



Å våkne uten at det var planen

- Hva trenger pasientene fra oss når de våkner på intensiv etter et selvmordsforsøk?
- Aina Evensen Helme, Phd stipendiat og intensivsykepleier, akuttmedisinsk avd. OUS, Ullevål
- EU uka ons 23.10



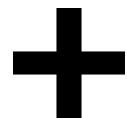


Doktorgrad

Å være innlagt på intensiv etter et selvmordsforsøk

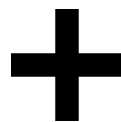
Fysiske og psykiske symptomer

Erfaringer om omsorg, innleggelse, møter og tiden etterpå





Dagens presentasjon



UNIVERSITY
OF OSLO





Hvorfor?

- Lite forskning på pasienterfaringer, spesielt i somatikk
- Mye forskning på epidemiologi og risikofaktorer



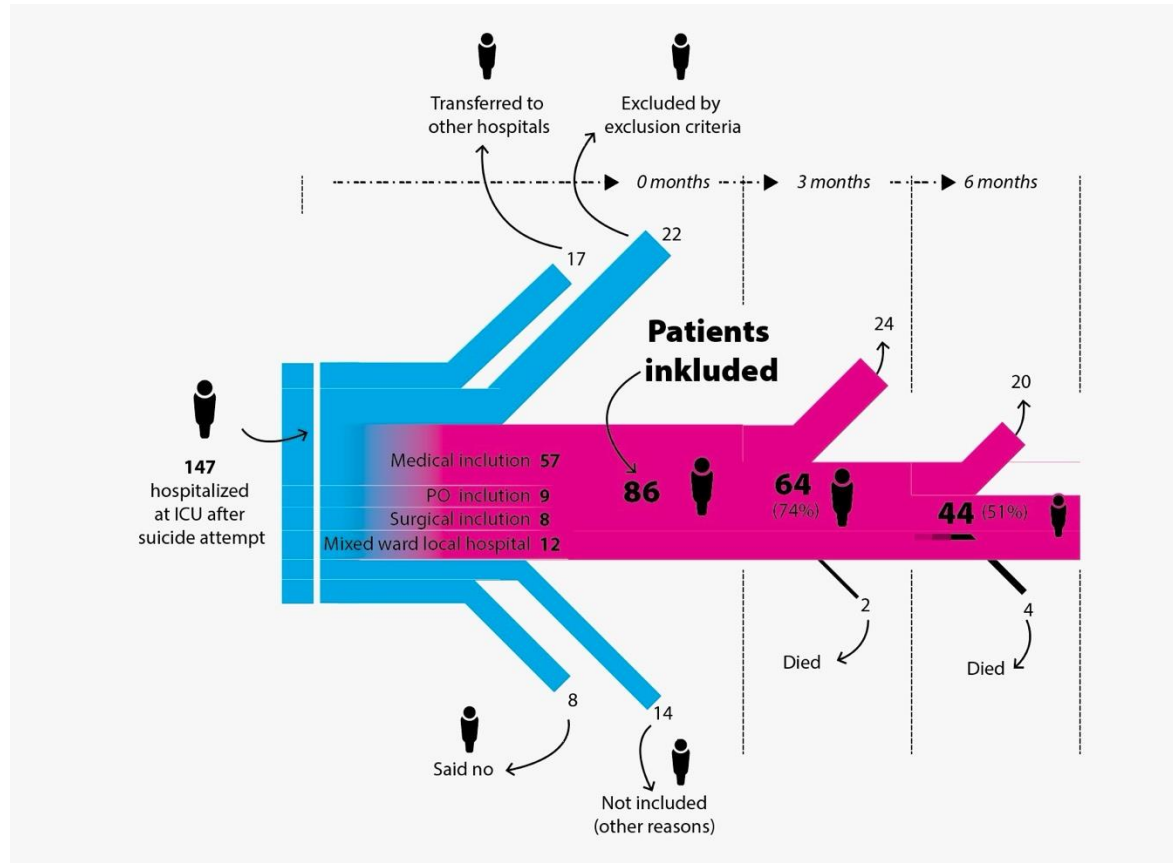
Hvorfor?

