

Symptomforskning – fra forskning til klinisk praksis

Professor, seniorforsker
Sygeplejerske, cand. cur., og ph.d.
Copenhagen Center for Arthritis Research (COPECARE), Afdelingen rygkirurgi,
led- og bindevævssygdomme (RLB)
Institut for klinisk medicin, Københavns Universitet



Formål med PROSPER

.....igennem symptomforskning at skabe ny viden og forståelse for symptomer, symptommekanismer og symptomkommunikation samt udvikle og teste nye patientcentreret interventioner til præcisionssymptomhåndtering i samarbejde med patienter, der lider af akut og kronisk sygdom og deres familier og klinikker

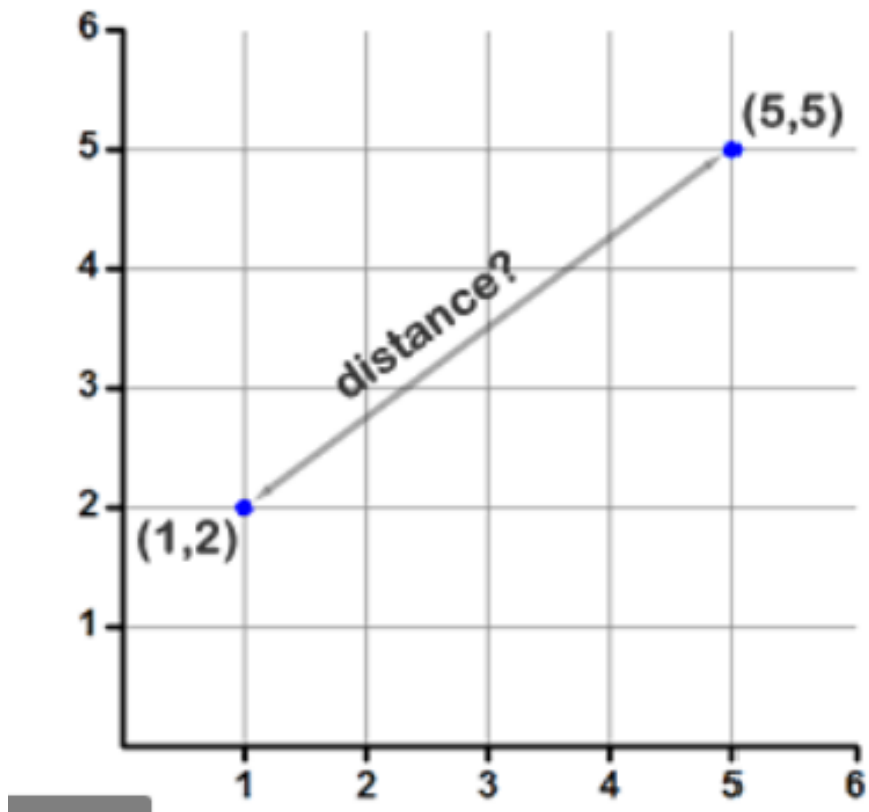
Håber at skabe megen god og relevant forskning!



- Symptom fokus
- Symptomvurdering, målinger og outcomes
- Symptom kommunikation
- Biomarkører
- Symptomhåndtering & selvhåndtering (self-management)
- Nonfarmakologiske interventioner

Hvad har de sidste par timer budt på?

- Lært om symptom science – der har fokus på symptomoplevelser snarere end sygdomme/diagnoser
- Blevet klogere på, hvad et symptom er
- Indblik i symptom klustre
- Et symptom kræver rettidig og præcis identificering
- Monitorering af og dialog om symptomer
- Ikke enkelt at kommunikere om symptomer – eller beskrive symptomer
- Måling af symptomer – enkle og multiple
- Mange måder at forske i symptomer på
- Det er muligt at måle nogle symptomer med biomarkører
- Behovet for fokus på håndtering af symptomer
- Nødvendigt med non-farmakologiske interventioner, hvori der indgår mere end en komponent (komplekse interventioner)



Fra forskning til klinisk
praksis – titlen voldte mig
problemer

I har hørt om
forskere, der forsker

I har hørt om
forskere, der forsker

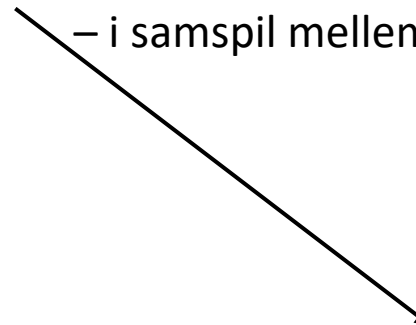


Forskere, der forsker
– i samspil mellem universitet og hospital

Forskere, der forsker



Forskere, der forsker
– i samspil mellem universitet og hospital (klinisk
praksis)



Forskere, der skaber viden til
sundhedsprofessionelle i klinisk praksis

Forskere, der forsker



Forskere, der forsker
– i samspil mellem universitet og hospital (klinisk
praksis)



