

Introduksjon fra leder medlemsbrev 1 2021

Til alle medlemmer av NFPM

Dagens gode nyhet er at landskonferansen i palliasjon, etter en lang og ikke helt ukomplisert planleggingsfase, nå skal gjennomføres som et digitalt arrangement for de fleste med noen få fysisk til stede. Ingen påmeldte trenger da å gå glipp av konferansen. Vi vet ikke enda hvor mange som får mulighet til å møtes fysisk, da vi må forholde oss til de gjeldende smittevern-reglene nærmere opp mot konferansen. Det er uansett et stort planleggingsarbeid som ligger bak, og vi vil rette en stor takk til hoved- og lokalkomiteén, som har gjort en formidabel innsats for å få i stand landskonferansen til tross for stadig skiftende forutsetninger.

Miljøer må ha møtepunkter for å leve, en digital konferanse kan aldri erstatte det å møtes og utveksle tanker og ideer ansikt til ansikt. Vi håper likevel at mange av dere får et godt faglig utbytte.

Ellers kan vi melde at det nye styret er i gang med å jobbe med foreningens fanesaker og har allerede hatt tre styremøter siden årsmøtet. Slutten av 2020 var på mange måter oppløftende, og gav oss håp om et løft for palliasjonen i Norge, både for barn og voksne. Men det kommer nok ikke av seg selv, og vi kan ikke slippe fokuset på faget i tiden som kommer. I den forbindelse vil jeg varmt anbefale det nordiske spesialistkurset, NSCPM, som har opptak i år.

Dette, og mere til kan du lese om i medlemsbrevet i dag.

Hilsen Anne

Nytt styre 2020-2022:

“Ingen nevnt, ingen glemt” - gamle ordtak kan inneholde mye visdom. Den observante leser av medlemsbrev nr 4/2020, fikk med seg at vi var litt kjappe i avtrekkeren da vi sendte ut brevet. To styremedlemmer, Bjørg Sjøblom og Målfrid Bjørgaas fikk vi ikke lagt inn hverken omtale eller bilde av. Vi er imidlertid i gang med å oppdatere hjemmesiden vår, så gå gjerne inn [her](#), hvis du trenger å komme i kontakt med en av oss, eller vil vite mer.

Landskonferansen i palliasjon 2021:



Landskonferansen i Palliasjon
Oslo, 3. - 5. mars 2021 | **Fullt og helt**

Landskonferansen i palliasjon, som NFPM arrangerer hvert andre år sammen med NPF, ble pga coronapandemien flyttet fra september 2020 til 3. -5. mars 2021. Da vi flyttet konferansen, håpet vi på at smittesituasjonen ville tillate deltakere å være til stede fysisk på

konferansehotellet The Hub i Oslo under konferansen. Slik ser det imidlertid ikke ut til å bli. Konferansen vil derfor bli digital, med kun et fåtall personer til stede på konferansehotellet. Vi er stolte av å kunne presentere et bredt program for den digitale konferansen. Programmet er nesten ikke endret i forhold til det opprinnelige programmet. Vi håper den digitale Landskonferansen blir en god erstatter for den tradisjonelle Landskonferansen, at dere får faglig påfyll og noen trivelige dager uansett hvor dere er! Og for de som skulle lure: [Det er fortsatt mulig å melde seg på](#)

Hilsen Anne- Tove Brenne (leder Hovedkomiteen) og Anne Fasting (leder NFPM)

E-LÆRING v. Målfrid Bjørgaas

Siden 2013 har NFPM hatt gratis tilbud om E-læring via DNLF (tilgang fra NFPM's hjemmeside). Tilbudet ble i utgangspunktet startet som en ressurs for kandidater til kompetanseområdet palliativ medisin (som enn så lenge bare er en forsøksordning....) Opplegget egner seg også godt i grupper, og kan være nyttig for tverrfaglige team, veiledningsgrupper for allmennleger og i kommunene, som internundervisning i sykehjem og hjemmetjeneste.