Mye usikkerhet

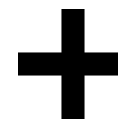
Egeninteresse
etter mange års
klinisk erfaring



Status PhD



- Halveis, Oslo sykehus
- Første resultater
- 86 inkluderte (spørreskjema)
- 10 intervjuet (semistrukturerte intervjuer)
- Bruker Mixede metoder





Fakta

- 150-200 selvmordsforsøk innlagt på intensiv på oslosykehusene årlig
- Økende selvmordstall 693
- Selvmordsforsøk- 10 gangern
- Pasientprofil
- De alvorligste selvmordsforsøkene havner på intensivavdelingene



Kunnskapshull

- Hvordan denne pasientgruppen bør møtes på avdelingen
- Hvordan pasientene kan best møtes i den akutte settingen
- Om tiden etter utskrivelse kan forbedre omsorg og behandling
- Hvordan vi kan optimalisere behandling?





Behandlingen starter på Intensiv

- Lindring av plager, fysisk og psykisk
- Hjelp med praktiske problemer (økonomi, bolig etc)
- Hjelp til å møte familie og venner etter selvmordsforsøket
- Tillitsforhold til behandlere, som vil bli viktig for om pasienten takker ja til videre behandling og følger opp denne
- Måten vi møter pasienten på, er ofte viktigere enn vi tror
- Skam, paranoide tanker, lav selvfølelse er vanlig
- Vi kan forsterke eller motvirke dette





«min» avdeling

- 2023
- 218 forgiftninger
- 12 drukninger
- 15 hengninger





Aim

- Det overordnede formålet med forskningsprosjektet er å øke kunnskapen om pasienter med selvmordsforsøk som er innlagt på intensivavdeling





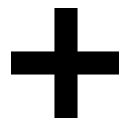
Hva kjennetegner en intensivavdeling?

- Mye lys
- Mye lyd
- Mange mennesker på liten plass
- Mye smerte de må leve videre med, spes pasienter med voldelige metoder



Teknisk utstyr og medisinering

- Abstinens
- Delir
- Tap av kontroll
- Birvikning av behandlingen vi gir
- Lang tids effekt
- De kommer ut fra intensiv i en sliten forfatning





Hvem jobber der?

Vi

-Og hvorfor?

-Opptatt og drillet i ABCDEF

-Redde liv I høysetet

“det er en grunn til at jeg jobber på intensiv”

-Vant med å arbeide med mennesker i krise-hvorfor er dette anneledes?



Hvem er vi?

- “Redd” for psykiatri?
- Overlater det “vanskelige” til psykiatrien?
- Er vi interresert nok?
- Kan vi nok til å møte mennesker i dyp krise?
- «Slitsomme» pasienter



Før selvmordsforsøket- KRISA

- «Jeg ringte over den hostinga og så ville jeg at de (fastlegen) skulle oppdage at jeg faktisk ville dø.»
Mia, 45
- "Jeg hadde det vanskelig i flere dager, hadde vært i kontakt med legevakt, flere ganger.» Alex 32
- ".. i det siste har jeg bare følt at jeg har vært i veien altså, at dem bare har trudd at sånn, det er bare psykisk med han, det er ikke noe å bry seg om.» Tom, 45





Hva sier pasientene?

- Det er viktig å bli spurt direkte om suicidalitet, sette seg ned, gjøre seg tilgjengelig for samtale
- Småprat er viktig, si hei, smile, det er ikke mye som skal til
- Viktig at de ansatte tar av seg maska, være ekte
- Små ting



Gjemme seg bak maska?

Tør vi? Vil vi? Har vi kunnskapen?



UNIVERSITY
OF OSLO

OSLO UNIVERSITETSSYKEHUS | 



Ekte/profesjonell ?

