger på, er sygeplejerskernes kendskab til sundhedsvæsenet.

”De er ekstremt gode til at samarbejde på tværs af sektorer. Vi forsøger at undgå, at beboerne indlægges unødvendigt, og vi har faktisk meget få indlæggelser,” fortæller Sussie Lysholm.

”De er rigtig gode til det sprog, der bliver talt i sundhedsvæsenet. Vores faste plejehjemslæge ser vores to sygeplejersker som samarbejdspartnere og har tillid til, at de varetager de ting, der bliver uddelegeret.”

Pina Kunstek supplerer:

”Vi kender sundhedssystemet. Og når der er nødvendige indlæggelser, så medvirker vi til en bedre kommunikation og information på tværs af sundhedsvæsenet.”

”Nogle gange handler det også om at få sagt unødvendige kontroller, blodprøver og scanninger fra, f.eks. hvis beboeren ikke har lang tid igen,” siger hun.

### Her kan man dø

En anden forskel ved at have sygeplejersker ansat er, at man kan dø på plejehjemmet i hjemlige omgivelser i stedet for i en hospitalsseng.

”Man skal ikke have ondt eller være bange,” siger Pina Kunstek.

”Vi havde for nylig en beboer, som var endt på hospitalet, hvis vi ikke havde inddraget det palliative team.”

Pina Kunstek fortæller, at når en ny beboer flytter ind, er sygeplejerskerne altid med inde over, hvordan den enkelte vil leve og dø, samt hvilke ønsker vedkommende har til livsforlængende behandling. ●

Tre beboere  
på **Louise  
Mariehjemmet**  
i Brønshøj fortæl-  
ler, hvad de sætter  
mest pris på ved  
livet på plejehjem.

Tekst ANNE WITTHØFF · Foto BAX LINDHARDT

# “JEG FÅR SERVERET MORGENMAD PÅ ET SØLVFAD – NÆSTEN”

## Birthe Pauline Sjørman

82 år, har boet på Louise Mariehjemmet i knap otte år

”Jeg boede i en lejlighed på fjerde sal uden elevator, men så var det jo, jeg faldt og brækkede begge skuldre. I dag har jeg nedsat førlighed i begge arme og har besvær med balancen.

Jeg ville da hellere bo for mig selv, men når man nu ikke kan klare sig selv, så er det godt at bo her.

Det bedste er, at når jeg vågner om morgenen, så kommer der nogen og hjælper mig med at komme i tøj og blive vasket. Jeg får serveret morgenmad på et sølvfad – næsten.

Det er rart, at der foregår noget på plejehjemmet. Jeg er altid med til banko om mandagen. Før corona spillede hele huset banko i kælderen, så mødte man også dem fra de andre etager, hvor jeg kender en del. Det savner jeg.

Jeg har ikke altid haft et godt liv. Min far var god nok, men min mor var temmelig utålmodig, og jeg har stammet hele mit liv, lige indtil hun døde. Det gør jeg næsten ikke mere. Det er mærkeligt. Jeg er også blevet mobbet på arbejdet og er førtidspensioneret.

Men nu har jeg et godt liv.

Hvis jeg kunne ønske noget, ville jeg ønske endnu flere ture ud af huset med bussen.”





## “ TRYGHEDEN ER DET VIGTIGSTE ”

### Tove Christensen

95 år, har boet på Louise Mariehjemmet i fire måneder

← ”Jeg synes, her er dejligt. Her er en god stemning. Jeg får al den omsorg, jeg har brug for. Det er blot ét ord, så er de her.

Jeg bad selv om at komme på plejehjem. Indtil for fire måneder siden boede jeg i min egen lejlighed, som lå på fjerde sal. Men til sidst havde jeg besvær med at komme op og ned ad trapperne.

Jeg føler mig tryk ved at være her. Her er nogen hele tiden. Selvom det nu også godt

kan være lidt underligt, at her også er nogen om natten (en nattevagt, red.).

Trygheden er det vigtigste, og at man kan med de mennesker, der skal passe en. Og at der foregår noget. Der er vist nogle steder, hvor der ikke sker en pind. Her er der ture, som jeg melder mig til eller bliver inviteret til. For ikke så længe siden var vi ved Damhussøen og spise is. Jeg kan godt lide banko om mandagen i spisestuen, og at vi får god mad.

Der er flere af de andre, der er demente, de er nu sjove. Man hører om hele deres barndom, og hvor vrede de kan være. Men jeg synes, det er hyggeligt og sjovt.” ●



## “VI BLIVER IMØDEKOMMET, NÅR VI SPØRGER OM NOGET”

**Arne Johannes Rostkjær**

Har boet på Louise Mariehjemmet i seks måneder.

”Jeg har været syg det sidste halve års tid. Jeg havde noget hjemmehjælp, men det var lidt ustabil.

Jeg besøgte plejehjemmet med min datter og svigersøn og synes, modtagelsen var rigtig god.

Jeg bruger meget tid oppe på vores tagterrasse – især hvis solen skinner. Så sidder jeg og hører P4 og får frisk luft.

Jeg kunne ikke få det bedre end her. Jeg sætter pris på den frihed, vi har, når der ikke er corona, og at jeg kan gå ud og selv gå til brillemageren.

Jeg synes, det er fantastisk, at vi kan indrette os, som vi har lyst til. Der er toilet, soveværelse, dagligstue og masser af plads.

Og jeg synes særlig godt om den måde, vi bliver imødekommet på, når vi spørger om noget.

Det er også rart at komme ud fra hjemmet, ud med bussen og køre en tur frem og tilbage. Vi har både været oppe langs Nordkysten og ved Damhussøen. Jeg mangler ikke noget.” ●



# FRA PLEJEHJEM TIL LIVSGLÆDEHJEM

Fra beroligende medicin til kat og kaniner. Lund Sykehjem er et af Norges såkaldte livsglædehjem, der sætter de livsbekræftende oplevelser for den enkelte beboer i centrum.

Tekst **NANA TOFT** · Foto **LUND SYKEHJEM**

Fra 580.000 til 175.000 norske kroner.

Så drastisk var faldet i udgifterne til medicin på Lund Sykehjem i perioden september 2016 til september 2017.

Årsagen?

Plejhjemmet fik sin certificering og kunne i september 2017 kalde sig for et livsglædehjem, som er en national certificeringsordning for plejehjem, der sætter livsglæde i centrum for arbejdet med beboerne.

Sådan lyder forklaringen på faldet i medicinudgifter, hvis du spørger sygeplejerske og leder af Lund Sykehjem, Merethe Birkeland.

## Fra tre til to nattevagter

Certificeringsordningen betyder, at en del rutiner er blevet ændret. Bl.a. er det varme hovedmåltid blevet rykket fra kl. 13 til 16. Det har betydet, at beboerne er begyndt at spise mere og derfor er mindre urolige. De sover også bedre om natten.

“Efter vi har rykket tidspunktet, er der langt mindre ringen med klokkerne, så vi er gået fra tre til to nattevagter,” forklarer Merethe Birkeland.

En anden markant ændring er de mange dyr, der nu er en naturlig del af Lund Sykehjem. Både undulater, høns, kaniner og katte er nu flyttet ind.

“Før gav vi beboerne medicin, hvis de var urolige. Nu henter vi en kat eller en kanin, der har en meget beroligende effekt,” fortæller Merethe Birkeland, der også fremhæver, at dyrene styrker relationen til beboernes børnebørn, der også i stigende grad er begyndt at komme på besøg.

“Så kan de holde bedstefar i den ene hånd og ae en kanin med den anden. Det

fungerer så fint,” forklarer Merethe Birkeland.

## Mere liv og flere smil

Mindre medicin og flere dyr betyder også flere vågne og deltagende beboere, som i stedet for at sidde i gangen eller på stuerne og sove både smiler og snakker mere, end de gjorde tidligere. Personalet er derfor også mere på tur ud af huset.

“Fordi de er mindre urolige, kræver det ikke ekstra medarbejdere at være på tur,” siger Merethe Birkeland.

Hun forklarer, at det kræver en holdningsændring at blive et livsglædehjem, og at samtlige medarbejdere og ledelse dedikerer sig til opgaven. At man som livsglædehjem skal recertificeres hvert år, er kun med til at holde kursen.

“Det er en fornøjelse at se det liv, der er kommet mere af. De flere smil, der er hos både beboere, medarbejdere og pårørende,” siger Merethe Birkeland.

I Norsk Sykepleierforbund er man begejstret for den nationale certificeringsordning.

“Certificeringen sikrer, at de psykosociale behov, som beboerne har, bliver varetaget på en systematisk måde. Vi ser, at især samarbejdet med børnehaver, skoler og uddannelsesinstitutioner er med til at øge kvaliteten i ældreomsorgen,” forklarer forbundsleder Lill Sverresdatter Larsen. ●



“Før gav vi beboerne medicin, hvis de var urolige. Nu henter vi en kat eller en kanin,” siger leder af Lund Sykehjem,

**Merethe Birkeland.**

## LIVSGLÆDEHJEM

Livsglædehjem er en national certificeringsordning i Norge, der så dagens lys i 2012. For at blive certificeret skal et plejehjem opfylde ni kriterier. Knap 17 pct. af norske plejehjem er livsglædehjem.

1. Alle ansatte skal have viden om og arbejde efter standarderne for livsglædehjem.
2. Man skal samarbejde med skoler, børnehaver, frivillige og organisationer.
3. Beboerne skal på tur en gang om ugen.
4. Kontakt med dyr.
5. Beboerne skal opretholde hobbyer og fritidsaktiviteter.
6. Der skal være ro og hygge omkring måltiderne.
7. Pårørende skal have god information og mulighed for at medvirke til livsglædearbejdet.
8. Musik, kultur og fokus på åndelige behov.
9. Årstiderne skal trækkes ind som en naturlig del af hverdagen.

Læs mere på [www.livsgledehjem.no](http://www.livsgledehjem.no)



**ANNONCE**

• Dengang •

TRE KVADRATMETER  
FOR LIDT

Plejehjemmet Teglgården i Middelfart blev bygget i 1972, men lukket i 2005, da det ikke længere levede op til reglerne for arbejdsmiljø. Beboerne havde eget toilet, men de skulle være tre kvadratmeter større, for at personalet kunne udføre deres arbejde forsvarligt. Det var billigere at bygge nyt end at bygge om. Ved kommunalreformen i 1970 var der opført godt 1.000 kommunale alderdomshjem og ca. 400 private. I dag har Danmark i alt knap 950 plejehjem.

*(tga/lha)*

**ANNONCE**

**1****Hvad er et vitamin?**

- A.** Vitaminer og mineraler kommer ud på et.
- B.** Vitaminer er kemiske stoffer med en såkaldt aminogruppe, og kroppen har brug for dem. De er dermed vitale. Begrebet vitamin kommer derfor fra begreberne vital (for livet) og amin. Behovet for vitaminer varierer for de enkelte vitaminer fra få mikrogram til flere milligram om dagen.
- C.** Vitaminer er et særligt hormon, der findes i rugbrød i høje koncentrationer.

**2****Hvor får vi vitaminer fra?**

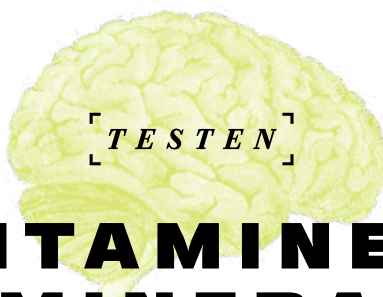
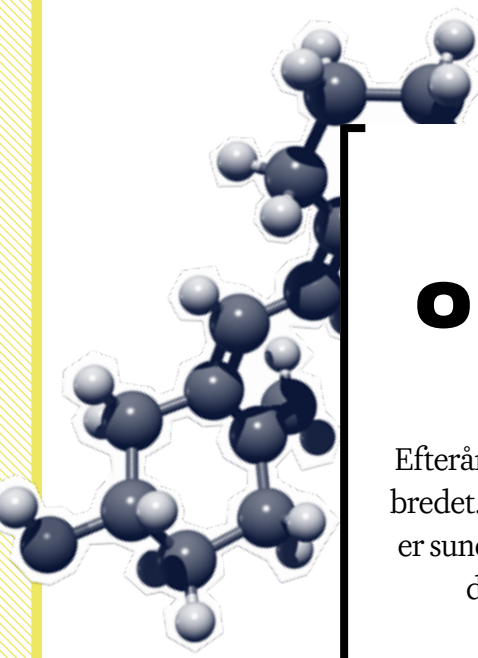
- A.** Fra den pille vi spiser dagligt i vinterhalvåret.
- B.** Kroppen kan ikke lave dem selv, men er nødt til at få dem fra kosten eller i nogle tilfælde fra de bakterier, som lever i vores tarme. D-vitamin er dog helt særlig, da vi danner vitaminet i huden, når vi får sol.
- C.** Sukkerfri læskedrikke er som oftest tilsat C-vitaminer.

**3****Hvad er det specielle ved K-vitamin?**

- A.** K-vitamin er nødvendigt for vækst i de lange rørknogler hos børn og unge.
- B.** K står for kreativitet, som styrkes gennem et passende niveau af K-vitamin. Årsagen er øget aktivitet i hjernens synapser.
- C.** Vitamin K har fået sit navn K for koagulation (stærkning af blodet). Mangel på K-vitamin fører til øget blødningstendens.

**4****Hvilke vitaminer er vandopløselige?**

- A.** B- og C-vitaminer er vandopløselige, hvilket vil sige, at de findes i kroppens væsker.
- B.** Det er der ikke nogen vitaminer, der er.
- C.** Askorbinsyre, dvs. C-vitamin i pulverform, kan opløses i et glas vand.



# VITAMINER OG MINERALER

Af **JETTE BAGH**, cand.cur., fagredaktør *Sygeplejersken*



SE SVARENE PÅ SIDE **58**

Efterår og vinter med Covid-19 som en fortsat trussel mod helbredet. Ud over at efterleve anbefalingerne fra myndighederne er sund og varieret kost væsentlig for immunforsvaret, bl.a. er der indikationer på, at D-vitamin og zink er vigtigt.

