

Akutsjukvården under Covid-19 pandemin

Dokumentation från on-line webinarium 2020-03-27

Bakgrund: I denna tid, våren 2020, med en global viruspandemi som nu också fått fäste i Sverige så ställs många saker på sin spets, vi tvingas in i situationer vi aldrig trott att vi skulle hamna i. Bland alla oss inom hälso- och sjukvården och äldrevården som nu på bästa sätt försöker ta hand om de som smittats och blir sjuka i Covid-19 uppstår förstås många helt nya frågeställningar som berör oss själva och vår säkerhet, men också hur vi skall klara av utmaningen att ge en så god vård som möjligt under tidvis extrema förhållanden.

Frågor som nu blivit aktuella är t.ex.:

- Stora förändringar i rutiner för omhändertagande som kräver betydande nytänk
- Vårdpersonal får ta allt tuffare medicinska beslut vilket ofta medför hög grad av etisk stress
- Risk att själv smittas
- Brist på adekvat skyddsutrustning
- Övertid & långa arbetspass – bristande återhämtning
- Osäkerhet om adekvat stöd från ledning

Dessa frågor har vi (Mini Ruiz, Mantas Okas, Mats Ericson och Walter Osika, aka 3MW) tillsammans identifierat behöver få ventileras av de som möter Covid-19 patienter i akutsjukvården. Vi har fyra tillsammans en forskargrupp (på Karolinska Institutet och KTH) som normalt ägnar sig åt forskning och utbildning inom akut stresshantering och avancerad multiprofessionell simulering för vårdpersonal & flera av oss arbetar inom akutmedicin med covid-19 patienter.

För att ge möjlighet till interprofessionella kollegiala diskussioner och utbildning kring dessa frågeställningar har vi med bara några dagars varsel bjudit in akutmedicinsk personal från St Görans sjukhus & Karoliniska Universitetssjukhuset Huddinge, och bjudit in tre vänner och kollegor med olika typer av expertkunskaper relevanta för detta; Prof Stefan Einhorn, Centrum för social hållbarhet KI, Prof Johan von Schreeb Katastrofmedicinskt centrum KI & Läkare utan gränser, och Doc Per-Olof Michel, tidigare försvarsöverpsykiater, för att på fredagskvällen den 27: mars genomföra ett webinarium över internet med hjälp av ett konferensverktyg, Zoom. Alla deltagare satt antingen hemma framför sin dator, i taxi mellan möten, eller på väg hem från arbetspass, varför ljud- och bildkvaliteten ibland kan upplevas som lite bristfällig. Vi har dock valt att prioritera snabbheten i genomförandet av detta på bekostnad av layout och teknisk kvalitet.

Vänliga hälsningar och välkomna att ta del av nedanstående material, där man kan klicka på länkar i programmet nedan för att via en streamingsserver på KTH se videoinspelningar av webinariet.

3MW

Programmet för webinariet var följande:

- Inledning av Mats Ericson och Walter Osika, (https://play.kth.se/media/Covid-19+Webinarium-2020-03-27-Inledning/0_vxlmdk4f).
- Korta dragningar av inbjudna experter:
 1. Stefan Einhorn – Konsten att vara en god doktor – i tider av resursbrist och etisk stress, (https://play.kth.se/media/Covid19+Webinarium-2020-03-27-Lecture-Stefan+Einhorn/0_lkrsdxt7).
 2. Johan von Schreeb – De viktigaste erfarenheterna från tidigare katastrofer relevanta för covid-19 pandemin, (https://play.kth.se/media/Covid-19+Webinarium-2020-03-27-Lecture-Johan+von+Schreeb/0_uh7aj4q0).
 3. Per-Olov Michel - Tidigare erfarenheter avseende reaktioner och stresshantering i svåra situationer som kan vara relevanta för sjukvårdspersonal i den aktuella covid-19 pandemin, (https://play.kth.se/media/Covid19+Webinarium-2020-03-27-Lecture-Per-Olof+Michel/0_n5nurdz1).
- Uppdelning i mindre grupper – ”Break out rooms” - koordinering Mats Ericson
 - Reflektion (varvet runt) om hur arbete/vården under Covid-19 fungerat hittills:
 1. Vad har varit bra?
 2. Vilka utmaningar har gjort oss frustrerade eller arga?
 3. Vad kan vi göra för att påverka eller förändra till det bättre?
 - a. Vad kan vi göra själva?
 - b. Vad behövs det hjälp med utifrån?
 - c. Vad ta itu med först och därefter?
- Återkoppling från reflektionerna i de mindre grupperna till hela gruppen & faculty, som står till förfogande för fortsatt reflektion och bollning.

Videosekvenser med frågor och diskussioner (klicka på länkarna);

- 1. ”Brist på skyddsutrustning”, (https://play.kth.se/media/Covid19+Webinarium-2020-03-27-QandD-1-Brist+p%C3%A5+skyddsutrustning/0_pjsumro8).

- 2. "Hantering av oro", (https://play.kth.se/media/Covid19+Webinarium-2020-03-27-QandD-2-Hantering+av+oro/0_jyva5263).

 - 3. "Skyddsutrustning och oro" ,
(https://play.kth.se/media/Covid19+Webinarium-2020-03-27-QandD-3-Skyddsutrustning+och+oro/0_xdwx1kp8).

