

# 49456: Somatisk sygdom hos mennesker med sindslidelse

## **Udviklet af:**

Mette Flensburg Olesen

Underviser, sygeplejerske og master i læreprocesser

Efter- og Videreuddannelsen, SOSU Fyn

E-mail: [meol@sosufyn.dk](mailto:meol@sosufyn.dk)

Tlf. 24 94 07 80

Lisbeth Lauge Andersen

Underviser, psykiatrisk sygeplejerske og cand. scient. san.

Efter- og Videreuddannelsen, SOSU Fyn

E-mail: [lisb@sosufyn.dk](mailto:lisb@sosufyn.dk)

Tlf. 30 56 36 65

Juni 2018

## 1. Uddannelsens sammenhæng til jobområde (FKB)

Moder-FKB:

2272 Sundheds- og sygeplejeopgaver i sygehusvæsenet

Endvidere tilknyttet følgende af EPOS FKB'er:

2222 Ældrepleje, sygepleje og sundhed i kommunalt regi

2223 Socialpsykiatri og fysisk/psykisk handicap

2272 Sundheds- og sygeplejeopgaver i sygehusvæsenet

### Arbejdsfunktioner

Uddannelsen henvender sig til social- og sundhedsassistenten i den regionale og kommunale psykiatri, som ønsker at sætte fokus på forebyggelse og behandling af somatiske sygdomme. Social- og sundhedsassistenten kan i kraft af sit arbejdsområde være en del af mere specialiserede behandlingsforløb inden for det psykiatriske område i relation til forebyggelse og behandling af somatisk sygdom hos mennesker med sindslidelse, og herunder tage initiativ til vejledning og forandringsprocesser.

### Deltagerforudsætninger

Uddannelsen henvender sig til social- og sundhedsassistenter ansat i den regionale eller kommunale voksenpsykiatri. Det anbefales at deltagerne har to-tre års erfaring inden for jobområdet.

### Relevante uddannelser at kombinere med

Konflikthåndtering 41687

Farmakologi i psykiatrien 48102

Medicinadministration 48101

Kontakt med sindslidende borgere i hjemmeplejen 40933

Borgere med kronisk sygdom 46834

Arbejde med sindslidende med misbrug 40599

Kontaktperson i omsorg og sygepleje 44329

Borgere med multisygdom 48402

## 2. Ideer til tilrettelæggelse

Det foreslås at underviserne udarbejder en velkomstvideo til deltagerne med afsæt i artiklen "Forebyggelse af overvægt og fedme hos patienter med skizofreni" af Peter Hjort. Videoen skal give deltagerne et indblik i kursets temaer og give mulighed for at påbegynde refleksion over deres hverdag allerede inden kursets start. Artiklen vedlægges, så de, der har lyst, kan læse den på forhånd.

Da der på uddannelsen er et emne omkring kropsopfattelse og træning, kan man med fordel være to undervisere, hvoraf den ene er fysioterapeut eller ergoterapeut.

Uddannelsen foreslås afviklet som et splitforløb 2 + 3 dage. Der afsættes 2 dage til tema 1; 2 dage til tema 2 og 3, og 1 dag til arbejde med mindre opgave og formidling af denne, inklusive hjemmeopgave.

Uddannelsen kan med fordel afsluttes med en mindre opgave, som formidles til klassen. Den afsatte tid til dette er ca.  $\frac{3}{4}$  dag til forberedelse og  $\frac{1}{4}$  til formidling. Alternativt til dette kan forberedelsestiden lægges som 1-2 timer 2-3 gange i løbet af forløbet.

### **Hjemmeopgave**

Hjemmeopgaven består i at deltagerne udarbejder en case i tiden mellem de to forløb.

Casen skal beskrive en patient/borger, hvor vejledning i forhold til en eller flere KRAM faktor(er) er relevant.