Det er utarbeidet flere moduler med sentrale tema i palliativ medisin. Dessverre har tilgangen til modulene det siste året vært ustabil og dårlig. Dette skyldes hovedsakelig at DNLF har lagt om sin plattform for E-læring slik at alle de "gamle" modulene må redigeres på nytt, noe som er et stort arbeid for E-lærings-gruppas "commander-in-chief" siden oppstarten, Ronny Dalene i Telemark.

Det er også krevende å få til nye moduler da alt arbeidet gjøres av kolleger på fritiden!

Ronny Dalene har nå sagt fra seg koordineringen av dette arbeidet etter kjempeinnsats i mange år! Herved avleveres en stor takk med **virtuelle blomster!!!** Han har imidlertid sagt seg villig til å fortsette med teknisk bistand med Coursebuilder, takk for det samtidig!

Styret i NFPM ønsker å videreføre E-læringen. Målfrid Bjørgaas har overtatt koordineringsansvaret fra nyttår. Modulene skal holde høyskolenivå og tar utgangspunkt i kravene til kompetanseområdet og en kommende spesialitet, men tenkes først og fremst som et supplement gjennom spesialiseringen og hjelp i tverrfaglig arbeid i praksis.

Fra mars håper vi at modulene igjen skal være stabilt tilgjengelige.

Eksisterende moduler:

Den døende pasienten 1-3, kreft smerter, palliativ kirurgi, medullakompresjon, tung pust, lindrende sedering, palliasjon og førerkort, eutanasi, vurdering av samtykkekompetanse, begrensning av livsforlengende behandling og spinal analgesi i palliasjon.

Ta kursene i bruk!

Ved spørsmål eller ønske om å bidra med undervisningstema, kontakt meg gjerne på E-post bjml@sus.no eller mob 40643123.

INTERNASJONAL PALLIASJON v. Målfrid Bjørgaas

En liten rapport fra noen av våre internasjonale søsterorganisasjoner i en vanskelig tid:

(egen oversettelse fra engelsk)

<http://globalpalliativecare.org/covid-19/uploads/briefing-notes/briefing-note-response-to-the-pandemic-for-low-and-middle-income-countries.pdf>

- World Hospice PC alliance
- Int.children's PC network
- Int ass for hospice & PC
- PC in Humanitarian Aid Situations and Emergencies



Status nå:

- Tilgang og kvalitet i primærhelsetjenesten er vanligvis dårlig og palliative team må ofte yte annen helsehjelp i tillegg til palliasjon, som behandling av diabetes og andre sykdommer.
- Helsevesen i lavinntektsland mangler grunnleggende ressurser som beskyttelsesutstyr, O2-ventilatorer, Bipap og respiratorer.
- Politikere og helseledere tar ikke hensyn til helsepersonells frykt for selv å bli smittet og videre smitte sine nærmeste.
- Palliative ressurser blir omplassert til andre deler av helsetjenesten slik at vanlige palliative pasienter ikke får hjelp i det hele tatt.
- Lokale helsearbeidere, særlig kvinner, bekymrer seg for å bli smittet i risikosituasjoner, og er redde for at å dukke opp hjemme hos pasienter i beskyttelsesutstyr vil stigmatisere familiene de skal hjelpe
- Restriksjoner på direkte menneskelig kontakt med pårørende i isolasjon og stress påvirker pasientbehandlingen i stor grad. Psykososial og åndelig omsorg krever kulturell respekt.
- Sykehus blir oversvømt av Covid-19-pasienter, slik at det blir større behov for tjenester i lokalsamfunnet og hjemme til palliative pasienter som ikke er smittet
- Helsearbeidere og pårørende som yter hjemmebasert omsorg mangler adekvat beskyttelsesutstyr
- Restriksjoner på transport innad i og mellom land forverrer allerede utilstrekkelige forsyninger av essensielle medisiner (spesielt opiater) i de fleste lavinntektsland

La oss ikke glemme de med palliative behov og ikke minst våre kolleger under andre himmelstrøk! Det er alltid mulig å gi et bidrag via IAHPCC <https://hospicecare.com>

NSCPM 2019-2021:

Erfaringer fra kursdeltaker Robin Norvaag i det 9. NSCPM kurset

Vi skulle bare ha visst.

