

# NERVEN

PERSONALTIDNING FÖR REGION KALMAR LÄN

Nr 1-2 | MARS 2024

## Med hjärta för barn och unga

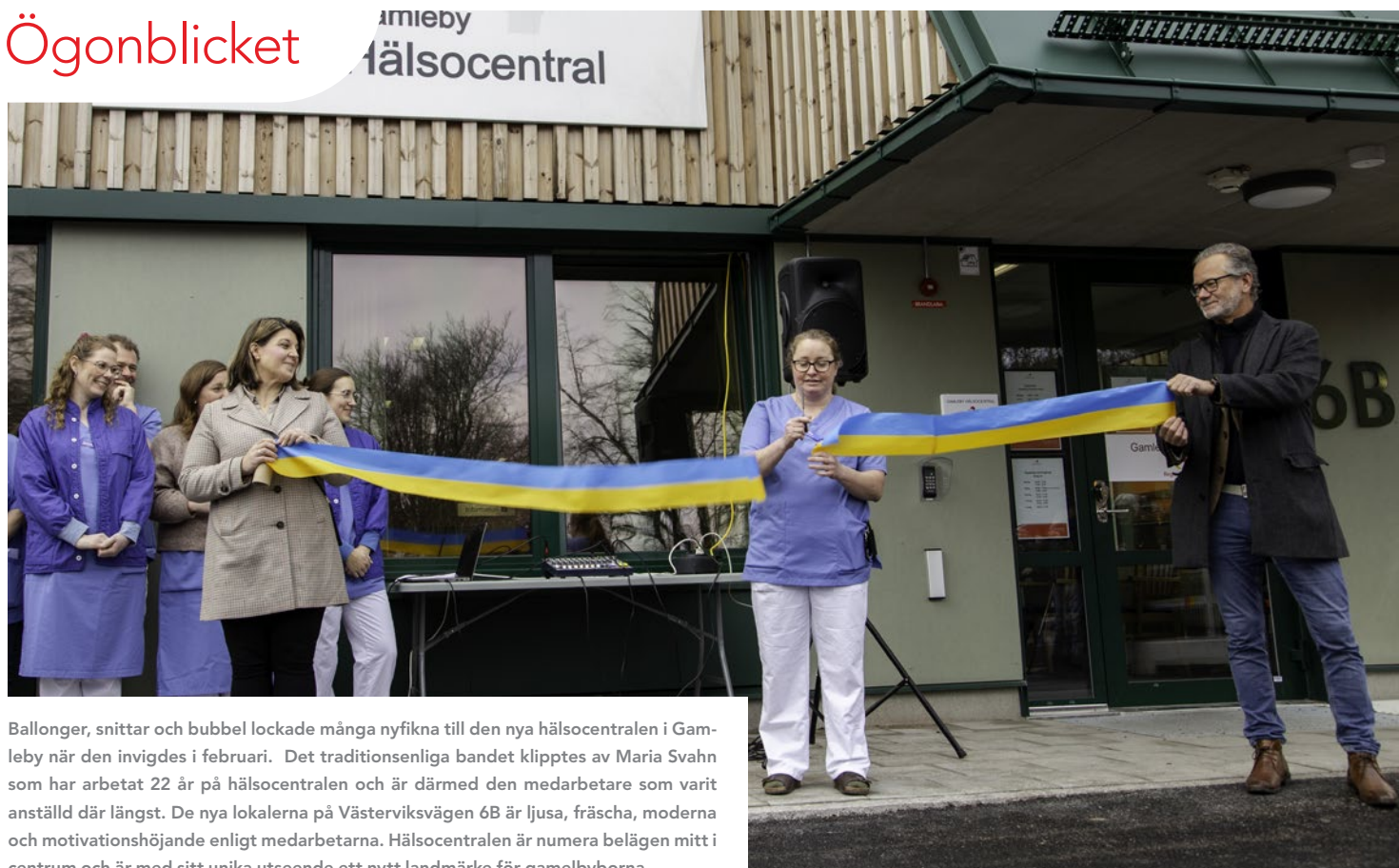
Eldsjälen Magdalena Ståhle lämnar över



## Innehåll

Möt doldisverksamheten habiliteringen .....	6	Hälsotipset .....	17
Palliativa rådgivningsteamet har livet i fokus .....	8	Tack för mig – Magdalena Ståhle .....	18
Lunch med Susanne Svensson .....	10	Att förebygga hot och våld i vården .....	20
Patienterna gillar Smedby hälsocentral.....	12	Här kan man ringa sin doktor direkt.....	21
Nomineringar till Nervenfikat.....	14	Hon fick Nervenfikat.....	24

## Ögonblicket



Ballonger, snitter och bubbel lockade många nyfikna till den nya hälsocentralen i Gamleby när den invigdes i februari. Det traditionsenliga bandet klipptes av Maria Svahn som har arbetat 22 år på hälsocentralen och är därmed den medarbetare som varit anställd där längst. De nya lokalerna på Västerviksvägen 6B är ljusa, fräscha, moderna och motivationshöjande enligt medarbetarna. Hälsocentralen är numera belägen mitt i centrum och är med sitt unika utseende ett nytt landmärke för gamlebyborna.

# NERVEN

Posttidning B, Personaltidning  
för Region Kalmar län

**Adress:** Nerven, Box 601, 391 26 Kalmar. Nummer 1-2, 2024 årgång 53. ISSN 0345-8458. **Upplaga:** 8 500. Ut kommer med 4 nr/år.  
**Redaktör:** Camilla Breiler **E-postadress:** [nerven@regionkalmar.se](mailto:nerven@regionkalmar.se). **Ansvarig utgivare:** Lina Isaksson  
**E-postadress:** [lina.isaksson@regionkalmar.se](mailto:lina.isaksson@regionkalmar.se) **Produktion:** Regionstab kommunikation, Region Kalmar län.  
**Tryck:** Pressgrannar, Linköping. Innehållet i Nerven får gärna citeras, bara källan anges. Vill du lämna tips eller artikelförslag är du välkommen att kontakta redaktionen: [nerven@regionkalmar.se](mailto:nerven@regionkalmar.se)  
**Omslagsbilden:** Magdalena Ståhle **Foto:** Mattias Johansson  
Läs Nerven digitalt på [regionkalmar.se](http://regionkalmar.se)

  
Region Kalmar län

# Välkommen!

Med våra 7 000 medarbetare är vi Kalmar läns största arbetsgivare. Vi är utspridda över hela länet och har nära 300 olika yrkesroller. Eftersom vi är en så stor arbetsgivare får vi ständigt nya, kompetenta kollegor, hela 70 stycken varje månad. Här får ni möta några av dem.

## Linnea Rosdahl

Tandsköterska Folktandvården Nybro

– Mina första månader här har varit roliga. Det har varit utmanande men kul att få arbeta helt själv. Jag har lärt mig massor och börjar nu känna mig säker i min yrkesroll. Extra roligt är det att få utvecklas varje dag och se skillnaden man gör för patienterna. En utmaning som har funnits är såklart att växa in i rollen som tandsköterska och komma ihåg alla saker som hör till respektive behandling. Som nyexaminerad har jag fått mycket hjälp från mina kollegor. Det är ingen som rynkar på näsan för att man frågar tusen frågor. Det är också väldigt roligt med lite fart och fläkt som det kan vara vissa dagar. Men det absolut bästa är såklart att kunna hjälpa människor och finnas där för patienterna!

## Stine Breum Appelquist

Samordnare besöksnäring

– Jag ville arbeta med besöksnäringssfrågor på en mer övergripande och strategisk nivå och då kändes regionala utvecklingsförvaltningen som en bra plats. Jag kommer närmast från Hushållnings-sällskapet Kalmar Kronoberg Blekinge där jag har jobbat som Marknads- och kommunikationschef. Innan dess var jag vd på AB Glasriket och dessförinnan turistchef i Torsås kommun. Den första tiden på regionen har inneburit spännande och utvecklande arbetsuppgifter kopplade till besöksnäringen där jag tillsammans med kollegorna i kommunerna verkar för att omsätta den regionala besöksnäringstrategin i konkreta insatser och arbetar med att lyfta fram allt fint vi har att erbjuda i Kalmar län.



## Bryan John

Trafikplanerare på Kalmar länstrafik i Högsby

– Jag trivs att jobba som trafikplanerare för att varje dag är unik och fylld med olika utmaningar och lösningar. Jag jobbar med analyser, utredningar, tidtabellsplanering, kommunikation med trafikföretag, förare, privatpersoner och andra myndigheter. Det viktigaste för mig är att vara med och bidra till samhällsutvecklingen. Det motiverar mig och gör jag stolt. Allt kändes bra redan från första arbetsintervjun och i dag kan jag inte vara mer än tacksam för den möjlighet som Kalmar länstrafik har gett mig.



## Risa Larsen

Sjuksköterska

### Emilia Lundborg

Undersköterska på ortopedavdelningen, Västerviks sjukhus.

– Vi var väl lite i samma sits faktiskt för vi hade jobbat inom kommunen i flera år och ville nu jobba på sjukhus. Under våra respektive föräldraledigheter såg vi lediga jobb på ortoped och sökte. Det har varit mycket nytt. Både med lokaler, arbetssätt och allting. Men det har varit väldigt roligt. Det är en välkomnande avdelning med bra struktur och organisation. Sen har vi också fått en bra introduktion. Region Kalmar län känns som en bra organiserad och strukturerad arbetsgivare. Det är ordning och reda, och välkomnande!