### **Afsluttende opgave**

Opgaven tager afsæt i deltagernes case med fokus på planlægning af en tænkt vejledningsseance med den konkrete patient/borger. Omdrejningspunkt for vejledningsseancen skal være mindst én relevant KRAM faktor, dvs. kost, rygning, alkohol og/eller motion. Deltageren skal samtidig demonstrere relevansen af de alternative KRAM-faktorer, kompetencer, relationer, accept og mestring. Vejledningsseancen kan filmes og fremvises, eller opføres som rollespil, for eksempel i par, hvor man på skift har vejleder- og patientposition.

## **3. Temaer**

### **Temaoversigt:**

- Tema 1: naturvidenskabelig del med fokus på somatiske sygdomme som led i at kunne deltage i opsporing, monitorering og behandling, samt fokus på fysiologiske og biokemiske processer ved fysisk aktivitet
- Tema 2: humanistisk/samfundsfaglig del med fokus på etik, vejledning og rådgivning, samspil mellem patient og sundhedspersonale
- Tema 3: med fokus på tværfaglighed, egen faglighed samt tværsektorielt samarbejde

### **Tema 1: Naturvidenskabelig del:**

**Mål:** 1, 5 og 6.

- somatiske sygdomme
- opsporing, monitorering og analyse samt udføre relevant handling
- kropsopfattelse og fysiologiske processer ved fysisk aktivitet

Fokus på følgende somatiske sygdomme: metabolisk syndrom, hjerte/karsygdomme, KOL og diabetes. Viden om nødvendigheden af en bred og nuanceret indsigt i og forståelse for udviklingen af nævnte tilstande, for at forstå at somatiske sygdomme til en vis grad hænger sammen med såvel sindslidelsen som den psykofarmakologiske behandling. Hermed menes at sindslidelsen og dens symptomer, som fx anhedoni, har betydning for den enkeltes livsstil, såvel som den medicinske behandling med psykofarmaka indebærer en særskilt risiko for udvikling af metabolisk syndrom. Dette syndrom initierer en kaskade af u hensigtsmæssige fysiologiske reaktioner.

Viden om fysiologiske normalværdier jf. den obligatoriske screening for metabolisk syndrom, som angivet i fx Region Syddanmarks "Strategi for forebyggelse og behandling af livsstilssygdomme for mennesker med en sindslidelse i Region Syd" 2013, s. 17, er derfor også en vigtig faktor.

Endvidere er det relevant med opmærksomhed på potentielt oversete problematikker som dårlig tandstatus, infektionssygdomme og mavesår samt smertetilstande, der til dels kan tolkes som en del af symptombilledet for den pågældende sindslidelse eller eventuelt forvrængede kropslige sansninger, men også ofte er en reel somatisk problemstilling hos sindslidende.

## **Tema 2: Humanistisk/samfundsfaglig del:**

**Mål:** 3, 4 og 5

- etik, ulighed i sundhed og stigmatisering
- vejledning og rådgivning
- samspil mellem patient og sundhedspersonale

Man kan med fordel tage udgangspunkt i Peter Thybo "Det dobbelte kram", da den giver et udvidet humanistisk og samfundsfagligt perspektiv på de allerede kendte KRAM-faktorer: Kost, Rygning, Alkohol og Motion. For at lykkes med KRAM, argumenterer Thybo for et bredere psykosocialt perspektiv, der involverer Kompetencer, Relationer, Accept og Mestring, heraf betegnelsen Det Dobbelte Kram. Thybo anviser forskellige indfaldsvinkler til vejledning og rådgivning, der udvider perspektivet i KRAM fra at have fokus på aktøren, borgeren, til også at have fokus på strukturer i samfundet, som fx levevilkår. Det giver således et udvidet perspektiv på faktorer, der hæmmer eller fremmer egenomsorgskapaciteten.

I samarbejdet med mennesker med sindslidelse indgår også bevidsthed om egen rolle ift. at undgå stigmatisering samt påvirke den afdelingskultur, man er én del af.

Desuden ønskes opmærksomhed på de etiske dilemmaer, der udspiller sig i samfundet, som kan medvirke til ulighed i sundhed for mennesker med sindslidelse.