**5****Hvilke vitaminer er fedtopløselige?**

- A.** Det er D-vitamin
- B.** K, E, D, A (KEDA) er fedtopløselige, hvilket vil sige, at disse vitaminer skal opløses i fedt under fordøjelsen, ellers bliver de ikke optaget, men ryger direkte gennem tarmen og ud igen i stedet for. 1-2 tsk. olie eller lidt ost kan gøre det.
- C.** Det er der ikke nogen vitaminer, der er.

**6****Hvad er mineraler?**

- A.** Mineraler er grundstoffer fra Uralbjergene.
- B.** Mineraler er stoffer, der enten hjælper vitaminerne med at fungere eller er en slags byggesten i kroppen til f.eks. knogler og tænder.
- C.** De er byggestenene bag dannelsen af antistoffer.

**7****Hvilke mineraler er essentielle for kroppen?**

- A.** Der er fire vigtige: kalium, kalk, kobber og krom kaldet delta-k-gruppen.
- B.** Kalium, det er derfor, serumkalium bliver målt hos alle patienter.
- C.** Kalk, jod, jern, magnesium, fosfor, kobber, kalium, krom, natrium, selen og zink.

**8****Har en dansker nogensinde fået Nobelprisen for at opdage et vitamin?**

- A.** Nej
- B.** Ja, den danske biokemiker Henrik Dam stod sammen med amerikaneren Edward Doisy for opdagelsen af K-vitaminet i 1929. Opdagelsen gav dem i 1943 Nobelprisen i medicin.
- C.** Ja, Beatrice Curie, lillesøster til forskeren i radioaktivitet Marie Curie og dansk gift, opdagede A-vitamin og et af symptomerne på A-vitaminmangel – natteblindhed.

# Aktionsforskning - en familie af metoder

Bogen til dem som ønsker at skabe bæredygtige forandringer og stille skarpt på nogle af de eksisterende udfordringer i sundhedsvæsenet. Aktionsforskning er forskning med mennesker i stedet for om mennesker. Forskningsformen efterspørger aktørernes, dvs. patienter, pårørende og sundhedsprofessionelles, viden og erfaringer. De inddrages i et forskningssamarbejde som medforskere. Gennem denne praksisnære forskningstilgang kan der opnås nye forståelser i sundhedsfaglig praksis. Forskningstilgangen eksemplificeres i bogen gennem seks forfatters beskrivelser af deres aktionsforskningsprojekter i sundhedsvæsenet.

Bogen indleder med et kapitel om aktionsforskningens mangfoldighed, en familie af metoder der bygger på fælles grundantagelser og karakteristika, hvor forskningen er praksisnær, udspringer af demokratiske værdier, skaber ny læring og forandring gennem nye initiativer.

Kapitlet fremhæver, at det er væsentligt, at aktionsforskere indgår i et ligeværdigt samarbejde og i fællesskab identificerer de problemer, der opleves. Herigennem kan man finde nye måder at forstå og håndtere problemerne på.

Eksemplerne i bogens kapitler er alle relevante. Forebyggelse af fejl i patientovergange og nytænk-

## ☉☉ *Jeg mangler en refleksion over, hvordan de videnskabeligt frembragte resultater overleveres til forskersamfundet i videnskabelige artikler.*

ning når en patient flyttes fra intensiv afdeling til stamafdeling. Diætbehandlingssamtaler med kræft-ramte patienter gennem dialogiske forskningscirkler. Demensrehabilitering med fokus på hvordan personer med demens kommer til orde gennem sang og musik. Samtaler om kommunikation om eksistentielle dimensioner i arbejdet med patienter på et hospice og en



Susanne Winther og  
Ditte Høgsgaard (red.)

**AKTIONSFORSKNING I  
SUNDHEDSVÆSENET**

Aalborg Universitetsforlag 2020  
228 sider - 250 kr.

kræftafdeling og det (svære) tværsektorielle samarbejde.

Et kapitel er dedikeret til et small-scale aktionsforskningsprojekt, der handler om, hvordan man opbygger en personcentreret forsknings- og udviklingskultur på en afdeling. Den ledende oversygeplejerske og en aktionsforsker ønskede at igangsætte initiativer, der kunne virke befordrende på engagerede og dedikerede medarbejdere. Det førte til, at medarbejderne bidrog til at igangsætte bottom up-forskningsprojekter, der udsprang af vigtige behov og ønsker fra bl.a. unge med kræft. Resultatet af de 16 aktionsforskningsprojekter, der blev gennemført på syv år, var bl.a. høj patient- og personaletilfredshed.

Forfatterne fremhæver, at forskningens resultater skal være relevante for patienter og praksis. Jeg mangler en refleksion over, hvordan de videnskabeligt frembragte resultater overleveres til forskersamfundet i videnskabelige artikler, så den nye viden kan blive udsat for kritisk akademisk granskning.

Kapitlerne er skrevet i et let forståeligt sprog og afspejler, at forfatterne er involveret i forskningsprojekter, der alle er betydningsfulde for sygeplejersker og patienter i dagligdagen.

Bogen anbefales til sygeplejefaglige ledere og beslutningstagere, der ønsker idéer til, hvordan man kan skabe en udviklings- og forskningskultur i sundhedsvæsenet, og hvordan den kan anvendes af alle mhp. at skabe forståelse for, at forskning kan bedrives på forskellige måder.

*Lene Lauge Berring, cand.cur., ph.d.,  
Center for Relationer og Deeskalering,  
Psykiatrien Region Sjælland.*

## Fokus på at styrke kulturel kompetence



Ben Farid Røjgaard Nielsen  
Helen Liesl Krag  
**KULTURMØDER I SYGEPLEJEN**  
Samfundslitteratur 2020  
100 sider – 129 kr.

”Kulturmøder i Sygeplejen” er en lille og hurtiglæst bog, som kort og godt introducerer til emnet. Bogen giver indsigt i og gode råd om, hvordan sundhedsprofessionelle kulturelt-kompetent kan møde patienter og borgere med forskellige kulturelle baggrunde. Der er fokus på, at sygeplejersken på forskellig vis bliver mere kulturelt kompetent, og forfatterne har også fokus på et mere ligeværdigt og anerkennende møde med patienten/borgeren. Implicit i de forskellige små kapitler gør forfatterne opmærksom på stigmatiserende begreber som bl.a. etniske smerter og etnocentrisme.

Bogen behandler emner som kultur, kommunikation, tolkning og psykiatri og har et specifikt kapitel om diagnosen diabetes. Måske havde været mere relevant at have et kapitel om kulturelle opfattelser af flere sygdomme, f.eks. kræft og demens. Bogen går ikke i dybden med emnerne, det betyder, at nogle af dem opleves som lidt overfladisk beskrevet. Man får en fornemmelse af, at der er meget mere på spil.

Dog lover forfatterne ikke mere i bogens forord, end de kan holde. Bogen lægger op til, at kulturmøder rummer mange elementer, som kan være betydningsfulde. Den er god som opslagsværk og som inspiration til at søge mere viden om kulturmøder i sygeplejen, og den kan anbefales til både studerende og uddannede.

*Dorthe Nielsen, professor i sårbarhed, Indvandrermedicinsk Klinik, OUH og SDU.*

## Den nødvendige samtale



Sygeplejersken podcast  
**NO. 1 - DEN SVÆRE SAMTALE**  
15. november 2019

”Døden er ikke noget, der sker for mig..”

Citatet stammer fra Sygeplejerskens podcast ”Den svære samtale”. Podcasten omhandler projekt ”Klar til samtalen”, der er søsat af Dansk Selskab for Patient-sikkerhed. Det skal ruste sundhedsprofessionelle til at samtale med de ældste og mest syge og deres pårørende om døden.

Læge Ove Gaardbo, der er initiativtager til projekt ”Klar til samtalen” udfolder i podcasten de konsekvenser, der er forbundet med at undlade at tale med de ældste og de mest syge om deres ønsker til den sidste tid. Derudover medvirker daglig leder på Bakkegården plejecenter, Maria Vinter Midjord, som fortæller, hvordan de med få midler har opnået systematik i samtalerne med beboere og pårørende om døden.

Den måde vi taler om tingene på, er med til at forme den måde, vi opfatter dem. At sige ”den svære samtale” risikerer desværre at gøre samtalen mere svær, og det behøver den ikke være. Kunne vi i stedet sige ”den nødvendige samtale”? Det vil fremhæve nødvendigheden af, at vi får talt om borgerens ønsker. For hvem er det svært for? Er det for borgeren? De pårørende? Eller den sundhedsprofessionelle selv?

Podcasten kan inspirere til at tage hul på en praksis, hvor dét at tale med de ældste og mest syge om døden bliver naturligt.

*Charlotte Hald, cand.cur., medlem af Sygeplejetisk Råd*

## Vi skal evne at se individet



**DORTHE S. NIELSEN**  
Sygeplejerske og professor i sårbarhed, Indvandrermedicinsk Klinik, Odense Universitetshospital.

Tekst **MICHAEL HOLBEK**

### HVAD LÆSER DU LIGE NU?

”Jeg har lige læst 'Et lille liv' af Hanya Yanagihara. Puha, det er den stærkeste bog, jeg nogensinde har læst.”

### HVORDAN HAR DEN INSPIRERET DIG?

”Den handler om livsfortællinger og sårbarheder, er fuld af lidelse og smerte, men også af kærlighed og håb. Det er eminent, som hun sammenskriver alle de stærke følelser. Den er virkelig bærsk. Jeg tudede, men den fik mig også til at reflektere over livet bagefter. Den sætter fokus på vores livshistorier – hvad det er, vi som individer har med os, når vi f.eks. opsøger sundhedsvæsenet. Og hvor vigtigt det er, at vi forholder os til folks livshistorier.”

### HVILKEN BOG BURDE ALLE SYGEPLEJERSKER LÆSE - OG HVORFOR?

”Sara Omars to bøger 'Dødevaskeren' og 'Skyggedanseren'. De giver en rigtig god forståelse af, hvor vigtigt det er at se mennesket frem for kulturen, og en fantastisk indsigt i, hvad et menneskeliv kan rumme af smerte. Bøgerne viser, at vi som sygeplejersker skal evne at se individet bag de kategorier og grupper, vi har tendens til at placere patienter i. Vi skal altid huske at tage den enkeltes livsfortælling med os ind i vores faglige virke. Jeg bruger også bøgerne i min undervisning.”

### HVILKEN BOG FIK DU ALDRIG LÆST HELT TIL ENDE?

”Jeg dur ikke til krimier. Jeg prøvede at læse Jussi Adler-Olsens 'Fasandræberne', men den er alt for uhyggelig til mig.”

KORT NYT OM BØGER

Andreas Albertsen  
**ORGANDONATION - OG BEHOVET  
 FOR EN NY MODEL**  
 Aarhus Universitetsforlag 2020  
 152 sider - 199,95 kr.

Forfatterens holdning til organ-  
 donation fremgår af bogens titel.

Den danske model for organ-  
 donation er baseret på aktivt til-  
 valg. Forfatteren gennemgår tre  
 alternative modeller: aktivt fra-  
 valg, tvungent valg og et forslog  
 om en prioritetsregel. Den sidste  
 indebærer, at alle skal tilmelde  
 sig donorregistret for at få prio-  
 ritet til selv at modtage et organ,  
 skulle der blive behov for det.  
 De tre modeller diskuteres grund-  
 digt, og etiske problemstillinger  
 og familiens rolle vendes og  
 drejes med eksempler fra inter-  
 national praksis og litteraturen.  
 Forfatterens grundholdning er,  
 at det er vigtigt og væsentligt at  
 beskytte menneskers autonomi.  
 En letlæselig, grundig og sober  
 bog om et svært emne.

Britta Hårdam, Rikke Volmer  
 Brandsen & Lis Horstmann  
 Nødskou  
**KROSPLEJE**  
**Personlig Hygiejne**  
 FADL'S Forlag 2020  
 115 sider - 229,95 kr.

Bogen er skrevet af en senior-  
 forsker, en områdeleder og en  
 ledende oversygeplejerske. Ef-  
 ter fire siders forord følger et  
 historisk perspektiv på person-  
 lig hygiejne til den læser, som  
 vil kende baggrunden for den  
 opmærksomhed, der altid har  
 været på personlig hygiejne. Her  
 omtales forskellige studier, nog-  
 le af disse kan findes under for-  
 skerens efternavn i referencer  
 bagest i bogen, men der er ikke  
 konsistens i henvisningsmåden.

Nyttige bokse med faglig op-  
 samling findes bogen igennem.

F.eks. "Forberedelse før alle bade-  
 procedurer". Hvem har ikke prø-  
 vet at stå hos en patient og have  
 glemt en ny bandage til et sår?

POMI-modellen, der indfanger  
 patientens præferencer og forsk-  
 ningsviden, er en måde at invol-  
 vere patienten på. Der følges op  
 med afsnit om hud, hår, negle og  
 mundhygiejne og boksen "Intert-  
 riginøse hudområder".

Fotografier af korrekt hånd-  
 vask husker os på, at tommelfing-  
 rene hører med til proceduren.

Og det store spørgsmål: vand  
 og sæbe eller badeservietter?

Information og personlige  
 præferencer synes at være svaret.

Finn Stahlschmidt  
**DA KRÆFT ÆNDREDE MIT LIV  
 - BESLUTNINGER OG VALG**  
 Janssen-Cilag A/S  
 153 sider - læses eller bestilles på  
 reception.denmark@its.jnj.com

En meget æstetisk bog, hvor  
 helbredte, kronisk syge eller  
 patienter, som fortsat er i be-  
 handling, fortæller om deres  
 erfaringer med kræftsygdom og  
 sundhedsvæsen. Der er fotogra-  
 fier af de mennesker, som beret-  
 ter, og de ser alle opmuntrende  
 veloplagte og håbefulde ud trods  
 kræft i blodet, knoglemarven  
 eller lymfesystemet. Et af om-  
 drejningspunkterne i bogen er  
 patientinvolvering. En del af de  
 personlige fortællinger beskri-  
 ver deltagelse i medicinske for-  
 søg. Noget som mange siger ja  
 til, fordi de føler, at de hjælper  
 andre patienter, og selv får end-  
 nu en chance for at blive raske.  
 Bogen indeholder oplysninger  
 om relevante patientforeninger,  
 gode råd til mødet med syge-  
 huset og livet efter kræft, be-  
 skrivelser af de sygdomme, der  
 nævnes og ordforklaring.

