

reflexion

Låt tankar ta tid!

»Studenterna ger varandra återkoppling och upptäcker att de inte är unika i sina känslor eller tankar.«

Mötet med lidande patienter eller anhöriga väcker tankar. De upplevelser man som ung och många gånger (livs) oerfaren medicinstudent då får, behöver bearbetas för att kunna utnyttjas i det framtida patientarbetet. I dagens sjukvård är arbetstempot högt och patientarbetet ska skötas effektivt och rationellt. Tid för eftertanke och reflexion tillsammans med en handledande läkare är därför begränsad.

Men att fundera över egna och andras tankar, känslor och beteenden är betydelsefullt i såväl den professionella som den personliga utvecklingen. Detta kräver tid och en förtrohet som inte alltid finns i den kliniska situationen.

Ett värdefullt komplement i läkarutbildningen på Karolinska institutet numera är därför reflexionsgrupperna på termin fem och sex, där jag har förmånen att vara handledare. Studenterna får då möjlighet att i smågrupper reflektera över vad de varit med om i kliniken, till exempel rondrutiner, bemötande eller helt enkelt upplevelsen av livshotande sjukdom och död. »Varför sa han så?«, »Får man verkligen göra så där?«, »Jag blev gråtfärdig, får man bli det?« Studenterna ger varandra återkoppling och upptäcker att de inte är unika i sina känslor eller tankar. Utvärderingar visar att detta inslag i utbildningen är uppskattat.

Att få en bra balans mellan effektivitetstänkandet i sjukvården och behovet att stanna upp och ta sig tid för att smälta och begrunda de intryck man får är viktigt för alla som arbetar i vården för att i längden göra ett bra jobb, bibehålla hälsan och vidareutveckla läkekonsten.



Margaretha Bågedahl Strindlund
medicinsk redaktör
margaretha.bagedahl@lakartidningen.se



Foto: Hakan Nordström

I Sollefteå, där familjeläkaren Bahar Nikaein arbetar, är läkarnas arbetsbelastning så hög att de kallat på Arbetsmiljöverket. **aktuell** It Sidan 454

reflexion

447 Låt tankar ta tid!

Margaretha Bågedahl Strindlund

signerat

451 Sverige kasserar läkemedel för miljardbelopp Marie Wedin

It debatt

452 TBE (fästingburen encefalit) i barnåren – är det farligt? Karl-Johan Lidelfelt, Lars Lindquist, Mona-Lisa Engman, Mikael Sundin

453 Apropå! Hästköttsskandalernas Europa Vår köttkonsumtion – en »helig ko« Stig Bengmark

nyheter

454 Sollefteå. »Jag vet inte hur länge vi orkar«

456 Burträsk. »Här stannar läkarna till pensionen«

457 Kåge–Moröbacke. »Upproret fick stort gensvar«

459 Tredjelandsläkare. Ännu längre väg till svensk legitimation befaras

460 Strid om folkomröstningsfrågan i Västerbotten

Lundastudenternas strejkhot avbläst – för tillfället

461 LIPUS tar över efter IPULS

klirik och vetenskap kommentar

462 Modern bildåtergivning ger problematiska bifynd. Premaligna förändringar ställer patientens intresse mot samhällsekonomi Åke Andrén-Sandberg, Peter Aspelin

nya rön

464 Möjlig koppling mellan D-vitamin och MS Jonatan Salzer

Mindre reklam under studenttiden ger mer restriktiv förskrivning som läkare Karin Sundström

465 Memantin gav inget skydd mot frontallobsdemens Anders Hansen

Hypertoni orsakar störst sjukdomsburda Anders Hansen

artiklar

466 Originalstudie Loperamid ordinerar alltför sällan vid turistdiarré. Resultat av enkät till infektionsläkare Jesper Sterne, Lars Rombo



Affektiva syndrom är ett samlingsbegrepp för flera olika tillstånd, som ofta är återkommande och ibland årstidsberoende. Vanligast är depression, som i dag betraktas som en folksjukdom. Tema: Sidorna 477–495

Foto: Colourbox

470 Serie: Verktyg för klinisk forskning Biostatistik har en central roll i epidemiologi. Introduktion till begrepp och metoder utifrån kliniska observationella studier. *Andreas Pettersson, Max Gordon, Gustaf Edgren, Paul W Dickman*

Tema Affektiva syndrom: 477–495

477 En utmaning för vården och samhället *Lil Träskman-Bendz*

478 Affektiva syndrom är dödliga – självmordsrisken är hög *Bo Runeson, Axel Haglund*

480 Depression från vaggan till graven *Anne-Liis von Knorring, Lars von Knorring, Margda Waern*

484 Att skilja mellan depression och utmattningssyndrom *Marie Åsberg, Åke Nygren, Anna Nager*

487 Bipolärt syndrom – en psykiatrisk kärnsjukdom *Hans Ågren, Mikael Landén, Jerker Hetta*

491 Specialiserad öppenvård effektivt vid affektiv sjukdom *Anna Åberg Wistedt, Lars Häggström, Mikael Landén*

493 Depressionsbehandling – då, nu och i framtiden *Björn Mårtensson, Gerhard Andersson, Jan Wälinder, Hans Ågren*

debatt och brev

496 Behovet av övningar i katastrofsce- nariet vid svenska sjukhus får inte underskattas *Anders Sjölund, Fredrik Jonsson, Kjell Ivarsson*

497 Kvalitetsregister – en välklädd folkrörelse *Tomas Jernberg*

498 Replik: Kvalitetsregister – ett av många verktyg *Johan Ejerhed*

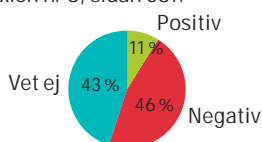
499 Utvärdering av rehabiliteringsgarantin kräver bättre vetenskapligt underlag *Björn Gerdle, Britt-Marie Stålnacke, Kristian Borg, Karin Rudling, Gunilla Brodda Jansen, Marcelo Rivano Fischer*

Läsarkommentarer

webbfrågan:

Vilken effekt har stimulans- medlen haft på vården på din arbetsplats?

