

ÁGRIPABÓK

Vísindadagur geðhjúkrunar 2022

24. NÓVEMBER Í GRÓSKU

VÍSINDAGUR GEÐHJÚKRUNAR

Dagskrá

Að deginum standa Hjúkrunar- og ljósmóðurfræðideild HÍ, Fagrað geðhjúkrunar Landspítala, Heilbrigðisvísindasvið HA og Fagdeild geðhjúkrunarfræðinga

FUNDARSTJÓRN: EYGLÓ EINARSDÓTTIR OG RAGNHEIÐUR H. EIRÍKSDÓTTIR BJARMAN

- Kl. 12.30 Ráðstefna sett – Ávarp Nönnu Briem, forstöðumanns Geðþjónustu Landspítala.
- Kl. 12.45 Tanja G. Schiöth Jóhannsdóttir – Hæfni sérfræðinga í geðhjúkrun og útkoma úr störfum þeirra.
- Kl. 13.00 Hrönn Harðardóttir – Innleiðing jafningjastuðnings í Geðheilsuteymum HH.
- Kl. 13.15 Ólöf Birna Kristjánsdóttir – Breytingar á þjónustupörf og lífsgæðum skjólstæðinga. Gæðaverkefni hjá Geðheilsuteymi vestur.
- Kl. 13.30 Valur Þór Kristjánsson – Innleiðing á heilsutækki í Geðheilsuteymum HH.
- Kl. 13.45 Helena Bragadóttir – Reynsla kvenna með fíknivanda af námskeiðinu „Núvitund sem bakslagsvörn“.
- Kl. 14.00 Kaffihlé
- Kl. 14.30 Jóhanna Bernharðsdóttir – Streita og bjargráð íslenskra hjúkrunarnema á tímum COVID-19.
- Kl. 14.45 Margrét Eiríksdóttir – Þjónustuparfar alvarlegra geðsjúkra Íslendinga. Hefur uppfylling þarfanna áhrif á lífsgæði og bata.
- Kl. 15.00 Gísli Kort Kristófersson – Tengsl bata og lífsgæða við þjónustu og meðferð einstaklinga sem takast á við alvarlega geðsjúkdóma.
- Kl. 15.15 Anna Karen Guðmundsdóttir og Sigríður Elín Jónsdóttir – Með heiminn á herðum sér; Fræðileg samantekt um gagnreynd stuðningsúrræði fyrir börn sem eiga foreldri með lyndisröskun.
- Kl. 15.30 Samantekt – Ávarp Arndísar Vilhjálmisdóttur formanns fagdeildar geðhjúkrunarfræðinga.
- Kl. 15.45 Ráðstefnu slitið

ÁGRIP

Vísindadagur geðhjúkrunar

Hæfni sérfræðinga í geðhjúkrun og útkoma úr störfum þeirra

Tanja G. Schiöth Jóhannsdóttir

Miklar breytingar hafa orðið á störfum sérfræðinga í hjúkrun, á alþjóðavettvangi, síðustu áratugi, þar með talið sérfræðinga í geðhjúkrun. Starfssvið þeirra hefur verið víkkað í mörgum löndum og taka þeir að sér ný hlutverk og verkefni sem krefjast aukinnar hæfni miðað við það sem áður var.

Um fræðilega samantekt með kögunarsniði er að ræða. Gerð var heimildaleit í gagnagrunnunum Ovid, Scopus og Pubmed á heimildum sem birtar voru á árunum 2012-2022. Notuð voru leitarorðin: mental health nursing, advanced nursing, competence, outcomes.

Greindir voru 39 hæfnipættir sem sérfræðingar í geðhjúkrun þurfa að búa yfir til að geta sinnt hlutverkum sínum og verkefnum með fullnægjandi hætti. Samantektin leiddi í ljós að sú hæfni sem sérfræðingar í geðhjúkrun þurfa að búa yfir er víð þar sem þeir þurfa að sinna margskonar hlutverkum allt frá beinni umönnun við sjúklinga og aðstandendur yfir í að sinna ráðgjöf til samstarfsaðila og stjórnenda, varðandi meðferð sjúklinga með geðræn veikindi, ásamt því að sinna umbótavinnu, kennslu og rannsóknarstarfi. Útkoman úr störfum þeirra er jákvæð og skilar árangri bæði fyrir sjúklinga og heilbrigðiskerfið í heild þar sem þeir eru starfandi.