 - 4. "Behov av After Action Review",
(https://play.kth.se/media/Covid19+Webinarium-2020-03-27-QandD-4-Behov+av+After+Action+Review/0_sfbmb9fx).

 - 5. "Vad kan och bör chefer göra?",
(https://play.kth.se/media/Covid19+Webinarium-2020-03-27-QandD-5-Vad+kan+och+b%C3%B6r+chefer+g%C3%B6ra/0_66fjgsqk).

 - 6. "Om stress, utmattning och ökad hållbarhet" ,
(https://play.kth.se/media/Covid19+Webinarium-2020-03-27-QandD-6-Om+stress%2C+utmattning+och+%C3%B6kad+h%C3%A5llbarhet/0_artlzc42).

 - 7. "Många goda exempel och att hjälpa sin chef" ,
(https://play.kth.se/media/Covid19+Webinarium-2020-03-27-QandD-7-M%C3%A5nga+goda+exempel+och+att+hj%C3%A4lpa+sina+chefer/0_fjl5guvp).
- Avslutande tack och tankar om fortsättningen (https://play.kth.se/media/Covid-19+Webinarium-2020-03-27-Avslutande+tack+och+tankar+om+forts%C3%A4ttningen/0_4efrd0u8).

Deltagare i webinariet

Drygt 20 st läkare, sjuksköterskor och undersköterskor från två av Stockholmsregionens akutmottagningar (Karolinska Universitetssjukhuset Huddinge samt S:t Görans sjukhus i Stockholm) deltog i webinariet.

Arrangörer och key-note speakers ("Fakultet")

Prof Stefan Einhorn, Centrum för Social Hållbarhet, KI

Prof Mats Ericson, Avdelningen för Ergonomi, MTH/CBH/KTH, fd rektor Försvarshögskolan

Doc Per-Olov Michel, fd Försvarsöverpsykiater / Kunskapscentrum för katastrofpsykiatri

Dr Mini Ruiz, ME Akut, Karolinska Universitetssjukhuset Huddinge/CAMST

Dr Mantas Okas, Akutläkare, Akutmedicinkliniken, Capio St. Görans sjukhus

Doc Walter Osika, Centrum för Social hållbarhet KI/ Norra Stockholms Psykiatri

Prof Johan von Schreeb, Kunskapscenter för Katastrofmedicin KI / Läkare utan gränser

"Take home messages? tänkbara exempel"

- Kartlägg vad som stressar dig – bena upp vad du kan respektive inte kan påverka, inse skillnaden, fokusera på det du kan påverka
- Prioritera insatsen – good enough - Kan inte göra mer än sitt bästa
- Betona det positiva, och ge återkoppling/beröm
- Stötta samhörighet
- Ta med andra i svåra beslut – ex var alltid minst två vid beslut om avslutande av vård eller införande av behandlingsbegränsning
- Enbart klagomål blir destruktivt - kom med konstruktiva förslag – om det finns brister hos ledare – stötta dem så att de kan bli bättre
- Action report and review – se till att rutiner för regelbundna arbetsplats- (eller web baserade) möten där frågor om etisk stress, oror för egen hälsa etc etableras!
- Det finns mycket kunskaper och resurser om stresshantering på tex webben
- Se till att ta mikropaus, och att få adekvat återhämtning. Om det verkligen krävs, gör en andning- eller mindfulness övning 😊

Tack så mycket för din uppmärksamhet!

Referenser och länkar till användbara dokument och webbansidor med ytterligare relevant information:

Stresshantering vid kriser *ex*

Kunskapscentrum för katastrofpsykiatri vid Uppsala Universitet:

<https://www.neuro.uu.se/forskning/forskningsgrupper/katastrofpsykiatri/aktuellt-pandemi/>

Kunskapscentrum för katastrofmedicin vid Karolinska Institutet:

https://ki.se/en/gph/about-the-centre-for-research-on-healthcare-in-disasters-kckm?_ga=2.179782497.430056321.1585572459-1880233510.1547448766

Per-Olof Michels privata hemsida: <http://michelmentor.se/produkter-tjanster/>

Stressmottagningen: www.stressmottagningen.se

Folkhälsomyndigheternas webbsida med info till vårdpersonal:

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittykydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/information-till-varden/>

Socialstyrelsens dokument: nationella prioriteringar av intensivvård under extraordinära förhållanden. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/dokument-webb/ovrigt/nationella-prioriteringar-intensivarden.pdf>

Stockholm sjukhem: föreläsning och dokument om användandet av palliativa läkemedel.

<https://pkc.sll.se/kunskap/covid-19/>

Palliativt centrum i Lund: Råd avseende svåra samtal i samband med Covid-19.

https://palliativtutvecklingscentrum.se/wp-content/uploads/2020/03/Covid-19-samtal_1.pdf

Svenska psykiatriska föreningen: specialistföreningen har skrivit en översiktstext avseende COVID och psykiatri och har många länkar till andra resurser.

<http://www.svenskpsykiatri.se/nyheter/2020/03/22/covid-19-och-psykiatri/>

American psychiatric association: <https://www.psychiatry.org/psychiatrists/covid-19-coronavirus>

Killam, K.: How to prevent loneliness in a time of social distancing? Scientific American.

<https://www.scientificamerican.com/article/how-to-prevent-loneliness-in-a-time-of-social-distancing/>