Se Reflexion nr 8, sidan 387.



115 hade svarat den 25 februari kl 11.00.



kultur Carl von Linné försökte systematisera människans sjukdomar, inklusive de mentala störningarna. En av hans elever, Pehr Osbeck (bilden), antecknade det mesta han fick höra under Linnés föreläsningar hösten 1746 och våren 1747. Handskriften finns nu utgiven i bokform. Sidan 500

Mer debatt på Läkartidningen.se

kultur

500 Botanikens fader om floran av mentala störningar *Lars Orelund*

502 lediga tjänster

504 platsannonser

525 meddelanden

526 information från läkarförbundet

endast på webben

Fler artiklar på Läkartidningen.se

Rättelse

I artikeln »Amning och tillvänjning till fast föda för friska fullgångna barn. En kunskapsöversikt från Barnläkarförbundet och Livsmedelsverket«, som publicerades i Läkartidningen 2013;110:405-9, föll ett namn bort i omnämmandet av de personer som år 2011 ingick i Svenska barnläkarförbundet och Livsmedelsverkets gemensamma expertgrupp för pediatrik nutrition (PENUT): Thomas Casswall, Stockholm.

Tipsa Läkartidningen

Har du ett nyhetstips – ta kontakt med redaktionen! Mejla till: tipsa@lakartidningen.se
Tala om ifall du vill vara anonym!

Vetenskapliga artiklar har genomgått referentbedömning. Varje manuskript granskas av minst en (ofta fler) av Läkartidningens stab av vetenskapliga experter. Granskningen av manuskript sker enligt internationella rekommendationer (www.icmje.org).

Organ för Sveriges läkarförbund
Box 5603, 114 86 Stockholm
Besöksadress: Östermalmsgatan 40
Telefon: 08-790 33 00
Fax: 08-20 76 19 (centralredaktion)
Webb: Läkartidningen.se
E-post: redaktionen@lakartidningen.se
annonser@lakartidningen.se
fornamn.efternamn@lakartidningen.se

Chefredaktör och ansvarig utgivare:
Jonas Hultkvist 08-790 34 61

Medicinsk huvudredaktör
Jan Östergren (intermedicin) 08-790 34 31

Redaktionschef och stf ansvarig utgivare
Karin Bergqvist 08-790 34 91

Tf medicinsk redaktionschef
Michael Wilczek 08-790 34 87

Webbchef
Elisabet Ohlin 08-790 34 97

Marknads- och annonsdirektör
Ulf Jansson 08-790 35 47

Medicinska redaktörer
Jon Ahlberg, docent (kirurgi, patientsäkerhet)
Anne Brynolf, med stud
Margaretha Bågedahl-Strindlund, docent (psykiatri)
Ylva Böttiger, docent (klinisk farmakologi)
Mikael Hasselgren, med dr (allmänmedicin)
Stefan Johansson, med dr (pediatrik)
Lena Marions, docent (obstetrik/gynekologi)
Carl Johan Sundberg, professor (fysiologi)

Sekretariat
Inga-Maj Lagerholm 08-790 34 11
Britt-Marie Ström 08-790 34 79

Administration/ekonomi
Yvonne Bäärnhielm 08-790 34 74

Produktion
Marita Arvidsson (grafiker)
Mats Kardell (IT) 08-790 33 38
Bo Svensson (IT) 08-790 33 19
Grafik: Typoform (där inget annat anges)

Redaktion
Miki Agerberg (reporter, vik) 08-790 34 62
Björn Enström (webbredaktör) 08-790 34 81
Doris Francki (medicinsk redigering) 08-790 34 67
Sara Gunnarsdotter (reporter) 08-790 34 10
Sara Holfve (AD) 08-790 34 63
Gabor Hont (kultur) 08-790 34 80
Carin Jacobsson (meddelanden) 08-790 34 78
Ewa Knutsson (debatt, medicinsk redigering) 08-790 34 83
Jan Lind (debatt) 08-790 34 84
Michael Lövrup (reporter) 08-790 35 26
Madeleine Ramberg Sundström (redigering) 08-790 34 82
Birgit Wilhelmson (medicinsk redigering) 08-790 34 94

Marknads- och annonsavdelning
Britt-Marie Aronsson (annonskoordinator) 08-790 34 95
Irene Balsam (annonservice) 08-790 34 90
Håkan Holmén (säljare) 08-790 35 28
Eva Larsson (säljare) 08-790 35 06
Göran Sterner (säljare) 08-790 35 03

Prenumerationsavdelningen
Hélène Engström 08-790 33 41
pren@lakartidningen.se

Läkartidningen Förlag AB
Håkan Wittgren (vd)

TS-kontrollerad upplaga: 42 300 ex
ISSN: 0023-7205 (pappersutgåva)
1652-7518 (webbupplaga)



Tryckeri Sörmlands Grafiska AB