Sérfræðingar í geðhjúkrun búa yfir mikilvægri þekkingu og færni sem gerir þá hæfa til að sinna fjölbreyttum störfum og verkefnum. Því er mikilvægt að stjórnendur og ráðamenn geri þeim kleift, og hreinlega geri ráð fyrir, að þeir sinni fjölbreyttum og krefjandi verkefnum. Skapa þarf sérfræðingum ákjósanleg vinnuskilyrði innan sinna starfseininga svo starfskraftar þeirra nýtist sjúklingum sem best ásamt því að veita þeim tækifæri og aðstæður til að fullnýta hæfni sína. Hvað störf og hæfni sérfræðinga í geðhjúkrun á Íslandi varðar er mikilvægt að kortleggja hvort tveggja og greina tækfæri til framþróunar. Mögulega þarf að endurskoða stefnu- og lagarammann fyrir störf sérfræðinga í geðhjúkrun á Íslandi svo hægt sé að víkka út starfssvið þeirra líkt og verið er að gera á alþjóðavettvangi.

ÁGRIP

Vísindadagur geðhjúkrunar

Innleiðing jafningjastuðnings í Geðheilsuteymum HH

Hrönn Harðardóttir

Jafningjastuðningur hefur verið í þróun innan Geðheilsuteyma HH frá 2018. Tilgangur með jafningjastuðningi innan geðheilbrigðiskerfisins er að styrkja sjónarhorn notenda, styðja aukna aðkomu notenda í þjónustuna, efla bata- hugmyndafræði og sameiginlega ákvarðanatöku, áætlanagerð og rannsóknir, ásamt því að styrkja sjálfræði notenda, persónuleg heilindi (personlig integritet) og mannréttindi, til viðbótar því að vera vonarberar (hápsbærere).

Leitað var upplýsinga hjá nágrannalöndum um þróun jafningjastuðnings og var sérstaklega horft til Noregs, þar sem er löng hefð og reynsla fyrir slíkri aðkomu. Unnið var með samtökum notenda og grasrótarsamtökum á Íslandi, sem völdu starfsheitið notendafulltrúi, en einnig hafði starfsheitið batafulltrúi verið rætt. Auglýst var í blöðunum eftir stöðunni ásamt öðru fagfólki og bárust allnokkrar umsóknir.

Það er mikilvægt að rödd notenda heyrir og reynsla þeirra nýtist í þróun geðheilbrigðisþjónustu og að notendur séu í auknum mæli með í ákvarðanatöku um sína meðferð. Þannig sé unnið að valdeflingu.

Það er áskorun fyrir geðheilbrigðiskerfið að innleiða jafningjastuðning, á þann hátt að valdajafnvægis/ jafnræðis sé gætt á sama tíma og meðferð fari eftir klínískum leiðbeiningum. Mikilvægt er að einstaklingar sem ráðnir eru til slíkra starfa, séu komnir á þann stað í sínu bataferli að þeir séu færir um að styðja aðra einstaklinga og að þeir fái stuðning, handleiðslu og tækifæri til að þróast í starfi.

ÁGRIP

Vísindadagur geðhjúkrunar

Breytingar á þjónustupörf og lífsgæðum skjólstæðinga – Gæðaverkefni hjá Geðheilsuteymi vestur

Ólöf Birna Kristjánsdóttir, Hrönn Harðardóttir

Geðheilsuteymi vestur er þverfaglegt annarrar línu úrræði stofnað árið 2018. Þjónusta teymis hefur verið í stöðugri þróun til að mæta aukningu í eftirspurn. Vinnulagið byggir meðal annars á hugmyndafræði erlendra FACT-teyma (Flexible Assertive Community Treatment; van Veldhuizen, 2007) þar sem skjólstæðingum er veittur einstaklingsmiðaður stuðningur í bataferli.