"Men jeg mener at folk er, mest som, jo mer ærlige og ålreite folk er, mest som, er seg selv, så mener jeg at da er de menneskelige. I stedet for at de drar på seg maske og så (latter.)».
Tom,45





Direkte spørsmål om suicidalitet

- «Nei det er ikke så lett å bare komme du forresten så forsøkte jeg å ta livet mitt ...» Lena, 28
- **"Men, snakk med meg, liksom. Hør på hva jeg har å si, i stedet for bare å sette en sikkerhetsvakt med meg, liksom.»** Alex, 19





Småprat

- **".. jeg synes det er veldig hyggelig å bare prate generelt.» Liz,21**
- **"Jeg lå på intensiv over noen dager i hvert fall en gang. Og det var nesten tyst. Hele tiden, og dagene ble veldig lange. Og det hjalp jo ikke meg mer, med å ville være på sykehuset, sånn som de anbefalte.»**
Liz



De små tinga

- I pad
- Fortelle om seg selv
- Ikke være redd for å ta «styringa»
- Sårbar for avvising, små ting kan virke avvissende for pasientene «ikke se deg no mer»
- Eksempel m sprøytepumpe



Følelsmessig kaos


- **«Man føler seg mislykka. For da har man overlevd igjen.»**
Alex, 19
- **«På intensiv følte jeg meg usikker og litt redd også, ikke sant at da er det lett å bli sint ja det er at jeg bare ville slippe rett og slett. Hvorfor våkne? Husker noen de dagene etterpå etter å komme i en var veldig sliten akkurat som i bakrus sånn sett..»** Tom, 45
- **dum taper som hadde gjort dette her, og overlevd.»** Lydia, 38



Glad for å ha overlevd
med lengter likevel
etter døden

+





Takknemlig for hjelp og sårbar

– “Ingen tåler det jeg står i”

Lena, 32

– «Ja, det vil jeg påstå, de gjorde jo så godt de kunne for å rense meg så ikke levera sprakk» Bjarne 39



Å fortjene omsorg

- «Jeg føler at jeg tar opp plassen til en som kanskje burde hatt den mer enn meg.» Nina, 35
- "Hmm, og så sammen med kommentaren gå hjem å ta deg en dusj, du stinker, vi vil ikke se deg her resten av sommeren. Det var litt sånn...» Liz, 21
- «Du må jo tåle dette du som...»

Mellom liv og død

- «Rart, første gangen jeg opplevde det så tenkte jeg faen, nå er jeg blitt lam, for det var det jeg trodde. For jeg kunne registrere alt som skjedde utenfor. Jeg kunne bare ikke se noe, eller bevege meg.»
Liz, 21
- «Innsauset i mest som smertestillende og, trur jeg det var. Vart helt kokelimonke»
Alex, 35



En smak på det som er bra i livet

- «Og når hun forsto, så vet jeg da er det håp, altså, ja..Det gir deg en smak på det gode, det varme i livet på en måte? Eller en slags, minner deg på ting som er fint? Hun tok vekk det negative og hentet frem de små positive tingene. Og snudde ting fra negativt til positivt» Chris, 35
- "med at de gikk ut av rollen som sykepleiere, som han presten som har jobbet 33 år i fengselet. Han var pappa selv. De gikk ut av rollen som arbeidere og inn i en sånn mor og fars figur rolle for å sette det litt sånn i perspektiv da.» Chris,35
-