Nybrosonen Christoffer Karlsén har arbetat som vaktmästare vid transportcentralen på länssjukhuset i fyra år.



– Omväxlande arbetsuppgifter och trevliga kollegor är det bästa med jobbet som vaktmästare, menar Christoffer Karlsén.

**Effektiv sjukvård är mest av allt ett stort samarbete som sträcker sig långt bortom sjukhuskorridorer och mottagningsrum. En viktig del i samarbetet, dold för de allra flesta invånare, är transportcentralerna på länets sjukhus.**

Bakom en anonym dörr på länsjukhusområdet, nära kökets lastkaj, gäller det att se sig för innan man kliver ut i korridoren. Breda gula markeringar i golvet visar var man får gå, och var en nästintill ljudlös el-truck när som helst kan komma farande.

Här finns transportcentralen som bemannas av vaktmästarna, som kanske bättre än några andra hittar på Länsjukhuset i Kalmar.

– Det heter vaktmästare, men transportvaktmästare hade kanske varit ett bättre namn, säger Christoffer Karlsén.

Christoffer är en av cirka 25

vaktmästare och han syns på långt håll med sitt långa och välansade skägg som tillsammans med den trygga blicken får honom att se äldre ut än sina 24 år. Nybrosonen är ung, men långt ifrån oerfaren och har arbetat som vaktmästare på länsjukhuset i fyra år.

– Jag trivs jättebra med jobbet. Omväxlingen är stor och kollegorna är trevliga. Och så är det ju kul att köra truck också, säger han med ett leende.

#### Från sopor till läkemedel

Transportcentralens ansvarar, kraftigt förenklat, för att förflytta alla grejer som behöver förflyttas mellan olika platser på sjukhusområdet. Och det är en hel del som på daglig basis behöver flyttas runt för att allt ska flyta på inom den kliniska verksamheten.

– Oj, det är mycket. Vi transporterar sopor, tvätt, sterila instrument, post och paket, läkemedel, matvagnarna, vätskevagnarna och

så ansvarar vi för id-korten.

Alla avdelningar på sjukhuset har sina särskilda behov och allt är noggrant planerat och täcks in av sju olika transportlinjer som Christoffer och kollegorna turas om att köra.

Men trots att vaktmästarna ständigt rör sig över hela sjukhusområdet är det sällan patienter eller invånare lägger märke till dem. Det beror framförallt på att majoriteten av alla transporter sker under jord, i den vidsträckta kulverten som gör att de enkelt att nå alla delar av sjukhuset.

#### En del av kretsloppet

– Utan oss hade vården inte fungerat. Vi är en del av kretsloppet, konstaterar Christoffer när han visar runt Nerven i kulverten.

I de väl upplysta gångarna går truckarna i skytteltrafik och förutom vaktmästare rör sig hantverkare och sjukvårdspersonal i gångarna. Alla respekterar de gula

markeringarna. Vi tar en sväng bort till nya psykiatrihuset vars sop- och tvättvagnar fylls på via rör i taket och som automatiskt meddelar transportcentralen när en vagn är full.

– Hämta smutstvätten har vi alltid gjort. Men sedan i höstas ansvarar vi även för den rena tvätten på hela sjukhuset. Tidigare var det undersköterskor som hantlade den, men numera fyller vi på avdelningarnas textiltförråd med ren tvätt och sköter även beställningarna till tvätteriet i Västervik. Christoffer kopplar med van hand på vagnen på trucken som strax susar genom kulverten mot tvättvagnens destination.

– Får oss är det inga problem. Och det är ju bättre att undersköterskorna får mer tid åt patienterna.

**Text:** Tomas Löwemo

**Foto:** Mattias Johansson

## Nerven träffar:

## Habiliteringen



På habiliteringen jobbar man med rörelsehindrade, personer med intellektuell funktionsnedsättning och autism. På bilden är några av medarbetarna på habiliteringen i Kalmar.

## Doldisverksamheten som hjälper patienter under hela livet

Verksamheten är helt nödvändig för många människor under lång tid i livet. Samtidigt är habiliteringen något av en doldis i vårdlandskapet. – Jämfört med övrig sjukvård har vi väldigt långa vårdkontakter, säger Rebecka Nilsson områdeschef, habiliteringen norr.

På habiliteringen jobbar man med rörelsehindrade, personer med intellektuell funktionsnedsättning och autism. I många fall avslutas vårdkontakten när patienten är 18 år men en del fortsätter även i vuxen ålder. För att på bästa sätt möta och hjälpa patienten krävs ett tvärprofessionellt team. Här finns nämligen läkare, psykiatriker, sjuksköterskor, neurologer, och psykologer. Här jobbar även arbetsterapeuter, specialpedagoger, logoped, kuratorer, fysioterapeuter, sekreterare och en tekniker som hjälper till med vissa tekniska hjälpmedel. De arbetar tillsammans för hela patienten.

– Många patienter med funk-

tionsnedsättning har flera områden där de behöver extra stöd, insatser och hjälp. Då har vi förmågan att hjälpa till att få en helhetsbild. Därför behövs det tvärprofessionella teamet, säger Rebecka Nilsson.

Det är inte ovanligt att habiliteringen förväxlas med rehabilitering.

– Habilitering ska möjliggöra att bibehålla och utveckla sina förmågor vid funktionsnedsättning. Rehabilitering ska återskapa något som har funnits tidigare. Det är den stora skillnaden, säger EvaLi Lindström som är vårdkoordinator på habiliteringen i Kalmar och fortsätter:

– För att det ska handla om habilitering ska det vara en tidigt förvärvad eller medfödd, bestående funktionsnedsättning. Det betyder att habiliteringen jobbar med flera olika områden som exempelvis fysiska, sociala, pedagogiska och medicinska.

– Det finns från början ingen färdig lösning. Tillsammans med patienten hittar man rätt insatser och vägen framåt, säger Rebecka Nilsson.

Verksamhetutvecklaren och sjukgymnasten Eric Zaar har snart jobbat 30 år inom habilitering och berättar vad som är det bästa med arbetsplatsen.

– Jag gillar att jobba i team tillsammans med andra där min kompetens kan vara en pusselbit tillsammans med andra för att få en patient att bli så självständig som möjligt, säger han.

Text: Daniel Bogefors Foto: Privat



Margareta Larsson (vänster), arbetsterapeut barn- och ungdomshabiliteringen i Vimmerby och Rebecka Nilsson (höger), områdeschef habiliteringen norr.

# Stöd i vårdmötet

– en hjälp både för patient och personal

I ett samarbetsprojekt i sydöstra sjukvårdsregionen har "stöd i möte" tagits fram och under hösten sjösatts i Region Kalmar län plus regionerna i Jönköping och Östergötland.

– Utgångspunkten är diagnos intellektuell funktionsnedsättning där våra patienter kan uppleva att man pratar över deras huvuden och informationen kan vara svår att ta till sig. Tanken är att man innan mötet ska kunna beskriva vad man har för svårigheter för att det ska underlätta samtalet. Personalen kan behöva prata långsamt, använda ett lätt språk, undvika svåra ord, vara kortfattad och sammanfatta vad som har sagts, säger Eric Zaar som är verksamhetutvecklare och sjukgymnast på habiliteringen i Västervik.

Stöd i mötet är utvecklat för att det ska vara patienternas redskap i kontakten med vården i stort.

– Vi hoppas att det här ska implementeras överallt. I patienternas journal under tolkbehov ska det stå "enkelt språk". Då finns en förklaringstext vad enkelt språk innebär. Det ska vara en signal, säger vårdkoordinator EvaLi Lindström.

På webbplatsen För vårdgivare finns en broschyr där patienten kan fylla i om hen önskar "stöd i vårdmötet".

– Det blir inte bara bättre för patienten utan också ett stöd för vårdpersonal med tips på hur den här patienten vill bli bemött. Det är ett hjälpmedel för båda, säger Rebecka Nilsson områdeschef habiliteringen norr.

Text: Daniel Bogefors



– Jag hoppas att fler vill och våga satsa på barnprovtagning. Det är roligt och vi förebygger stickrädsla samt skapar trygghet för barnen i vårdmiljön, säger Linn Nordgren, undersköterska på Lindsdals hälsocentral.

# Trygghet och förtroende ska ge mindre stickrädsla

**Med nya arbetssätt och patienten i fokus kan medarbetarna på Lindsdals hälsocentral nu ta de flesta blodprover på barn själva. Resultatet: avlastning för barnkliniken och förhoppningsvis färre stickrädda vuxna i framtiden.**

Att lämna blodprov kan kännas läskigt för både barn och vuxna. På Lindsdals hälsocentral har medarbetarna mött flera stickrädda vuxna som berättat att de har blivit fasthållna vid provtagning som små. Därför ville undersköterska Linn Nordgren och hennes dåvarande kollega Sara Jansson

börja jobba med barnanpassad provtagning på hälsocentralen.

– Vi ville skapa en lugn och fin situation och framför allt låta barnen bära med sig den känslan till en eventuell nästa gång för att förebygga stickrädsla, berättar Linn Nordgren.

De pratade ihop sig och utbytte erfarenheter från både arbetsplatser och privata upplevelser och gjorde också ett studiebesök på barnkliniken i Kalmar. Där fick de veta att proverna de tog på hälsocentralen var riktigt bra, och att det inte fanns någon anledning att skicka patienterna till barnkliniken. Idag tar Linn och hennes

kollegor blodprover på barn från några månaders ålder och uppåt. Nästa mål är att ha en heldag avsatt för barnprovtagning varje vecka.

