

Norge stod i tur att vara värd till denna Nordisk-Baltiska hjärtkonferens som hålls vartannat år. Konferensen hölls på Holmenkollen Park Hotell Rica. När konferensen började var det regn och dimma, men när molnen skingrades hade hotellet en underbar utsikt över Oslo med omnejd. Tone Norekvål och Marianne Holm hade som sjuksköterskerepresentanter i den vetenskapliga kommitteen lagt ner mycket arbete för att skapa intressanta och inspirerande symposier.

Tillsammans resulterade detta bl.a. i fyra muntliga sjuksköterskesymposier och ett flertal posters. Ett av symposierna belyste livskvalitet och egenvård. Professor Anna Strömberg konstaterade att sjuksköterskor behöver bli bättre på att stödja egenvård eftersom det är en skyldighet, liksom förbättrar patienternas livskvalitet och räddar liv. Vidare presenterade hon på ett mycket pedagogiskt sätt en modell över hur egenvård kan struktureras upp utifrån vad som är lämpligt som egenvårdsaktiviteter, men även utifrån vad patienten och/eller närstående själva önskar, samt hur det ska implementeras (European Journal of Cardiovascular Nursing, 2012 Jun;11(2):133-4).

Dessutom presenterades en teori om egenvård vid kroniska tillstånd som Anna utvecklat tillsammans med Professor Tiny Jaarsma och Professor Barbara Riegel och som finns publicerad i Advances in Nursing Science, 2012 Jul-Sep;35(3):194-204. Denna modell bygger på kärnbegreppen self-care maintenance, self-care monitoring och self-care management.

Professor Christi Deaton presenterade en modell för förbättrad evidensbaserad praktik för patienter med hjärtsvikt i primärvården. I studien ingick 10 primärvårdskliniker som fick testa en modell för att underlätta förbättrad hjärtsviktsvård. Modellen bestod av: verifiering av patienter med hjärtsvikt, granskning av 21 evidensbaserade indikatorer för vård, patientspecifika råd, interaktiv utbildning och hjälp av hjärtsviktssjuksköterska och en "knowledge transfer associate". Jämfört med baselinemätningen var felaktigt inskrivna patienter i hjärtviktsregistret reducerat med 85% vid

mätning efter ett år. Signifikanta förbättringar i hjärtsviktsvården sågs bl.a. i verifiering av hjärtsvikt och dess etiologi, liksom måldos av läkemedel och dokumenterad egenvård.

I nästa symposium med den populära titeln "Let's talk about sex" var Jan Mårtensson inbjuden för att presentera ett nyligen publicerat konsensus statement (Steinke et al., European Heart Journal och i Circulation, 2013 Juli, epub) om sexrådgivning till patienter med hjärt- kärlsjukdom på uppdrag av AHA, ESC och CCNAP. Att notera är att av 11 forskare som varit inblandade i framtagande av detta statement kommer tre från Sverige (Tiny Jaarsma, Bengt Fridlund och Jan Mårtensson). Det innehåller såväl en redovisning av de interventionsstudier som studerat sexrådgivning som generella strategier för patienter med CVD och strategier för specifika diagnoser. De generella strategier som granskats utifrån rekommendation (nytta/risk) och evidens är relaterade till områdena:

läkemedelseffekter, miljöns påverkan vid sexuell aktivitet, samlagsställningar, energiåtgång, risker vid sexuell aktivitet, varningssignaler under sexuell aktivitet, återgång till sexuell aktivitet och fysisk träning. Viktiga generella råd att ge är bl.a. att: inte avstå från att ta hjärtmediciner p g a rädsla för dess inverkan på den sexuella funktionen eller sluta med en medicin pga. biverkningar (kontakta istället vårdpersonal); att använda de samlagsställningar som de är vana vid och som känns bekväma; uppmuntra att återuppta samlag då patienten klarar av fysisk ansträngning motsvarande 3-5 METs; uppmuntra paret att använda metoder som kräver mindre energi i ett övergångsskede till samlag; rekommendera regelbunden fysisk träning som en del i den sexuella rådgivningen.

Bengt Fridlund beskrev sedan i sitt föredrag hur den intima relationen kan förändras pga. en hjärtinfarkt med ett exempel från manligt partnerperspektiv till kvinnan som drabbats av en hjärtinfarkt. Intervjuer hade genomförts på 16 män där det framkom att de tvingades att hantera en förändrad självbild som män, och inte minst sin sexualitet. De blev osäkra i sin intima relation om hur de skulle "uppträda" eftersom kvinnorna upplevdes som mer sårbara efter hjärtinfarkten.

Hjärthändelsen innebar också att männen började fundera över sin egen livsstil vilket resulterade i hälsosammare kost- och motionsvanor till gagn för båda parter. Slutsatsen blev att paren inledde en

mjukare sexuell intimitet där den sexuella akten blev mindre framträdande vilket är en väsentlig omvårdnadskunskap att ta med sig inom såväl slutenvården som primärvården. Denna studie liksom en motsvarande gällande kvinnliga partners finns publicerade i European Journal of Cardiovascular Nursing 2011 Jun;10(2):108-14 respektive Journal of Clinical Nursing 2011 Jun;20(11-12):1677-84. I ett intressant symposium presenterades och reflekterades att hjärtsjuksköterskor behöver klart förbättrade och systematiserade kunskaper om hur ett korrekt EKG skall genomföras på patient (Nina Fållun, MNSc). Här föreligger en stor förbättringspotential över en vårdåtgärd som hjärtsjuksköterskor sannolikt tror sig behärska alldeles utmärkt. I samma symposium presenterade Professor Christi Deaton en uppdatering av ESC guidelines om vård och behandling vid förmaksflimmer. Slutsatsen var att de medicinska kunskaperna om orsak och behandling blir allt tydligare och framgångsrika men den psykosociala vården, dvs. omvårdnaden, ligger långt efter om hur dessa patienter bör omhändertas och kan stöttas i såväl akuta som kroniska tillstånd, se vidare i Europace 2013; 15(8):1070-1118. I det avslutande sjuksköterskesymposiet konfirmerades tidigare information om att sjuksköterskor behöver fördjupade kunskaper om EKG hantering också utifrån sund hygien och adekvat patientutbildning (Trond Pettersen, MNSc). Dessutom fastställdes att sjuksköterskor (inom ESC) fortfarande har en del att lära när det gäller antikoagulationsbehandling till patienter med olika hjärtdiagnoser (Kersti Oterhals, N), vilket är ett område som sjuksköterskor tar ett allt mer aktivt ansvar för inte bara i Sverige. Dessa båda föredrag kan vi förhoppningsvis ta fullständig del av i kommande nummer av European Journal of Cardiovascular Nursing.

Tone Norekvål och Marianne Holm lyckades väl i sitt arbete att bjuda in såväl Nordiska som Europeiska föreläsare att presentera aktuella och kunskapsladdade föredrag till de fyra symposierna. Att sedan Holmenkollen bjöd på sig själv gjorde inramningen synnerligen tillfredsställande och det är alltid lika roligt och nyttigt att få utbyta både kortare och längre stunder med såväl gamla som nya kollegor med samma brinnande intresse.

Jan Mårtensson och Bengt Fridlund  
VICs VR, NFESC  
Professorer vid Avdelningen för Omvårdnad  
Hälsö högskolan, Högskolan i Jönköping



Holmenkollen Park Hotell Rica, Oslo