

DöBra-kortleken - ett verktyg för att samtala om döende och död

TEXT // MALIN HENRIKSSON

Foto: Jezzica Sunmo

DöBra-kortleken innehåller 37 påståenden om sådant som kan vara viktigt i livets slutskede, till exempel "Att vara fri från smärta", "Att ha ordning på min ekonomi" och "Att vårdas av personal som jag trivs med" men det finns även kort med "Valfritt alternativ" där användaren själv kan ange något annat som är viktigt.

Kortleken är tänkt att fungera som ett verktyg för att underlätta samtal om döende och död och är utvecklad från ett amerikanskt samtalsverktyg, GoWish cards [1] som vi har översatt och anpassat till svenska förhållanden inom ramen för projektet Swe-ACP, en del av forskningsprogrammet DöBra[2]. Swe-ACP står för Swedish advance care planning, en engelsk term för att i förväg tänka över hur man vill ha det i livets slutskede. I Swe-ACP arbetar vi forskare i en projektgrupp tillsammans med representanter från PRO, SPF Seniorerna, Nätverket mot cancer, Demensförbundet, Lungcancerföreningen och Nordiska museet.

IPROJEKTET INTERVJUADES 65 mestadels äldre personer, som enligt vår kännedom inte hade diagnosticerats med en livshotande sjukdom eller var i livets slutskede. Deltagarna hade själva anmält intresse för att medverka, efter att ha fått information om studien genom organisationerna i projektgruppen. Ett flertal deltagare hade också velat delta sedan de hört talas om studien genom familjemedlemmar eller bekanta. Vid intervjuerna pratade deltagarna om vem och vad som kommer att vara viktigt för dem i livets slutskede, genom öppna samtal och genom att använda DöBra-kortleken. Deltagarna sorterade först de 37 påståendena i tre olika högar; mycket viktiga, ganska viktiga och inte viktiga. Sedan rangordnades de allra viktigaste korten från den 'mycket viktiga'-högen från 1 - 10 och deltagarna berättade hur de resonerade kring sina prioriteringar.

DÖBRA-KORTLEKEN HAR uppskattats av deltagarna i projektet, som även fått behålla kortleken efter intervjun om de önskade - vilket de allra flesta ville. Några deltagare har ifrågasatt relevansen av enstaka påståenden, till exempel "Att kunna hjälpa andra", medan andra har rankat just det påståendet högt. Överlag har deltagare varit positiva till påståendena, såväl som till kortleken i sin helhet, och några deltagare sa att det var nyfikenhet på kortleken som väckte deras intresse för intervjun. Att inte bara prata utan också att hantera en fysisk kortlek, genom att handgripligen sortera och prioritera konkreta påståenden, upplevdes som positivt och gav möjlighet till person-centrerade samtal om dessa frågor. En artikel med resultat från översättningen och testningen av kortleken är inskickad till en vetenskaplig tidskrift³ och framöver kommer vi även att studera hur dessa prioriteringar står sig över tid då vi gjort uppföljande intervjuer 6-12 månader efter intervjuerna.

DöBra-kortleken har också använts i andra situationer

Några av deltagarna i studien har självantagit börjat använda kortleken i studiecirklar eller inom sina organisationer. Kortleken har även använts vid ett flertal DöBra-caféer runt om i landet - från Korpilombolo i norr till Falkenberg i söder. Allmänheten har bjudits in till caféerna för att samtala om död, döende och sorg, bland annat med hjälp av DöBra-kortleken.

ISAMARBETE MED Stockholms stads äldreförvaltning och personal från flera vård- och omsorgsorganisationer i två stadsdelar pågår ytterligare ett projekt. Där har DöBra-kortleken inledningsvis använts för att stimulera reflektion och diskussion om livets slut inom äldreomsorg. Eftersom det har varit en stor efterfrågan på DöBra-kortleken från såväl vårdpersonal som allmänhet finns den också till försäljning via Volante bokförlag.

Mer information:

www.dobra.se;

www.gowish.org.

Referenser

1. Menkin ES. Go Wish: A Tool for End-of-Life Care Conversations. *Journal of Palliative Medicine*. 2007;10(2):297-303.

2. Lindqvist O, Tishelman C. Going public: reflections on developing the DöBra research program for health-promoting palliative care in Sweden. *Progress in Palliative Care*. 2016;24(1):19-24.

3. Tishelman C, Henriksson M, Menkin ES, Lindqvist O. A Conversation-based Intervention for Clarifying Values and Preferences for End-of-Life in the Swedish Advance Care Planning-naïve Context: A feasibility study within the DöBra research program. In: 2018: Manuscript submitted for publication



Malin Henriksson

Leg. sjuksköterska, doktorand, Karolinska Institutet
e-post: Malin.Henriksson@ki.se