Der var vi, samlet på et hotell i Turku. For enkelte også kjent som Åbo. Finlands originale hovedstad og den eldste byen i Finland. Utenfor var det januar 2020. Kaldt, men ingen vinter. Ingen snø, men med gode muligheter for joggeturer langs kanalen, eller et godt måltid på en av byens mange gode spisesteder. Vi er leger fra de mange hjørner i Norden, med representanter fra alle landene. Vi var og er deltakere i det niende nordisk spesialistkurs i palliasjon. Dette var altså andre kursmodul og andre gang vi var samlet, i det til sammen 2 år lange kurset.

I Turku fikk vi forelesninger, gruppeoppgaver på kryss av nasjonale grenser, gode diskusjoner og utveksling av ideer. Muligheten var der for å kunne spontant møte og diskutere ansikt til ansikt. Både for å danne kollegialt fellesskap, men også mulig vennskap. For det er ikke til å komme utenom at palliasjon er et mangehodet vesen, også innenfor de nordiske landene. Vi har alle vår grunnmur i Cicely Saunders og hospice-bevegelsen, men hvordan vi løser de praktiske problemene i vår kliniske hverdag kan være nokså forskjellig. Med andre ord var kurset til nå det vi trengte. I tillegg til islandsk poesi.

Det var likevel noe som satte en spiss på tilværelsen. Ryktet om coronaviruset. Viruset som ga luftveisplager og som viste seg å være smittsomt. Vi reiste dit med fly, tog, buss og bil, gjerne via andre internasjonale knutepunkt. Ingen munnbind påkrevd. I media var det snakk om en finsk reisende, som angivelig skulle ha reist til hjemlandet med smitte. Vi klarte som oftest å holde tema for samtale utenom viruset, som virket som noe fjernt. Vi skulle bare ha visst. Mulig at finsk sauna og «is»-bading spilte en rolle her.

Her er vi nå, virtuelt samlet for å ta imot kunnskap fra København. Utenfor er det januar 2021. Kaldt, og nå vinter. Det kommer til og med et lite dryss av snø i København. Enkelte befinner seg på egen hytte med flere minusgrader enn det som lovlig er, andre sitter i sitt provisoriske kontor laget av barnas soverom. Lite av muligheter for joggeturer langs Københavns kanaler, eller å kunne møtes for et bedre måltid mellom slagene. Hjørnene i Norden er fortsatt med oss, men de er mer merkbare nå. Våre kollegaer i våre naboland har, ved tidligere digitale moduler, også delt sine opplevelser om coronavirusets herjinger med egen kropp, og deres overbelastede helsevesen.

All ære til kursledelse som organiserer forelesninger og diskusjoner på tvers av landegrensene. Tekniske løsninger er velfungerende med både direkte video og opptak av videosamtaler som

grunnlag for læring. Relevante artikler og forskningsarbeid er presentert. Oppgaver er løst i fellesskap i mindre grupper på tvers av fylkesgrenser og landegrenser.

Likevel, det er noe som mangler. De spontane samtalene med kollegaen fra nabolandet, som oppstår når dere begge venter på kaffe i pausen. Utveksling av ideer faller ikke lite lett. Ikke alle klarer å overvinne sin sjenanse i et virtuelt fellesskap, og dem som tidligere var stille og kloke, blir nå bare stille.

Vi er heldigvis sterke og vi er heldigvis ressurssterke. Våre helsevesen og våre samfunn er rustet for den omveltingen som coronaviruset bringer med seg, andre nasjoner er langt fra like heldige.