Et kaldt miljø å våkne i

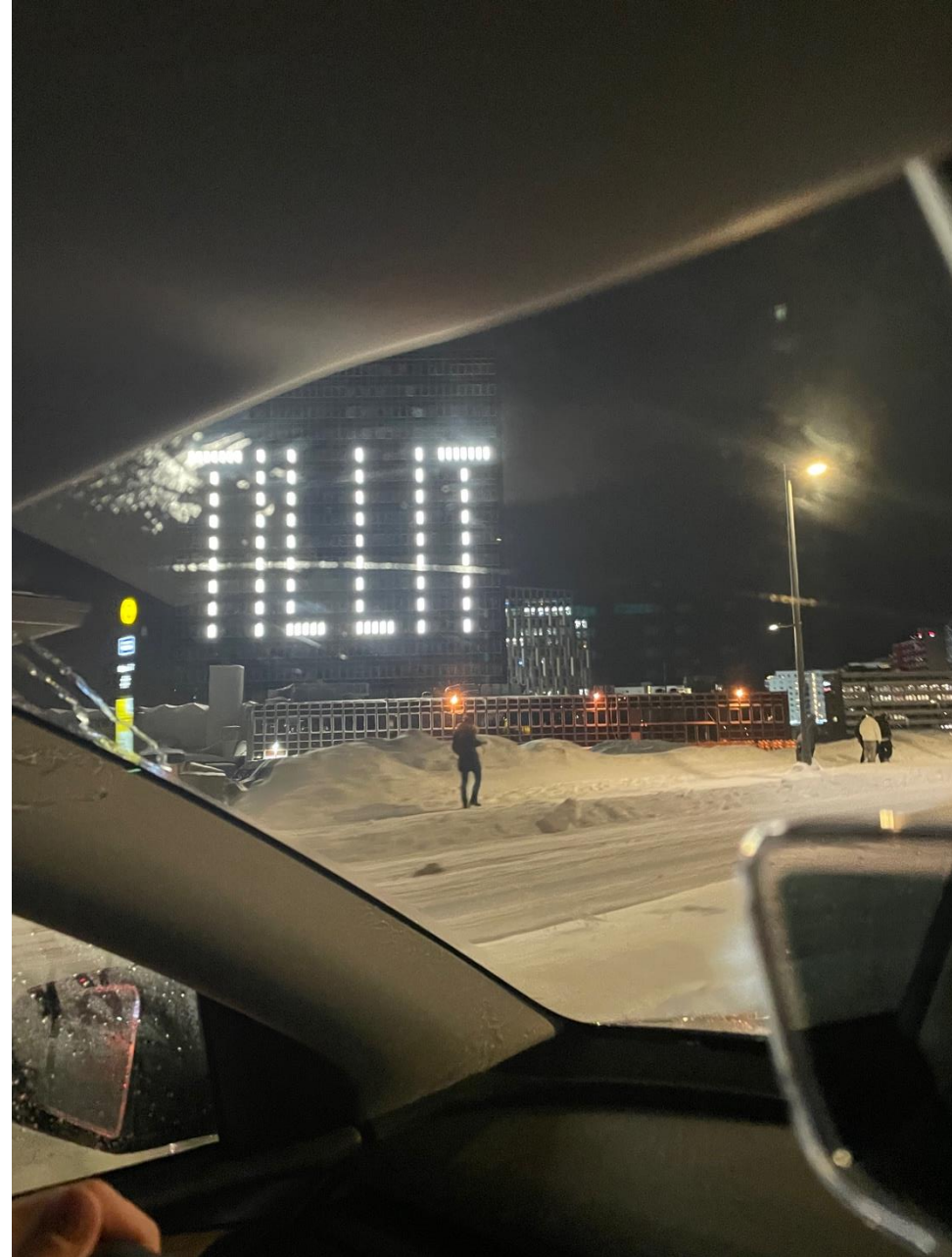
- “.. var det kun fokus på det medisinske, jeg vil bare plassert på et rom og det ble forventet at jeg bare skulle sove og være stille, og jeg var ikke i stand til det» Lena, 32
- - «Det er mange som syns, som jobber med, i somatikken som syns at psykiatri kan være skummelt. At det er liksom ikke, det er ikke bare noe man behandler med motgift, eller behandler med en pille eller to, eller en antibiotikakur så er man frisk.» Lena, 32

Sterilt

- "Vet ikke, på sykehuset har tingen tendens til å være litt sterilt, så det er ikke nærhet da hvis man må holde seg langt unna, bare profesjonell, for eksempel skal skifte på den iv greia eller.. Og så ikke noe mer» Lena, 28

Hva skjer etterpå?

- Egen behandler
- Hjem
- Psykiatrisk akuttinnleggelse 25 %
- Ikke alle som har kontakt med psykiatrien
- Tar TID å komme seg



Oppfølging

- **" Men jeg ble utskrevet alt for fort. Og jeg kom tilbake til sykehjemmet mot min vilje. Jeg synes det er en skam.» Arne , 93**
- **«Når de sender noen hjem, rett etter et selvmordsforsøk. Det synes jeg er**
- **hårreisende.» Chris,35**
-
- **«Det er ikke no Sunaas for sånne som meg» Lydia, 42**





For oss er dette en stor og viktig pasientgruppe
Innleggelsen ofte kuliminasjon av en krise-er.
vi gode nok?- Kanskje svaret er enklere enn vi tror.