En oplysende bog, der formid-  
 ler håb og styrke til sin læser.

## Sundhedsfremme i teori og kommunal praksis



Pernille Tanggaard Andersen, Charlotte Bech Lau,  
 Heidi Myglegård Andersen, (red.)  
**SUNDHEDSFREMME I KOMMUNER OG LOKAL-  
 SAMFUND - MELLEM FORSKNING, PLANLÆG-  
 NING OG PRAKSIS**  
 Hans Reitzels Forlag 2020  
 256 sider - 229,95 kr.

Redaktørerne har efterlyst en forskningsorienteret  
 synliggørelse af teoretiske tilgange, der kan anvendes  
 i arbejdet med et mangesidigt, komplekst fænomen som  
 sundhedsfremme, og de har savnet indblik i, hvordan de  
 teoretiske perspektiver kan overføres i kommunale og lo-  
 kale sundhedsfremmeindsatser. Det er der så her - et bud  
 på vægtning af de sundhedsfremmeperspektiver, der beto-  
 ner den sociale situation, levevilkår og trivsel uanset sund-  
 hedsadfærd. Forståelsen af sundhedsfremme tager afsæt i  
 Ottawa-chartret fra 1986, der markerede den samfundsvi-  
 denskabelige og humanistiske tilgang, hvor fokus særligt  
 var ulighed i sundhed. Ulighed i sundhed har været stigen-  
 de gennem de sidste 30 år, så det giver god mening at  
 dykke ned i både teori og empiriske eksempler for at forstå  
 og få idéer til planlægning og handling. Del 1 handler om  
 sundhedsfremmeplanlægning og praksis. Her findes et  
 indlæg om supersetting-tilgangen som integreret sund-  
 hedsfremme i lokalsamfundet. Eksempler tages fra Projekt  
 SoL, sundhed og lokalsamfund. Tilgangen bygger på fem  
 principper: integration, deltagelse, empowerment, kon-  
 tekst og viden. Den er faseopdelte og er baseret på en delta-  
 gerorienteret og samskabende proces. Del 2 er koncentre-  
 ret om dilemmaer, barrierer og potentialer for at adressere  
 ulighed i sundhed i kommunal sundhedsfremme via kon-  
 krete cases. Jeg vil fremhæve Tanggård og Baks indlæg om  
 empowerment, samskabelse og brugerinddragelse i prak-  
 sis. Her illustreres, hvordan empowerment-processer kan  
 dannes gennem initiativ fra neden, via stærke fællesskaber  
 i lokalområdet eller ved tilføjelse af ekstra ressourcer og  
 innovative fagprofessionelle kræfter. Bogens dele afrundes  
 af Nicole Thualagent, som kritisk diskuterer bogens poin-  
 ter. Hvert kapitel afsluttes med refleksionsspørgsmål og  
 referencer. Målgruppen er studerende ved de sundheds-  
 faglige, socialfaglige og samfundsvidenskabelige uddan-  
 nelser på universiteter og i UC-miljøer.

Marianne Mahler, sygeplejerske & Dr. Public Health  
 Sygehus Sønderjylland, Fælles Akutmodtagelse





"...jeg føler mig megagodt taget imod. De er virkelig gearet til at få os inkluderet"

Lone Gejl  
Odense Universitetshospital

## Din introduktion er noget helt særligt for os

På Odense Universitetshospital gør vi os umage for at give dig en god og tryk start som sygeplejerske. Det betyder, at du ikke er alene på vagt de første to måneder, og at du får sparring med erfarne sygeplejersker, inden du står på egne ben på en vagt.

Introduktionsforløb er forskellige, så du får en introduktion, som passer til netop dit nye job. Her fortæller sygeplejerske **Lone Gejl** om sin start på Fælles Akut Modtagelsen på Odense Universitetshospital.

*"Jeg føler mig megagodt taget imod. De er virkelig gearet til at få os inkluderet og det med, at man ikke tæller med i normeringen i op til*

*otte uger, det er jo alfa og omega, så man kan gøre det lidt i eget tempo.*

*Man bliver koblet på et team, hvor der er tre sygeplejersker, der er bagstoppere, så de ved: Hvad kan vi forvente, at hun kan nu osv.*

*Vi har også kliniske sygeplejersker, som følger os. Jeg har haft en, der bare fanger ens blik og ser: Har hun det godt, eller har hun det ikke godt. Og så bliver man lige hevet til side.*

*Jeg har været væk fra sygehuset i 15 år. Det var en stor beslutning at vende tilbage, men det var det helt rigtige valg."*



# NEUROBLØMST *OG* ACTIONCARD *FOREBYGGER* VOLD

Få simple værktøjer kan forebygge en stor del af den vold og de trusler, sygeplejersker bliver udsat for fra patienter. Det har man lært på Afdeling for Hjerne- og Nervesygdomme på Herlev Hospital, efter afdelingen for to år siden fik et påbud af Arbejdstilsynet.

Tekst **KRISTINE JUL ANDERSEN** · Foto **BAX LINDHARDT**



Efter sygeplejerske **Camilla Koch** har været på kursus i at forebygge vold, går hun ikke længere hen til patientens hoved, men begynder altid ved fodenden af patientens seng og lægger en hånd på fødderne, hvis hun skal vække dem for f.eks. at måle værdier.

## Fald i voldssager

På Afdeling for Hjerne- og Nervesygdomme på Herlev Hospital er antallet af registrerede og anmeldte voldstilfælde faldet efter Arbejdstilsynets påbud i 2018.

**2018:** 31 interne registreringer og fem anmeldelser af vold

**2019:** fem interne registreringer og tre anmeldelser

**2020 (foreløbig):** seks interne registreringer og tre anmeldelser

ikke interesseret i at tage medicinen,” fortæller Camilla Koch.

Et par portører står klar til at hjælpe, og det er koordineret med Camilla Koch, hvad der skal ske. Det forklarer hun nu også patienten. Han svarer igen, at det er han ikke interesseret i. Men stemningen er rolig. Portøren fortæller patienten, at ”nu tager vi fat i dig og vender dig om på siden. Og så skal du have det her medicin.”

Sådan ender forløbet. Patienten får medicinen og spørger, hvornår det begynder at virke.

”Det var en rigtig god oplevelse, fordi det skete så roligt. Det var rart, fordi det ikke endte i det helt store, hvor han blev udadreagerende. Jeg kunne mærke, at det hjalp, at jeg brugte meget tid på at snakke med ham. Nogle gange, når vi skal give tvangsmedicin, kan det godt blive meget hektisk. Men den her morgen var det roligt, og patienten var ikke sur bagefter,” smiler Camilla Koch.

### Sparket i maven

Men sådan har det ikke altid været.

Camilla Koch er ansat på Afdeling for Hjerne- og Nervesygdomme på Herlev Hospital. For to år siden fik afdelingen et påbud af Arbejdstilsynet, der mente, at det kunne være til skade for medarbejdernes helbred, når de blev udsat for vold og trusler fra patienterne.

**D**et er en tidlig morgen i august. Sygeplejerske Camilla Koch er ved at afslutte sin nattevagt, men inden hun går, skal hun give en patient medicin. Patienten er psykotisk, og efter en

god nat er han begyndt at ”køre op”. Han skal have sin tvangsmedicin nu, inden det bliver for vildt.

”Jeg kommer ind og giver ham tilbudt om at tage medicinen frivilligt. Jeg står længe og taler med ham. Men han er

**Camilla Koch** er en af de fem ressourcepersoner på Afdeling for Hjerne- og Nervesygdomme, der løbende italesætter de indsatser, personalet har lært på deres kursus. Ressourcepersonerne mødes jævnligt og arbejder med nye tiltag, der skal fastholde fokus på at forebygge vold og trusler.



Derfor var det blevet en del af hverdagen. Man var vant til den risiko.

”Selvfølgelig snakkede vi om det, men vi vidste ikke, hvad vi skulle gøre ved det. Så der måtte vi bare gøre vores arbejde. Velvidende, at der kunne ske noget.”

Sådan skal det ikke være at gå på arbejde, fastslog Arbejdstilsynet, der krævede, at der blev gjort en særlig indsats for at hjælpe sygeplejerskerne til at forebygge volden og truslerne og bearbejde det professionelt, når det skete.

Det har bl.a. betydet, at alle medarbejdere – 17 sygeplejersker og fire social- og sundhedsassistenter – har været på kursus i, hvordan man forebygger, at konflikter optræder. Og at afdelingen nu har fem sygeplejersker med yderligere kurser, der fungerer som afdelingens ressourcepersoner på området.

Camilla Koch er en af dem. Det betyder bl.a., at hun er med til at fastholde fokus på nye tiltag i hverdagen, og at hun underviser nye kolleger og studerende på området.

### Sløset holdning

Den morgen i august, hvor hun fik afværget en potentielt voldelig situation, brugte hun flere af de ting, hun har lært på sine kurser.

”Vi har lært, at når vi går ind til en patient, skal vi have siden til og en lidt sløset holdning. Bøje lidt i knæene og være lidt ydmyg. For det gør virkelig en forskel, hvordan man kommer ind. Og hvordan man siger ting,” siger Camilla Koch og fortsætter:

”Hvis jeg troppede op fuldstændig front mod front og sagde: ”Du skal have det her medicin,” så havde jeg fået en helt anden reaktion.”

I påbuddet fra Arbejdstilsynet bliver der beskrevet en række eksempler på, hvad de ansatte bliver udsat for. F.eks. en episode med en ellers rolig patient, der pludselig sprøjter barberskum på en ansat. En kollega kommer til for at hjælpe, hvorefter patienten kaster sit ur efter vedkommende. De ansatte går ud af stuen, men da patienten forsøger at forlade sin seng, og personalet kommer til for at hjælpe, slår patienten ud efter dem.

”Patienten endte på gulvet og truede med at kaste ting efter de ansatte. Han spændte ben og sparkede ud efter ansatte, når de nærmede sig for at få ro på og hjælpe. Patienten fik fat i en ansats hænder,

klemte til, krydsede armene og slog dem mod hinanden,” lyder det i beskrivelsen.

Et andet eksempel handler om en ny patient på afsnittet, der blev vred, da han skulle have medicin. Han var paranoid og troede, at en ansat havde stjålet fra ham. Patienten sparkede den ansatte på armen og i maven og rev vedkommende på armene.

Camilla Koch fortæller, at hun også har været ude for lidt af hvert.

”Jeg er blevet slået, sparket, revet, holdt fast i og truet. Det kan godt være voldsomt. Men eftersom vi har den patientgruppe, vi har, så tænker man også bagefter, at det ikke er noget, de gør med vilje,” fortæller hun.



**Neuroblomsten** bliver udfyldt med patienters interesser, familie, døgnrytme og kalde navn. Den hænger på stuen, og informationerne kan være nyttige for at forebygge og aflede voldsom adfærd fra patienterne. F.eks. ved ikke at bede patienten om at sove kl. 22.00, hvis han plejer at gå i seng kl. 04.00.

afdelinger. I stedet bør man starte i fodenden. Også hvis man skal vække patienten. Og så spørge om det er ok, at man kommer tættere på for at måle blodtrykket,” forklarer Camilla Koch og fortsætter:

”Så siger de jo gerne ja. Og hvis de siger nej, så lader man være. Eller hvis patienten siger skrid, så går vi lige ud i 10 minutter. Og venter til de er i et andet humør.”

For Camilla Koch og hendes kolleger har det krævet en ny måde at arbejde på. Men de er blevet bedre til at ændre dagens skema og tage mere hensyn til de udfordringer, der kan være ved udadreagerende patienter.

”Så må de blive vasket senere, hvis det er det, de er utrygge ved. Eller også prøver vi vores andre tiltag for at gøre det nemmere.”

#### Actioncard

Det første, afdelingen fik indført, var et actioncard på den truende udadreagerende patient. Her krydser sygeplejerskerne f.eks. af, om det, patienten fejler, er fysisk eller psykisk, hvor mange personer man skal være, når man skal ind til patienten, og om der er særlige hensyn.

”I starten brugte vi det, hvis der var sket noget. Så hang vi det op på vores oversigts-tavle på kontoret. Hænger det på tavlen, er det noget vi taler om, når der er overleve-

Sygeplejerskerne har også lært om zoner i forhold til patienten. Det handler om at holde sig på afstand til at starte med og først gå tættere på og ind i næste zone, når man bliver inviteret til det af patienten.

”Når der tvangsmedicineres, bliver man selvfølgelig nødt til at nærme sig næste zone, selvom patienten ikke er interesseret i det. Men det skal stadig ske på en forsvarlig måde,” siger hun.

#### Start i fodenden

På det kursus, hun og kollegerne var på, prøvede de selv at ligge i sengen og opleve, hvordan det føles, når der kommer en person direkte hen til ens hoved.

”Det var ikke særlig rart. Men jeg tror, at man kommer til at gøre det på mange



Hvis der har været en hændelse med en voldelig eller truende patient, sætter sygeplejerskerne en rød trekant på døren ind til stuen. Det fortæller alle medarbejdere, at der skal tages særlige hensyn her.

## Svært syge patienter

Patienterne på Afdelingen for Hjerne- og Nervesygdomme er indlagt til diagnostik og behandling af forskellige neurologiske sygdomme som for eksempel epilepsi, hjernetumor, hovedtraumer, sklerose og infektioner i nervesystemet.

Nogle lider af kognitive funktionsnedsættelser, og deres adfærd er præget af deres sygdom. Nogle er udadreagerende, andre er selvskadende. Og de kan være til fare for sig selv og andre.

Patienternes adfærd kan være meget svingende fra rolig et øjeblik til opfarende og udadreagerende det næste øjeblik. Det gør det uforudseelig for personalet.