Forskere, der skaber viden til
sundhedsprofessionelle i klinisk praksis



Forskere og sundhedsprofessionelle skaber resultater
for klinisk praksis – der kommer patienter og
pårørende til gode

Forskere, der forsker



Forskere, der forsker
– i samspil mellem universitet og hospital (klinisk
praksis)

Patienter og
pårørende,
der "fodrer"
forskere

Forskere, der spørger
patienter og pårørende
og er nysgerrige



Forskere, der skaber viden til
sundhedsprofessionelle i klinisk praksis

Forskere og sundhedsprofessionelle skaber resultater
for klinisk praksis – der kommer patienter og
pårørende til gode

Forskere, der forsker



Forskere, der forsker
– i samspil mellem universitet og hospital (klinisk
praksis)

Patienter og
pårørende,
der "fodrer"
forskere

Forskere, der spørger
patienter og pårørende
og er nysgerrige



Forskere, der skaber viden til
sundhedsprofessionelle i klinisk praksis

Forskere og sundhedsprofessionelle skaber resultater
for klinisk praksis – der kommer patienter og
pårørende til gode

Ledelse!



Et eksempel fra forskning til klinik

Clin Rheumatol

DOI 10.1007/s10067-015-2875-4

ORIGINAL ARTICLE

Sleep quality and correlates of poor sleep in patients with rheumatoid arthritis

**K. Løppenthin • B. A. Esbensen • P. Jennum •
M. Østergaard • A. Tolver • T. Thomsen • J. Midtgaard**

Etablering af sygeplejeledet søvn- og fatigue ambulatorium

- Forskning i fatigue, fysisk aktivitet og søvn (spørgeskemaundersøgelse, kvalitative undersøgelser og interventionsstudier)
- Et sygeplejerskeledet søvnambulatorium etableret i 2015 i Reumatologisk Ambulatorium, Rigshospitalet – Glostrup
- To specialiserede sygeplejersker oplært til at behandle patienter med dårlig søvn og med fatigue med non-farmakologiske tiltag
- Ph.d.-studerende og postdocs tilknyttet
- Kontinuerlig oplæring af de to sygeplejersker – fodrer forskere til nye problemstillinger
- Patienter svaret på både fatigue og søvn PROMs før og efter
- Stærk ledelsesmæssig opbakning

Har ambulatoriet gjort en forskel?

For sygeplejersker?

- Styrke sygeplejerskers faglige profil
- Mere diskussion om træthed og søvnproblemer og aktuelle beviser
- Opmærksomhed på træthed og søvnproblemer hos vores patienter

For patienter?

- Spontane reaktioner fra patienter – og samarbejdspartnere
- Fulgte vores henviste patienter gennem et år
- Alle patienter besvarede Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) og Bristol Rheumatoi Arthritis Fatigue Scale (BRAAF) spørgeskema to gange

Jun 2015

REGION

Rigshospitalet - Glostrup

Videncenter for Reumatologi og Rygsygdomme
HovedOrtoCentret
Når Ringvej 57
2600 Glostrup

GODE RÅD TIL EN BEDRE SØVN

- Vær fysisk aktiv, men ikke for sent om aftenen
- Gear ned inden du går i seng
- Nedsæt dit indtag af kaffe, te, cola om aftenen
- Undgå alkohol om aftenen
- Undgå rygning hvis du vågner om natten
- Undgå hvil om dagen - og hvis nødvendigt, da inden kl. 15 om eftermiddagen (og ikke over 1 times varighed)
- Nedsæt væske-indtag om aftenen
- Gå ikke sulten eller overmæt i seng
- Sørg for at soveværelset har en behagelig temperatur og er fri for lys og støj
- Tag ikke problemer med i seng
- Stå op og gå i seng på samme tidspunkt
- Stå op hvis du ikke kan sove
- Brug kun sengen til at sove i - sid i en stol hvis du kun trænger til at hvile dig
- Undgå at se TV i sengen - se TV i en stol
- Sørg for at have rutiner før sengetid