– Vi planerar alltid in 30 minuters provtagning och är två medarbetare. Själva provet går snabbt så vi använder tiden till att leka och bygga förtroende. Allt anpassat efter ålder och behov. Vi låter de flesta barnen själva bestämma när det är okej att vi sticker och inte.

En viktig pusselbit är avledning i form av såpbubblor, mobiltelefon, musik och framför allt bus på barnets villkor. Och så go-

disklubbor förstås, om det är okej med föräldrarna.

– Med planering, tålmod och rätt inställning har vi lyckats göra barnprovtagningen till något som både vi, barnen och deras föräldrar upplever som en lugn och många gånger rätt rolig stund. En förälder vände sig om när dom skulle gå och sa att det var en av de finaste upplevelserna dom varit med om. Då fick vi bekräftelse på att vi gjort skillnad och lyckats med vårt mål.

**Text:** Camilla Breiler  
**Foto:** Amber Nordgren

# Med livet i fokus



Medarbetarna i teamet. Övre raden från vänster: Charlotta Fredriksson (Torsås, Kalmar), Anders Car-  
ming, (Nybro, Emmaboda), Christina Sjöholm Ottosson (Borgholm, Mörbylånga), Maria Andersson  
(Mönsterås) och Maria Modig (Vimmerby, Hulfsfred). Nedre raden från vänster: Lisa Skoog, (Nybro  
och Emmaboda), Hanna Svensson (Oskarshamn, Högsby) och Sara Gustafsson (Västervik, Gamleby).  
Teamets chefer Annelie Gustafsson och Ann-Caroline Lönnqvist saknas på bilden.



# Palliativa rådgivningsteamet ger livskvalitet till livets slut

**Behöver du och dina kollegor stöd i omhändertagandet av en patient med obotlig, livshotande sjukdom? Då kan du vända dig till palliativa rådgivningsteamet som arbetar med specialiserad palliativ vård över hela Kalmar län.**

Med kunskap och erfarenhet skapar teamet trygghet för både vårdgivare, patient och närstående i livets svåraste stund.

– Vi ger råd och stöd till de som har vårdansvaret för patienten och vill hjälpa dem i deras vardag så att patient och närstående får det stödet som de behöver, säger Charlotta Fredriksson, specialist-sjuksköterska.

## Smärta och ångest vanligt

Cancersjukdomar är en av de vanligaste diagnoserna där teamet blir inkopplat men det kan också handla om till exempel KOL, hjärtsvikt, ALS eller demens. Vanliga symtom är smärta, illamående, ångest och andnöd. Helhetsperspektivet är viktigt och både medicinska insatser och stödjande samtal är en del i omhändertagandet av både patienter som närstående.

– Vi vill gärna att man tar kontakt med oss tidigt i sjukdomsförloppet, säger Hanna Svensson, sjuksköterska. Då får vi större möjlighet att bidra med kunskap till vårdteamet.

## ”Finns alltid mer att göra”

Målet med palliativ vård är att patienten ska kunna leva med värdighet och med största möjliga välbefinnande till livets slut. Dö-

endet ses som en normal process, vården varken påskyndar eller fördröjer döden.

– Det handlar om att kunna leva med en livshotande sjukdom med så god livskvalitet som möjligt, säger Lisa Skoog, sjuksköterska. Vi vill bekräfta livet.

– Det är ju jättefrustrerande för en patient när doktorn informerar om att ”nu finns det inget mer vi kan göra”. Det finns ju hur mycket som helst! säger Christina Sjöholm Ottosson, sjuksköterska.

– Livskvalitet kan till exempel handla om att få göra en resa eller orka hälsa på sina barnbarn, säger Charlotta Fredriksson, specialist-sjuksköterska. Detta vill vi i palliativa rådgivningsteamet bidra med tillsammans med vårdgivare. Vi upplever att det gör skillnad för patienterna.

## ”Världens bästa jobb”

Att de orkar jobba med det de gör förklarar gruppen med att det ger

så mycket tillbaka.

– Palliativ vård är ett laddat ord för många och som ofta uppfattas som enbart vård i livets slutskede. Jag har mött patienter som blir helt förskräckta och frågat ”Ska jag dö nu?” när jag kommit och presenterat mig. Då tänker man ju ibland att vad är det jag jobbar med? säger Christina.

– Men vi har ju världen bästa jobb, fyller Hanna i. Jag är tacksam att jag får dela historier och livsöden, det är fint att få bli inbjuden i deras svåraste stund i livet. Jag känner en stor ödmjukhet inför den trygghet vi ger.

– Palliativ kommer från latinets pallium som betyder mantel. Det gillar jag. Det ger en bild av något omslutande som står för en helhetssyn för patienten vi jobbar med, säger Christina.

**Text:** Camilla Breiler

**Foto:** Privat

## Om palliativa rådgivningsteamet

Palliativa rådgivningsteamet i Region Kalmar län tillhör enheten för palliativ medicin (EPM), geriatriska kliniken i Kalmar. De arbetar konsultativt för att ge råd och stöd till vårdgivare vars patienter har gått över i ett palliativt skede.

Teamet består av sjuksköterskor och läkare som är stationerade på olika orter i länet och arbetar länsövergripande både mot våra tre sjukhus, hälsocentraler och länets kommuner utan att ta över patientansvaret.

Vill du ha stöd av teamet? Sök på ”palliativa rådgivningsteamet” på [vardgivare.regionkalmar.se](http://vardgivare.regionkalmar.se) så hittar du deras kontaktuppgifter. Ingen remiss behövs!

## Länets invånare mest nöjda med 1177 journal

Region Kalmar län tar ledningen inom digitala hälso- och sjukvårdstjänster genom 1177 journal. Det visar nöjdhetsundersökningen Journalen 2023 där Sveriges invånare har fått tycka till om 1177 journal. Den digitala plattformen ger invånarna enkel och säker tillgång till sin journalinformation digitalt via [1177.se](http://1177.se), inklusive vårdbesöksanteckningar och läkemedelsinformation.

Framöver ska tillgängligheten till journalinformation på 1177 journal utökas för att ge invånarna ökad kontroll och delaktighet i sin vårdprocess. Förbättringsområden finns också, bland annat när det gäller användarvänlighet och feedbackmöjligheter.

## Villa Linné - stor satsning på nära vård i Kalmar

Det nya korttidsboendet Villa Linné i Kalmar har blivit startskottet för att stort utvecklingsarbete med fokus på in- och utskrivning av patienter. På Villa Linné bor invånare som behöver avlastas i omsorgen, få tid för rehabilitering eller återhämtning efter sjukdom/skada eller då hemsituationen blivit ohållbar av andra skäl. Med i arbetet är medarbetare från länssjukhuset, primärvårdsförvaltningen, privata vårdgivare och kommunal vård och omsorg. Fokus för arbetet är hur övergångarna mellan olika vård- och omsorgsformer ska fungera säkrare och smidigare för patienter med komplexa vårdbehov. En kartläggning har gjorts över hur det fungerar idag och nästa steg är att ta fram förslag på gemensamma arbetsätt som fungerar för alla aktörer. Framför allt ska arbetet leda fram till en större trygghet för patienterna.

# ”Jag är stolt över att jag vågade och tog chansen”

## På tallriken

### Plats för lunch:

Lunchrummet på Folk tandvården Berga Centrum i Kalmar

### I matlådan:

Pastasallad med kyckling och curry

### Hur viktig är lunchen för dig?

Lunchen är det viktigaste målet! Jag ser verkligen fram emot den och blir lycklig när jag äntligen får äta. Är alltid jättehungrig.

### Vilken tid äter du oftast lunch?

På kliniken äter vi tillsammans varje dag klockan tolv.

### Vad äter du helst till lunch?

Äter verkligen allt. Tar jag med mig vegetarisk stroganoff med halloumi och kokosris, då är jag extra lycklig och skryter lite.



## En dröm om att bli hästtandläkare. Det var så resan från lärling till klinikchef inom folktandvården började för Susanne Svensson.

Som artonåring hade Susanne Svensson ett brinnande intresse för hästar och planen var att bli hästtandläkare, tills hon kom på att det yrket inte fanns. Genom en studie- och yrkesvägledare öppnades i stället en annan dörr till tandvården upp.

– Jag fick information om folktandvårdens lärlingsprogram. Tänk, om jag inte hade gått till studie- och yrkesvägledaren hade jag inte suttit här idag. Vilken viktig roll de har att guida och tipsa ungdomar.

Susanne var första kullen av lärlingar inom folktandvården hösten 2006. Under sex månader fick hon prova på att jobba på en av folktandvårdens kliniker.

– Jag tänkte att det här blir nog inte så svårt, tills jag fick insikt i hur bred tandvården är. Det gav mig lite svindel. Men den medicinska delen som jag var intresserad av fanns där. Att få möta allt från det lilla barnet till den gamla människan och att få möta de

friska, det var roligt.

Efter tiden som lärling hade intresset för tandvården växt och fördjupats, och Susanne valde att studera till tandhygienist i Jönköping. Somrarna spenderade hon hemma på Öland och praktiserade då på en av folktandvårdens kliniker. Sista året på utbildningen bjöd på ett äventyr när hon fick vara med och bygga upp en klinik i Tanzania tillsammans med organisationen Tandläkare utan gränser.

