

vård i hemmet en nödvändighet. Här är samarbetet med kommunerna en nyckelfråga.

Den medicinska utvecklingen påverkar också vårdens organisation. Under 1990-talet kunde allt fler behandlingar göras utan inläggning på sjukhus. Allt talar för att nya medicinska metoder kommer att accentuera denna utveckling.

Både koncentration och decentralisering

Det innebär både koncentration och decentralisering samtidigt. Vid högspecialiserade centra kan avancerad diagnostik och högteknologisk behandling koncentreras. Samtidigt kommer de stora patientgrupperna att behöva en sjukvård med bas i familjemedicin, invärtesmedicin, geriatrik och dagkirurgi.

Denna del av vården kan bedrivas starkt decentraliserat, men stå för en stor del av såväl den akuta som planerade vården. De högspecialiserade enheterna kan utöver att ge konsultationer på distans även utveckla viss behandling på distans, exempelvis inom kirurgin.

En sådan förändring av sjukvårdsstrukturen behöver stöd av avancerad informations- och kommunikationsteknologi, med bland annat nya metoder för kunskapsöverföring och beslutsstöd. Men även kommunikation och information mellan allmänheten/patienterna och vården kan utvecklas med nya tekniker. Alltifrån hur den enskilde praktiskt kan komma i kontakt med vården till information, upplysning och utbildning om hälsa och vård.

Personalen är grunden

I samtliga studier konstateras dock att framtidens största utmaning är tillgången på kvalificerad personal. Det finns därför skäl att särskilt uppmärksamma möjligheterna att med hjälp av nya metoder, såväl strikt medicinska som kommunikations- och informationsteknologiska, arbeta för ett bättre utnyttjande av den kvalificerade personalen. Bättre samordning och möjligheter till specialisering i större team kan också förbättra kvaliteten i vården. Nya tekniker kan slutligen bidra till att bryta ner professionella gränser som hindrar att kompetens används där den bäst behövs.

*

Potentiella bindningar eller jävsförhållanden: Inga uppgivna.

Referens

1. Bergman SE. Den medicinska utvecklingens konsekvenser för sjukvårdens resursbehov. Vårdens resursbehov och utmaningar på längre sikt. Stockholm: Landstingsförbundet, 2002 (rapporten kan beställas från Landstingsförbundet eller hämtas som pdf-fil på: www.lf.se).

Tankar om stress och övervikt

■ Det är ett välkänt faktum att övervikt blivit ett av USAs största folkhälsoproblem. Även i Sverige har man konstaterat samma tendens i flera åldersgrupper t ex hos barn. Flera olika utvecklingstrender har successivt lett fram dagens situation. Vi rör oss för lite, antalet gymnastiktimmor har minskat. Våra barn sitter i högre grad framför datorer, försjunkna i något spännande rymdkrig ...

Inrutad tillvaro

Vi äter fel. Vem har tid att laga mat idag? Lättare då att köpa något färdigt och snabbätet. Vår livsstil har alltmer fjärrat sig från forna tiders kroppsarbete utomhus i kombination med enkel husmanskost och vila under dygnets mörka timmar. Nej, nu följer vi inte naturens rytmer utan klockans. Du måste stiga upp även om du vill ligga kvar, du måste lägga dig även om du vill stanna uppe lite till. Leva – nej, det får vänta tills imorgon. Eller semestern. Då ska jag verkligen göra allt det där jag inte hinner med i min vardag. Kanske till och med förverkliga mig själv ...

Hela tillvaron är inrutad och inrutad av olika »måsten« och plikter. Vi över-sköljs av olika stimuli som, ibland på subliminal nivå, ständigt matar oss med intryck. Ljudkulisser i varuhus, tevens falskt familjära intrång i våra hem, hisstrummors ljud, köksfläktars surrande (?), avlägset trafikbrus m m. Vår ambition att ständigt vara nåbara eller kunna nå andra ger allt mindre egna privata tidsutrymmen.

Det finns också en stress i att veta hur vi borde se ut men inte gör ... Alla dessa ideal som hänfullt stirrar mot oss från tidningarnas glättade sidor. Reportagen handlar sällan om vanliga, lite slitna och ofullkomliga människor i medelåldern. Detta att veta hur jag borde se ut, hur jag borde sköta mig, hur jag borde bo och leva kan kännas lite knäckande när jag tänker på min verklighet.

Kroppen reagerar

Nej, vår gamla urtidskropp med sina primitiva reaktioner medierade av adrenalin, noradrenalin och kortisol vet nog inte riktigt hur den skall anpassa sig till dagens krav. Omärkligt börjar kroppen reagera på olika sätt inför alla dessa delvis motsägelsefulla men ofta påfrestande stimuli som den utsätts för. Diffusa störningar som sömnrubbningar, förändrad tarmfunktion, lätt yrsel, trötthet, torr hud, torra ögon, lustlöshet etc i en lång rad börjar framträda. Omärkliga i

Deppad Homo Sapiens anno 2003 söker tröst.

början men till slut omöjliga att bortse ifrån.

Ett av dessa symtom är viktförändringar i ena eller andra riktningen. En ständig och malande otillfredsställelse i livet kan kanske tillfälligt dämpas med något gott att stoppa i sig. Sedan vår alla tidigaste tid i livet har vi fått uppleva det positiva och behagliga i att få något i magen. Det lilla barnet förknippar detta basala behov med värme, närhet och omtanke. Kanske väcks dessa tidiga men omedvetna minnen av senare frustrationer i livet? Det blir en »tröst« att äta något. I sådana situationer väljer jag inte en frukt eller en rå grönsak utan helst något riktigt gott som dessutom piggar upp med en energikick.

Det mönster vi kan se är alltså att, redan från livets början, födointag står för något positivt som minskar känslan av stress och frustration. Om denna mekanism underhålls eller rent av förstärks och får förbli omedveten kan sambandet mellan stress och födointag få starkt negativa konsekvenser för den blivande patienten.

Signal om civilisationens baksidor

Kanske är det så att de signaler om ökande medelvikt i västvärldens mest utvecklade stater också förmedlar denna civilisations baksidor och tillkortakommanden: en alltmera främmande och stressande tillvaro som individen får allt svårare att känna en tillhörighet i och som därför – av många – hanteras just på det primitiva sätt man lärt sig: att äta något gott ...

Per Rosenqvist

verksamhetschef,
psykiatriska kliniken, Kalmar
PerRo@ltkalmars.se