Árangursmælingar eru mikilvægar til að meta gæði þjónustunnar. Markmið þessa gæðaverkefnis er að þróa árangursmælingar teymisins með því að kanna þjónustupörf og lífsgæði skjólstæðinga, fyrir og eftir meðferð hjá teyminu.

Í úrtakinu eru skjólstæðingar sem útskrifuðust úr teyminu á tímabilinu janúar til nóvember 2022. Lýsandi tölfræði er beitt á niðurstöður spurningalista um þjónustupörf (Clinical Outcomes in Routine Evaluation – Outcome Measure; Evans o.fl., 2000) og lífsgæði (The Quality of Life Scale, Burckhardt og Anderson, 2003). Mikilvægi þess að nota ólíkar aðferðir við árangursmælingar verður rætt.

ÁGRIP

Vísindadagur geðhjúkrunar

Innleiðing á heilsutékki í Geðheilsuteymum HH

Valur Þór Kristjánsson

Boðið hefur verið upp á heilsutékk í geðheilsuteymi HH vestur síðastliðna mánuði og er um að ræða gæðaverkefni. Tilgangurinn er meðal annars að koma auga á efnaskiptavillu sem er sterkur áhættuþáttur fyrir hjarta- og æðasjúkdómum og er margfalt aukin meðal þeirra sem eru langveikir af þungum geðrænum vanda (Penninx og Lange, 2018, Aspelund og fleiri, 2012).

Verið er að innleiða verklag þar sem málastjórar bóka heilsutékk. Um er að ræða stutta viðtalstíma þar sem farið er yfir hæð, þyngd og mittismál, en einnig mældur blóðþrýstingur og blóðsykur, farið yfir blóðprufur og metið hvort frekari þörf sé á með tilliti til almennd blóðhagð, blóðfitu, lifrarpróf og skjaldkirtilspróf. Boðið er upp á áhugahvetjandi samtal ef fólk vill vinna í lífsstílsbreytingum eða fá fræðslu um grunnþætti heilbrigðis. Málastjórum er uppálagt að bóka í heilsutékk þá sem þeir telja með þungan geðrænan vanda, einangraða og ekki vera líklega til að tengjast sinni nær heilsugæslu.

Teljum við mikilvægt að veitt sé athygli mögulegri efnaskiptavillu sem er meðal annars sterkur orsakavaldur í því að skjólstæðingar með geðklofasjúkdóm lifa 15-20 árum skemur en almenningur. Þá viljum við sjá við innleiðingu hvernig nýting verður á heilsutékkinni og meta flæði skjólstæðinga frá málastjórum.

Fylgjast þarf með líkamlegu ástandi þjónustupega og gefa þeim sérstakan gaum sem eiga við þungan geðrænan vanda að stríða. Tilgangurinn með heilsutékki er að setja fast verklag utan um að fylgst sé reglubundið með áhættuþáttum. Mikilvægt er að til staðar sé fræðsla og stuðningur til lífsstílsbreytingar ef áhugi er á. Þá sjáum við fyrir okkur að heilsutékk tímar og heilbrigðisnámskeið verði með ákveðinn samslátt. Ábyrgðapáttur hjúkrunarfræðinga og lækna er sterkur í að koma auga á efnaskiptavillu. Þá er einnig vert að halda til haga að með bættri líkamlegri heilsu má vænta bættrar geðheilsu.

ÁGRIP

Vísindadagur geðhjúkrunar

Reynsla kvenna með fíknivanda af námskeiðinu Núvitund sem bakslagsvörn

Helena Bragadóttir, Dr. Sigrún Sigurðardóttir,
Dr. Þorbjörg Jónsdóttir

Rannsóknir sýna að bakslag hjá einstaklingum með fíknivanda er algengt og mikilvægt að skoða leiðir til að draga úr því. Hátt hlutfall þeirra sem glíma við fíknivanda er einnig með undirliggjandi geðröskun og hafa rannsóknir sýnt að núvitundarmeðferð gagnast þeim hópi.

