

Inkontinenssjuusköterska i Linköpings kommun

Linda Blomqvist är en färgstark sjuusköterska i Linköpings kommun. Med ett brinnande engagemang för de mest sköra äldres rätt att gå på toaletten kan hon få ett samtal om det mest intima vi har till något som blir lättsamt och helt naturligt. Linda låter sig inte hindras av tidigare ordinationer om inkontinenshjälpmedel utan ser alltid till att utreda den äldres förmågor för att själv skapa sig en bild om vad som är möjligt. Några av de sakerna som genom Lindas professionella vägledning har varit möjligt är t.ex. att sluta med inkontinenshjälpmedel när den äldre flyttar in på särskilt boende, bäckenbottenövningar för personer 80+, utprovning av rätt hjälpmedel så att patienter för första gången vågar sig ut i sociala sammanhang. Låt Linda inspirera dig i arbetet med inkontinens.



Att arbeta med blås- och tarmdysfunktion handlar i grunden om en av de mest fundamentala mänskliga rättigheterna: rätten att få kissa och bajsa på en toalett. För många äldre och personer med funktionsnedsättning är detta behov förknippat med en stor förlust av integritet, då det ofta kräver hjälp med det mest privata och intima vi har. Att som vårdpersonal kunna underlätta denna process och ge patienten sin värdighet tillbaka är en av de mest givande aspekterna av yrket.

Arbetet med blåsdysfunktion är betydligt mer än bara hantering av inkontinensskydd; det handlar om att förbättra livskvaliteten. En stor del av problematiken hos äldre är ofta funktionell, vilket innebär att det inte alltid är fel på själva blåsan, utan att faktorer som stroke, nedsatt rörlighet eller dålig miljö gör att man inte hinner till toaletten i tid. Genom att identifiera dessa faktorer kan man göra enorm skillnad. Det är fantastiskt givande att se konkreta resultat av sina insatser. Det kan handla om att genom omgivningsanpassningar eller bäckenbottenträning lyckas ta bort behovet av inkontinensskydd helt för vissa patienter. Att se en patient gå från tunga skydd till att vara helt torr dagtid eller att kunna minska storleken på skydden avsevärt, ger en direkt bekräftelse på att rätt vård och träning fungerar även högt upp i åldrarna.

Då inkontinens och bäckenbottenundersökningar berörs mycket sparsamt under sjuksköterskans grundutbildning, krävs ofta vidareutbildning för att kunna ge en professionell vård och utföra korrekta utredningar. Här är några tips på värdefulla utbildningsvägar:

- **Universitetskurser i blås- och tarmdysfunktion:** Det finns specifika kurser i "Utredning och behandling av blås- och tarmdysfunktion" på flera universitet i Sverige och kan läsas både på distans och på plats.
- **Fördjupade ämnesspecifika kurser:** I dessa utbildningar lär man sig fördjupad anatomi och fysiologi kring lilla bäckenet, vad som är normaltillstånd respektive avvikelser, samt hur man identifierar varningstecken. Man får även lära sig att genomföra systematiska utredningar och välja rätt behandlingsalternativ.
- **Klinisk träning:** För den som vill gå ännu djupare finns det ofta möjligheter till teoretisk och praktisk utbildningar, ibland i samarbete med regioner, där man kan lära sig att bedöma slemhinnor och utföra enklare gynekologiska undersökningar för att bedöma exempelvis knipförmåga.
- **Inkontinensombud:** För omvårdnadspersonal är utbildningen till inkontinensombud central. Dessa fungerar som teamets "ögon och öron" och har fördjupad kunskap för att kunna följa upp åtgärderna och rapportera förändringar till sjuksköterskan.

En god vård kräver ett multiprofessionellt team. Genom att använda verktyg som Senior alert för riskbedömningar kan sjuksköterskan flagga för problem som sedan kan lösas tillsammans med t.ex. arbetsterapeuter (för miljöanpassning) och fysioterapeuter (för gång- och bäckenbottenträning). När hela teamet, inklusive läkare och engagerade chefer, arbetar mot samma mål kan man skapa en miljö där patientens behov sätts i centrum och där toalettbesöket inte längre ses som ett besvär, utan som en självklar prioritering!

Titta gärna på filmen Linda spelat in där hon berättar om hennes viktiga arbete. Du hittar den på Senior alert Play under kapitlet Blåsdysfunktion.