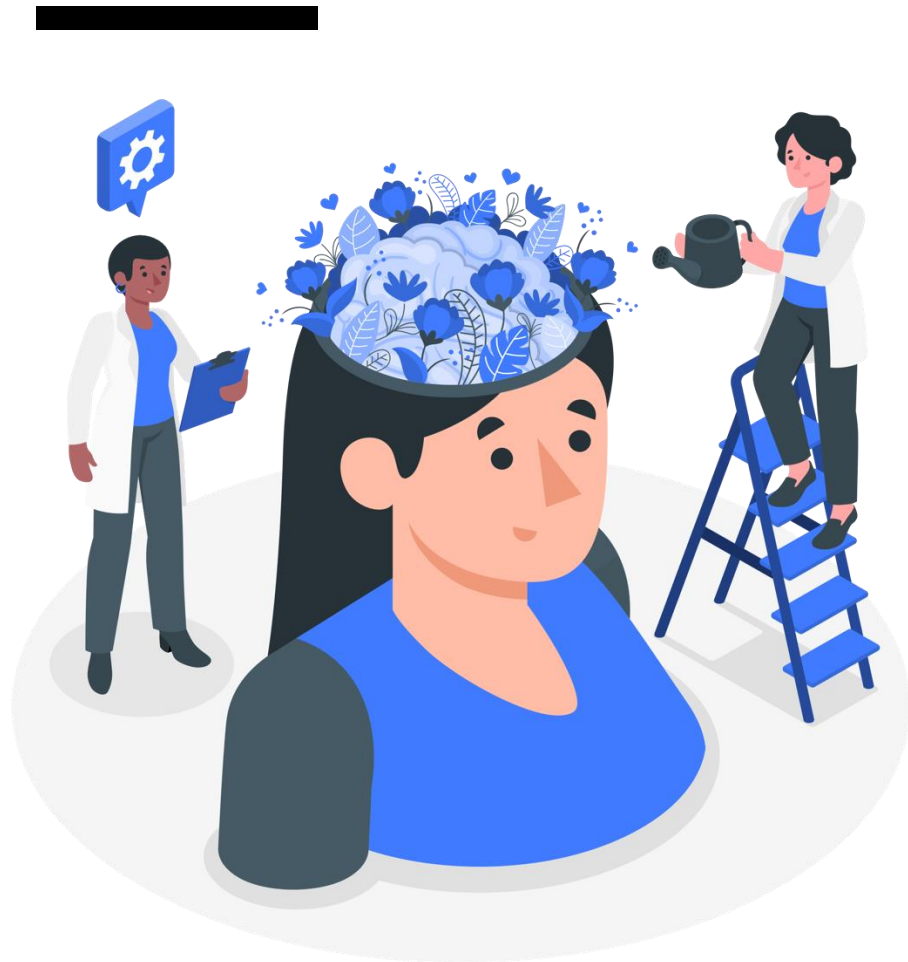




Implikasjoner for praksis

- Forståelse
- Kunnskap
- Forbedre omsorg
- Målrette intervensjoner
- Forbedre samarbeid med psykiatrien?
- Åpne mer for trening/utveksling av kunnskap?
- Lære av psykiatrien





Spørsmål?

– Innspill?

Take home message:

-Ikke vær redd for å spørre!

-Ikke mulig å gjøre det værre

-Ikke vær redd for mørket, det er ikke smittsomt





Takk!

- ainaeven@gmail.com
 - aieven@ous-hf.no
 - Tel 41046673.
 - Takk Akuttmedisin Ullevål, OUS
- Mine fantastiske veiledere:
- Mari Aspjell Bjørnaas, OUS
 - Tone Rustøen, UIO, OUS
 - Kristin Hofsø, OUS
 - Tine K Grimholt, OUS, VID
 - Julia Hagen , NTNU
samfunnsforsk