Tilgangur rannsóknar var að skoða reynslu kvenna með fíknivanda af núvitundarnámskeiðinu „Núvitund sem bakslagsvörn“, eða MPRP (e. Mindfulness based relapse prevention) sem er sniðin að einstaklingum með fíknivanda og skoða hvort gagnist sem bakslagsvörn eða við einkennum geðraskana.

Farið var eftir Vancouver-skólanum í fyrirbærafræði, unnið eftir tólf skrefum hans í rannsóknarferlinu. Tekin voru viðtöl við sex konur sem luku námskeiði í MBRP, alls ellefu viðtöl.

Yfirþemað, „Ég einhvern veginn meðtók bara svo margt og mér fannst þetta ná svo langt út“ lýsir reynslu eins þátttakanda og var lýsandi fyrir heildarupplifun kvennanna. Greind voru fjögur undirþemu: Geðrænn vandi og streita, vakandi athygli - að vakna til sjálfs sín, samkennd og kynjaskipting og reynsla af ástundun. Konurnar yfirfærðu það sem þær tileinkuðu sér á námskeiðinu á þætti daglegs lífs, eins og álag, streitu, kvíða og krefjandi aðstæður sem gátu tengst bakslagi hjá þeim.

Niðurstöður sýna að ákjósanlegt er að hafa heildræna og kynjaskipta meðferð í boði fyrir konur með fíknivanda til að koma í veg fyrir bakslag. Núvitundarmeðferðin hentaði öllum konunum vel sem að auki voru allar utan ein að glíma við geðvanda auk fíknivanda. Fjölbreyttar meðferðarleiðir ættu einnig að vera í boði þar sem konur ættu að hafa val um hverskonar meðferð og stuðning þær kjósa.

ÁGRIP

Vísindadagur geðhjúkrunar

Líðan, streita og bjargráð íslenskra hjúkrunarfræðinema á tímum COVID-19

Jóhanna Bernharðsdóttir, Herdís Sveinsdóttir, Erla Kolbrún Svavarsdóttir, Birna Flygenring, Hrund Sch. Thorsteinsson, Gísli Kort Kristófersson, Margrét Svavarsdóttir

Niðurstöður rannsókna benda til að andleg líðan hafi farið versnandi og streita aukist meðal nemenda í hjúkrunar- og ljósmóðurfræði meðan á COVID-19 faraldrinum stóð. Rannsóknir sýna einnig að algeng bjargráð meðal nemendanna er að leita stuðnings, forðast aðstæður, sættast við þær, að afla upplýsinga og temja sér bjartsýni.

Tilgangur þessarar rannsóknar var bera saman andlega líðan, streitu og bjargráð hjúkrunar- og ljósmóðurnema í fyrstu og þriðju bylgju COVID-19.

Tvær þversniðsrannsóknir fóru fram vorin 2020 og 2021 meðal nemenda í hjúkrunar- og ljósmóðurfræði við Háskóla Íslands og Háskólann á Akureyri. Um tvö þúsund nemendum var boðin þátttaka í rannsókninni. Gögnum var safnað rafrænt og fór gagnagreining fram með lýsandi- og ályktunartölfræði. Spurningalisti með bakgrunnsbreytum, listi með bjargráðum og Perceived Stress Scale, sem mælir streitu var m.a. lagður fyrir þátttakendur. Rannsókn þessi er hluti stærri rannsókna.

Heildarsvörin var 31,1% (N=638). Um einn fjórði þátttakenda var einhleypur, innan við helmingur var foreldri og um 25% voru framhaldnemar. Meðalstreitustig árið 2020 mældist 17,73 en 20,05 árið 2021. Nemendum sem upplifðu alvarlega streitu fjölgaði frá bylgju eitt til bylgju þrjú. Algengustu bjargráðin reyndust vera að tala við einhvern, hreyfa sig og pirrast. Þeir nemendur sem töldu sig ekki fá nægjanlegan stuðning upplifðu marktækt hærra streitustig. Helstu stuðningsaðilar voru fjölskylda og samnemendur.