## **Tema 3: Tværfaglighed, egen faglighed og samarbejde**

**Mål:** 2 og 4

- tværfagligt og tværsektorielt samarbejde
- afklaring af og bevidsthed om egen faglighed
- aktiv overlevering til relevante samarbejdspartnere

Videregive relevante observationer inden for egen sektor, såvel fra vagt til vagt som ved tværfaglige konference og ved udskrivelse. Anvende aktiv overlevering i samarbejdet i og udenfor egen sektor i bevidsthed om at den sindslidende tilbydes den nødvendige hjælp ud fra en individuel og realistisk vurdering, til fx at få bestilt tid hos egen læge eller speciallæge, møde op til rygestopkursus eller på en somatisk afdeling/ambulatorium. Opmærksomhed på egen SOSU-faglighed som en generalistrolle med oplagt fokus på det hele menneske og i alle døgnets timer.

## 4. Opgaver og undervisningsmaterialer

### Tema 1:

#### Somatiske sygdomme

Deltagerne kan arbejde med de somatiske sygdomme gennem gruppearbejde og videndeling, fx i form af ekspertkarrusel. Holdet deles i grupper, hvor hver gruppe arbejder med en somatisk sygdom. Det er underviseren, der vælger hvilke og hvor mange sygdomme, der skal være fokus på. Som allerede beskrevet foreslås der som minimum fokus på metabolisk syndrom, hjerte/karsygdomme, KOL og diabetes.

Der skal svares på følgende spørgsmål for hver sygdom:

- Definér sygdommen/syndromet?
- Hvad er de typiske symptomer?
- Hvad er årsagen?
- Hvad er den relevante medicinske behandling?
- Hvilke relevante observationer knytter sig til sygdommen?
- Hvilke dele af KRAM har betydning for sygdommen?

Målet med dette arbejde er at deltager kan forklare og genkende symptomer på de somatiske sygdomme. De kan tage ansvar for at foretage relevante observationer og handlinger og kan videregive disse til relevante samarbejdets partnere.

Det vil være oplagt at bruge ca. den første dag på disse somatiske sygdomme, kombineret med en opmærksomhed på de potentielt oversete problematikker, som f.eks. tandstatus, infektionssygdomme, mavesår. Dette kan gøres som en gruppeopgave i stil med den om somatiske sygdomme. Med den ændring at der kun svares på følgende spørgsmål:

- Definér sygdommen/syndromet?
- Hvad er de typiske symptomer?
- Hvad er mulige konsekvenser?

Målet med dette arbejde er at deltageren får et kendskab til disse oversete problematikker.

#### Fysiologiske processer - motivation, initiativ og lyst.

Anden del af tema 1 omhandler de fysiologiske processer ved motion og deres betydning for det mentale helbred, samt hvordan en ændret eller udfordret kropsopfattelse, som ofte er et led i psykisk sygdom, kan influere på motivation og initiativ. Temaet kan dels i en ½ dag med fokus på motion og fysiologiske processer ved motion og en ½ dag med fokus på psykisk sygdom og kroppen, herunder ændret kropsopfattelse.

Det kan være en fordel at tage afsæt i deltagerens egne erfaringer med motions betydning for deres hverdag og livskvalitet, med henblik på at motivere og synliggøre betydningen.

Herefter læreroplæg, der redegør for og forklarer de forskellige fysiologiske processer, der igangsættes ved motion, samt motions virkning på hjernefunktioner (Hansen A og Sundberg C, Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck, 2014).

Dagen kan planlægges i en vekselvirkning mellem lærerstyret oplæg og aktiviteter i motionslokale. Der kan findes inspiration hos DGI, Diabetesforeningen og Hjerteforeningen. Disse foreninger tilbyder gratis programmer der omhandler flere forskellige træningsformer. Med udgangspunkt i de tilbud kan der

sammensættes et program med fokus på en kombination af yoga- og vejtrækningsøvelser, kerne- og stabilitetstræning samt konditionstræning. Deltagerne kan selv sammensætte programmer eller underviseren kan vælge øvelser ud, som deltagerne afprøver på sig selv og hinanden, med henblik på at de konkrete aktiviteter kan afprøves i egen praksis.

