

Nätverksträff för palliativa ombud

17 februari 2022 kl 14 – 15

Andnöd samt ångest och oro

Linda Frode

Specialistsjuksköterska i demensvård

Börjar snart

Ann-Sofie Jansson Rehnberg Överläkare

Specialist i Medicinsk Gastroenterologi, Hepatologi och Internmedicin

Arrangeras av:

Palliativa konsultteamet (PKT) och Vårdkvalitetsenheten på Akademiska Sjukhuset

med syfte att sprida kunskap om palliativ vård.

Nätverksträff för palliativa ombud

17 februari 2022 kl 14 – 15

Andnöd samt ångest och oro

Linda Frode

Specialistsjuksköterska i demensvård

Ann-Sofie Jansson Rehnberg Överläkare

Specialist i gastroenterologi

Arrangeras av:

Palliativa konsultteamet (PKT) och Vårdkvalitetsenheten på Akademiska Sjukhuset

med syfte att sprida kunskap om palliativ vård.

Upplägg

Avslutas kl 15

Frågor kan ställas i chatten och kommer hanteras under föreläsningens gång.

Vid teknikproblem logga ut och logga in på länken igen.

Vi kommer att maila ut föreläsningens bilder.

ANDNÖD

En subjektiv obehaglig känsla av att inte få luft!

Vanligt i livets slutskede, särskilt vid icke-malign sjukdom

Behandlingen ska om möjligt vara orsaksstyd

Symtomen styr behandlingen, inte saturationen!

Orsaker till andnöd

Malignitet

- Tumörpåverkan på bronker
- Cancer i huvud-halsområdet
- Stor tumörbörda i buken
- Pleuravätska eller ascites

Kardiella och pulmonella orsaker

- Hjärtsvikt
- KOL, astma, lungfibros
- Pneumoni
- Lungemboli

Orsaker till andnöd forts.

- **Smärta och oro**
- **Muskelsvaghet**
- **Skador av cytostatikabehandling**
- **Fibros efter strålning**

Andra möjliga orsaker till andnöd

- Rädsla, oro/ångest
- Smärta
- Försämrad muskelfunktion – ALS
- Kakexi (avmagrad patient i livets slutskede)
- Anemi



Region Uppsala

Hur mäter man andnöd?

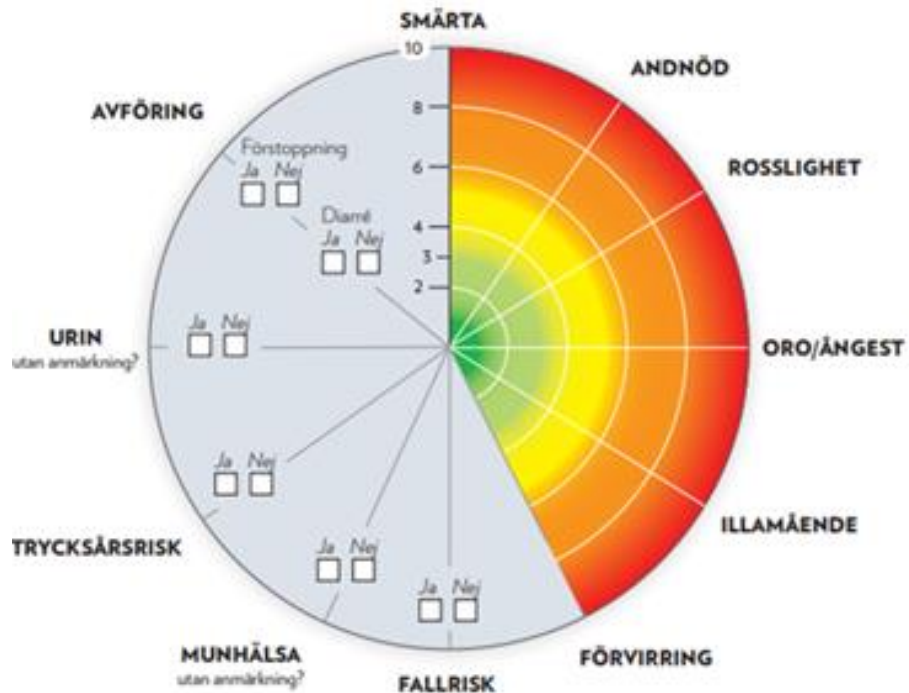
Genom skattning!