Niðurstöður þessarar rannsóknar eru samhljóma erlendum rannsóknum á þá leið að andleg vanlíðan og streita hafi aukist meðal hjúkrunar- og ljósmóðurfræðinema á tímum COVID-19. Niðurstöður benda einnig til að stuðningur geti verið verndandi gagnvart streitu og að huga þurfi að aðkomu fleiri aðila til að veita þann stuðning.

ÁGRIP

Vísindadagur geðhjúkrunar

Þjónustuparfir alvarlega geðsjúkra Íslendinga. Hefur uppfylling þarfanna áhrif á lífsgæði og bata?

Margrét Eiríksdóttir, Rúnar Vilhjálmsson, Jóhanna Bernharðsdóttir,
Gísli Kort Kristófersson og Snæbjörn Ómar Guðjónsson

Hugtakið alvarlegur geðsjúkdómur (severe mental illness) (SMI) hentar vel til að rannsaka á heildrænan hátt og auka skilning á margbættum þjónustupörfum þeirra sem takast á við alvarlega geðsjúkdóma. Eigið mat þeirra sem takast á við SMI á þjónustupörfum sínum tengist mati þeirra á lífsgæðum sínum og bata. Á Íslandi hafa þarfir og afdrif þeirra sem reynslu hafa af alvarlegum geðsjúkdómum ekki verið könnuð með skiplögðum hætti. Tilgangur þessarar rannsóknar er að auka innsýn í og skilning á þjónustupörfum alvarlega geðsjúkra Íslendinga og hvernig lífsgæði þeirra tengjast fjölda og uppfyllingu þjónustuparfa þeirra.

Einstaklingar með alvarlega geðsjúkdóma og voru í meðferð á geðdeild ($n = 167$), svöruðu mælitækjunum Camberwell Assessment of Needs (CAN) og Heilsutengd lífsgæði (HL-prófið). Með því lögðu þeir mat á lífsgæði sín, þjónustuparfir og uppfyllingu þeirra.

Fyrstu niðurstöður sýndu að tæplega þrír af hverjum fjórum bjuggu við skert lífsgæði. Lífsgæði þeirra sem höfðu óuppfylltar þjónustuparfir voru lakari en þeirra sem fengu viðeigandi þjónustu eða þörfnuðust hennar ekki. Fjórðungur þátttakenda hafði óuppfylltar þjónustuparfir vegna félagslegra samskipta. Vegna andlegrar vanlíðanar þafnaðist og fékk nær helmingur viðeigandi aðstoð en fjórðungur ekki þrátt fyrir alvarlega vanlíðan. Fimmtungur hafði virk geðrofseinkenni þrátt fyrir geðrofslyfjameðferð og taldi sig þarfnast viðbótarmeðferðar.

Niðurstöður gefa vísbendingar um að með markvissri notkun CAN-mælitækisins í meðferðarvinnu með SMI-sjúklingum mætti fjölga uppfylltum þjónustupörfum. Hjúkrunarfræðingar geta sem málástjórar notað CAN-mælitækið til að leiða í ljós þjónustuparfir með skjólstæðingum sínum og skipuleggja með þeim meðferð sem mætir þörfum þeirra.

ÁGRIP

Vísindadagur geðhjúkrunar

Tengsl bata og lífsgæða við þjónustu og meðferð einstaklinga sem takast á við alvarlega geðsjúkdóma

Gísli Kort Kristófersson, Snæbjörn Ómar Guðjónsson,
Margrét Eiríksdóttir, Jóhanna Bernhardsdóttir

Megintilgangur rannsóknarinnar er að varpa ljósi á hvernig lífsgæði og bati notenda geðheilbrigðisþjónustunnar með alvarlegan og langvinnan geðrænan vanda tengjast meðferð og stuðningi sem þeir og fjölskyldur þeirra fá frá heilbrigðis- og félagsþjónustu. En bataferli þessa hóps hefur verið lýst sem löngu og flóknu ferli þar sem sjúklingurinn þarfnast samstilltrar þjónustu og stuðnings frá fjölskyldu sinni, samfélaginu og geðheilbrigðisstarfsmönnum við að njóta bestu sjúkdómsmeðferðar, innihaldsríks sambands við aðrar manneskur og daglegar virkni.