– Jag fick ett stipendium och reste till Tanzania för att göra min kandidatuppsats och en kurs. Under de fyra månaderna fick jag snabbspola mycket som egentligen tar en livstid i arbetslivet, både vad gäller sjukdomar och vad man kan göra med lite resurser.

Efter studierna jobbade Susanne en tid i Malmö, tills hon fick möjlighet att flytta hem till Öland igen när hon fick jobb på Folktandvården Borgholm 2014.

– Jag blev kvar på kliniken i nio fantastiska år, med jättebra chefer och kollegor. Där fick jag verkligen jobba på spetsen av min kompetens.

Susanne har haft förtroendeuppdrag i allt från gym, förskola

och fackligt samt suttit i flera styrelser. Intresset för ledarskap och att vara med och påverka där beslut fattas har alltid intresserat henne. Därför var steget inte långt till att söka regionens chef- och ledarskapsprogram.

– De höga förväntningar jag hade på programmet matchade och överträffades. Att få lära mig om grupputveckling och kommunikation var särskilt givande. Jag fick även gå på djupet i vem jag är som person, fick lära mig vilka

“Att jobba tillsammans med gruppen är det roligaste i mitt jobb.”

styrkor och utmaningar jag har och hur jag kan hantera dessa.

Mot slutet av chef- och ledarskapsprogrammet sökte hon en tjänst som klinikchef och är sedan ett år tillbaka chef på Folktandvården Berga Centrum i Kalmar. Personalbrist och en utmanande tillgänglighet var något som hon fick hugga tag i direkt tillsammans med sina medarbetare.

– Från start har det varit ett

rekryteringsmaraton. Nu är vi en helt ny grupp och därför är fokus i nuläget att lära känna varandra och se över våra arbetsprocesser. Att jobba tillsammans med gruppen är det roligaste i mitt jobb. Stoltheten när vi nu ser vad vi tillsammans gjort på kort tid, särskilt med tillgängligheten för våra patienter.

Vi närmar oss slutet av lunchen och Susanne reflekterar över hur det första året som chef har varit.

– Det har varit ett roligt första år, utmanande såklart. Jag har blivit väldigt välkomnad av mina medarbetare, haft ett fint stöd i chefsgruppen och från kansliet.

– Jag är stolt över att jag vågade och tog chansen. Att våga gasa samtidigt som man är i en småbarnsfas. Livet händer här och nu, det har jag lärt mig. Jag är också stolt över att vara i en organisation där jag från dag ett fått höra att ”satsar du på oss, så satsar vi på dig”.

Text: Karin Yderland

Foto: Hanna Lundberg

## Tre snabba... till Helena Berglund, beredskapsplanerare

**Hur kan man förbereda sin arbetsplats för att vara bättre rustad i händelse av kris eller krig?**

– På respektive förvaltning görs kontinuitetshandling vilket betyder att man tar fram en plan B för olika störningar som kan uppstå. På den egna arbetsplatsen är tipset att uppdatera och skriva ut planer, riktlinjer, rutiner, instruktioner, åtgärdskort och telefonlistor. Se också till att alla medarbetare känner till var de finns. Man kan också se till att ha ficklampor och



batterier i beredskap för eventuellt strömbortfall.

**Kan du ge exempel på det arbete som pågår?**

– På regional nivå arbetar vi med civil beredskap till exempel krigsplacering, stärkt säkerhetskultur och försörjningsberedskap. Det handlar till exempel om att vi planerar för vilken personal vi har tillgång till om regeringen och allmän tjänsteplikt men också om hur vi säkerställer tillgång till läkemedel, sjukvårds-

material, el, värme och vatten. Vi ökar också samverkan med länets kommuner, Försvarsmakten, Länsstyrelsen och Socialstyrelsen.

**Vilken hjälp kan man få centralt i regionen vid kris eller krig?**

– Mat, vatten, filter, radio, RAKEL-terminaler, reservkraft och drivmedel är exempel på saker som hanteras centralt. I en händelse kommer man få information om hur man som verksamhet får tillgång till detta.

### ! Så skapar ni en god beredskap på arbetsplatsen

**Uppdatera och skriv ut:**

- Planer
- Rutiner och riktlinjer
- Instruktioner
- Åtgärdskort
- Telefonlistor

**Köp in:**

- Ficklampor
- Batterier

Text: Trine Nyberg

Foto: Mattias Johansson



Smedby hälsocentral har, tillsammans med flera andra, fått bra betyg i Nationell patientenkät. På bilden är några av medarbetarna som gjort det fina omdömet möjligt.

# Tummen upp till primärvården i länet: "Stort patientfokus"

**Bäst i landet när det gäller tillgänglighet. Dessutom topp fyra inom resterande sex dimensioner. De offentliga och privata mottagningarna i länet får mycket beröm från patienterna i årets Nationell patientenkät.**

En ny kaffemaskin i fikarummet muntrar upp, men om det är något som på riktigt gör medarbetarna på Smedby hälsocentral glada, stolta och får självförtroendet att växa så är det resultatet i Nationell patientenkät som presenterades för ett par veckor sedan.

Smedby hälsocentral är nämligen en av flera i länet som får en stor tumme upp från patienterna. Den här tisdagsförmiddagen samlas stora delar av personalstyrkan i fikarummet för att sätta ord på hur man får nöjda patienter.

Tankar, förklaringar och teorier virvlar runt i rummet men allt kokar egentligen ner till en sak –

lagarbetet. Och med det följer ett öppet, inkluderande arbetsklimate där patientens bästa hela tiden står i fokus. På Smedby hälsocentral finns idag runt 5 700 listade patienter.

– Det är en relativt liten hälsocentral där vi har gott om personal på alla fronter, vilket gör att vi kan möta upp patientens behov på ett bra sätt, säger basenhets-



Malin Mårtensson (undersköterska), Susanne Brunby (basenhetschef) och Fredrik Hagerman (distriktsläkare) är stolta över sin arbetsplats.

chefen Susanne Brunby.

Region Kalmar län får högst betyg av samtliga regioner när det gäller tillgänglighet och det är ett område man har jobbat mycket med i Smedby.

– Vi är lite stolta över vår tidsbokning för den hänger ihop med att det finns tider. Vi försöker boka in förmiddagar och lämna eftermiddagarna fria för om du som patient behöver komma akut idag finns det möjlighet att göra det, säger Susanne Brunby.

## Låda i väntrummet

Bra omdöme från patienterna är ett fint kvitto men det går inte att slå sig till ro utan hela tiden sträva efter att bli ännu bättre.

– Vi har en låda i väntrummet där patienterna kan lägga förslag till oss. Förutom i patientenkäten kan de även göra sin röst hörd där.

Fredrik Hagerman är läkare på Smedby hälsocentral:

– Vi är duktiga när det gäller för-

skrivningsmål. Ser man på helheten tror jag att vi är bland de bästa. Vi har ett läkarmöte varje dag i en halvtimme där vi kan diskutera kliniska frågeställningar. Det gör att vi blir väldigt samspelade och får en samsyn. Det är utvecklande med ett pågående medicinskt samtal. En dag i veckan har vi även med en kurator, säger han. Kuratorn är Emöke Bokor.

– Jag skulle säga att vårt samarbete mellan psykisk hälsa och primärvården är unik, säger hon och fortsätter.

– Samarbetet mellan psykisk hälsa, läkarna och sköterskorna gör att patienterna inte blir runt-bollade utan att det blir så rätt som möjligt från början. Organisationsgränsen avgör inte utan vi samlas runt patienterna, vilket ger ett väldigt stort patientfokus.

Text & foto: Daniel Bogefors

# Patienter har högt förtroende för vården i Region Kalmar län

Positiva siffror igen för Region Kalmar län. Förtroendet för hälso- och sjukvården i regionen är nämligen bland det högsta i landet. Det visade hälso- och sjukvårdsbarometern som publicerades under våren.

Länsborna har under flera år visat stort förtroende för sjukvården i länet vilket har gett regionen starka siffror. Fjolåret är inget undantag. Region Kalmar län placerar sig som etta eller tvåa av landets 21 regioner på flera frågor som

ställs. Allra bäst hamnar regionen när det gäller om invånarna anser att väntetiderna för besök och behandling vid sjukhus och hälso-centraler är rimliga.

– Inom det området placerar sig Region Kalmar län främst i landet. Naturligtvis är det oerhört glädjande att det fantastiska arbete våra medarbetare gör också visar sig i resultaten. Förtroendet vi får av invånarna ska vi fortsätta att vårda på bästa sätt, säger regi-ondirektör Ingeborg Eriksson.

När det gäller tillgång till hälso- och sjukvård, plus förtroende

för hälsocentraler och sjukhusen landar Region Kalmar län på andra plats.

67 procent av de tillfrågade anser att vården ges på lika villkor, vilket är över genomsnittet för landet och en liten förbättring jämfört med förra mätningen.

Däremot är andelen som är positiva, 77 procent, till att använda 1177:s e-tjänster som exempelvis boka besök, läsa sin journal eller förnya recept strax under riksnittet. Det är en försämring med en procentenhet jämfört med förra mätningen.

– Målsättningen är naturligtvis att invånarna ska känna att våra digitala tjänster är enkla och användarvänliga. Det krävs ett tålmodigt och långsiktigt arbete för att komma dit vi vill, säger Ingeborg Eriksson.