Patientens upplevelse är verklig.

NRS

"På en skala mellan 1 till 10, där 1 är ingen andnöd alls och 10 är värsta tänkbara, var ligger du just nu?"

Symtomcirkeln



Läkemedel vid andnöd

OPIOIDER

Morfin är förstahandsval och bäst studerat

Om patienten är opioidnaiv

-> 5 mg per os eller 2,5 mg subkutan

Om patienten redan står på opioder

-> 1/6 (till 1/10) av dygnsdosen vid behov

Långtidsverkande opioder kan användas

-> Tablett eller plåster

Bensodiazepiner kan ha effekt

-> OBS är muskelavslappande

DIURETIKA

Furosemid (Furix) vid tecken på svikt

Fysisk undersökning – lyssna på lungor

Kan ges subkutan

➤ Kontinuerlig subkutan infusion möjlig,

t ex vid hjärtsvikt



Syrgas

- Syrgasbehandling tydlig effekt ENDAST vid saturation < 90%
- Fläkt eller öppet fönster
- Mänsklig närvaro och stöd
- Subjektiv upplevelse av effekt

Galbraith S mfl Does the use of a handheld fan improve chronic dyspnea? A randomized, controlled, crossover trial.

Journal of pain and symptom management.2010;39(5):831-8



Region Uppsala

Kortison

Kortison kan ha effekt vid till exempel om lungtumörer som trycker på bronkträdet

En del av behandlingen vid KOL exacerbation

Rosslighet i livets slutskede

Inte ovanligt

Ger inte upphov till lidande hos den döende

Ändrat kroppsläge

Tveksam effekt av antikolinergika om insättning ”för sent”

Läkemedelsbehandling:

Inj. Buscopan eller inj. Robinul (subkutant)

Ges tidigt och i ordentlig dos

Omvårdnadsåtgärder vid andnöd

- Mänsklig närvaro
- Beröring – fysisk kontakt
- Taktil massage
- Bekväm kroppsposition
 - höjd huvudända
- Frisk luft mot ansiktet
 - bordsfläkt
- Kuddar under armar och i svank
- Höjd huvudända
- Lätta på åtsittande kläder
- Lugnt kroppsspråk
- Lugnt bemötande
- Lugn röst
- Tala tydligt
- Stressa inte

Om dessa inte hjälper, kontakta sjuksköterska eller läkare!

Frågor om andnöd?

