

Nationell konferens om svensk överföringsvård 8–9 maj 2025

Konferensen lyfte aktuell forskning och klinisk praktik från olika verksamheter samt inspirerade till en personcentrerad och jämlik vård i övergången från barn till vuxen. Föreläsningarna var intressanta och väckte sympati, medkänslor, idéer och gav tankeställare till hur vi arbetar idag och hur vi kan förbättra vården och omsorgen på min arbetsplats.

Carina Sparud från Göteborgs Universitet, föreläste om "Hälsa och välbefinnande hos unga personer med långvariga tillstånd". Här fick man inblick i hur ungdomar mår generellt idag men även hur ungdomar med kroniska sjukdomar mår. Det framkom att ungdomar som är mellan 16-24år mår sämst psykiskt, framförallt flickor. Grundorsaken var psykisk stress, framförallt pga. den digitala påverkan genom skärmtid då dem exponeras via sociala medier. Sociala medier ökar risken för utsatthet online, mobbing samt risk för minskad sömn. Carina pratade även om skydds- och riskfaktorer för de unga. En god relation till föräldrarna är viktigt, det minskar riskerna för utsatthet. Att ha en vuxen att prata med, att trivas i skolan, godkända betyg, god sömn och regelbunden fysisk aktivitet var andra skyddande faktorer. Några av riskfaktorerna var (skol)stress, rökning, att dricka alkohol ofta, har använt droger, våldsam beteende, kriminella aktiviteter, sexual debut <15år samt självskadebeteende. Dessutom ökar sårbarheten hos unga med långvarig sjukdom, med 10–20%. Slutsatsen var att det är viktigt med skyddsfaktorer, speciellt att ha en vuxen person att vända sig till samt extra viktigt vid byte av vårdgivare.

Representanter från Nordiska ungdomsrådet "The Nordic Youth Panel" berättade om sina upplevelser och erfarenheter av övergången till vuxenlivet och vuxensjukvården. En av dem lyfte vikten av att få känna sig som en vanlig studentkille, att få grubbla över småsaker, som vanliga studentungdomar gör, att inte vara stämplad som "den sjuka". De betonade även vikten av vänner, kärlek, relationer och familj i sin närhet, men även att skola, sysselsättning, hobby och aktivitet spelar en stor roll. Samt att de upplever även att de sociala är speciellt betydande, att kunna prata med andra i samma situation och/eller andra ungdomar. En av tjejerna berättade om sin upplevelse av övergången som en svår tid, att inte bli lyssnad på, att inte bli trodd och att känna sig ensam. Ett önskemål från henne var att vi i vården kan sträva efter att bli ungdomars extra stöttepelare i livet, t.ex. fråga om Melodifestivalen eller krama om hen och fråga hur dagen har varit. "Jag är inte bara en patient vars PVK behöver sättas om". Hennes ord fastnade i mina tankar under hela konferensen, empati och en förståelse över att vi måste börja se ungdomarna på riktigt, som individer där personcentrerad vård är extra viktigt. Vi i vården har ett stort ansvar för att de unga ska känna sig trygga, vi i vården bör alla även ta ett större ansvar för att de unga ska bli sedda och känna sig mindre ensamma och mer trygga.

En annan ungdom berättade om sin rädsla och osäkerhet inför övergången, gällande vilken ny personal och nya rutiner som hen kommer att möta. Hen betonade vikten av en bra övergång, planering, framförallt att de ska känna sig trygga.

The Nordic Youth Panel lyfte övergången som ett problem, att i dagsläget var det vid en enda tidpunkt, oftast vid den tidpunkt i ungas liv som är extra tuff och utmanande, att allt ska ske på en handvändning. De hade sammanfattat förslag till lösning på problemet; att implementera en plan för övergången, och att man startar med detta tidigt samt att få träffa och besöka den nya kliniken. Återigen betonade de att dem inte bara är "ett blodprov som

skall tas" och sedan sägs "ha det bra, vi ses om en månad". Återigen viktigt att vara en extra stöttepelare som bryr sig om och ser dem på riktigt.

"Att bli vuxen är jobbigt nog" samt "Din sjukdom ska inte göra det jobbigare" var två citat som återkom under hela konferensen. Även dessa citat väckte både tankar och funderingar, citaten fick även en djupare betydelse efter att The Nordic Youth Panel berättat om sina upplevelser. Det blev helt plötsligt väldigt tydligt vad vi ska kämpa för, vi ska se individen framför oss, sträva efter en mer personcentrerad vård, och att det ska bli en så säker, trygg och enkel övergång som möjligt för den unga vuxna.

Andra dagen handlade om olika implementeringsmodeller och utvecklingsmöjligheter för överföringsvården, såsom Stepstones överföringsvård, överföringskoordinator m.m. Men även om olika perspektiv på implementeringen, för och nackdelar.

I slutet av denna dag belyste en paneldebatt några förslag till hur vi går vidare för att förbättra svensk överföringsvård. Överföringsmöten ska anpassas till patienten (barnet), efter förmåga och ork. Att barnet ska vara en individ från start, att inte prata om barnet i tredje person, involvera barnet från början på barnkliniken. Mer kommunikation mellan barn- och vuxensjukvården, både med och utan patienten, att se patienten som något gemensamt.

Jag tycker det har varit en väldigt intressant och givande konferens. Det är mycket jag tar med mig hem till min arbetsplats. Jag har fått träffa många likasinnade kollegor som brinner för detta ämne. Jag har fått nätverk med människor från hela Sverige, som antingen jobbar med barn eller med vuxna men även dem unga vuxna som har föreläst och berättat om sin erfarenhet samt kommit med förbättringsförslag. Jag jobbar som kontaktsjuksköterska på hematologimottagningen Malmö, där har vi patienter i alla åldrar, från 18år och uppåt. Många insjuknar i vuxen ålder och många har sin sjukdom sedan barnsben. Det är viktigt att se patienten som man har framför sig, att ha tålamod och lägga ner tid på samtal, vara närvarande och att se och bry sig om individen, vara en extra stöttepelare i deras liv och vård.

Det jag tar med mig från denna konferens är framförallt en ögonöppnare, en ökad kunskap och medvetenhet om problemet. Förslaget om att ungdomen skulle kunna besöka vuxensjukvården om det är samma sjukhus är troligen uteslutet då Hematologimottagningen Malmö ligger i Malmö och Barn-hematologen ligger i Lund. Men vi skulle kunna införa videosamtal vid övergången, och/eller ha ett riktigt bra första besök, med läkare och kontaktsjuksköterska och behandlingssjuksköterskor, så att den unga vuxna har sett vilka vi är och att de känner sig lite mer trygga i övergången.

Vi borde även fokusera på helhetssynen, inte bara vara fokuserade på den hematologiska biten, utan hjälpa och underlätta för patienten i övergången, avsätta mer tid för samtal i lugn och ro, men även underlätta kontakten med kurator, arbetsterapeut men även andra instanser såsom vårdcentralen, Samt stötta dem i allmänna, ekonomiska och praktiska frågor. Att vi strävar efter att vara deras stöttepelare i livet.

Stephanie Walgren, 2025-05-15