Øvelserne kan med fordel afsluttes med en refleksion i plenum over, hvordan træningen opleves i kroppen og dermed kan kobles til de teoretiske oplæg. Dette kan gøres på flere måder.

Det kan gøres som en plenumdiskussion hvor den enkelte byder ind ud fra følgende to spørgsmål

- Hvordan har du det lige nu – fysisk og mentalt?
- Hvordan var oplevelsen?

Det kan også gøres ved at deltagerne får et elektronisk eller papir spørgeskema, hvor der er skrevet 10 ord.

Deltageren skal nu vælge de tre ord der bedst beskriver deres tilstand lige nu. De skrives på et ark.

Deltagerne deler deres ord med en mindre gruppe. Her forklarer de hvorfor de har valgt de 3 ord.

De ti ord kunne være:

**veltilpas, glad, lyst, energisk, afslappet, utilpas, træt, forpustet, ubehag, ulyst**

Her kan man fx bede deltagerne indplacere på en skala fra 1-10 eller i en Mentimeter-måling, hvor deltagerne får ti ord at vælge imellem. Heraf kan de vælge tre ud, som indtastes i Mentimeter Wordcloud. Obs – dette kræver at underviser har oprettet login på denne side:

<https://www.mentimeter.com/>

Der kan arbejdes med den ændret kropsopfattelse på flere måder. Man kan med fordel starte med at bede deltagerne reflektere over følgende spørgsmål: "Hvad motiverer dig i din dagligdag?" og "Tænk på de sidste dage/den sidste uge. Hvor meget af det du har foretaget dig, er drevet af lyst eller glæde?"

Til arbejdet med den ændrede kropsopfattelse vil det være relevant at arbejde med simulationsbaseret undervisning, hvor der bruges f.eks. overvægtdragt eller vægte på benene for at give oplevelsen af "tunge ben". Her kunne det også være oplagt at bruge VR, virtual reality, hvor der sker en stor udvikling. I øjeblikket findes der film, der giver en oplevelse af verden som den sanses som borger med demens eller som et menneske der gennemlever et angstanfald. Læring gennem denne konkrete og sanselige/kropslige oplevelse er væsentlig for forståelsen. Dagen kan afsluttes med at gentage formiddagens fysiske øvelser, nu suppleret med ændret kropsopfattelse, fx overvægtsdragt, simuleret åndenød", meget tunge ben", udflydende grænser eller lignende reelle somatiske eller forvrængede, evt. psykotisk prægede oplevelser af kroppen.

## Tema 2

### Vejledning, rådgivning og samspil med sundhedspersonale.

Alle illustrationer og modeller i bogen "Det dobbelte kram" af Peter Thybo er tilgængelige på bogens hjemmeside (<https://hansreitzel.dk/soeg/det-dobbelte-kram-bog-40459-9788741263908>)

og kan i relevant omfang medtages i oplæg eller anvendes som udgangspunkt for refleksion eller oplæg til gruppearbejde eller dialog i plenum.

Deltagerne kan eksempelvis arbejde med elementer af det dobbelte kram, internt i mindre grupper eller evt. sammen med borgere/patienter, vha. den "flip-flap" (fig. 5.27), der kan printes fra bogens hjemmeside og foldes (der er instruktion i bogen!).

Endvidere giver "Sundhedsbakken" (fig. 6.1) en god mulighed for at arbejde med begreberne aktør/struktur.

Thybo vægter relationen, empati og anerkendelse, og kapitel 5 er centralt i denne sammenhæng. Fig. 5.16 med tilhørende citat (s. 139) danner et godt udgangspunkt for dialog: *"det jeg gør mod dig, det gør jeg egentlig mod mig selv, fordi jeg med min væremåde skaber forudsætningen for, hvilken slags svar jeg får fra dig. Og det jeg gør mod mig selv, det gør jeg egentlig mod dig, fordi min måde at behandle mig selv på, skaber forudsætningen for din væremåde, for hvem du har mulighed for at blive sammen med mig"*.