Snabb bensträckare!
**Res dig från stolen och skaka
loss kroppen 1 minut**

Ångest och oro



Fyra typer av ångest/oro

Oro – tydligt fokus

Ångest – saknar fokus

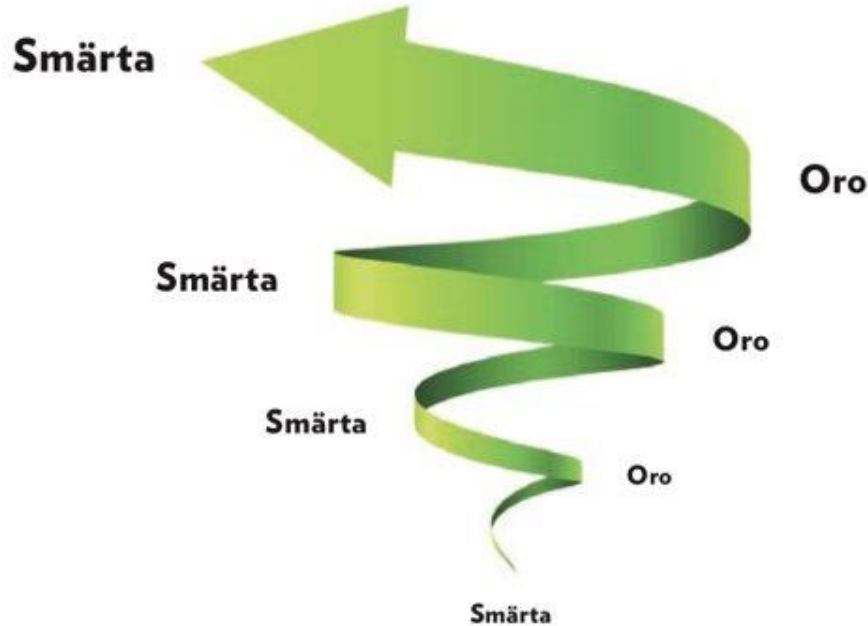
Dödsångest

Läkemedelsorsakad oro

Tre typer av oro inför döden

- Hur tiden fram till döden ska bli
- Dödsögonblicket
- Tiden efter döden

Ensamhet förstärker oro/smärta



Olika strategier vid en existentiell kris

- Söka mer information
- Prata med andra
- Göra något distraherande
- Planera målmedvetet
- Acceptera/hitta positiva möjligheter
- Ta till alkohol, droger
- Anklaga någon annan
- Ilska
- Passivitet
- Självanklagelse
- Förnekelse



Behandling vid ångest/oro

- Livslänkar – allt som påminner om liv skapar trygghet
- Att hitta den sjukes livslänkar
- Samtal utan svar
- Livsberättelsen
- Bekräfta känslor
- Att känna sig sedd

KASAM – vilka klarar en kris bäst?

BEGRIPLIGHET – det som sker är förutsägbart, begripligt och strukturerat.

HANTERBARHET – de resurser som dessa skeenden kräver finns tillgängliga.

MENINGSFULLHET – livets utmaningar är värda att investera sitt engagemang i.

Hur frågar man om ångest och oro?

- Om du får en känsla av att en person inte verkar må bra;
*"Är det något som inte känns bra?", "Kommer det mycket tankar?",
"Hur är det egentligen?"*
- Öppna frågor
t ex om en patient säger att något inte känns bra;
"Hur menar du då?", "Vad är det som inte känns bra?"

*"Kommer jag att dö?"
"Vad får dig att tro det?"*

"Vad tänker du om din framtid?"

Ge patienten möjlighet att sätta ord på sina tankar och känslor

Våga fråga, våga lyssna, våga stå kvar

Hur mäter man ångest och oro?

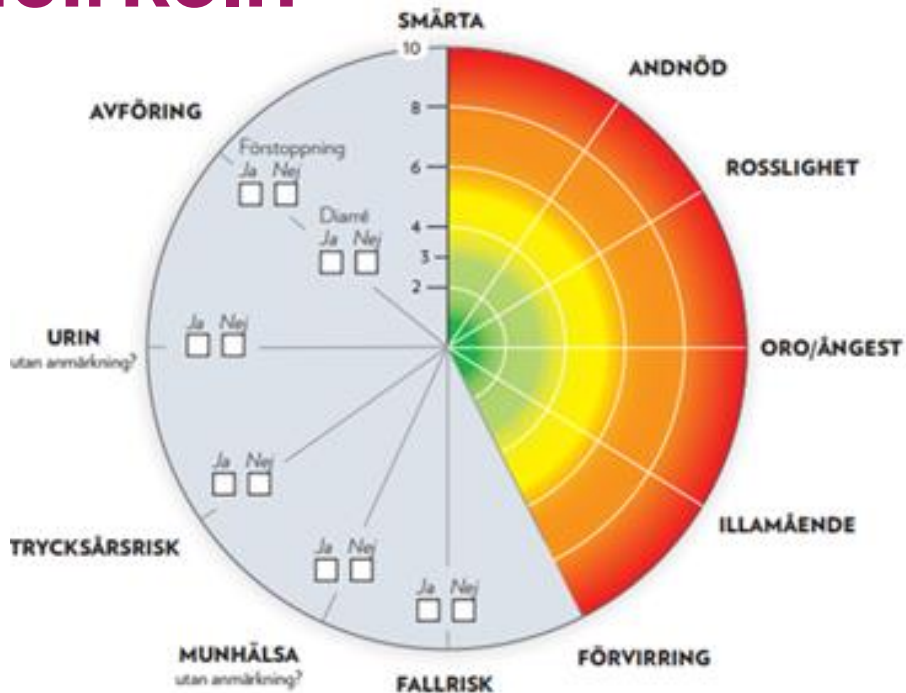
Genom skattning!