Resten av kurset vil bli digitalt, men håpet er det for at vi kan møtes for kommunikasjonstrening i fellesskap med våre kollegaer i samme land. Kanskje vil gruppen som starter på det tiende nordiske spesialistkurs i palliasjon høsten 2021, få muligheten til å møtes i København og Turku. Der de kan gå eller jogge langs kanalene mens de deler erfaringer fra deres palliative praksis. Kanskje det også blir muligheter for sauna og islandsk poesi.

NSCPM 2021 - 2023:



Nordic Specialist Course in Palliative Medicine

Nordic Specialist Course in Palliative Medicine blir arrangert for 10. gang med oppstart i november 2021.

Kurset strekker seg over ett og et halvt år og avsluttes i april 2023. Kurset har 38 plasser som fordeles mellom de fem nordiske land.

Kurset er et samarbeid mellom spesialforeningene for palliativ medisin i de nordiske landene. Det består av seks kursuker som holdes på ulike steder i Norden. Deltakerne må gjøre et avgrenset forsknings- eller fagutviklingsprosjekt som del av kurset. Det er hjemmeoppgaver mellom modulene og en skriftlig, avsluttende eksamen. Målsettingen med kurset er å gi den teoretiske utdanningen som kreves til Kompetanseområde palliativ medisin. Mer informasjon finnes på kursets hjemmeside, www.nscpm.org Søknadsfrist er 16. april 2021. Søkere som er i et utdanningsløp til Kompetanseområde palliativ medisin og arbeider på et godkjent utdanningssted til kompetanseområdet, vil bli prioritert. Det vil også bli tatt geografiske hensyn.



Spørreundersøkelse til palliative enheter om bruk av cannabinoider høsten 2020.

v/Arve Nordbø

Styret i NFPM mottok i løpet av forrige år flere henvendelser med spørsmål om det var mulig å komme frem til en slags nasjonal konsensus eller anbefaling når det gjelder bruk av cannabinoider til palliative pasienter. På bakgrunn av dette gjennomførte vi en

spørreundersøkelse som ble sendt ut til alle enheter registrert i PallReg med spørsmål om hvordan de forholdt seg til dette og om cannabinoider ble foreskrevet som symptomlindring. Det ble opplyst i informasjonen som fulgte at bruk av cannabinoider i palliativ praksis er omdiskutert og at det finnes lite kunnskapsbasert informasjon på dette området.

Det ble sendt spørreskjema til i alt 24 sentra og vi fikk svar fra 15, dvs svarprosent på 62,5%. 5 av disse 15 oppga at de ikke hadde foreskrevet cannabinoider, herav 2 av prinsipielle grunner på bakgrunn av lavt evidensgrunnlag. De enhetene som ikke ville foreskrive cannabinoider opplevde en del utfordrende situasjoner og reaksjoner fra pasienter ved å nekte å skrive det ut.

For de som hadde foreskrevet cannabinoider var smerte, kvalme og appetittstimulering viktigste indikasjoner, 1 pasient hadde fått cannabinoider mot cachexi og en pas mot spasmer ved Huntingtons chorea. Uansett snakker vi om svært få pasienter på landsbasis som har fått cannabinoider i palliativ praksis. Et par pasienter opplevde rusfølelse ved høye doser og rask opptrapping av Sativex, ellers få eller ingen bivirkninger. Av de pasienter som opplevde effekt oppga flest effekt mht symptomlindring av smerter og kvalme, flere pasienter oppga økt velvære og livskvalitet. Men som nevnt totalt svært få pasienter og sprikende resultater i denne spørreus.

Alle oppgir at det har vært vanskelig å få refusjon og nå ikke lenger gis refusjon fra Helfo for symptomlindring for palliative pasienter, kun til MS pasienter med spasmer.

Oppsummering:

Ut fra dette kan ikke styret i NFPM i dagens situasjon gi noen generell anbefaling for bruk av cannabinoider i palliativ praksis. Cannabinoider er nevnt under kapitlet om lindring av kvalme i siste reviderte utgave av Nasjonalt Handlingsprogram, men ikke gitt noen anbefaling. Sitat: «I noen land er cannabinoider indisert ved kjemoterapi-indusert kvalme, men deres plass i palliasjon er ikke tilstrekkelig studert til å kunne formulere noen anbefaling.»