55 procent är positiva till möjligheten att kunna vårdas hemma med stöd av digital teknik, vilket är en liten förbättring jämfört med förra mätningen.

Text: Daniel Bogefors

# Stor satsning vid Oskarshamns sjukhus när bygge drar igång

Om- och tillbyggnaden är i gång. För att möta radiologins ökade behov gör Region Kalmar län nu en satsning på Oskarshamns sjukhus. Samtidigt ska cafeteria och restaurang samordnas i anslutning till entrén.

Spaden är satt i marken. Bygget har startat. Under första halvåret 2026 ska projektet vara helt färdigställt. Bakgrunden är radiologins stora utmaning att klara tillgängligheten. Med om- och tillbyggnaden av hus 01 ska Oskarshamns sjukhus snabbt kunna tillgodose vårdens behov genom en utökning från en till två magnetkameror. En samordnad cafeteria och restaurang ska också byggas i anslutning till entrén.

– Det är ett otroligt komplext projekt med väldigt många in-

blandade aktörer, säger Maria Liljenberg, byggchef på regionfastigheter. Det innebär också många etapper i nära anslutning till pågående verksamhet vilket kräver en tydlig och kommunicerad tidplan och god framförhållning. Om- och tillbyggnaden skapar bättre vård för Region Kalmar län och möjliggör dessutom ännu bättre förutsättningar för att kunna leverera Sveriges bästa sjukhusmat.

Med bygget följer också följande följdprojekt:

- Nya lokaler för aorta- och mammografiscreening samt medicinteknisk avdelning.
- Anpassningar för logoped- och gynnottagning på specialistenheten.

Text: Daniel Bogefors

Foto: Mattias Johansson



Maria Liljenberg, byggchef på regionfastigheter.

# ”De har alltid ett hej och ett leende till alla och ett par extra ord när man möts”

Tänk så många fantastiska kollegor vi har! Här är några av de som nominerats till Nervenfikat.

**1** Jag tycker att **all personal på Ljungbyholm hälsocentral** förjänar lite extra uppskattning. De får förlita sig på ett ständigt flöde av olika hyrläkare, trots detta kämpar alla på i ur och skur utan gnäll. Jag skulle vilja säga att det är ”tack vare” detta som all personal på Ljungbyholm hälsocentral är extra sammansvetsade. Alla tar sitt ansvar och har en fin kommunikation i god ton med varandra. Utöver detta är det många glada skratt, genuin omtanke om varandra och det är högt i tak att diskutera och reflektera med varandra. Det ska även nämnas att rekrytering av ny personal väljs med omsorg av verksamhetschefen, det väljs personal med god kompetens och som även har fina personligheter. Jag är stolt över att vara en del av detta fantastiska team!

/Isabelle Björksved Boberg

.....

**2** Vi på Folk tandvården i Lindsdal vill nominera vår kliniksamordnare Maria Jansson för att visa vår uppskattning och tacksamhet för det fantastiska jobb hon gör och den glädje hon sprider. Att alla mår bra och har roligt på jobbet är en målsättning för henne varje dag. Hon samordnar schema och arbete utifrån personalens bästa och gör ansträngningar för att undvika överbelastningar. Genom sitt effektiva arbetssätt bidrar hon till att vi har en extremt välorganiserad klinik och allt på plats för att vi ska få en bra arbetsdag. Maria är en person med mycket positiv energi som får alla att känna sig välkomna på kliniken och bidrar till en familjär känsla. Hon är en varm person med stort hjärta, detta vill vi hylla. Tack Maria för allt du gör för oss!”

/Lisa, Emelie och Charlotte

**3** Från vaktmästare till borgmästare! Så tar berättelsen sin början när min dotter och jag träffade Abdu, vaktmästare på Gripens hälsocentral, i simhallen. När hennes pappa sedan frågade om det hade varit roligt svarade hon; ”Ja, och så träffade vi borgmästaren på mammas jobb!” Och visst är det så! Abdu är ”borgmästare” och styresman här på Gripens HC!

Abdu tar hand om oss ALLA olika kategorier i verksamheten. Ser till att vi får vårt dagliga och betydelsefulla kaffe, vårt fredagsfika, tar hand om bortsprungna kaffekoppar och håller rent på våra mottagningsrum. Städar i patient- och personalutrymmen, plockar och håller ordning. Fixar med källsortering, tar hand om allt sterilt gods, och hämtar post. Han kör också våra läkare till hembesök och särskilt boende. Om Abdu inte är på jobbet, blir allting kaos.

Abdu arbetar för allas välmående och har alltid ett ”det är lugnt, jag fixar”-ess i rockärmen. Här på Grip HC har vi ingen ”skriva lapparkultur” och det förekommer inte heller ”nånannanism”, tack vare Abdu. Han omhuldar oss med värme, likt en stor hemmastickad kofta. Abdu ser till trivsel och skötsel i verksamheten och bidrar till vår arbetsmiljö så att vi kan fokusera på patienterna! Alltid med en hjälpsam hand och ett gott leende! Därför skulle vi nu alla i personalen vilja uppmärksamma vår fantastiska vaktmästare **Abdu Nahhas** här på Grip HC i Oskarshamn med Nervenfikat! /Personalen på Grip HC i Oskarshamn genom **Nancy Sjöberg**



Vi på regionstab HR vi nominera **Manuella Palmqvist och Carina Eriksson** för deras arbete i huset på Strömgatan. De har öga för det som behöver göras och är flexibla i sitt arbete. De håller ordning i vår matsal, så lunchgäster alltid har en fräsch matsal och äta i. Av kaoset som uppstår vid lunchtid, med lunchlådor och spill, finns det inte ett spår senare på eftermiddagen. I husets alla konferensrum ser de till att det alltid är bortplockat och avtorkat. De har alltid ett hej och ett leende till alla och ett par extra ord när man möts. De bidrar verkligen till en trivsam arbetsmiljö på Strömgatan.

/Regionstab HR

.....

Vi vill nominera vår härliga kollega **Dan Andersson** på psykiatriska intensivvårdsavdelningen i Kalmar. Danne har alltid ett gott humör och är med sin långa erfarenhet en trygghet för alla i arbetsgruppen och hjälper nyanställda att känna sig välkomna och hitta in i gruppens arbetsrutiner. Med sin stora nyfikenhet hjälper han gruppen att hantera utmaningar, förändringar och ny teknik. Danne stora sociala förmåga hjälper honom att knyta kontakter med patienter och skapar trygghet i de gemensamma utrymmena.

/PIVA-personalen i Kalmar genom Karin

Jag vill nominera min fantastiska kollega **Rebecka Ekström**, fysioterapeut på samrehab, Västerviks sjukhus. Hon har ett så glatt och positivt bemötande både mot kollegorna och patienterna. Hon är verkligen en person som lyfter arbetsplatsen när det kommer studenter, praktikanter eller nyanställda. Rebecka ser alltid till patientens bästa först och jobbar för en tillsammans-känsla för hela arbetsgruppen.

/Ronja Malm Nilsson



Nastia Zaiats i Färjestaden skickar i väg spolkanyler till Hultsfred som Maritha Simonsson tar emot.



# Här går inget till spillo

I en arbetsgrupp på Navet delar kliniker inom folk-tandvården med sig av saker och utrustning med varandra, för att främja samarbete och hållbarhet men också för att minska onödiga inköp.

Idén att dela med sig av utrustning mellan klinikerna kom från en av folk tandvårdens medarbetarpaneler. Sedan september har återbruksgruppen på Navet varit i gång, där än så länge klinikchefer, kliniksamordnare och medar-



Ann Widén i Oskarshamn skickar i väg vicrylsuturer till Smålandsgatan.

tare på kliniken som har hand om beställningar är med.

– Syftet med gruppen är att ha en plattform där vi inom folk tandvården kan dela med oss av saker som vi inte längre har användning för på den egna kliniken, säger Ann Lindberg, digital strateg och klinikchef Folk tandvårdens kontaktcenter och den som startade återbruksgruppen på Navet. Man kan också ställa frågor till andra kliniker om de har en sak över eller som kan lånas ut. Det kan vara operationsstolar, engångsartiklar eller instrument.

– Personen som använde en viss sak kanske har slutat, och då kan de sakerna komma till användning någon annanstans i stället. Men vi uppmanar även till att efterfråga saker som används flitigt på varje klinik, ibland kan det faktiskt ge napp.

## Hur går det till rent praktiskt?

– Om en klinik har något att erbjuda så skriver de i gruppen och bifogar en bild om det går. Sedan är det först till kvarn att svara.



Ann Lindberg, digital strateg och klinikchef Folk tandvårdens kontaktcenter.

Min upplevelse är att medarbetarna inom folk tandvården har ett stort miljö- och ekonomitänk för återbruksgruppen har verkligen engagerat, säger Ann Lindberg.

– Jag tycker det är en kanonbra idé! Speciellt eftersom det gäller hela länet, och att vi är i en tid då det pratas mycket om återbruk och cirkulär ekonomi. Ska vi samarbeta inom folk tandvården behöver vi göra det även i det lilla, säger Christina Langseth, kliniksamordnare Folk tandvården Oskarshamn. Parallellt med återbruksgruppen

har folk tandvården också inventerat IT-utrustningen på alla kliniker.