## Påbud fra arbejdstilsynet relateret til vold

- Siden 2015 og frem til sommeren 2020 har Arbejdstilsynet haft 147 reaktioner på tilsyn på somatiske og psykiatriske hospitaler, der specifikt vedrører problemer med vold og trusler mod ansatte.
- Heraf har 83 tilsyn udløst et påbud eller et strakspåbud.
- 17 af de 83 påbud er givet til afdelinger på somatiske sygehuse.

ring. Så aftaler vi hvilke forholdsregler, vi skal tage,” fortæller Camilla Koch.

Nu bruger sygeplejerskerne også actioncardet før, der sker en hændelse, hvis de ud fra en række faktorer vurderer, det kan være gavnligt. I teamet af resourcepersoner er man desuden i gang med at udvikle et konkret risikoscoringsredskab til brug ved indlæggelse.

#### Neuroblomsten

Camilla Koch dykker ned i en tyk mappe og hiver en gul tegnet blomst frem, der er udsåret i pap og lamineret.

”Vi kalder den ”Neuroblomsten”. Den vi har brugt mest energi på. Den kan lidt de samme ting som ”Delirblomsten”, men vi har tilpasset den til vores patienter, så der står ikke de samme ting,” forklarer

hun og begynder at skrive på et blad med en sort tus.

"Vi har f.eks. et blad, der hedder døgnrytme, som er ret vigtig. Vi har oplevet, at der sker hændelser på baggrund af, at vi f.eks. ønsker, at patienten skal i seng på et bestemt tidspunkt. Men hvis patienten er vant til først at gå i seng kl. 4.00 om natten, så duer det ikke, at vi kommer kl. 22-23 stykker og siger, hun skal sove. For det skaber konflikter."

Sygeplejerskerne får hjælp af patienten eller de pårørende til at udfylde blomsten, der også har blomsterblade med emnerne familie, interesser og kaldenavn. Og så bliver den hængt op på stuen.

Camilla Koch skriver "hunde" i feltet med interesser og forklarer, at hvis der f.eks. er en situation, hvor patienten er ved at køre op, kan sygeplejersken læse på blomsten og se, at patienten har en stor interesse for hunde.

"Så kan jeg sige, at jeg har en hund og samtale lidt om det. Vi oplever, at det virker rigtig godt. De giver ligesom fuldstændig slip og begynder at snakke om hunde. Blomsten kan rigtig meget," siger hun.

Der er mange flere små greb, som de ansatte på afdelingen har taget med sig fra kurset "Stop volden nænsomt", og som har været med til at ændre hverdagen til det bedre. Både for patienterne og for personalet.

"Det er det bedste kursus, jeg har været på, og der er meget, der har sat sig fast. Løbene har jeg haft følelsen af, at det har virket, og jeg oplever, at der er færre hændelser. Jeg synes, jeg går gladere hjem fra arbejde," smiler hun. ©

G O D E G R E B



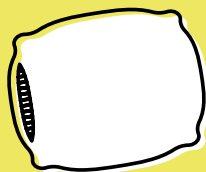
## TELEFON FRA REGIONEN

Hvis man overhører en kollega have en ophedet samtale med en pårørende eller en patient, kan man gå ind og sige: "Der er telefon fra regionen, som du lige er nødt til at komme og tage." Så får begge parter et pusterum til at overveje, hvad der var ved at ske. Man falder lidt ned og kan gå tilbage og få talt ordentligt sammen.



## ABEANSIGTET

Abeansigtet kan man bruge, hvis man har haft en ophedet diskussion med nogle pårørende. Og man synes, at det var rigtig træls. Så kan man gå ud på toiletet og lave abeansigter til sig selv i spejlet. Eller få rystet kroppen. Det handler om lige at komme af med de værste frustrationer.



## PUDEN FORAN ANSIGTET

Hvis patienten griber ud og tager hårdt fat i en, kan man sige: "Her, tag lige den pude." Eller: "Vil du lige hjælpe mig med at holde den her." Så har de fat i noget. Armene og hænderne er beskæftiget. De har fokus på puden. Så kan sygeplejersken have fokus på sin opgave.

Hvis patienten begynder at sparke eller slå, kan man skubbe puden op mod hovedet, så patienten mister fokus. Så vil patienten automatisk flytte fokus mod at få puden væk fra hovedet.

# NÅR PATIENTER BLIVER VOLDELIGE

Her ses en række eksempler på de situationer, medarbejderne på Afdeling for Hjerne- og Nervesygdomme på Herlev Hospital har været ude for. Det er eksempler fra Arbejdstilsynets rapport fra 2018 i forbindelse med det påbud, der blev givet til afdelingen.

Opstår der en situation, er det muligt at få både supervision i afdelingen og professionel hjælp af en ekstern psykolog.

## Slag i brystet

En patient blev hjulpet med at indtage piller og begyndte at slå ud efter personalet. En ansat tog fat om patientens håndled for at skærme kolleger, hvorefter patienten slog den ansatte i brystet.

## Spark og trusler

I forbindelse med et bleskift blev patienten vred og slog en ansat på højre arm og forsøgte at sparke og slå de to tilstedeværende ansatte, som afværgede slagene. Senere på natten var den ansatte nødsaget til at korrigere patientens adfærd, hvorefter patienten endnu engang forsøgte at slå og sparke og kom med verbale trusler mod de ansatte.

## Bide og kradse

Da patienten skulle have lagt et engangskateter, blev vedkommende vred og begyndte at slå, sparke, bide og kradse, selvom de ansatte havde forsøgt at forberede patienten på proceduren.

## Konstant voldelig

En patient udøvede vold under hele sin indlæggelse over halvanden dag i form af at slå, sparke, rive, bide og spytte på de ansatte.

## Holdt fast

En patient skulle mobiliseres i sengen og blev i den forbindelse utryg. Patientens tog fat om ansattes arme, holdt fast og ville ikke slippe.

## Bidt i fingeren

En sygeplejerske blev bidt i fingeren af en patient i forbindelse med podning for influenza.

# FRYS, FLYGT ELLER ANGRIB - FORSTÅ DELIR

Delir er en kompliceret sygeplejefaglig problemstilling med øget risiko for funktionstab og længerevarende kognitive problemer hos patienterne. Men plejesituationen kan også udgøre en væsentlig trussel mod sygeplejerskers sikkerhed.

Hvad gør man efter man har skærmet den delirøse patient? Og hvad stiller man op hos delirøse patienter, som er konfusede og kede af det, men som er svære at yde sygepleje til? Det får du et bud på i denne udgave af Sygeplejerskens podcast.

Lyt til podcasten her: [dsr.dk/podcast](https://dsr.dk/podcast)  
eller find den der, hvor du plejer at lytte til podcast.



**SAMTALEN OM DØDEN  
GAVNER BÅDE SYGEPLER-  
JERSKEN, PATIENTEN OG  
SYSTEMET**



**OMSÆT EN FILOSOFISK  
TILGANG TIL SYGEPLEJEN,  
TIL KONKRET HANDLING**



**SÅDAN MINDSKER DU  
RISIKOEN FOR SYGDOM  
OG ULYKKER**

## MEDLEMSTILBUD

SYGEPLEJERSKERNES FRITIDSBOLIGER

# Skovture og varm kakao?

Tag familien med på efterårstur i DSR's fritidsboliger til medlemspris.

[dsr.dk/fritidsboliger](https://dsr.dk/fritidsboliger)



GADS FORLAG

**ÅNDELIG STIMULANS TIL VINTEREN?  
KØB BØGER MED 20 % RABAT.**

[dsr.dk/rabatter](https://dsr.dk/rabatter)



PODCASTS FRA DIN HVERDAG

**LYT TIL SYGEPLEJERSKER, DER FORTÆLLER OM DERES ARBEJDS DAG, OG BLIV INSPIRERET TIL DIT NÆSTE JOB.**

[dsr.dk/podcasts](https://dsr.dk/podcasts)



FADL'S FORLAG

**VINTER I FAGETS TEGN?  
KØB BØGER MED MEDLEMSRABAT.**

[dsr.dk/rabatter](https://dsr.dk/rabatter)





JEG DIG

Søg mere viden på [www.novonordisk.dk](http://www.novonordisk.dk)

## HAR NOGEN, DER STÅR DIT HJERTE NÆR, TYPE 2-DIABETES?

Mange med type 2-diabetes ved ikke, at sygdommen øger risikoen for at udvikle en hjerte-karsygdom.<sup>1</sup>  
Faktisk svarer én ud af fire danskere med type 2-diabetes i en ny undersøgelse, at de har ingen eller lav risiko.<sup>2</sup>  
Vær med til at ændre den statistik.



Læs mere om hvad du skal være opmærksom på, hvis du har type-2 diabetes og risiko for hjertekarsygdom på [www.novonordisk.dk](http://www.novonordisk.dk) eller skan QR koden med din smartphone for at få mere information.



To ud af tre dødsfald blandt patienter med diabetes relateres til hjerte-karsygdom.<sup>3</sup>  
Tal med din læge om din diabetesbehandling – og om, hvad der kan gøres for at nedsætte risikoen for hjerte-karsygdom.

### Gode spørgsmål at stille din læge:

♥ Hvordan hænger type 2-diabetes og mit hjerte sammen?

♥ Kan min diabetesmedicin være med til at nedsætte risikoen for hjerte-karsygdom?

♥ Hvis jeg får anden hjertemedicin – eksempelvis blodtryks- og kolesterolsænkende – er der så stadig risiko?

1. Rawshani, A., et al., Risk Factors, Mortality, and Cardiovascular Outcomes in Patients with Type 2 Diabetes. N Engl J Med, 2018. 379(7): p. 633-644. 2. International Diabetes Federation. Taking Diabetes to Heart Danish Survey Results. 3. Low Wang CC, Hess CN, Hiatt WR et al., Clinical Update: Cardiovascular disease in diabetes mellitus. Atherosclerotic cardiovascular disease and heart failure in type 2 diabetes mellitus – mechanisms, management, and clinical considerations. Circulation. 2016;133:2459-2502.



# DE NOMINEREDE ER ...



## ATHENA PRISEN

»Athena Prisen – gør verdensmål til hverdagsmål« belønner sygeplejefaglige indsatser, hvor bæredygtig udvikling og FN's verdensmål er omsat til lokale mål og handlinger.

Athena Prisen er opkaldt efter Florence Nightingales ugle. Athena er også navnet på den græske gudinde for visdom og samtidig symboliserer uglen klogskab.

Læs mere om Athena Prisen og se de 35 indstillinger på [dsr.dk/athena](https://dsr.dk/athena)

En engel og en app. Lysbehandling til nyfødte, plastsortering og elektronisk monitorering af håndhygiejne. Sådan lyder de korte overskrifter på de fem sygeplejefaglige indsatser, som en faglig dommerkomite har nomineret til Dansk Sygeplejeråds nye faglige pris, Athena Prisen.

Tekst **SUSANNE BLOCH KJELDSSEN**



Foto: SANKT LUKAS HOSPICE

## SYMBOLER LINDRER ANGST OG SMERTE

Ud af 35 indstillinger til Dansk Sygeplejeråds og Bauta Forsikrings nye faglige pris, Athena Prisen, er fem sygeplejefaglige indsatser nomineret. Prisen belønner indsatser, hvor FN's verdensmål er omsat til hverdagsmål. De nominerede indsatser handler om åndelig omsorg, lysbehandling til nyfødte, plastsortering, monitorering af håndhygiejne og en app til kvinder med brystkræft.

Næstformand i Dansk Sygeplejeråd, Dorthe Boe Danbjørg, har siddet i dommerkomiteen og har læst de 35 indstillinger.

”De mange indstillinger viser spændvidden i sygeplejerskers faglighed og kreativitet. Sygeplejerskers høje faglighed betyder, at de kan finde på løsninger og påvirke sundhedsvæsenet med deres idérigdom. Det er godt at se, at sygeplejersker er i stand til at kæmpe på trods af et presset sundhedsvæsen.

De fem nominerede indsatser er gode eksempler på, at sygeplejersker både kan byde ind med idéer i forhold til klima og pandemi, og at de også kan fokusere på det nære. F.eks. svære situationer på hospice, udfordringer med, at flere skal behandles hjemme, og nødvendigheden af at inddrage patienterne,” siger Dorthe Boe Danbjørg.

Det er første gang, Dansk Sygeplejeråd og Bauta Forsikring uddeler Athena Prisen.

De to vindere af Athena Prisen 2020 bliver offentliggjort den 25. november, hvor de får overrakt en check på 50.000 kr. hver. Pengene skal gå til udvikling af indsatsen på arbejdspladsen. ●

### Indstillet:

Sankt Lukas Hospice.

### Sygeplejefaglig indsats:

Brug af symboler på hospice.

### Dommerkomiteens udtalelse:

Et meget smukt projekt, som viser, hvordan det at tale med patienten og de pårørende om døden kan gøres "lettere" for sygeplejersken. Systematisk opsamling af viden sikrer, at sygeplejen udføres på et vidensbaseret grundlag.

I september 2012 gav sygeplejerske Kirsten Bühler en bronzeengel, som hun havde i sin lomme, til en patient, der var grebet af dødsangst. Denne bronzeengel kom til at få en særlig betydning i de sidste dage af patientens liv og i dødsøjeblikket. Både patientens pårørende og personalet på hospice blev berørt af oplevelsen, der kom til at åbne for en diskussion om, hvad åndelig omsorg er, og hvordan det kan finde udtryk i symboler og ritualer.

Ledelsen gav grønt lys til, at Kirsten Bühler kunne begynde et projekt, hvor sygeplejerskerne på hospice kunne give en bronzeengel til patienter eller pårørende, når de skønnede, at det gav mening. I årene der gik, var erfaringerne fra projektet så gode, at det blev besluttet, at bronzeenglen fremover skulle indgå i den brede palette af lindringsmuligheder på hospicet. Indsatsen har betydet, at der er skabt åbenhed til at tale om åndeligt eksistentielle emner og det at inddrage ritualer og symboler i mødet med patienter og pårørende.

