



Barbro Arvidsson är legitimerad sjuksköterska i botten och har sedan slagit in på forskningens bana. Omvårdnaden i vården ligger henne varmt om hjärtat och det handlade också den avhandling om som hon la fram när hon tog sin filosofie doktorsexamen i Malmö. Fast då gällde det studier om sjuksköterskors erfarenheter av yrkesmässig handledning inom omvårdnad.

Idag är hon lektor vid Högskolan i Halmstad och ägnar sig bland annat åt omvårdnadsforskning på Spenshults reumatikersjukhus.

Så är den där den allt överskuggande tröttheten. Den trötthet som ingen så kallat frisk person kan förnimma. Den onaturliga trötthet som ofta följer med en reumatisk sjukdom.

Trötthet och omvårdnad

TEXT YVONNE ENMAN FOTO ANDERS ARHAMMAR

– Det handlar om en trötthet som är helt oberoende av om personen varit aktiv eller inaktiv. Den existerar helt av sig själv, är alltid närvarande och låter sig inte kontrolleras, säger Barbro Arvidsson.

Att trötthet följer med reumatiska sjukdomar är väl känt men ännu vet man inte vad den beror på eller hur man kan lindra den. Däremot så har intresset för trötthetsfenomenet vaknat. Det beskrivs mer, är mer accepterat som ett symtom och något som ger genklang i det dagliga livet.

Normalt är kroppens trötthet något naturligt, ett sätt för den att tala om att nu behövs återhämtning. Och trötthet kan vara en skön känsla. Men inte den sjuka trötthet som inte går att sova bort.

– Tröttheten kan faktiskt vara ett lika stort, eller större, problem än smärta. Den kan utgöra ett faktiskt hinder för att sköta sina vardagliga sysslor. Här behövs mer forskning för att kartlägga tröttheten och söka orsakerna. Under tiden får vi inrikta oss på hur vi, vården och patienten i samklang, kan underlätta livet med trötthet.

Spenshultsforskning

Till grund för den omvårdnadsforskning som bedrivs på Spenshults reumatikersjukhus ligger tanken att hälsa är det-

samma som empowerment, där människors resurser, styrkor, ansvar och möjligheter ses som rättigheter. Med detta synsätt kan personer antas uppleva hälsa trots kronisk sjukdom. Studierna sker med kvalitativa metoder och så kallad fenomenografisk analysmetod där vikten läggs vid att beskriva och förstå människors erfarenheter och uppfattningar av olika fenomen såsom trötthet och smärta.

– Viktigast är patientens egna prioriteringar för att öka sin hälsa. För att underlätta och stödja mobilisering av personliga resurser är sjuksköterskans arbete värdefullt. Därför undersöker vi vilken betydelse sjuksköterskemottagningen på Spenshult har för livskvaliteten hos personer med reumatoid artrit, säger Barbro.

Bland många insamlade synpunkter framträder känslan av acceptans, stärkt tilltro av sin egen förmåga och meningsfulla samtal.

– Samtalen ger bevisligen kunskap, minskar oron för framtiden och legaliserar egna prioriteringar, säger Barbro Arvidsson och avslutar med ett citat:

”... sjuksköterskan säger att det är viktigt att vila och ha avkoppling. Då får jag inte lika dåligt samvete om jag gör det när jag kommer hem från jobbet och är trött. Det är skönt att veta att sjuksköterskan har sagt det. Jag har rätt att vila, jag behöver inte hålla på och diska och städa”.