Kommunalt Palliativt Team etableres i Bergen kommune

Økte behandlingsmuligheter og utvikling innen det palliative fagfeltet stiller nye krav til kommunene. Helsepersonell vil møte mennesker med komplekse sykdomstilstander og omfattende lidelse med behov for hjelp til lindring. Nødvendig kompetanse og en hensiktsmessig organisering av helsetjenestene i kommunen vil være en forutsetning for å kunne ivareta denne pasientgruppen på en god måte.

Med bakgrunn i sentrale føringer, tallmateriale fra nyere forskning og erfaringsbasert praksis vil Bergen kommune opprette et palliativt team i kommunal regi. Det er behov for et støtteapparat med palliativ spisskompetanse som skal sikre tilgjengelig hjelp, forutsigbarhet og kontinuitet til pasienten, pårørende og helsearbeiderne som er i «frontlinjen». En styrket samhandling mellom de ulike nivåene, kompetanseheving og veiledning av pasienter, pårørende og helsepersonell skal være sentralt. Økt kompetanse og tilgjengelighet i primærhelsetjenesten vil kunne gi flere pasienter behandling og omsorg i egne hjem eller på det lokale sykehjemmet. Dette kan øke pasientens hjemmetid og redusere innleggelsesfrekvensen i sykehus og varighet på opphold i spesialisthelsetjenesten.

Overordnede mål med Kommunalt palliativt team:

- å bidra til at de som har behov for det, får tilgang til lindrende behandling og omsorg
- å legge til rette for hjemmetid og valgfrihet til å bestemme hvor man ønsker å dø, også om man ønsker å dø hjemme
- bedre kvalitet på tjenestene innen palliativ omsorg

Bergen kommune har mål om å ha etablert et kommunalt palliativt team innen 31.08.2021. Lignende team ses i Stavanger, Telemark og Trondheim, og prosjektgruppen har vært opptatt av å samle inn erfaringer herfra. Prosjektet eies av Etat for sykehjem i Bergen og ledes av Monica Moe, palliativ sykepleier. Med i prosjektgruppen er overlegene Sebastian von Hofacker (Verdighetssenteret) og Kristian Jansen (HDS og Bergen Kommune), Brigit Bovim er representant for fastlegene.

Husk medlemsfordelene ved å være medlem av NFPM!

v/medlemsansvarlige Asbjørg Mindnes og Arve Nordbø

NFPM som forening er medlem av EAPC som betyr at medlemmer av NFPM er medlemmer av EAPC. Man må registrere seg som medlem av EAPC for å få brukernavn og passord og angi at man er medlem av nasjonal forening.

Medlemsskap i EAPC gir redusert kongressavgift ved kongresser arrangert av EAPC og tilgang til nettutgaven av Oxford Textbook of Palliative Medicine når man er innlogget.

Styret i NFPM støtter Nordisk spesialistkurs i palliativ medisin og arbeider nå aktivt med tanke på å få til en egen norsk utdanning på sikt og for opprettelse av en egen spesialitet/påbygningsspesialitet slik Stortinget har vedtatt.

NFPM arrangerer hvert annet år Landskonferanse i palliasjon i tett samarbeid med NPF (Norsk Palliativ Forening) som samler stadig flere deltagere fra mange yrkesgrupper.

Styret og en arbeidsgruppe i NFPM har så langt arrangert to Røroskurs for leger med interesse for palliativ medisin og vi har allerede tatt initiativ til neste kurs da vi ser at dette er en viktig møteplass for leger som arbeider med palliasjon.

NFPM ble fra 2020 medlem av IAHPIC (International Association for Hospice and Palliative Care) som et bidrag til internasjonal palliasjon og solidaritet, se innlegg ved Målfrid Bjørgås i dette medlemsbrevet.

Sist men ikke minst, du vil motta dette medlemsbrevet med masse informasjon om hva som rører seg innen faget 4 ganger i året!