Patientens upplevelse är verklig.

NRS

"På en skala mellan 1 till 10, där 1 är ingen ångest/oro alls och 10 är värsta tänkbara, var ligger du just nu?"

Symtomcirkeln





Läkemedelsbehandling mot ångest/oro

- Bensodiazepiner för att kapa ångesttoppar
- Ibland antidepressivum SSRI,
relativt snabbt anslag, 1-2 veckor

Döden är som solen – man orkar inte titta på den hela tiden

(I. Yalom)

- Samtal och mänsklig närvaro lugnar
- Ibland behövs farmakologisk behandling innan samtal är möjligt
- Om oro/ångest ger sömnsvärigheter eventuellt farmakologisk behandling
- Ångest kan ha somatiska orsaker! (t ex pleuravätska, ascites, kärlkramp, hjärntumör, demenssjukdom etc.)

Frågor om ångest/oro?



Palliation ABC

Avgifts webinarbildning
i allmän palliativ vård baserad på
Socialstyrelsens kunskapsstöd
nationella riktlinjer

PALLIATIONENS
PRAKTIKAN
DEL 1 • FÄRD
OCH KLINISKA RE

Symtomskattning

Omvårdnadsåtgärder
i palliativ vård



OMVÄRDNAD

Omvårdnadsåtgärder vid symtomskattning

I en serie av åtta korta videoföreläsningar berättar
sjuksköterskorna Ingeli Simmross och ...

🕒 00:05:53

Trycksår

Omvårdnadsåtgärder
i palliativ vård



OMVÄRDNAD

Omvårdnadsåtgärder vid trycksår

I en serie av åtta korta videoföreläsningar berättar
sjuksköterskorna Ingeli Simmross och ...

🕒 00:07:39

Oro och ångest

Omvårdnadsåtgärder
i palliativ vård



OMVÄRDNAD

Omvårdnadsåtgärder vid oro och ångest

I en serie av åtta korta videoföreläsningar berättar
sjuksköterskorna Ingeli Simmross och ...

🕒 00:08:12

Munvård

Omvårdnadsåtgärder
i palliativ vård



OMVÄRDNAD

Omvårdnadsåtgärder vid munvård

I en serie av åtta korta videoföreläsningar berättar
sjuksköterskorna Ingeli Simmross och ...

🕒 00:07:21 📄 TITTA

Illamående

Omvårdnadsåtgärder
i palliativ vård



OMVÄRDNAD

Omvårdnadsåtgärder vid illamående

I en serie av åtta korta videoföreläsningar berättar
sjuksköterskorna Ingeli Simmross och ...

🕒 00:05:29 📄 TITTA

Förvirring

Omvårdnadsåtgärder
i palliativ vård



OMVÄRDNAD

Omvårdnadsåtgärder vid förvirring

I en serie av åtta korta videoföreläsningar berättar
sjuksköterskorna Ingeli Simmross och ...