Her betones vigtigheden af relationen og personalets opmærksomhed på og bevidsthed om egen rolle og adfærd. For yderligere belysning af dette kan resonans-begrebet anvendes, som beskrevet i disse to korte artikler i fagbladet Sygeplejersken: <https://dsr.dk/sygeplejersken/arkiv/ff-nr-2016-4/god-kemi-giver-bedre-behandling> og <https://dsr.dk/sygeplejersken/arkiv/ff-nr-2016-4/kan-virke-forloesende-at-komme-patienten-i-moede>

### **Etik, ulighed i sundhed og stigmatisering**

Dokumentarserien "En syg forskel": DR-dokumentar fra 2016, kan benyttes dels som underviserens baggrundsmateriale i forhold til temaet om ulighed i sundhed, eller man kan udvælge et afsnit eller sekvenser af et afsnit til brug i undervisningen. Dokumentaren belyser ulighed i sundhed i en dansk kontekst og med fokus på såvel aktøren, borgeren, som strukturerne, samfundsforhold og levevilkår. Man følger gennem udsendelserne borgere fra hhv. det sociale boligområde og en mere velstillet bydel i Ålborg. <http://hval.dk/mitCFU/Samling.aspx?mode=2&page=6&pageSize=6&search=krop&orderby=datodesc&index=2&SearchID=31cf3f11-59b9-413a-9b4f-0e9119549ea9>

Af Regeringens langsigtede plan (Ligeværd – nyt fokus for indsatsen for mennesker med psykisk sygdom; Maj 2014, s. 8-9) fremgår følgende: "Stigmatisering og angsten for at blive stigmatiseret pga. en psykisk lidelse kan betyde, at psykisk lidelse opdages for sent, og at den rette indsats ift. behandling, støtte og rehabilitering ikke sættes i værk i tide". I forhold til stigmatisering og etiske aspekter af psykiatrisk sygepleje kan følgende materiale tages i anvendelse:

- Hjemmesiden [www.enafos.dk](http://www.enafos.dk) oplysningskampagne, materiale på skrift og film, tal og statistik
- Det Etske Råd: "Samfundet og de gale: magt og afmagt i psykiatrien" med fokus på stigmatisering som proces i relation til samfund, kultur og det enkelte menneske.
- Det Etske Råd: "Menneskesyn og magt", hvori der linkes til videoer, der kan understøtte undervisningen, hvori der indgår perspektiver fra både borgere og behandlere.

Arbejdet kan tilrettelægges som lærerstyrede oplæg eller i grupper, hvor man arbejder konkret fx med forslag til, hvordan man kan imødegå stigmatisering på arbejdspladsen, ud fra en forståelse af at bevidsthed om stigmatiseringsprocesser er nødvendig for at forebygge dem.

Dette temas indhold lægger op til refleksion og holdningsbearbejdelse, som kan initieres gennem fx at arbejde med at lade deltagerne gruppevis agere medvirkende en konference, hvor de skal indtage forskellige synspunkter og holdninger til fx hvad der er borgerens eget ansvar i relation til ulighed i sundhed. Konferencedeltagerne kan inspireres på forhånd ved at ophænge billeder af mennesker med

holdninger til emnet under overskriften "hvad ville x mene om dette spørgsmål?". Billederne kan fx være af politikere, egen leder, kunstnere, samfundsrevsere....

### Tema 3

Som optakt til emnet kan underviseren give et oplæg med udgangspunkt i kapitel 1: "Begreber i det tværfaglige landskab" fra Just og Nordentofts bog "Tværfaglig praksis". Refleksion og italesættelse af divergerende opfattelser af tværfaglighed kan tjene til begrebsafklaring og bevidsthed om egen faglighed. En lille øvelse kan fx være "Rundt om grisen" fra hjemmesiden "Viden på Tværs", som kan bruges til refleksion og italesættelse af fx patientens, lægens, fysioterapeutens og SSA's blik på patienten – hvor det vil perspektivere at SSA har en meget bred faglighed og dermed også et givtigt, fagligt helhedssyn på patientens situation: <https://vpt.dk/psykisk-arbejdsmiljo/enkle-vaerktojer-gav-bedre-forstaelse-forskellige-fagligheder>

Som led i at belyse vigtigheden af tværfaglighed samt henlede opmærksomhed på strukturelle organisatoriske og samfundsmæssige forhold, kan underviseren bede deltagerne udarbejde et organisationsdiagram, fx i form af et mindmap, der viser relevante samarbejdspartnere, set fra patientens/borgerens synsvinkel og herefter fra den sundhedsprofessionelles synsvinkel.