Þátttakendur sem uppfylla greiningarskilmerki alvarlegs geðsjúkdóms og er veitt meðferð eða endurhæfingu á geðdeildum Landspítalans (LSH) eða á geðdeild Sjúkrahússins á Akureyri (SAK) var boðin þátttaka. Beitt var aðlöguðu tilraunasniði (quasi-experimental time-series design) til að kanna með stöðluðum mælitækjum tengsl þjónustuúrræða, uppfyllingu þjónustubarfa og íhlutunar heilbrigðisstarfsfólks og bera saman við mat þátttakenda á lífsgæðum sínum, líðan og bata. Þrjú rannsóknarviðtöl voru tekin við hvern þátttakanda með 8-12 mánaða millibili.

Með túlkun niðurstaðna verða leiddir í ljós þættir geðheilbrigðis- og félagsþjónustu sem styrkja bataferil og lífsgæði notanda geðheilbrigðisþjónustunnar sem glíma við alvarlegan og langvinnan geðrænan vanda. Rannsóknarspurningar og úrvinnsla getur orðið á ýmsa vegu og er undir þeim komið sem nýta sér gögnin til að rannsaka. Um er að ræða stórt gagnasafn sem gefur mikla möguleika á túlkun og úrvinnslu og gæti nýst til að skilja hvernig við getum betur stutt notendur geðheilbrigðisþjónustunnar á Íslandi.

ÁGRIP

Vísindadagur geðhjúkrunar

Með heiminn á herðum sér: Fræðileg samantekt um gagnreynd stuðningsúrræði fyrir börn sem eiga foreldri með lyndisröskun

Anna Karen Guðmundsdóttir, Sigríður Elín Jónsdóttir,
Eydís Kr. Sveinbjarnardóttir

Lyndisröskun foreldris getur haft víðtæk áhrif á velferð barna og í ljósi mögulegra afleiðinga og þekktar áhættu millikynslóðaflutnings er mikilvægt að greitt aðgengi sé að viðeigandi stuðningsúrræðum. Leitast var við að kortleggja framboð, eiginleika og ávinning gagnreyndra stuðningsúrræða fyrir börn í slíkri stöðu og niðurstöður settar fram í fræðilegri samantekt. Niðurstöður ná yfir tíu meginlegar rannsóknir, þar af níu sannar rannsóknir, sem birtar voru á árunum 2013 til 2021.

Kerfisbundin öflun gagna fór fram í rafrænum gagnasöfnum þar sem notast var við stöðluð leitarorð og rannsóknir skimaðar með tilliti til ítarlegra inntöku- og útlökunarskilyrða. Einungis rannsóknir sem snéru að stuðningi við börn foreldra með þunglyndi stóðust inntökuskilyrði og staðlað gæðamat. Rýnt var í inntak valdra rannsókna og niðurstöður þeirra greindar og samþættar. Gagnaöflun leiddi í ljós sjö mismunandi gagnreynd stuðningsúrræði fyrir fjölskyldur þar sem þunglyndi foreldris er til staðar. Samþætting eiginleika ólíkra úrræða leiddi í ljós að helst var lögð áhersla á sálfræðslu, hugræna atferlismálun og fjölskylduefningu. Fimm meginþemu með tilliti til árangurs ólíkra úrræða voru skilningur barna á aðstæðum sínum, sálfélagsleg líðan barna, forvarnargildi stuðningsúrræða, forspárþættir meðferðaráhrifa og fjölskyldutengdir þættir.

Niðurstöður varpa ljósi á gagnsemi gagnreyndra úrræða fyrir börn foreldra með þunglyndi og þar af leiðandi mikilvægi þess að þau séu aðgengileg innan heilbrigðiskerfisins. Hjúkrunarfræðingar eru vegna nálægðar sinnar við skjólstæðinga í lykilstöðu til að koma auga á, meta og meðhöndla fjölskyldur þar sem lyndisröskun foreldris er til staðar. Er það ósk höfunda að niðurstöður nýtist til framdráttar í málaflokknum og auki viðleitni hjúkrunarfræðinga í framþróun innan hans.