Læs også artiklen om Kirsten Bühlers arbejde i Sygeplejersken nr. 1/2020 på [www.dsr.dk](http://www.dsr.dk)



Foto: ANNA-LISAN NIXON

## FORÆLDRE BEHANDLER SELV DERES NYFØDTE FOR GULSOT

### Indstillet:

Joan N. Larsen, Sarah H. H. Pedersen og Malene B. Nielsen fra Neonatalafdelingen, ambulatorium 5024, Rigshospitalet.

### Sygeplejefaglig indsats:

Lysbehandling af nyfødte med gulsot i hjemmet.

### Dommerkomiteens udtalelse:

Projektet viser sygeplejerskernes kreativitet i forhold til at løse sundhedsfaglige problemstillinger. Samtidig skaber det også mere tryghed og ro i en tid, som el- lers kan være meget stresset for de nybagte forældre og deres børn.

Siden januar 2019 har man på Rigshospitalets neona- talafdeling arbejdet med lysbehandling i hjemmet for nyfødte med gulsot.

Over 100 børn og deres forældre har deltaget i pro- jektet, som har vist, at forældrene ikke blot var i stand til at gennemføre behandlingen, men at de også følte sig trygge og så det som en fordel at kunne blive behandlet i eget hjem fremfor på hospitalet. Samtidig har det også givet mulighed for, at begge forældre kan få en større andel i barnets første tid, da også faderen kan være en del af behandlingen, ligesom søskende har kunnet være tættere på det nye medlem af familien. Ved indlæggelse har kun moderen haft mulighed for at være indlagt.

Lysbehandling hjemme er nu et fast tilbud i det selvstændige sygeplejeambulatorie både til børn på neonatal- og barselsafdelingen.

Læs også den faglige artikel om lysbehandling i hjem- met i *Fag & Forskning* nr. 3/2020 på [www.dsr.dk](http://www.dsr.dk)



## NY AUTOMATISK MONITORERING AF HÅNDHYGIEJNE

### Indstillet:

Sygeplejerske Anne-Mette Iversen på Kræftafdelingen på Aarhus Universitetshospital.

### Sygeplejefaglig indsats:

Elektronisk system til monitorering af håndhygiejne.

### Dommerkomiteens udtalelse:

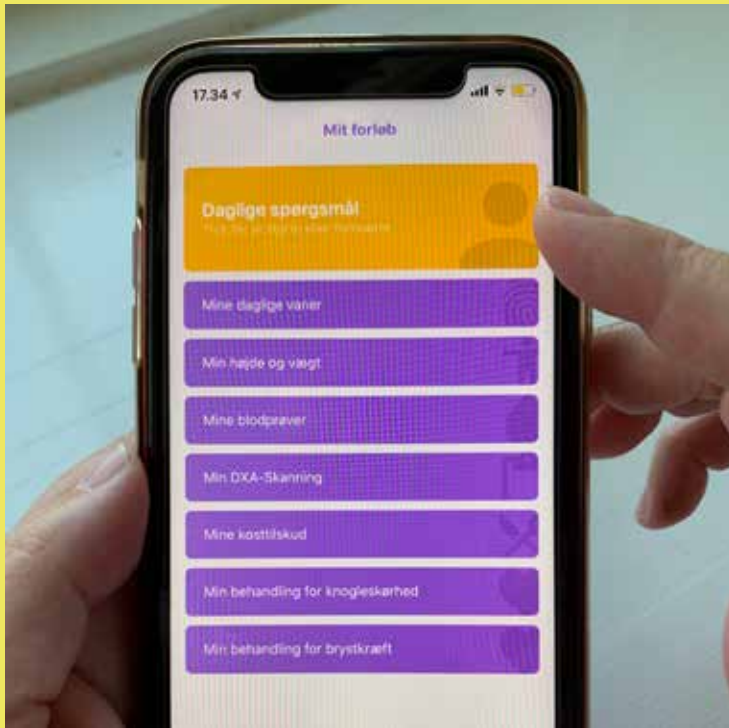
Projektet har et kæmpestort potentiale i forhold til at kunne forbedre håndhygiejnen og redde liv. Ved at arbejde med adfærdsdesign i praksis har projektet potentiale til at gøre en markant forskel.

Sygeplejerske Anne-Mette Iversen fra Kræftafdelingen på Aarhus Universitetshospital har udviklet et elektro- nisk system til automatisk at måle håndhygiejnen. Mo- nitoreringen betyder, at man har mulighed for at se de præcise områder, f.eks. patientstuer, hvor personalet ikke efterlever retningslinjerne. Systemet leverer data 24 timer i døgnet. Ligesom man kan se tidspunkter på døgnet, hvor retningslinjerne ikke følges.

Med projektet kan man imødegå tilfælde af smitte, hvert år smittes 60.000 danskere med infektion på hospi- talerne. Mindst 3.000 danskere dør af infektioner. Andre gennemgår forlængede indlæggelser med smerter, ubehag og varige mén.

Den sygeplejefaglige indsats er ikke blevet mindre re- levant i forbindelse med den aktuelle Covid-19-epidemi, hvor alles håndhygiejne er sat under lup. Under Covid-19 pandemien har Anne-Mette Iversen i samarbejde med et forskerhold fra DTU og firmaet Sani nudge søsat et fors- kningsprojekt, hvor de undersøger, om det elektroniske system kan anvendes til at lave automatisk smitteopspo- ring på hospitaler og plejehjem.

Dommerkomiteen har lagt vægt på de samfunds- økonomiske perspektiver, som kan spare patienter for infektioner og samfundet for store beløb. Det vil også kunne være en del af en aktiv indsats for at bekæmpe antibiotikaresistens.



Privatfoto

Foto: MICHAEL PROST-HANSEN



## APP FORBEDRER HVERDAGEN FOR KVINDER MED BRYSTKRÆFT

### Indstillet:

Sygeplejerske Trine Lund-Jacobsen, Endokrinologisk Klinik PE, Rigshospitalet.

### Sygeplejefaglig indsats:

Udvikling af appen Bone@bc.

### Dommerkomiteens udtalelse:

Appen Bone@bc er et vigtigt redskab til at skabe empowerment hos patienter, og den er til gavn for både patienter og sundhedsprofessionelle. Dagbogsnotaterne flytter fokus fra selve sygdommen og hen på andre aspekter af livet efter den lægefaglige behandling. Herudover er appen med til at indsamle data, der kan bruges til at forbedre behandlings- og efterforløb for alle kvinder med brystkræft.

Appen Bone@bc er en digital platform, der er udviklet af sygeplejerske Trine Lund-Jacobsen på Endokrinologisk Klinik PE på Rigshospitalet. Appen er til kvinder med brystkræft, som har brug for at fokusere på, hvordan hverdagen kan blive bedst mulig. Den er et redskab, der sætter fokus på patienten og ikke kun sygdommen.

Patienten kan indtaste en form for dagbog, som kan tages med til konsultationer på hospitalet, og dermed kan appen være med til at styrke samarbejdet mellem patient og personale.

Appen er derudover også et generisk dataindsamlingsværktøj, hvor data er pseudonymiseret, så data f.eks. kan bruges til forskning. Bone@bc udkom i maj 2018 og har kørt som pilotprojekt indtil september 2019, herefter kører appen videre og generer data til et prospektivt kohortestudie »Lev godt efter brystkræft«. Data bliver løbende analyseret.

## OPERATIONS- AFSNIT HAR BRAGT AFFALDS- MÆNGDEN NED

### Indstillet:

Ortopædkirurgisk operationsafsnit A750, Vejle Sygehus.

### Sygeplejefaglig indsats:

Plastsortering.

### Dommerkomiteens udtalelse:

Projektet finder lokale løsninger på den globale og aktuelle klimaproblematik. Ortopædkirurgisk operationsafsnit A750 har skabt bevidsthed om sundhedsvæsenets påvirkning af klimaet samtidig med, at afdelingen også har skabt opbakning og entusiasme omkring projektet. Dommerkomiteen vurderer, at der er basis for at brede projektet meget længere ud.

Siden begyndelsen af 2019 har Ortopædkirurgisk operationsafsnit A750 på Vejle Sygehus sorteret plastik til genanvendelse. Hvad der begyndte med en operationsstue bredte sig hurtigt til hele afsnittet, hvor tværfaglige aftaler kom i stand omkring håndteringen af det sorterede plast, så det ikke blev forurenet af det brændbare affald. Der blev samtidig afholdt undervisningsseancer for hele personalegruppen, så der ikke var tvivl om de enkelte produkter og deres sortering.

Projektet har nu spredt sig til flere afdelinger på sygehusene under Sygehus Lillebælt. En sygeplejerske, som er dedikeret til projektet, tager rundt og underviser i, hvordan man på Ortopædkirurgisk operationsafsnit har grebet plastsorteringen an samt hvilke udfordringer, afdelingerne kan møde, når de står over for et sorteringsprojekt, og hvordan disse bedst gribes an.

Vejle Sygehus har i 2019 sorteret 2400 kg hård plast og 3260 kg blød plast til genanvendelse.

Læs også artiklen om plastsorteringen i Sygeplejersken nr. 10/2019 på [www.dsr.dk](http://www.dsr.dk)

Iben Lund Mikkelsen har været ansat på bostedet "Nordstjernen", siden hun vendte tilbage til faget for lidt over to år siden.



## SYGEPLEJERSKEN JEG ALDRIG GLEMMER

Sygeplejerske **REGITZE  
FUTTERUP OM IBEN LUND  
MIKKELSEN:**

### »JEG BLEV SYGEPLE- JERSKE PÅ GRUND AF IBEN«

*"Ibens faglighed gjorde et stort indtryk på mig, da jeg var indlagt i ungdomspsykiatrien for ca. 10 år siden. Hun så ikke blot en selvskadende ung, men fokuserede i stedet på mine ressourcer. Dengang besluttede jeg, at jeg ville være sygeplejerske ligesom Iben. Jeg blev færdiguddannet i januar 2020, og jeg bærer min titel med stolthed."*

## YEAR OF THE NURSE

Verdenssundhedsorganisationen, WHO, har udråbt 2020 til Year of the Nurse and Midwife. Læs mere på [dsr.dk/yearofthenurse](https://dsr.dk/yearofthenurse)

I *Sygeplejersken* er det en anledning til at dele historier om, hvorfor man er sygeplejerske. Vi har samlet historierne i serien "Sygeplejersken jeg aldrig glemmer". Måske har du en historie, som vi skal høre? Skriv til [redaktionen@dsr.dk](mailto:redaktionen@dsr.dk)



# I TRE ÅR KUNNE JEG IKKE TÅLE SYNET AF EN HVID KITTEL

En kræftdiagnose midt i en graviditet vendte verden på hovedet for sygeplejerske **IBEN LUND MIKKELSEN**. I dag bruger hun erfaringerne fra sygdomsforløbet i mødet med sine patienter.

Tekst **MARIA KLIT** · Foto **SOFUS COMER**

**V**i arbejder i civil, for at det skal føles så hjemligt som muligt,” forklarer 37-årige Iben Lund Mikkelsen. Hun er sygeplejerske på Nordstjernen i Struer, der er et bosted for børn og unge med fysiske og psykiske handicap.

”Det her er deres hjem, og det gælder om at skabe et rum, der kan skærme børnene for den sygdom, der i forvejen fylder alt for meget,” forklarer hun. Det ved hun selv alt om.

Det var en dag som alle andre i 2015. Velkendt morgenkvalme. En stadig mere synlig runding på maven. Den søde forventning om det lille barn, der inden længe ville gøre den førstefødte til storebror. Og så pludselig en insisterende knude i brystet, der ikke havde været der før.

”Jeg stod med et lille liv i maven og vidste pludselig ikke, om jeg var købt eller solgt.”

Iben Lund Mikkelsen havde været uddannet sygeplejerske i fem år og var gravid for anden gang. Hun havde været i børne- og ungdomspsykiatrien og var nu ansat på en neurologisk afdeling.

Men i hendes krop voksede nu to ting side om side. Det 11 uger gamle fo-

ster. Og så knuden, der viste sig at være en aggressiv form for brystkræft.

## Langt væk fra hvide kitler

Med knuden i brystet startede et langt og opslidende forløb i sundhedsvæsenet, hvor hun skiftevis tog til almindelige jordemoderkonsultationer i Holstebro og til kemo-behandling i Vejle. På Skejby Sygehus fik hun fjernet det ene bryst, mens hendes lille søn intetanende voksede sig større i maven.

”Jeg vidste, hvad det vil sige at være sygeplejerske. Pludselig vidste jeg også, hvordan det føles at være alvorligt syg og dybt afhængig af et fagpersonale,” siger hun.

Iben Lund Mikkelsen fødte en velskabt søn, men derefter fulgte endnu 25 stråle-behandlinger sideløbende med livet som nybagt mor til to. Da barslen var ovre, var alene tanken om sygehuse forbundet med så meget ubehag, at hun tog en drastisk beslutning: Hun forlod ganske enkelt faget. I godt to år drev hun i stedet sin egen dagpleje.

”Jeg kunne ikke tåle synet af hvide kitler. På det tidspunkt havde jeg simpelt-hen brug for at komme væk. Helt væk,” forklarer hun.

I dag er Iben Lund Mikkelsen kræftfri. Efter at have været dagplejemor i et par år vendte hun for to år siden tilbage til faget.

”Jeg fandt jo heldigvis ud af, at jeg slet ikke kunne undvære det. Jeg savnede simpelthen at gøre en forskel,” siger hun.

## Tilbage til faget i civil

Den forskel forsøger hun at gøre ved at inddrage erfaringerne fra sit eget sygdomsforløb i sit arbejde på Nordstjernen.

”Når man har oplevet systemet fra begge sider, bliver man meget opmærksom på, hvordan man møder sine patienter,” siger hun og fortæller, hvordan hun tidligere kunne finde på at sige til en patient, at det lille stik i maven ikke ville gøre ondt. Hun har også sendt patienter i MR-scanner med forsikring om, at det ikke var ubehageligt.