– Även här har vi minskat våra kostnader genom att återbruka den utrustning vi redan har, när behoven ändras på klinikerna. Vi



Christina Langseth, kliniksamordnare Folk tandvården Oskarshamn.

har även kunnat skicka tillbaka IT-utrustning som vi inte använder längre, säger Ann Lindberg.

Text: Hanna Lundberg

Foto: Privat

# Hon ska lära sig ledarskap

## – möt en av deltagarna i chefsakademien



I januari påbörjade 24 nya deltagare sin utbildning för att öka chanserna att bli chefer inom Region Kalmar än.

**I år får 24 medarbetare från olika verksamheter chansen att gå Region Kalmar läns chefsakademi. Vi har träffat en av de som ser fram emot att lära sig mer om vår organisation, ledarskap och inte minst sig själv.**

**Christina Nilsson**, klinikassistent, medicinkliniken Oskarshamn är en av deltagarna i 2024 års upplaga av chefsakademien. Syftet med utbildningen är att ge medarbetare möjlighet att utveckla sitt chef- och ledarskap och på så sätt ska skapa en bredare bas till kommande chefsrekryteringar i Region Kalmar län.

Christina har erfarenhet från flera olika verksamheter i regionen. Hon har alltid velat utvecklas och tagit chansen att testa nytt när hon fått den, så även den här gången.

– Att vara chef är egentligen inget jag har suktat efter men som klinikassistent får man lite den rollen så jag har mer vuxit in i det. Min chef nominerade mig till

chefsakademien för att hon såg att jag ville det här, att jag har växt som person och att hon ser min potential.

– Jag ser fram emot att lära mig mer om regionen och ledarskapet i sig, men också att man får ha en mentor att prata och dela erfarenheter med, det är viktigt att jobba med sig själv, säger Christina. Det ska bli jättespännande!

### Medarbetarna i centrum

Christina började som tandsköterska på Västerviks sjukhus 2012 och vidareutbildade sig sedan i operationssjukvård. När hon gjorde praktik på operationsenheten i Oskarshamn var hon även inne på steriltekniska enheten och fastnade för yrket. När de sedan sökte nya medarbetare fick hon möjlighet att utbilda sig till steriltekniker och började jobba där. Eftersom enheten är

ISO-certifierad inom kvalitet utbildade sig Christina även inom revision och arbetade med det. Sitt nuvarande jobb, som innebär bland annat att arbeta med

ledningssystem och schemaläggning, har hon haft sedan 2021.

– Det som lockar mig med chefsrollen är att få vara delaktig i förändringsarbeten och få med medarbetarna i det. Jag tycker det är viktigt att sätta medarbetaren mer i centrum och lyssna på de erfarenheter och kunskaper som finns. Chefsrollen kan vara ganska tung och jag är inte en person som hörs och syns så min största utmaning är mig själv.

### Allt kan hända

Det finns ingen garanti för att den som har gått chefsakademien får en chefsposition när de är klara med utbildningen, även om det är det de flesta siktar emot.

– Jag är försiktig med att ha alltför spikade planer, säger Christina. Men en liten dröm jag har är att få återvända till den steriltekniska världen som chef och sammanföra de tre enheter vi har i regionen. Annars kan allting hända!

**Text:** Camilla Breiler

**Foto:** Vala Helgadottir Lindén

### Deltagarlista chefsakademien 2024

Anders Rönnberg  
 Andreas Karlsson  
 Anna-Karin Strömgren  
 Azadeh Rahimi  
 Christina Nilsson  
 Elin Enarsson  
 Elin Wallinder  
 Emelie Håkansson  
 Emma Nelsson  
 Emmeli Bergström Sabelsjö  
 Frida StablumHalli Eliassi  
 Hilda Eriksson  
 Jenny Ringqvist  
 Jessica Jägerskog  
 Kim Hägerström  
 Linda Edvardsson  
 Malin Hanehøj Kjølsoy  
 Marcus Apelman  
 Maria Nääf Rosenqvist  
 Maria Viding  
 Mikael Sangrud  
 Sarah Strålenstam  
 Stina Rydberg



## Hälsotipset!

## Gripens hälsocentral

# Morgonmoves på Gripen



På Gripens hälsocentral vet man hur man klickar igång en arbetsdag. Varje morgon håller medicinska sekreterarna Hannah och Jenny morgongymna.

Hannah Olsson och Jenny Malvebo började på Gripen förra året. Det var deras idé att få kollegorna att morgongymna.

– Vi tänkte att morgongymna skulle vara ett härligt inslag och en bra start på dagen. Vi gympar några minuter till go musik varje morgon innan vi sätter i gång och arbetar. Det är både skönt att börja dagen med att mjuka upp kroppen samt att det bidrar till bättre hälsa, ger positiv energi och bidrar till

många goa skratt. Det är alldeles frivilligt att vara med och man får önska låtar om man vill så man får lite extra bra feeling.



### Vill du också hälsotipsa?

Har du och dina kollegor ett bra tips hur man kan få in rörelse, avslappning, hjärnjympa eller något annat som får er att må bra som en del av arbetsvardagen? Tipsa oss på [nerven@regionkalmar.se](mailto:nerven@regionkalmar.se) Märk mailet "hälsotipset".

Text & foto: Emma Rydh



## Friskvårdsbidraget 2024

För att du med hjälp av motion och friskvård ska må bättre och få en förbättrad hälsa erbjuder Region Kalmar län friskvårdsbidrag.

För år 2024 har alla medarbetare tillgång till ett friskvårdsbidrag på upp till 2 000 kronor. Summan anpassas om du arbetar del av året och finns på ditt Epassi-konto.

Friskvårdsbidraget kan användas till aktiviteter med inslag av motion. Här är några exempel:

- Gymkort, ridlektioner, startavgifter i motionslopp, kursavgifter, banavgifter eller liftkort där aktiviteten är en motionsaktivitet som syftar till att främja hälsan.
- Behandlingar som är bra för viktnedgång eller rökavvänjning.
- Profylaxkurs för blivande föräldrar.
- Behandlingar som är avstressande eller som syftar till att förebygga och motverka ömhet och stelhet.
- Tekniker och terapi som avser kroppshållning och rörelsemönster.
- Massagebehandlingar som ska leda till att lindra spänning i muskulaturen på grund av ensidigt eller tungt arbete. Även massagebehandlingar av enklare slag utförd av exempelvis naprapater, fysioterapeuter och kiropraktorer ingår.



Region Kalmar län

**Tack för mig!****Magdalena Stähle**

# Nu ska Magdalena lugna ner sig

Okonventionell och fartig, så beskriver Magdalena Stähle sig själv. Nu ska den engagerade psykologen gå i pension med planer på att göra ingenting.

Barn- och ungdomshälsan Kalmar växer. Därför har verksamhetschefen Magdalena Stähle fått ett nytt rum på våningen över mottagningen. Här sitter hon med utsikt över hamnen vid Elevatorkajen.

Efter en viss process inombords har beslutet mognat fram. I april går hon i pension, 68 år gammal.

– Jag har tyckt att det har varit så roligt och så har jag inbillat mig att jag är så viktig, säger hon och skrattar. Barn- och ungdomshälsan har varit mitt bebisprojekt.

Det var 2014 som Magdalena Stähle fick i uppdrag att bygga upp verksamheten. Då hade hon lång erfarenhet bakom sig som chef och legitimerad barn- och ungdomspsykoterapeut.

– Att få vara med redan från när uppdragsbeskrivningen skrevs var en fantastisk start, berättar hon. När vi startade var vi sex personer, nu är vi 26. Det har varit en med-

vetet långsam uppbyggnad. Vi har testat oss fram, spänt segel och gett oss ut lite försiktigt.

Syftet med barn- och ungdomshälsan är att fånga upp psykisk ohälsa i tid. Man ska kunna få ett besök inom 14 dagar och behandlingstiderna ska vara korta. Över tid har verksamheten utökats med fler erbjudanden som föräldralinjen och digitala föräldrargrupper.

– Föräldrar oroar sig mycket idag. Vi finns här för att prata om vad som händer när barn växer och utvecklas. Man ska må lite dåligt när man växer upp. Vi måste normalisera att bli vuxen och gå igenom kriser.

Ett mer individualistiskt samhälle med höga krav och valmöjligheter tidigt tror Magdalena är en del i förklaringen till att den psykiska ohälsan bland unga ökar.

– Samtidigt kan jag tycka att vi pratar för mycket om psykisk

ohälsa nu. Vi behöver prata mer om hur härliga och fantastiska våra barn är.

Nu kör Magdalena in i kaklet till den 15 april. Den 1 april kliver den nya verksamhetschefen Maria Rundgren på uppdraget.

– Jag har aldrig ångrat mitt yrkesliv. Men nu ska jag inte ha några planer. Det känns spännande att få ett liv utan att något yttre kallar på mig. Jag är inte rädd för det. Hur var det nu med livet innan jag började skolan?

**Text:** Emma Rydh

**Foto:** Mattias Johansson



## Vi har vi bytt telefonnummer!

Region Kalmar län bytte till 010-nummer 11 mars.

### Snabbfakta om nummerbytet

- Samtal till gammalt nummer hänvisas till nytt nummer via röstmeddelande i 12 månader efter bytet.
- Nytt länsövergripande växelnummer är 010-358 00 00
- Samtliga nya telefonnummer ligger i nummerserien 010-357 5X XX samt 010-358 XX XX.
- När du ringer från vården kommer mottagaren att se numret: 010-358 00 01
- Har du en mobil anknytning får du behålla samma mobilnummer

På Navet hittar du information om nummerbytet och vad du som medarbetare och chef behöver göra nu när nummerbytet har gått igenom. Du kan även se vilket nummer som du har.

