

Årets konferens för sjukgymnaster inom hematologi hölls som sig bör den andra veckan i november. Ansvariga i år för konferensen var sjukgymnasterna vid Karolinska Universitetssjukhuset Huddinge. Vi var 23 deltagare. Flera kom från Stockholm, men även Växjö, Kalmar, Lund, Falun, Linköping, Halmstad, Uppsala och sist men inte minst tre sjukgymnaster från Norge.

Torsdagen började med en intressant föreläsning av dietist Maria Berglund (f.d. Ström) som pratade om vad man bör äta under och efter cytostatikabehandling, hur man äter och när. Det handlar inte bara om kalorier, kolhydrater och proteiner, utan om vad man kan göra när aptitlösheten sätter in, när munnen och slemhinnorna är som sår efter en cytostatikakur, eller vad man ska tänka på vid stamcellstransplantation. Vi sjukgymnaster fick också ett par ord på vägen när det gäller träning: Fråga om patienten har ätit innan och uppmuntra till matintag efteråt – banan, smörgås eller näringsdryck (om det finns utskrivet till patienten) och då helst inom 30 minuter efter avslutad träning. Om patienten har noterat viktneigung, be henne/honom kontakta dietist. Viktigast är att patienten är viktstabil och alltså inte går ned i vikt. Ett dietisttips mot illamående: Ät något salt en halvtimme – timme innan matintag!

Efter detta fick vi en föreläsning om både sjukdomshistoria och cytostatika/cancerbehandling. Fantastiskt att bröstcancer finns beskrivet i papyrusdokument från 4000 år före vår tideräkning! Och att man opererade dem! Vi fick höra om olika sätt att behandla cancer nu och förr, hur nutidens kunskaper bygger på dåtidens, samt om risker och biverkningar vid cytostatikabehandling. En engagerad och engagerande föreläsare som gärna hade fortsatt en timme till om tiden hade funnits.

Rubriken på nästa föreläsning var "Min roll som kontaktsjuksköterska". Lotta Billgert på Hematologiskt Centrum kom och berättade om sin verksamhet. En stor del av hennes arbetsuppgifter innebär patientrelaterande stödjande verksamhet för personer med myelom. Motsvarande funktion finns även för patienter med lymfom.

"Att vara sjuk. Ur ett patient- och anhörig perspektiv". Under en timme och en kvart hade vi förmånen att få ta del av en anhörig och en patients upplevelser av vårdtiden vid CAST. I och med att de båda hade olika perspektiv var föreläsningen tänkvärd.

Då ett flertal medicinska åtgärder påverkar de sjukgymnastiska insatserna vid hematologiska sjukdomar fick vi i år möjligheten att lyssna på docent Mats Palmér från Kliniken för Endokrinologi, Metabolism och Diabetes. Mats kom att föreläsa om Kortison och dess fysiologiska påverkan. Tydligt var att kunskapen om kortisons påverkan på muskelvävnad är oerhört begränsad. Mer fanns dock att veta om dess påverkan på skelettvävnad. Tyvärr kan man aldrig uttala sig om dos samt längd på behandlingen innan negativ påverkan uppstår. Hos vissa inträffar biverkningar efter tre månader, hos andra efter flera år. Sammanfattningsvis var budskapet till oss sjukgymnaster att observera ev kortisonbehandling och besvär från skelettet, ffr från kotpelaren. Med andra ord är det viktigt med ergonomisk rådgivning samt bålstabiliserande övningar.

Efter lite krångel med tekniken vilket Lisa Swartling, specialistläkare vid Infektionskliniken, löste bra genom att börja föreläsa "ur minnet" fick vi en matnyttig undervisning i "Infektioner vid immunosuppression". Utöver det rent medicinska fick vi med oss, för en del ny kunskap och för andra en viktig repetition, hur och när vi ska skydda oss själva mot olika typer av mikroorganismer.

Sist på dagen fanns det tid för det som inte fick plats på morgonen, men som vi vet är en viktig del av konferensen: Deltagarna presenterar sig och berättar hur de arbetar på sin avdelning. Här brukar det alltid bli diskussioner och erfarenhetsutbyten, något som vi alla har stort behov av eftersom vårt område är så förhållandevis litet och vi är så få och träffas alltför sällan.

Fredagen började med fortsatta diskussioner om träning, behandling osv. Därefter kom specialistläkare Petter Svenberg och berättade om barn som benmärgs-/stamcellstransplanteras. Det är en behandling som används både vid maligna och benigna tillstånd, ofta när ingen annan behandling hjälper. Trots allt en ganska hoppfull föreläsning där vi t.ex. fick veta att för drygt 30 år sedan var det bara 20% av barnen som överlevde vid diagnosen leukemi, nu är det 80-90%!

Så gav oss leg sjukgymnast Nina Nissander en liten förhandsinformation om vad som hittills har kommit fram i hennes studie om träning vid stamcellstransplantation. Mycket intressant för oss andra att del av!

Sista föreläsningen, av överläkare Jonas Mattsson på Centrum för Allogen Stamcellstransplantation, CAST, Huddinge, handlade om Graft Versus Host Disease, vad som händer och varför. Hur kroppens eget specifika immunförsvar med T-och B-celler slås ut för lång tid, och att patienten alltid kommer att ha ett sänkt immunförsvar. På Huddinge har man sedan flera år tillämpat hemvård efter allogen stamcellstransplantation. De patienter som uppfyller vissa krav (anhörig i bostaden, mindre än en timmes resväg till sjukhuset, motivation bl.a.) får åka direkt hem efter behandlingen och vårdas i hemmet. Ett mycket radikalt grepp stick i stäv med hur man gör på andra sjukhus i världen, men som har visat sig framgångsrikt. De patienter som vårdas i hemmet har 20% bättre överlevnad än de som vårdats på sjukhus. Föreläsaren var mycket positiv till sjukgymnaster och underströk hur viktigt det är med mobilisering för patienterna på CAST. Om han kunde skulle han hänga upp sängarna i taket

på dagtid!

Föreläsningen kompletterades av leg sjukgymnast Anna Karlsson, tidigare på CAST, som berättade om sitt arbete där, hur man motiverar till mobilisering och andningsvård när patienten helst vill dra täcket över huvudet.

Så kom vi till dagens sista mycket viktiga punkt: Var ska vi vara nästa år? Och till vår glädje åtog sig sjukgymnasterna i Växjö att anordna den 20:e konferensen för sjukgymnaster som arbetar inom hematologi. Så boka redan nu 10-11 november 2011, Växjö!

Stort tack till sjukgymnasterna på Karolinska för en mycket intressant och givande konferens 2010!

Och stort tack till Blodcancerförbundet som bidrog till att göra denna konferens möjlig!