”Men det gør ondt at blive stukket i maven. Og det er helt vildt ubehageligt at ligge i en MR-scanner,” siger hun og slår fast: ”Sådan noget kommer jeg aldrig til at sige igen.”

Den slags erkendelser har der været mange af. Helt banale ting har pludselig fået ny betydning, og sygdomsforløbet har i det hele taget sat mange ting i perspektiv. Iben Lund Mikkelsen føler sig heldig.

”Min sygdom gik over. Mange børn og unge her på Nordstjernen lider af sygdomme og tilstande, der er kroniske. Der er ikke helbredelse i udsigt. Der er typisk komplikationer og forværring i vente, og for mange vil sygdomsforløbet desværre kulminere i en alt for tidlig død. Dét kræver uanet styrke at være i hele tiden,” siger hun.

At håndtere svære følelser er derfor en del af arbejdet. Særligt sorg og frustration blandt forældrene, der på sin vis er at betragte som patienter på lige fod med deres børn. ”Vores primære opgave er børnene, men ofte er det jo hele familien, der er i krise,” forklarer Iben Lund Mikkelsen, der af samme årsag aldrig lader sig påvirke, når frustrationerne fra tid til anden bliver rettet mod personalet.

”Som kriseramt er det helt afgørende, at du føler, at nogen rent faktisk ser dig og møder dine følelser med anerkendelse. Derfor forsøger jeg altid at signalere, at jeg kan rumme de svære følelser, uanset hvordan de kommer til udtryk. At jeg både kan og vil,” siger hun.

”Det var noget af det, der betød aller-mest for mig, da jeg selv var syg.” ●

## SORBACT® GEL DRESSING SÅRKONTAKTLAG MED HYDROGEL

### Forebygger og behandler sårinfektioner

Forhøjede niveauer af mikroorganismer vil medføre øget infektionsrisiko og forsinket sårheling. Sorbact® reducerer mængden af mikroorganismer på en sikker måde, og forbedrer dermed forudsætningerne for sårheling.

### Holder såret fugtigt

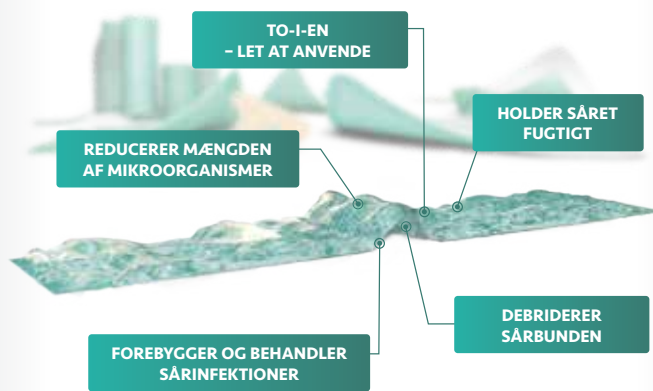
Sorbact® Gel Dressing optimerer såret ved at tilføre fugt til tørre eller letvæskende sår. Sorbact® Gel Dressing har en høj fugtgivende evne, hvilket fremmer effektiv autolytisk debridering.

### Vil du prøve Sorbact® Gel Dressing?

Send os blot en besked på [info@abigo.dk](mailto:info@abigo.dk). Skriv "Prøve Sorbact Gel Dressing" samt dit navn, afdeling og arbejdssted, så sender vi prøven til dig.

Varenr.	Størrelse	Antal/æske
98136	7,5x7,5 cm	10
98137	7,5x15 cm	10
98139	3x15 cm	10
98180 <b>NYHED!</b>	15x20 cm	5
98181 <b>NYHED!</b>	20x25 cm	5

NYHED!  
**STØRRE  
STØRRELSER**



2020-75 Sorbact® er et registreret varemærke, der ejes af ABIGO Medical AB.



ABIGO Pharma A/S · Stengårdsvej 25, 4340 Tølløse · Tel. 46 49 86 76 · [sorbact.dk](http://sorbact.dk)

## Skal din forsikring være ejet af medlemmer?

Som sygeplejerske kan du blive medlem i Bauta Forsikring.

### Danmark er et foreningsland

Vi er en nation af medlemmer og borgere. Vi organiserer, diskuterer og stemmer i foreninger af enhver størrelse. I fodboldklubben, grundejerforeningen og forsikringsselskabet. Ja – det er rigtigt: Forsikringsselskabet. Du ved det måske ikke, men faktisk er demokrati og medlemsje en helt central del af LB Foreningen, der ejer LB Forsikring og herunder Bauta Forsikring. Her er det nemlig medlemmerne, der er ejerne.

Derfor får du hos os nogle af markedets bedste forsikringer, hvor pengene alene arbejder til fordel for dig. Det betyder, at vi forsøger at finde dækning fremfor afslag, når du har en skade. Og da vi ikke har aktionærer, som skal belønnes, når der er overskud på forsikringerne, får du del i vores loyalitetsrabat, som over de sidste 10 år har betydet, at mere end 1 mia. kr. er gået tilbage til medlemmerne.

Tilmed er du også med til at sikre, at vi hvert år uddeler op mod 10 mio. kr. til velgørende formål, så vores børn bl.a. kommer sikkert i skole og udsatte børn får mulighed for at bryde den sociale arv.

Skal du være med?



LB Foreningen



LB Forsikring



Bauta  
Forsikring



# UØNSKET SEKSUEL OPMÆRKSOMHED PÅ JOBBET

Dansk Sygeplejeråd sætter fokus på seksuel chikane i sundhedsvæsenet 🔍  
Finder det sted? Hvordan? Mellem hvem? Hvor går grænserne?  
Skriv dine personlige historier, kommentarer og oplevelser.  
For vidnesbyrd er vigtige. De er med til at skabe nye refleksioner og kulturændringer.



Ja - for ca. 20 år siden hvor en kvindelig kollega sagde til mig, da hun fandt ud af, at jeg var bøsse i registreret partnerskab, at "du sku" da meget hellere finde dig en sød pige, hvorefter hun blinkede koket. Jeg var målløs.

**Ida Agnethe Svare**

Som studerende oplevede jeg, at min medstuderende fik et klap i måsen af en overlæge.



**Nils Peter Nilsson**



Jeg har oplevet det en del gange, både fra personale og fra patienter.  
Eksempel: En mandlig kollega kiggede mig en dag dybt i øjnene, slikkede sig om munden og spurgte, om jeg skulle med en tur i linnedrummet.

**Casper Jensen**

Har oplevet utallige lumre kommentarer og klap i røven fra mine kvindelige kolleger på tidligere afdelinger.



**Emilie Haarslev Schröder Marqvorsen**

**Lene Dehn Larsen**

Kun fra patienterne. Men faktisk først for nylig af en dement beboer.



# SKAL DU VENTE LÆNGE PÅ COVID-19-TEST? 🤔

Vi hører både, at sygeplejersker kan komme foran i testkøen, og at andre venter i flere dage på at få test og svar. Hvordan ser det ud hos dig? Er der et særligt testspor for sundhedsmedarbejdere? Hvilke kriterier skal du opfylde for at komme i den hurtige kø? Og er det et tilbud fra din arbejdsgiver?



Ingen problemer på Herlev Hospital. Havde symptomer, fik leder til at bestille tid. Kom til 2 1/2 time efter. Jeg fik svar ca. 12 timer efter. Jeg var imponeret!!

**Lisa Voigt**

Vi i den regionale specialektor skal ikke have taget rutinemæssige test, trods det at arbejdspladsen ligger i en kommune med højt smitte tal 🤔



Vi bliver indstillet af vores nærmeste leder til at må blive testet på hospitalet og med nedsat svarfrist på maks. 24-36 timer modsat de maks. 48-72.

**Susanne Ahlbeck Fisker**

**Kirstine Barbesgaard Bruun**

# Navne

## NY OVERSYGEPLEJERSKE TIL HAMMEL NEUROCENTER



Tina Pasgaard bliver ny oversygeplejerske på Hammel Neurocenter fra 1. november.

Tina Pasgaard kommer fra en stilling som oversygeplejerske på Kvindesyge og Fødsler samt Kirurgi på Regionshospitalet Horsens. Hun tiltræder 1. november på Hospitalenhed Midt i stillingen som oversygeplejerske på Hammel Neurocenter. Her bliver hun en del af center-

ledelsen sammen med ledende overlæge Merete Stubkjær Christensen og ledende terapeut Helle Dybkjær.

Som oversygeplejerske på Hammel Neurocenter ønsker Tina Pasgaard med sin ledelsesstil at bidrage til en åben kultur, hvor læring, respekt og trivsel er omdrejningspunkter for at kunne lykkes med kerneopgaven. Dette understøttes ifølge hende også af en forsknings- og uddannelsesenhed, som sikrer, at Hammel Neurocenter fortsat er i stand til at gå forrest både nationalt og internationalt.

## PRIS TIL VIA-UNDERVISER



Vibeke Røn Noer, der har været lektor på sygeplejerskeuddannelsen i Aarhus i 18 år og i dag desuden er forskningsleder ved VIA University College, er den 30. september blevet tildelt en ny national undervisningspris fra Uddannelses- og Forskningsministeriet på 500.000 kr. Prisen hædrer fremragende og særligt engageret undervisning.

Hæderen skyldes bl.a. Vibeke Røn Noers evne til at forny traditionelle undervisningsformer ved f.eks. at bruge ny teknologi i undervisningen og hendes prioritering af at give konstruktiv feedback til de studerende.

Vibeke Røn Noer er tilknyttet VIA i Aarhus, men underviser ved siden af sit job som forskningsleder også på en række af VIAs øvrige 40 professionsbacheloruddannelser i 11 byer i Region Midtjylland.

# Mindeord

## YRSA ANDERSEN HUNDRUP 1934-2020

Det er med stor sorg, jeg modtog meddelelsen om, at sygeplejerske, ph.d. Yrsa Andersen Hundrup er død. Yrsa Andersen, som hun kaldte sig i sin aktive del af sin sygeplejekarriere, var nok mest kendt for sit arbejde omkring kvalitetssikring. Det var i forbindelse med det arbejde, jeg tilbage i 1991 lærte Yrsa at kende. Vores professionelle samarbejde strakte sig frem til 2018, hvor vi sammen skrev opdateringen 'Kvalitetssikring i sygepleje – en aktuel status'.

Yrsa var altid velforberedt, vidende, grundig, flittig og tænsksom. Et reserveret menneske, ydmyg, kunne ikke lide at fremhæve sig selv, men stod fast, når det drejede sig om at forbedre professionen og resultaterne for patienterne. Holdningen var: "man opfører sig altid ordentligt, det kommer man længst med". Og hun kom længst! Hun er nok den eneste danske sygeplejerske, der i forbindelse med publicering af en international artikel er blevet interviewet live på BBC News.

Jeg talte med Yrsa i foråret. Hun var som altid frisk og havde kommentarer og tanker om nutidens sundhedsvæsen og stillede fortsat rimelige krav til praktiserende læge og andre, hun mødte. Noget de sikkert ikke forventede, når de så den lille, spinkle, gamle patient foran sig. Som altid ordentlig, velargumenteret, men også bestemt. Ved Yrsas død har vi mistet en frontløber for professionen og en god ven af patienterne.

Æret være Yrsa Andersen Hundrups minde.

Preben Ulrich Pedersen, professor, Klinisk Institut, Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet, Aalborg Universitet, daglig leder af Center for Kliniske Retningslinjer

### Rengøring af lægeklinikker

Vi overholder Statens Serum Instituts anbefalede retningslinjer for rengøring i lægeklinikker.

Med høj faglighed er vores medarbejdere rustet til opgaven.

**Ring eller skriv – vi er landsdækkende**

Delta Rengøring  
Teglvej 1  
4990 Saksøbing  
Tlf. 4054 6546  
delta@delta-rengoering.dk  
www.delta-rengoering.dk

SVAR PÅ  
**TESTEN**  
SIDE 37

↓

1B, 2B, 3C,  
4A, 5B, 6B,  
7C, 8B.

**ANNONCE**

**ANNONCE**



Marie Colding  
Laursen  
3. semester  
VIA Viborg



Terese Klausen  
6. semester  
Københavns  
Professionshøjskole



Sarah Munksø  
Lauridsen  
4. semester  
UC Diakonissestiftelsen



Julie Feldborg  
4. semester  
UC Syd  
Åbenrå



Nathalie  
Kjær Bach  
4. semester  
UC Diakonissestiftelsen



Kira Vanessa  
Vestergaard-Lau  
6. semester  
VIA UC Viborg



Amanda Risum  
Pedersen  
7. semester  
VIA UC Viborg

## ... jeg forventede aldrig at skulle bruge teorierne til andet end eksamen

Teorier om sygepleje skal anvendes i bestemte situationer og i hvert fald ikke i praksis. Men en følelse af utilstrækkelighed ændrer på den opfattelse.

Som studerende kan teori virke forfærdeligt langt fra det, man typisk forbinder med sygepleje. På skolen lærer vi – især på de første semestre – hvordan forskellige teoretikere har formet sygeplejen. Teoretikernes tanker ligger bag enhver sygeplejehandling, og modellerne er skabt som bindeled mellem teori og sygeplejerskens handlinger. For mit eget vedkommende har den tilgang til sygeplejen altid været for flyvsk og u håndgribelig til, at jeg rigtigt forstod det. At teoretikere, deres tanker og modeller, der er opstået for mange år tilbage, skulle have indflydelse på den sygepleje, jeg nu skulle udøve, virkede nærmest absurd. Teorierne var en del af pensum, så selvfølgelig skulle jeg sætte mig ind i dem, men jeg forventede aldrig at skulle bruge dem til andet end eksamen.

I forbindelse med mine kliniske forløb har jeg været ude og opleve den praktiske del af sygeplejen. Her har jeg altid været fascineret af de erfaringer sygeplejersker og deres

evne til at kunne overskue komplicerede patientforløb. Min fascination blev ikke mindre, da jeg nåede så langt i min uddannelse, at jeg selv skulle stå for komplicerede patientforløb. Jeg mærkede hurtigt, at jeg manglede erfaring og overblik. Min vejleder foreslog, at jeg printede en af modellerne baseret på teori, som skolen underviser os i. Hun bad mig derefter udfylde modellen med den patientcase, der udfordrede mig.