---

## Förstudie kring om- och nybyggnad på länssjukhuset

En utökning av den radiologiska verksamheten och uppförande av ett nytt hus vid Länssjukhuset i Kalmar. Det kan bli verklighet i framtiden. För att möta framtidens behov för radiologen måste det göras en omfattande om- och tillbyggnad på länssjukhuset. Därför ska det göras en förstudie kring detta.

Om projektet blir verklighet dröjer det minst tio år innan om- och tillbyggnationen startar. I så fall kommer bland annat ett nytt hus att byggas på sjukhusområdet. Platsen för detta hus, kallat hus 37, är inte klar. Det skulle också innebära att sjukhusets huvudentré skulle flyttas till en ny byggnad.

## Arbetsätt

## Hot och våld i vården



Christer Israelsson Karlsson, Emma Arvidsson och André Malmsten har utbildat personalen på psykiatriska öppenvården i Kalmar inom Terma.

## ”Med bra bemötande kommer man långt”

**Se individen. Var tydlig. Skapa relationer. Så kan du förebygga hot och våld från patienter. - Det allra viktigaste är hur du bemöter människor. Det säger André Malmsten, specialistsjuksköterska på Laro-mottagningen Kalmar och utbildare i Terma.**

Alla yrkesgrupper inom psykiatrisk öppenvård i Kalmar har under hösten fått lära sig att förebygga och hantera hot och våld. Utbildningen kallas för Terma och står för terapeutiskt möte med aggression. Tanken är att all personal ska ha samma kunskapsgrund att stå på.

– Utbildningen har fokus på bemötande i den dagliga arbetssituationen. De hotfulla situationer som uppstår i vården skapas ofta av oss själva i personalen. Vi kanske säger en sak med ord och visar en annan sak med kroppen eller är stressade och otydliga. Det kan skapa en frustration hos patienten. Terma har ursprungligen tagits fram av den rättspsykiatriska kli-

niken i norska Bergen, och har sedan modifierats för att passa både öppen- och slutenvård. De båda specialistsjuksköterskorna Emma Arvidsson och Christer Israelsson Karlsson berättar att det gäller att bygga en relation med patienten.

– Visa respekt, lyssna, var lyhörd och så tydlig och rak som bara är möjligt. Det kan minska orsakerna till irritation. Att ge några minuter extra av sin tid för att försöka förstå patientens beteende och behov är också en viktig del. Det kan spara tid och förebygga en frustration längre fram, säger Emma och Christer.

– Det gäller också att ha en dialog och ett klimat på arbetsplatsen så att man hela tiden öppet kan diskutera förebyggande strategier och bemötande. En trygg och sammanvätsad arbetsgrupp gör ett bra arbete.

### Bemötande är grunden

Basen i utbildningen är teori, där samarbete och förhållningssätt diskuteras. Man går också igenom olika lagar och har etiska diskus-

sioner. Den fysiska träningen, som också ingår i Terma, handlar om skyddstekniker och att komma undan och ta sig ur olika grepp, utan att skada patienten.

– Hot och våld sker inom psykiatri. Men ett bra lågaffektivt be-

mötande kan vi minska risken att hamna i en hot- och våldssituation. Men när det sker ska personalen ha en gemensam grund att stå på.

**Text:** Trine Nyberg

**Foto:** Mattias Johansson

### Terma – förebygga hot och våld i vården

Terma står för terapeutiskt möte med aggression och är en metod för att förebygga och bemöta hot och våld i vården. Så långt som möjligt ska arbetet vara inriktat på att förebygga att hot och våld överhuvudtaget uppstår. Modellen utgår från tre lägen:

1. Den vanliga vardagen på avdelningen, utan aggressiva situationer. Fokus ligger på att bygga och underhålla goda vardagsrelationer.
2. Irriterade och upprörda situationer. Här handlar det om att sätta gränser och lugna för att förhindra en våldsam situation.
3. Aggressiva eller våldsamma situationer. Här handlar det om att ta fysisk kontroll vid en våldsam situation. Förhindra skador och kommunicera med patienten under och efter händelsen.



Katarina Jervelind och Pär Hellenberg menar att vården blir mer personcentrerad när man kan ringa direkt till sin doktor.

# I Norrliden kan man ringa direkt till sin doktor: **”Mindre stress nu”**

**”Ring din doktor” började på Borgholms hälsocentral. Nu är arbetssättet även fullt infört på Norrlidens hälsocentral och här vill man inte gå tillbaka till hur man arbetade tidigare.**

”Ring din doktor” innebär att invånaren kan ha direktkontakt med sin fasta läkarkontakt. Vid frågor eller önskemål om besök ringer man till läkarens röstbrevlåda, som sedan ringer upp inom tre dagar. Läkaren gör en bedömning och bokar sedan själv in patienten om det behövs. Vid akuta tider hänvisas till den vanliga ingången via TeleQ.

– Man kan ringa om högt och lågt, säger Pär Hallenberg, di-

striktsläkare på Norrlidens hälsocentral. Det viktiga är att jag vet vem som ringer och att jag kan planera tider efter det.

## **”Jag kan styra min tid själv”**

Norrlidens hälsocentral har arbetat med läkare i TeleQ sedan våren 2022. Pär Hallenberg var först skeptisk. Efter ett studiebesök i Borgholm tänkte han om och sedan en tid tillbaka använder både han och de andra läkarna det nya arbetssättet.

– Det har blivit en stor förändring för mig. Innan bokade någon annan in besök åt mig. Nu kan jag styra mer själv och göra egna prioriteringar utifrån personkännedom. Jag kan lägga in en snabb tid

om jag bedömer att det räcker. Jag kan också boka tider längre fram än jag kunde innan. På det stora hela är det mindre stress nu och jag kan styra min tid mer själv.

En viss ökning av administration har det blivit, men Pär tror att han i slutändan sparar tid.

– Jag bokar exakt så mycket tid som jag bedömer behövs. Det hela bygger på relationer. En del frågor löser jag direkt i telefonen. Men för att det ska fungera gäller det att man har en begränsad lista med patienter.

## **Får ringa på vattnet**

Katarina Jervelind är verksamhetschef på hälsocentralen.

– Arbetsmiljön är så mycket

bättre för läkarna nu, säger hon. Samtidigt har det påverkat hela hälsocentralen eftersom färre ringer till vår vanliga TeleQ. Det gör att sjuksköterskorna kan ägna sig mer åt sin specialitet. Arbetssättet har gett ringar på vattnet även för undersköterskor och medicinska sekreterare.

Katarina och Pär menar att vården blir mer personcentrerad med detta arbetssätt.

– Det blir en trygghet för patienterna. Jag upplever att de söker mindre vård nu, för de vet att vi är lättare att nå, säger Pär.

**Text & foto:** Emma Rydh

# Därför ska du rösta i EU-valet

Den 9 juni är det dags för svenska folket att rösta i EU-valet. Region Kalmar län bedriver ett aktivt EU-arbete som bland annat inkluderar ett nära samarbete med regioner runt södra Östersjön.

Vid förra EU-valet 2019 var valdeltagandet i Sverige 55 procent, att jämföra med riksdagsvalet 2022 där 84,2 procent tog sig till valurnorna. En person som definitivt kommer besöka sin vallokal i juni är Johan Lundbäck, projektutvecklare på regionala utvecklingsförvaltningen tillika länets kontaktperson i EU-samarbetet Interreg South Baltic.

## Johan, varför ska man rösta EU-valet?

– Vi lever i en global värld och vår närmaste och största möjlighet till påverkan ligger inom ramen för EU-samarbetet. Om det så gäller frågor kring klimat, miljö, vattenkvalitet, biologisk mångfald,

fri rörlighet och säkerhet behöver vi samarbeta med fler. Vi kan inte lösa de riktigt stora utmaningarna själva.

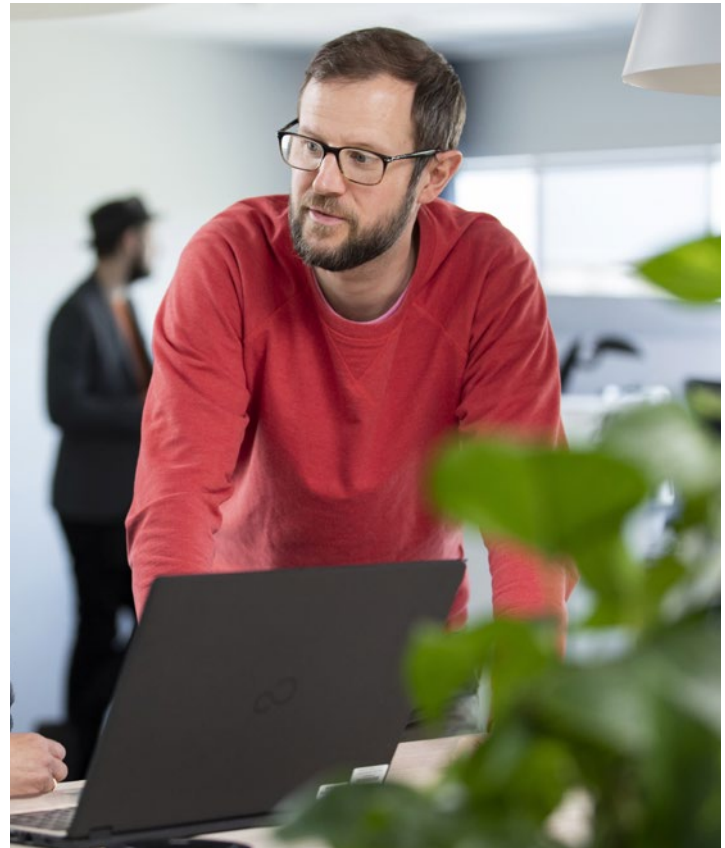
– Jag röstar även för att EU är ett värdefullt forum för att få förståelse för och lära av andra och deras förutsättningar. I dagens världsläge och samhällsklimat blir det också viktigare än någonsin att värdera vänskap med våra grannar och bygga upp nya relationer.