🕒 00:06:25 📄 TITTA

Palliativa konsultteamet

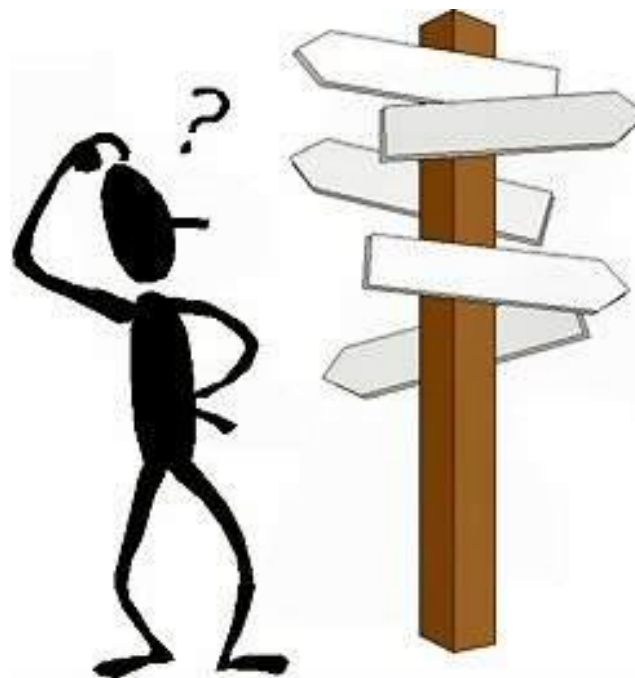
- Rådgivning
- Vårdsnivåbedömning
- Utbildning
- Palliativa ronder

Telefon sjuksköterska

018-611 72 30

Måndag-Fredag kl 08-16

Läkare nås genom sjuksköterska



Palliativa konsultteamet - hemsida

www.akademiska.se/pkt



palliativt.centrum@akademiska.se

liselott.henriksson.lundvall@regionuppsala.se

Kommande nätverksträffar våren 2022

24/3 kl 14-15 – Smärta del 2

<https://play.quickchannel.com/play/8srgdcs>

21/4 kl 14-15 – Teamsamverkan

<https://secure.quickchannel.com/qc/?id=8srefe6>

19/5 kl 14-15 – Hur går det för oss?

– Kvalitetsregister och dokumentation

<https://secure.quickchannel.com/qc/?id=g9aaka3>

Varmt välkomna önskar Palliativa konsultteamet och
Vårdkvalitetsenheten Akademiska sjukhuset

LÄNK TILL ANMÄLAN

<https://forms.office.com/r/7vLTEBZfCs>

LÄNK TILL PALLIATION ABC

<https://palliationsakademin.se/utbildningar-2/e-utbildningar/>

Våren 2022

INBJUDAN TILL

OMBUDSUTBILDNING PALLIATIV VÅRD

Utbildningen kommer ske digitalt, länk kommer framöver

Dag 1 för alla ombud
(omvårdnadspersonal, sjuksköterskor och paramedicinare)
Tisdag 5 april 8.00-16.00

Dag 2 för sjuksköterskor
Tisdag 12 april 13.00-16.00

Anmälan senast 25 mars
till <https://forms.office.com/r/7vLTEBZfCs>
Kan du inte gå ovanstående datum, följ anvisningarna i anmälan.

Innan du anmäler dig till den här utbildningen ska du gå webbutbildningen [Palliation ABC](#). När du utfört den, skriv ut eller maila diplommet till din chef.

Välkommen!

Palliativa konsultteamet

Linda Frode, specialistsjuksköterska, Zara Höök, specialistsjuksköterska,
Lisa Sörell, specialistsjuksköterska & Johan Sundelöf, överläkare, specialist i palliativ medicin

 Region Uppsala

TACK för oss!

Referenser

Regionala cancercentrum i samverkan (2021). *Palliativ vård. Nationellt vårdprogram*. Stockholm: Regionala cancercentrum i samverkan

Socialstyrelsen (2013). *Nationellt kunskapsstöd för god palliativ vård i livets slutskede: vägledning, rekommendationer och indikatorer. Stöd för styrning och ledning*. Socialstyrelsen

Svenska Palliativregistret

Sundelöf J & Thunberg K (2017). *Palliationspraktikan del 1 och 2*