Modellen, jeg brugte, var Gillespies Hus (1), der tager højde for flere centrale dele af sygeplejen, som kontekst, tværfagligt samarbejde og relation til patienten. For mig har især disse elementer af sygeplejen altid været nogle af de sværeste at samle, og de har derfor også udfordret min sygepleje. Problemet var ikke det enkelte element, som at danne en relation eller arbejde tværfagligt. Problemerne for mig opstod, når jeg skulle vurdere effekten af min relation til patienten, og hvordan den påvirkede mit tværfaglige samarbejde. Men ved

at bruge teori og modeller fra den teoretiske del af min uddannelse fik min vejleder mig til at koble flere dimensioner af sygepleje til hinanden. Ved at sidde med teorien i hænderne kombineret med en praksissituation, som jeg havde svært ved at overskue, fandt jeg meningen med teorien i praksis. Med teorien kunne jeg kompensere for min manglende erfaring og dermed overskue et kompliceret patientforløb.

Det, der før var flyvsk og u håndgribeligt, gav pludselig mening for mig. I den teoretiske undervisning brugte underviserne ofte eksempler fra praksis, men fordi jeg ikke selv havde oplevet det, kunne jeg ikke forbinde teori med praksis. Jeg havde brug for at føle mig utilstrækkelig og derefter få god vejledning, før jeg var i stand til at bruge teorien til andet end eksamen. ●

1. *Uddannelsesnyt, Fagligt Selskab for Undervisende Sygeplejersker*, nr. 3, 27. årgang 2016. s 11-6. [dsr.dk/sites/default/files/2339/uddannelsesnyt\\_3\\_2016.pdf](https://dsr.dk/sites/default/files/2339/uddannelsesnyt_3_2016.pdf)

# JOB



Se alle stillinger  
[www.job.dsr.dk](http://www.job.dsr.dk)

## Praktiske oplysninger til annoncører

Deadline kl. 9:00 for indtastning af KURSER/MØDER/MEDDELELSER på [www.dsr.dk](http://www.dsr.dk) under Information til annoncører

**Nº 13 — 2020**  
28. okt. 2020

**Nº 14 — 2020**  
18. nov. 2020

**Nº 1 — 2021**  
17. dec. 2020

Vejledning ved indtastning af kurser/møder/meddelelser, kontakt redaktionen, Henrik Boesen, på tlf. 4695 4189, [hbo@dsr.dk](mailto:hbo@dsr.dk)

### Rådgivning og vejledning vedr. opsætning af annoncer

Media-Partners ApS · Alhøjvej 2, Stilling · 8660 Skanderborg  
Tlf. 2967 1446 · E-mail [marianne@media-partners.dk](mailto:marianne@media-partners.dk)  
[www.media-partners.dk](http://www.media-partners.dk) · Her kan du også rekvirere medieinformation

Indleveringsfrister for STILLINGSANNONCER til de kommende numre

**Nº 13 — 2020**  
29. okt. 2020

**Nº 14 — 2020**  
19. nov. 2020

**Nº 1 — 2021**  
17. dec. 2020

Sidste frist for indlevering af materiale er kl. 10:00 hos Media-Partners ApS

Udgivelsesdatoer

**Nº 13 — 2020**  
16-19. nov. 2020

**Nº 14 — 2020**  
7-10. dec. 2020

**Nº 1 — 2021**  
18.-22. jan. 2021

## NETANNONCER

Gå ind på <http://job.dsr.dk/> og indtast Quick-nummeret, så kommer du direkte ind til netannoncen, hvor du kan læse meget mere om stillingen. Netannoncer kan indtastes hele døgnet.

Quicknr. **Plejecenter Bakkeager**  
**330376739** Vejle Kommune  
**Centerledere**  
Ansøgningsfrist 22. oktober 2020



Quicknr. **Plejecentret Verdishave**  
**330373869** Københavns Kommune  
**Sygeplejerske**  
Ansøgningsfrist 21. oktober 2020



Quicknr. **Lægehuset i Nørre-Snede**  
**330368500** Ikast-Brande  
**Sygeplejerske m. sekretariatskompetencer**  
Ansøgningsfrist 24. oktober 2020

Quicknr. **Gribskov Lægecenter**  
**330362982** Gribskov, Nordsjælland  
**Sygeplejerske**  
Ansøgningsfrist 01. november 2020

## VIGTIG MEDDELELSE

På grund af den fortsatte situation med risiko for spredning af corona-virus er der stadig risiko for, at et eller flere af de nævnte arrangementer i listen herunder bliver aflyst.

**DERFOR:** Når tidspunktet for begivenheden nærmer sig, bør du tjekke hos den enkelte arrangør, om arrangementet bliver gennemført.

## SENIORSAMMENSLETNINGEN

Medlemmer, der er fyldt 55 år, er velkomne til Seniorsammenslutningens arrangementer

## SJÆLLAND

### Julehygge på Sydfalster

Vi mødes ved Gedser Kirke kl. 10:30, hvor sognepræsten vil fortælle om kirken. Derefter frokost på Mejerigaarden kl. 12:30

### Tid og sted:

24. november 2020 kl. 10:30 - 15:00  
Gedser Kirke, Langgade 36 og Mejerigaarden, Gl. Landevej 87, 4874 Gedser

### Arrangør:

Seniorsammenslutningen  
Storstrømmen

### Tilmelding:

Senest 8. november 2020 til Ilse på tlf. 3068 2516, mail: [monk.eskilstrup@post.tele.dk](mailto:monk.eskilstrup@post.tele.dk) eller Gurlu på tlf. 2115 2954, mail: [gurlise@hotmail.no](mailto:gurlise@hotmail.no)  
Bindende tilmelding

### Pris:

250 kr. for medlemmer. 400 kr. for gæster. Indbetales på konto: 0400 4025735183

## HOVEDSTADEN

### Seniormøde i Kreds Hovedstaden Central og Vest

Med de fortsatte restriktioner og ændringer mht. coronaen har kontaktudvalget Central og Vest besluttet, at lukke ned for arrangementer i november og december. Tak for året der gik. Mødet med narkoselæge Anders Beck bliver afholdt 26. oktober kl. 14:00 - 16:00 i

Frederiksborggade 15, 4. sal,  
1360 København K.

**Arrangør:**

Kontaktudvalget Kreds Hoved-  
staden Central og Vest

**Julemiddag**

Vi holder vores årlige julear-  
rangement på Skævinge Kro  
medbring en pakke til max  
30 kr.

**Tid og sted:**

2. december 2020 kl. 12:00 -  
16:00

Skævinge Kro, Jernbanevej 1,  
3320 Skævinge

**Arrangør:**

Seniorsammenslutningen i  
Kreds Hovedstaden Nord

**Tilmelding:**

Senest 20. november 2020 til  
Bente Pedersen på tlf. 2345  
8507 eller mail:

bptvingsvej@gmail.com

Tilmelding er bindende

**Pris:**

150 kr. Der er plads til max 30  
personer

**NORDJYLLAND****Julefrokost i Papegøjehaven**

Der serveres julefrokost og  
kaffe

**Tid og sted:**

1. december 2020 kl. 11:00 -  
15:00

Aalborg Kongres & Kultur Center,  
Europa Pl. 4, 9000 Aalborg

**Arrangør:**

Kontaktudvalget/Seniorsam-  
menslutningen

**Tilmelding:**

Senest 26. november 2020.

Bindende tilmelding efter

26. november 2020

**Pris:**

250 Kr.

**Yderligere oplysninger:**

www.dsr.dk/nordjylland

**MIDTJYLLAND****Julefrokost**

Vi byder velkommen til julefro-  
kost. Menu kan ses på hjem-  
mesiden. Max antal deltagere  
er 68 pga. corona restriktioner.  
Det kan dog ændre sig, idet vi  
selvfølgelig følger de til den  
tid gældende regler i forhold  
til covid-19.

**Tid og sted:**

1. december 2020 kl. 12:00 -  
16:00

Kongenshus Kro, Vestre Skive-  
vej 142, 8800 Viborg

**Arrangør:**

Seniorsammenslutningen Kreds  
Midtjylland Viborg/Skive

**Tilmelding:**

Senest 17. november 2020 til  
Karen Højgaard Jakobsen på  
tlf. 2170 1484 eller mail:  
kahojakobsen@gmail.com

**Pris:**

100 kr. kontant. Drikkevarer for  
egen regning.

**Yderligere oplysninger:**

For at deltage skal man være  
fyldt 55 år og være medlem af  
DSR. Vi håber, at vi til trods for  
covid-19 får lov til at gennem-  
føre arrangementet, ellers får  
de tilmeldte besked.

**SYDDANMARK****Julefrokost Gram Slot**

Vi holder julefrokost på Gram  
Slot, hvor vi skal hygge os og  
spise dejlig mad.

Medbring pakke til ca. 30 kr.  
Se pris nedenfor samt oplys-  
ninger om indbetaling.

**Tid og sted:**

25. november 2020 kl. 12:00 -  
ca. kl. 16:00

Gram Slot, Slotsvej 54,  
6510 Gram

**Arrangør:**

Seniorsammenslutningen i Syd

**Tilmelding:**

Senest den 16. november 2020  
til Doris Klockmann på  
tlf. 2183 7070 eller mail:  
dorisklockmann@yahoo.dk  
Ved tilmelding på mail oplys  
da venligst: Navn, mailadresse,  
tlf. nr. og postadresse.

I vil derefter modtage en  
kvitteringsmail fra os.

**Pris:**

193 kr. for medlemmer og  
293 kr. for ikke-medlemmer.  
Ekskl. drikkevarer.

**Yderligere oplysninger:**

Indbetaling til Reg. nr. 4183  
kontonr. 0012509103 (husk  
deltagernavn i tekst)

**Foredrag med Johs.****Nørregaard Frandsen**

Vi får besøg af Johs. Nørregaard  
Frandsen, professor i sprog og  
litteratur, der vil fortælle om  
"vor tid som eventyrets tid"  
- H. C. Andersen og Guldalde-

rens betydning i dag. OBS: Det  
kræves at alle bærer mundbind  
på fællesarealet.

**Tid og sted:**

5. november 2020 kl. 13:30 -  
15:30

Odin Havnepark, Mødecenter  
Fabrikken, Lumbyvej 17F,  
5000 Odense C

**Arrangør:**

Seniorsammenslutningen Fyn

**Tilmelding:**

Senest 30. oktober 2020 til  
Ingelise på tlf. 5184 2275, mail:  
ibruhn@hotmail.com eller  
Conny på tlf. 2176 8818, mail:  
coands@gmail.com

**Pris:**

Deltagelse er gratis

**Yderligere oplysninger:**

Tilføjelse til adresse: Mødecenter  
Fabrikken, Indgang tæt ved P3,  
bygningnummer 4, hvor vi  
skal være i gæstekantinen.

**Kom til gratis frokost og valg  
til kontaktudvalget**

Der skal vælges to til kontakt-  
udvalget samt en suppleant.  
Stil op og vær med i et fagligt  
fællesskab. Kl. 13:00 foredrag  
ved festpræst Jes Rønn Hansen  
fra Strib Kirke, der fortæller om  
sine oplevelser.

**Tid og sted:**

27. oktober 2020 kl. 11:00 -  
15:00

DSR's lokaler, Vejlevej 121,  
7000 Fredericia, Lokale Forlig-  
sen i stuen

**Arrangør:**

Seniorsammenslutningen  
Trekanten

**Tilmelding:**

Senest den 26. oktober 2020  
kl. 12:00 til Jenny på tlf. 3123  
7433 eller Annalise på tlf. 6172  
6213

**Pris:**

Arrangementet er gratis og  
der serveres frokost og kaffe

**Yderligere oplysninger:**

OBS: Af hensyn til corona er  
deltagerantal begrænset

**KREDSMØDER****MIDTJYLLAND****Temaeftermiddag for syge-  
meldte**

Få viden om de regler, som  
gælder for jobcentre. På  
temadagen får du et overord-

net kendskab til dine rettighe-  
der, muligheder og pligter, når  
du er sygemeldt.

**Tid og sted:**

23. november 2020 kl. 13:00  
- 16:00

DSR Kreds Midtjylland,  
Marienlystvej 14, Silkeborg

**Arrangør:**

DSR, Kreds Midtjylland

**Tilmelding:**

Senest den 15. november 2020

**Pris:**

Gratis og kredsen er vært ved  
forplejning.

**Yderligere oplysninger:**

Mere information samt tilmel-  
ding på [www.dsr.dk/kredse/  
midtjylland/arrangementer](http://www.dsr.dk/kredse/midtjylland/arrangementer)

**MEDELSER****Seniorsammenslutningens  
Højskole og Generalforsam-  
ling 2021**

Højskole, Landsmøde og  
Generalforsamling 8.-14. august  
2021 på Højskolen Marielyst,  
Bøtøvej 2, 4873 Væggerløse  
Falster. Tlf. 5413 6361,  
[www.hsmarielyst.dk](http://www.hsmarielyst.dk) eller  
[www.kontor@hsmarielyst](mailto:www.kontor@hsmarielyst)  
Tilmelding direkte til Højskolen  
fra 2.- 30. november 2020.  
Opgiv Medlemsnummer. Pris  
dobbeltværelse/Enkeltværelse:  
Se program for Højskolen.

**Arrangør:**

AnnaLise Bonde/Seniorsam-  
menslutningen

**Jubilæumsbrunch på Hotel  
Koldingfjord den 27. juni 2021**

Falder dit jubilæum i perioden  
1. oktober 2020 til og med  
31. marts 2021, inviteres du til  
brunch i Kreds Syddanmark.  
Alle jubilarer, med et aktivt  
medlemskab, vil automatisk  
modtage en skriftlig invitation  
fra Kreds Syddanmark omkring  
det tidspunkt, hvor jubilæ-  
umsdatoen falder. Det er kun  
muligt at deltage, hvis man  
har modtaget en invitation fra  
Kreds Syddanmark.