## Om jag är osäker på vad jag ska rösta på, hur gör jag då?

– Om du är helt osäker kan du prova någon av valkompasserna som tidningarna brukar sätta ihop inför valet. Annars går det ju alltid att rösta på samma parti som du röstade på i riksdagsvalet, då hjälper du partiet som delar dina värderingar att få ökat inflytande i EU-parlamentet.

Text: Tomas Löwemo

Foto: Mattias Johansson



Projektutvecklaren Johan Lundbäck ser flera stora skäl till att rösta i EU-valet.

# Fler ärenden till patientnämnden

Hej, Carolina Högström, handläggare på patientnämnden! Hur skulle ni summera 2023 och de synpunkter som kommit in från patienter?

– Ärenden till patientnämnden har under året ökat med åtta procent jämfört med året innan. Ökningen ser vi i alla förvaltningarna. Flest ärenden rör undersökning och bedömning, behandling samt bemötande. Vi ser också att synpunkterna leder till förbättringar genom att man på organisatorisk nivå ser över rutiner, förbättrar arbetssätt och för en dialog med medarbetare. På individnivå kan förbättringar handla om att man får ny läkarkontakt, rätt-



ningar i journalen eller att en ny vårdplanering görs.

## Vad planerar ni för under 2024?

– Under året släpper vi två fördjupningsrapporter om vårdskador samt tillgänglighet. Sen fortsätter vi satsningen på att öka antalet stödpersonsuppdrag inom psykiatrin. Vi vill också att fler ska känna till patientnämnden och på vilket sätt vi kan stötta patienten och bidra till att förbättra vården. Därför kommer vi att åka ut i länets kommuner och informera om vårt arbete. Vill man inom Region Kalmar län veta mer om

oss kommer vi gärna ut och informerar på till exempel arbetsplatsträffar.

Text: Trine Nyberg

Foto: Mattias Johansson

## Fördjupade rapporter under 2023

### Patientjournalen

- Rapporten visar på vikten av att dokumentation blir rätt från början. Flest synpunkter handlade om upplevelsen av att dokumentationen inte stämmer med vad som sagts eller vad som hänt.

### Prehospital vård

- Förväntningar som inte stämmer överens med ambulansens uppdrag. Det är orsaken till merparten av de synpunkter som lämnas till patientnämnden i Region Kalmar län. Det framgick av rapporten prehospital vård.

Rapporterna finns på [regionkalmar.se](https://regionkalmar.se)

## Varjedag-berättelse

**En varjedag-berättelse berättad av Pamela Munther Karlsson, ambulanssjuksköterska.**

Jag är mamma till en son med autism som när han var tio år behövde tandställning. Jag visste att det första tandläkarbesöket skulle bli avgörande för hur de många återbesöken skulle bli. Vi fick veta att det skulle bli många moment under mer än två timmar denna första dag. Jag minns att jag hade lite ont i magen för hur det skulle gå. Nya saker är nämligen inte alltid så lätt för honom.

All min oro rann av mig direkt när vi kom in i behandlingsrummet. De var alla fantastiska på att läsa av honom och gjorde honom delaktig i allt som skulle göras.

Det blev som en lek som de gjorde tillsammans. När de skulle göra avgjutning i gumminmassa och ta röntgenbilder sa de och visade:

– Tänk dig att du gör den här tokiga grimasen, som de där figu-

erna gör i tecknade filmer.

– Titta här på fotot vi tog, blev ju bra eller hur, men vi tar ett till så vi har från olika håll.

Min son gjorde som de sa, eftersom de hela tiden berättade vad de

## Grimaser som i en film

skulle göra och gjorde det lekfullt med humor. Han blev egentligen aldrig orolig för han visste hela tiden vad som skulle hända.

Jag vet att jag tänkte att tiden verkligen hade gått fort. Och det

var en nöjd kille som gick ut från rummet. Allt detta har sedan fortsatt under flera år med återbesök var åttonde vecka. Det går alltid lätt, lekande lätt eftersom de är så fantastiska på att verkligen se honom.



Illustration: Simon Leijnse

## Regiondirektören

## Bättre än väntat

**Våren är här och vi går mot ljusare tider. Vi har lagt 2023 bakom oss och bokslutet landade på ett minus på 61 miljoner kronor. Bättre än förväntat men vi har ändå ett kärvt ekonomiskt läge.**

Vi är långt ifrån att nå det långsiktiga målet om 2 procent i överskott. Och det väntar fortsatt tuffa tider när det gäller ekonomin både i år och nästa. Därför behöver vi fortsatt hålla igen, fortsatt ha fokus på vår ekonomi och se till att de åtgärder som vi har beslutat om får effekt.

2024 har fått en fin start när vi tar del av till exempel de nationella undersökningar som frågar

våra invånare och patienter vad de tycker om oss. Enligt den senaste nationella patientenkäten är våra offentliga hälsocentraler och privata mottagningar bland de främsta i hela landet. Även resultaten i den nationella hälso- och sjukvårdsbarometern är glädjande. Här ligger vi också i toppen när det gäller förtroendet för hälso- och sjukvården i sin helhet, tillgången till den vård våra invånare anser sig behöva och rimliga väntetider. Det är verkligen ett resultat att vara stolt över, särskilt eftersom det är de som vi är till för som har svarat. Tack till alla er som bidragit till det!

Annars har fokus den senaste tiden legat på it-attacker, såväl na-

tionella som mer lokala. I vår närhet har tidigare kommunerna på Öland drabbats och senast var det Kalmar kommun. Det väcker så klart tankar kring hur väl vi skulle kunna hantera det om det hände oss. Vi har i grunden en robust organisation, men det är viktigt att vi säkerställer att våra reservrutiner fungerar den dagen vi behöver dem. Vi ska kunna bidra till att ge våra invånare ett friskare, tryggare och rikare liv - oavsett vad som händer.

Ingeborg Eriksson | Regiondirektör



Foto: Roger Sjöström



Jag önskar nominera audionom Elisabeth Adolfsson hörselvården öron-näsa-halskliniken Oskarshamn. Elisabeth har med sitt entusiastiska och genuint äkta positiva förhållningssätt till både patienter och kollegor bidragit till det fina hörselvårdsteamet som finns i norra regionen. Elisabeth har alltid patienten i fokus och gör allt och lite till för alla patienter som kommer till hörselvården. Är en fantastiskt god kollega till alla i teamet och månar om att alla ska må bra och alltid hjälpsam sina kollegor. Inget är omöjligt det omöjliga tar bara lite längre tid.

Nomineringen kommer från  
**Regina Paalberg**

### Har du känts det att få Nervenfikat?

– Jag blev väldigt överrumplad och är jätteglad... Och jätte-stolt över att ha fått det här.

### Vad gör du på jobbet?

– Alla de uppgifter vi utför som audionomer, både diagnostik och hörselrehabilitering. Uppföljning av hörhjälpmedel och en del förebyggande hörselvård. Jag träffar unga, äldre och äldre-äldre personer i mitt arbete. Alla förutom riktigt små barn egentligen.

### Vad är det bästa med ditt jobb?

– Mötet med alla människor. Alla de jag träffar hoppas jag att jag kan göra skillnad för. Att höra är väldigt mycket socialt, och är en stor del för att kunna vara delaktig med familj och vänner i det sociala livet. När man får träffa personer och hjälpa dom till en bättre förmåga för det – det är otroligt mycket värt.

### Har du något särskilt minne från arbetslivet du vill dela med dig av?

– Det är så många roliga minnen så det är svårt att peka ut något speciellt. Men när patienter kommer tillbaka och berättar exempelvis att "Nu kan jag prata med min fru på ett annat sätt" och de är så positiva. Själva mötet med människor är det bästa. Sen skrattar jag väldigt mycket med mina kollegor, för det är ju dem som gör jobbet tillsammans med mig.

### Vilka egenskaper uppskattar du hos dina kollegor?

– Smidighet, intresse, värmen och kamratskapet av att vi går mot samma mål.

### Vad gör du på fritiden?

– Just nu blir det mycket med renoveringen av mitt hus. Ett hus från 1911. Dit planerar jag att flytta när min pension kommer att träda i kraft här i maj.

### Har du någon förebild?

– Min chef, Regina Paalberg, har gett mig väldigt mycket inspiration - att man ska vara öppen, lyssna och att njuta av det arbete man har.

### Berätta något dina kollegor inte vet om dig!

– Jag har tidigare haft skärmflyglicens. Jag har tagit några licenser och flugit utomlands. Jag har bott och jobbat utomlands i Kanada, men det vet nog redan dom flesta, avslutar Elisabeth med ett skratt.