

Goda exempel – erfarenheter av ”best practice”: Denna artikel har genomgått redaktionell granskning (ej peer-review)

Citera artikeln så här: Gustavell T, Arvidsson Aurelius L, Hård af Segerstad, S (2024) Prioritering av sömn eller vård 24/7 – ett omvårdnadsbattle. *Sömn och Hälsa*, 12, s. 26–28. <http://doi.org/10.59526/soh.12.23110>

Prioritering av sömn eller vård 24/7 – ett omvårdnadsbattle

Tina Gustavell, universitetssjuksköterska, omvårdnadsansvarig, Karolinska Universitetssjukhuset, styrelseledamot NFSK, Lina Arvidsson Aurelius, specialistsjuksköterska, Universitetssjukhuset i Linköping, styrelseledamot NFSK, Susanna Hård af Segerstad, specialistsjuksköterska, Skånes universitetssjukhus i Malmö, styrelseledamot NFSK

Under den årliga konferensen Kirurgisk omvårdnadskongress, som arrangerades av Nationella föreningen för sjuksköterskor i kirurgisk vård (NFSK) den 19–20 mars 2024 i Västerås, hölls ett spännande och tankeväckande omvårdnadsbattle kring prioritering av patienters sömn eller behov av att bedriva vård dygnet runt. Deltagarna delades upp i två grupper med olika ståndpunkter och fick diskutera ämnet i fem minuter innan utvalda representanter från varje grupp gick upp på scenen för att föra fram sina argument under en intensiv och fokuserad debatt.

Det betonades att sömnen, som är ett av människans grundläggande behov, inte bara är viktig för återhämtning utan också för inläring, reparation och uppbyggnad av immunförsvaret. Forskning har visat att akuta effekter av sömnbrist kan vara betydande, med negativa konsekvenser för både kognitiva och fysiologiska funktioner, inklusive minskad prestationsförmåga, ökad smärtkänslighet och ökad stressnivå.

Å andra sidan argumenterades det för att vården måste fortgå dygnet runt på vårdavdelningarna. Instrument som NEWS (National Early Warning Score), tillsynsrundor och administration av dropp och läkemedel är avgörande för att upptäcka och hantera patienters tillstånd och

Tidskriften *Sömn och Hälsa*. ISSN: 2003-234X; e-ISSN: 2003-2501

Copyright: © 2024 Gustavell T et al.

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited and the license is stated. <http://doi.org/10.59526/soh.12.23110>

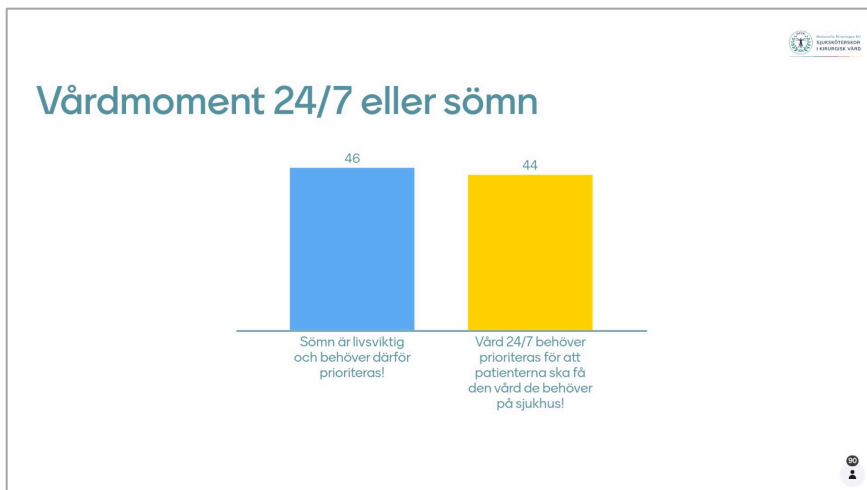
behov på ett effektivt sätt. Det betonades att vårdpersonalens närvaro och aktiviteter inte kan begränsas av patienternas sömnbehov.

Argumenten som lades fram var många och mångfacetterade. Många talade för att en god natts sömn är avgörande för patienternas välbefinnande och tillfrisknande, medan andra betonade vikten av kontinuerlig vård för att säkerställa patienternas säkerhet och välbefinnande dygnet runt. Vissa argument gav också upphov till skratt såsom ”Varför ska vi vara vakna om patienten sover?”.

Debatten avslutades i en omröstning där deltagarna fick ta ställning till två påståenden via Mentimeter. Resultatet visade att en knapp majoritet ansåg att sömnen är livsviktig och bör prioriteras.

Vinnande argumentet lyfte fram sömnens avgörande betydelse för patienternas hälsa och tillfrisknande. Det underströk vikten av att skapa en vårdmiljö som främjar sömn och återhämtning samtidigt som man upprätthåller högkvalitativ vård och säkerhet för patienterna.

Detta omvårdnadsbattelle utgjorde en värdefull plattform för att utforska och diskutera de komplexa utmaningarna kring att balansera sömnbehov och kontinuerlig vård. Det markerade också vikten av att fortsätta att utveckla och implementera strategier och riktlinjer som främjar både patienternas sömn och deras vårdbehov på ett optimalt sätt.



Resultat av omröstningen via Mentimeter.

Kontakt: Tina Gustavell, tina.gustavell@nfsk.se

ORCID

Tina Gustavell: <https://orcid.org/0000-0002-6028-9630>

Datum för inskick: 2024-03-22

Datum för accepterande: 2024-04-03

Datum för publicering: 2024-10-21

Tidskriften Sömn och Hälsa. ISSN: 2003-234X; e-ISSN: 2003-2501

Copyright: © 2024 Gustavell T et al.

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited and the license is stated. <http://doi.org/10.59526/soh.12.23110>