Af invitationen fremgår yderli-  
gere oplysninger.

**Arrangør:**

DSR, Kreds Syddanmark

### 50 års jubilæum

50 års jubilæum i marts 2021 for holdet, der var elever på Sankt Joseph Hospital i København fra 1967 - 1971. Hvis du vil være med til at fejre det, så henvend dig inden den 15. december 2020 til Lene Lund Haar (tidl. Jensen) på tlf. 4078 4481

#### Arrangør:

DSR-medlem, Jonnie Jørly Nielsen

### Legatmeddelelse - Fællesfonden til Sygeplejersker

Formål: At yde støtte til:

1. økonomisk trængende sygeplejersker. 2. sygeplejersker til ferie-, studie- eller rekreationsophold. 3. videreuddannelse. Find fondens fulde formål og ansøgningsskema på [dsr.dk/legater](http://dsr.dk/legater). Ansøgningsperiode: 22. oktober - 15. november 2020. Medlemmer, der ikke har modtaget midler fra DSRs fonde inden for de sidste 2 år, opfordres til at søge. Alle ansøgere modtager svar ca. 4 uger efter ansøgningsfristens udløb.

### Ansøgningsfrister Dansk Sygeplejeråds Stipendiefond

Ophold m/startdato i januar 2021: Ansøgningsfrist 1. november 2020, bevillingsmøde 2. december 2020. Ophold m/startdato i februar 2021: Ansøgningsfrist 1. december 2020, bevillingsmøde 6. januar 2021. Ophold m/startdato i marts 2021: Ansøgningsfrist 1. januar 2021, bevillingsmøde 3. februar 2021. Uddelingene fra Stipendiefonden går til studieophold, kongresser m.v. i udlandet. Se [www.dsr.dk/stipendiefonden](http://www.dsr.dk/stipendiefonden) for ansøgningsfrister, retningslinjer og ansøgningsskema.

### Legatmeddelelse Maria og Johs. Herfurths fond

Fondens formål er, at yde støtte til uarbejdsdygtige sygeplejersker (erhvervs sygdomme). Til ansøgningen vedlægges lægelig dokumentation for erhvervs sygdommen. Ansøgning sker elektronisk på: [www.dsr.dk/legater](http://www.dsr.dk/legater). Fonden kan søges indtil den 15. november 2020.



## BLIV MEDIYOGA INSTRUKTØR

Lær at formidle enkle velafprøvede teknikker i denne forskningsbaserede terapeutiske yogaform, der henvender sig til sundhedspersonale.

MediYoga (medicinsk yoga) har dokumenteret effekt til flere helbredsrelaterede sygdomme og er velegnet til stress, angst og depression.

**Kursusstart 28/1 i København og 4/2 i Århus**



#### KONTAKT:

Uddannelsesansvarlig  
Lene Hornsleth, tlf. 29804356  
[www.mediyyoga.dk](http://www.mediyyoga.dk)

## Studiestart januar 2021

# Er dit næste træk en masteruddannelse i Sundhedsfremme?

### Uddannelse

Master i Sundhedsfremme (MSF)

### Studiestart

15.01 2021

Læs mere på [ruc.dk/msf](http://ruc.dk/msf)

**Du kan også tage kurset 'Rusmiddelpolicy og skadesreduktion' som enkeltkursus på to dage i foråret 2021** Læs mere på [ruc.dk/msf](http://ruc.dk/msf)





## FERIEANNONCER

Alle annoncer skal indtastes via DSRs hjemmeside, [www.dsr.dk/annoncering](http://www.dsr.dk/annoncering).

Vælg "Ferieannoncer" under "Annoncer i fagbladet Sygeplejersken". Annoncerne må maksimalt indeholde 40 ord.

Priserne for medlemmer er kr. 700,- ekskl. moms, ikke-medlemmer kr. 995,- ekskl. moms.

## BONDEGÅRDSIDYL PÅ VESTFYN

Weekendophold op til 24 pers. i 4 ferielejligheder på Vestfyensk bondegårdsideyl.

3 km fra Assens med havn og strand. I den største lejlighed kan alle sidde og spise sammen.

Have med legeplads, grill, shelter og bålplads. Høns og kaniner.

[www.kastanjegaarden.dk](http://www.kastanjegaarden.dk)  
mobil 20 15 17 86

# Læring og nærvær Det er mit job

*Louise Cramer, Operationssygeplejerske,  
Ortopædkirurgisk Operationsafsnit, AUH*



## Hent hjælp til karrieren

Savner du inspiration til karrieremuligheder, hjælp til jobsøgningen eller gode idéer til kompetenceudvikling?

Læs mere på  
[www.dsr.dk/karriere](http://www.dsr.dk/karriere)

Dansk  
Sygeplejeråd



Jeg er forholdsvis ny som operationssygeplejerske. Min primære opgave er sterilt at assistere kirurgen under operationerne eller at være 'på gulvet' for at assistere den anden operationssygeplejerske. Jeg har fået rigtig god oplæring og har fulgtes med mine kollegaer, indtil jeg selv kunne gå i vagt. Mine kollegaer har haft tillid til mig og været dygtige til at fortælle mig, hvad jeg selv kunne klare, og hvad de nok skulle hjælpe mig med. Vi arbejder som et team, så man står aldrig alene.

Læs hele Louises historie på [midtjob.dk](http://midtjob.dk)

Søg et job med hjerne  
og hjerte på [midtjob.dk](http://midtjob.dk)

**midt**  
regionmidtjylland



# NOGLE GANGE MÅ JEG LIGE TRÆKKE VEJRET DYBT

Fortalt til  
**LAURA ELISABETH LIND**

Foto  
**CATRINE ERTMANN**

## MAIKEN DRASBEK EMMERSEN, 45 ÅR

**Nyt job:** 1. april 2020 i Ambulatorium for Graviditet og Ultralyd, Aalborg Universitetshospital, hvor hun er i gang med at tage en uddannelse som sonograf.

**Kom fra:** Tre år på opvågningsafdelingen, Aalborg Universitetshospital. Før det bl.a. dialyseafsnit.

”Jeg kan godt lide korttidsforløbene, hvor jeg hurtigt skal skabe kontakt og nå at få et andet menneskes tillid. Jeg synes, det er enormt givtigt, at et andet menneske så hurtigt kan få tillid til mig – og omvendt. Det er ret unikt, at man ikke har kendt hinanden i lang tid, før man har tillid og kan gå i gang med en behandling eller undersøgelse. Den arbejdsform har altid tiltalt mig. På opvågningsen skulle jeg allerede have en plan for patientens udskrivelse i hovedet, når patienten ankom til mig. Det tiltaler mig meget med den selvstændighed, der ligger i jobbet.

Jeg har tidligere holdt øje med jobannoncer her fra Ambulatorium for Graviditet og Ultralyd, men har ikke søgt, fordi man skulle være uddannet sonograf. Men denne gang skrev de, at man også kunne søge, hvis man kunne tænke sig at tage den toårige sonografuddannelse. Derfor valgte jeg at søge jobbet. Og det har jeg ikke fortrudt. Det er virkelig interessant og udfordrende, at jeg får mulighed for at dykke ned i et nyt speciale. Jeg er lige nu i gang med at lære 20-ugers rutinescanningerne, som gravide får tilbudt for bl.a. at se, om barnet vil få alvorlige medfødte misdannelser. Snart forsætter jeg med oplæring i 12-ugers scanningerne samt andre undersøgelser, såsom de særlige scanningstilbud til gravide med diabetes og højt BMI. Jeg skal også være med til fostervandsprøver, moderkagebiopsier og andre undersøgelser i ambulatoriet. Det er spændende, og selv om jeg er glad for det selvstæn-

dige, så er det også dejligt at samarbejde med gruppen af jordemødre. Som sonograf er man enten uddannet jordemoder eller sygeplejerske. Jordemødrene kommer med nogle andre kompetencer, og vi kommer med vores sygeplejefaglige kompetencer. Det giver en god dynamik og sparring, når man er to faggrupper inden for samme felt.

Selv om jeg godt kan lide, at det går hurtigt, så kan tempoet også være en udfordring. Det oplever jeg, når vi finder noget, der ikke er, som det skal være. Skal man overbringe en ikke så god besked, er tiden meget knap. Den næste gravide sidder i venteværelset og venter på at komme ind. Der afsættes ikke mere tid, fordi beskeden er dårlig. Så nogle gange må jeg lige trække vejret dybt – inden jeg er klar til den næste. Her hjælper det mig, at jeg har en del erfaring med mig. Hvis jeg tænker på mig selv som nyuddannet, så ville det helt sikkert tage længere tid for mig at lande på benene igen, når et ungt par lige har fået at vide, at deres barn har en misdannelse. Så selvom de situationer kan være lidt hårde, så hjælper min erfaring mig meget.“

## SAVNER DU INSPIRATION TIL KARRIEREN?

Hent råd og vejledning om karriere og jobsøgning på [dsr.dk](http://dsr.dk). Som medlem kan du booke tid til personlig sparring om jobsøgning, efter- og videreuddannelse eller karrieremuligheder.

Læs mere på [dsr.dk/job-og-karriere](http://dsr.dk/job-og-karriere)

# DANSK SYGEPLEJERÅDS HOVEDBESTYRELSE



## DANSK SYGEPLEJERÅD CENTRALT

Sankt Annæ Plads 30  
1250 København K  
Telefon: 3315 1555  
Fax: 3315 2455  
www.dsr.dk  
dsr@dsr.dk

**Åbnings- og telefonider**  
Man - tors 9.00 - 16.00  
Fre 9.00 - 15.00

**Lederforeningen  
Dansk Sygeplejeråd**  
Sekretariatschef  
Jonna Søegaard  
Sankt Annæ Plads 30  
1250 København K  
Telefon: 4695 3900  
www.dsr.dk/lederfor-  
eningen  
lederforeningen@dsr.dk

**Sygeplejestuderendes  
Landssammenslutning**  
Sankt Annæ Plads 30  
1250 København K  
Telefon: 4695 4234  
www.dsr.dk/sls  
sls@dsr.dk

**Sygeplejeetisk Råd**  
Formand  
Anne Bendix Andersen  
Sankt Annæ Plads 30  
1250 København K  
www.sygeplejeetiskraad.dk

## KREDS HOVEDSTADEN

**Kredschef**  
Anne Tovborg

Frederiksborggade 15, 4.  
1360 København K  
Telefon: 7021 1662  
Fax: 7021 1663  
www.dsr.dk/hovedstaden  
hovedstaden@dsr.dk

**Åbnings- og telefonider**  
Man, tirs, tors, fre  
9.00 - 14.00  
Ons 13.00 - 16.00

**Lokalkontor**  
Store Torv 11, 1.  
3700 Rønne  
Telefon: 7021 1662  
Fax: 5695 3812

**Åbningstid**  
Man 12.00 - 15.00  
Tirs 9.00 - 12.00  
Tors 12.00 - 16.00  
Se også dsr.dk/bornholm

Hjemmesiden indeholder  
individuelle kontaktop-  
lysninger på kredsens  
medarbejdere og for-  
mandskab.

## KREDS SJÆLLAND

**Kredschef**  
Mads Hyldegard

Møllevej 15  
4140 Borup  
Telefon: 7021 1664  
Fax: 7021 1665  
www.dsr.dk/sjaelland  
sjaelland@dsr.dk

**Åbnings- og telefonider**  
Telefontid  
Man, ons 9.00 - 14.00  
Tirs, tors 13.00 - 16.00  
Fre 9.00 - 13.00

**Fremmøde**  
Man, tirs, ons 8.30 - 15.30  
Tors 12.00 - 16.00  
Fre 9.00 - 13.00

## KREDS SYDDANMARK

**Kredschef**  
Puk-Maria Holmgard

Vejlevej 121, 2.  
7000 Fredericia  
Telefon: 7021 1668  
www.dsr.dk/syddanmark  
syddanmark@dsr.dk

**Telefontider**  
Man, tirs, ons, fre  
8.30 - 13.00  
Tors 13.00 - 16.00

## KREDS MIDTJYLLAND

**Kredschef**  
Ann Dahy

**Fælles postadresse**  
DSR, Kreds Midtjylland  
Marienlystvej 14  
8600 Silkeborg  
Du er altid velkommen i  
åbningstiden, men ring  
og aftal tid.  
Telefon: 4695 4600  
www.dsr.dk/midtjylland  
midtjylland@dsr.dk

**Telefontider**  
Man, tirs, tors  
10.00 - 15.00  
Ons 13.00 - 15.00  
Fre 10.00 - 12.30

**Lokale kontorer**  
Stationsvej 8a  
7500 Holstebro  
Åbent efter forudgående  
aftale.

EcoPark  
Bautavej 1A  
8210 Aarhus V  
Åbent efter forudgående  
aftale.

## KREDS NORDJYLLAND

**Kredschef**  
Iben Gravesen

Sofiendalsvej 3  
9200 Aalborg SV  
Telefon: 4695 4850  
Fax: 9634 1426  
www.dsr.dk/nordjylland  
nordjylland@dsr.dk

**Kontorets åbningstider**  
Man - ons 9.00 - 15.00  
Tors 13.00 - 16.00  
Fre 09.00 - 12.00





## Intensivsygeplejerske og sygeplejersker – ønsker du en attraktiv løn og frihed?

---

Vi har job til dig som intensivsygeplejerske og sygeplejerske i hele Norge. Hos os får du fleksibilitet og du har indflydelse på, hvor og hvornår du vil og kan arbejde.

Vi tilbyder dig en attraktiv og konkurrencedygtig løn, og vi betaler bolig og rejse. Du vil få en kontaktperson, som er sygeplejerske, og som klarer det praktiske. Vi er et bureau med mange års special erfaring indenfor den sundhedsfaglige branche.

Dedicare er Norges største vikarbureau indenfor det sundhedsfaglige område.

**[www.dedicare.no/nurse](http://www.dedicare.no/nurse)**  
**+47 74 80 40 70**  
**[nurse@dedicare.no](mailto:nurse@dedicare.no)**

**DEDICARE**