Formålet er at belyse svage steder i patientens møde med det sammenhængende sundhedsvæsen samt understrege vigtigheden af tværfagligt samarbejde samt videregivelse af relevante observationer i og udenfor egen sektor. En central pointe i dette arbejde er at tydeliggøre nødvendigheden af aktiv overlevering, som det er beskrevet i publikationen "Somatisk sygdom – baggrund og evidens" ([www.sikkerpsykiatri.dk](http://www.sikkerpsykiatri.dk)).

Artiklen "fatalt hierarki" (findes på SkoDas hjemmeside, kræver UniLogin: <http://skoda.emu.dk/>) kan benyttes til at belyse vigtigheden af brug af faglighed og fagsprog i argumentationen, samt bevidsthed om egen faglighed/fagidentitet. Det foreslås at deltagerne læser artiklen individuelt og bedes om at notere sig artiklens pointer, som de så efterfølgende reflekterer over parvis eller i mindre grupper, hvor egne praksiserfaringer inddrages. Hver gruppe samler deres pointer og erfaringer i en fælles padlet. Efterfølgende opsamling i plenum, hvor erfaringerne kan sættes i spil og centrale pointer uddrages. Padlets projiceres op på skærm.

## 5. Litteraturliste mv.

Thybo, Peter: Det Dobbelte KRAM, Hans Reitzels Forlag 2016 [www.peterthybo.dk](http://www.peterthybo.dk) og

<https://hansreitzel.dk/soeg/det-dobbelte-kram-bog-40459-9788741263908>

Jørgensen, Per (red.): Psykiske sygdomme og kroppen, Munksgaard Danmark 2011

Regeringen: Ligeværd – nyt fokus for indsatsen for mennesker med psykiske lidelser, Sundhedsministeriet

2014



Højholdt, Andy: Få fagfolk til at spille på samme hold, Væksthus for ledelse; 2013

Hjorth, Peter: Forebyggelse af overvægt og fedme hos patienter med skizofreni, Best Practice, februar

2015: <https://bestprac.dk/2016/07/11/forebyggelse-af-overvaegt-og-fedme-hos-patienter-med-skizofreni/>

Hjorth, Peter et al: Intervention to promote physical health in staff within mental health facilities and the impact on patients' physical health. Nordic Journal of Psychiatry, 1:2016

Just, Eva og Nordentoft, Helle Merete: Tværfaglig praksis, kap. 1, 4 og 7

Munk-Jørgensen, P et al: The gap between available knowledge and its use in clinical psychiatry. Acta Psychiatrica Scandinavia, 2015; 132

Sikker Psykiatri: baggrund og evidens [http://www.sikkerpsykiatri.dk/media/2739/somatisk-sygdom\\_pakkerne.pdf](http://www.sikkerpsykiatri.dk/media/2739/somatisk-sygdom_pakkerne.pdf)

Clematide, Bruno: Social- og sundhedsassistenter i eden moderne regionale psykiatri, Kubix 2016

Blanner Kristiansen, Christine et al: Promoting physical health in severe mental illness: patient and staff perspective. Acta Psychiatrica Scandinavia 2015:132

Det Etske Råd: Samfundet og de gale: magt og afmagt i psykiatrien; 2012

Det Etske Råd: Menneskesyn og magt; 2016

Kampagnen "én af os": [www.enafos.dk](http://www.enafos.dk)

Skolernes Databaseservice SkoDa: <http://skoda.emu.dk/>

Hansen A og Sundberg, C: Motion som medicin, Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck, 2014, kapitlet "Styrk din hjerne".

Viden på tværs: <https://vpt.dk/psykisk-arbejds miljo/enkle-vaerktojer-gav-bedre-forstaelse-forskellige-fagligheder>

<https://www.mentimeter.com/>