198

Jun 2015

REGION

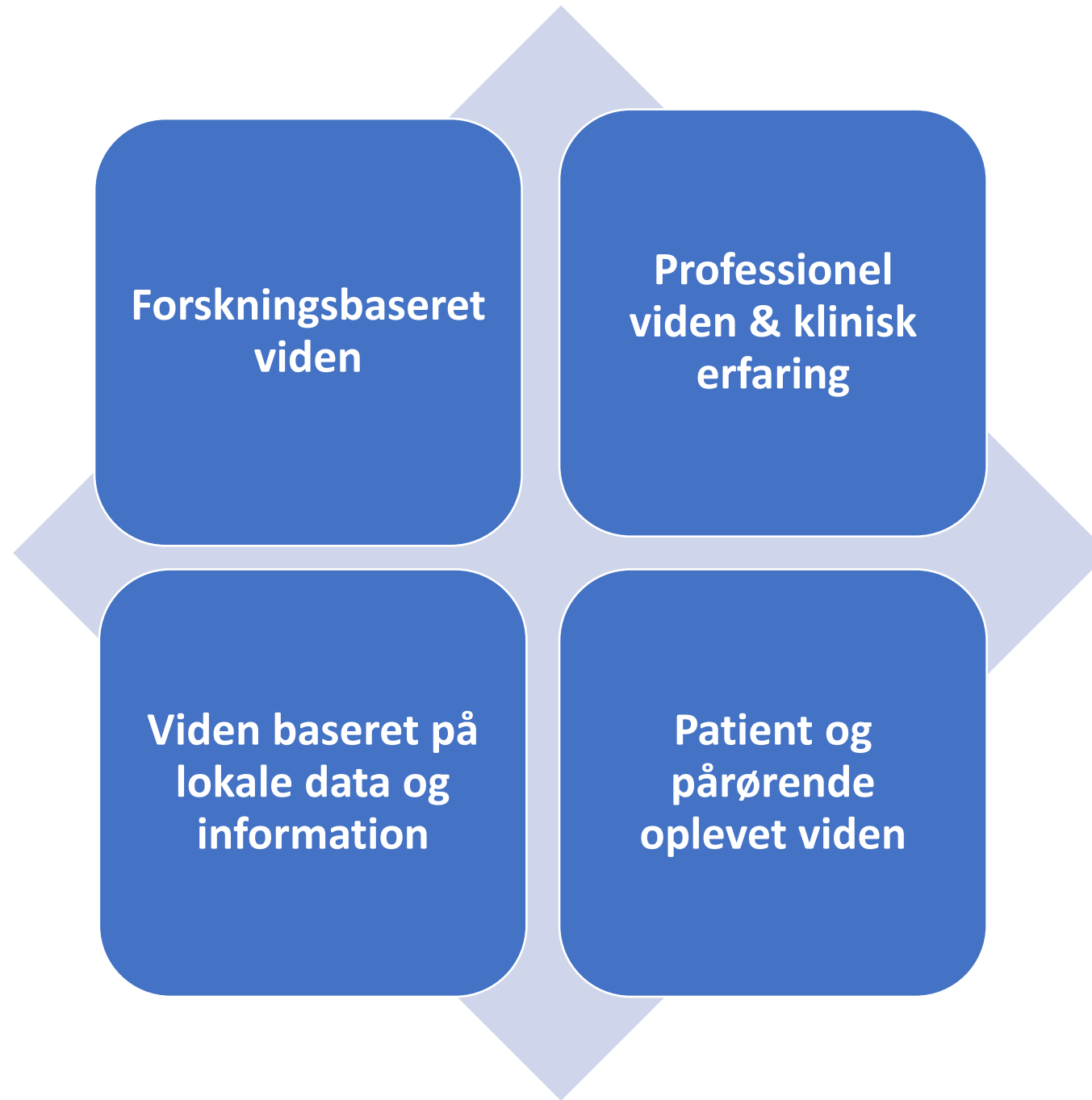
Rigshospitalet - Glostrup

Videncenter for Reumatologi og Rygsygdomme
HovedOrtoCentret
Når Ringvej 57
2600 Glostrup

GODE RÅD TIL EN BEDRE SØVN

- Vær fysisk aktiv, men ikke for sent om aftenen
- Gear ned inden du går i seng
- Nedsæt dit indtag af kaffe, te, cola om aftenen
- Undgå alkohol om aftenen
- Undgå rygning hvis du vågner om natten
- Undgå hvil om dagen - og hvis nødvendigt, da inden kl. 15 om eftermiddagen (og ikke over 1 times varighed)
- Nedsæt væske-indtag om aftenen
- Gå ikke sulten eller overmæt i seng
- Sørg for at soveværelset har en behagelig temperatur og er fri for lys og støj
- Tag ikke problemer med i seng
- Stå op og gå i seng på samme tidspunkt
- Stå op hvis du ikke kan sove
- Brug kun sengen til at sove i - sid i en stol hvis du kun trænger til at hvile dig
- Undgå at se TV i sengen - se TV i en stol
- Sørg for at have rutiner før sengetid





Fra forskning til klinisk praksis

-handler i høj grad om implementering (implementation science)
- At implementere forandringer i praksis er en svær og kompleks udfordring
- Ikke tilstrækkeligt at tænke fra forskning til praksis.
- I implementering af PROSPERs resultater – tænke implementering
 - Patienten, personen
 - Pårørende
 - Omgivelser, samfundet, kultur
- De sundhedsprofessionelle og tværfaglighed
- Organisationen og ledelse
- Økonomien



Knowing is not enough
We must apply
Willing is not enough
We must do

Goethe

Tak for i dag og

Tak for jeres
opmærksomhed