

TEMA FORSKNING:

För *hela* människan

Våldsutsatta
kvinnor deltar i
forskningsprojekt

*Metoden som
ökar livskvaliteten för
boende i gruppboende*

**VANLIGT LÄKEMEDEL HALVERAR
ÅTERFALL I TARMCANCER**

Nyhetsbrevet Erstajournalen produceras av Ersta diakoni. Du får det för att du stödjer oss eller på annat sätt anmält dig som mottagare. Har du frågor eller vill du hellre få nyhetsbrevet via e-post? Hör av dig till oss på donation@erstadiakoni.se eller via 08-714 60 94. Ansvarig utgivare: Helena Liman Sagoo. Ersta diakoni har 90-konto och granskas av Svensk insamlingskontroll.

Forskning som läker kroppen och bär livet

När vi talar om forskning inom vård och omsorg går tanken ofta till medicinska genombrott. Nya läkemedel, avancerad kirurgi och innovativa tekniker får med rätta uppmärksamhet. De är påtagliga, mätbara och kan ibland förändra ett helt sjukdomsförlopp.

Men forskning är mer än så. Den rymmer också det som är svårare att mäta men lika avgörande: hur vi bygger omsorg, delaktighet och livskvalitet. Om den medicinska forskningen ofta ger oss svar på *hur kroppen kan läka*, ger den sociala forskningen kunskap om *hur livet kan bäras*. Tillsammans skapar de en helhet som ser människan i både hennes styrka och skörhet.

I detta nummer av Erstajournalen får vi möta flera exempel. Artikeln om Ersta Möjlighet berättar hur kvinnor i hemlöshet blivit anställda som forskningsassistenter, vilket lett till ny kunskap om samordning och stöd för några av samhällets mest utsatta. I en annan artikel kan vi läsa om Active Support på våra gruppboenden, där forskningen visar på tydliga förbättringar i kvaliteten på stödet, och hur vardagens små handlingar kan stärka delaktighet och självständighet. Och i en tredje artikel möter vi det senaste inom den medicinska forskningen – en stor studie, där Ersta sjukhus deltagit visar

mycket lovande resultat: Acetylsalicylsyra, en vanlig ingrediens i receptfria värktabletter, kan halvera risken för återfall hos vissa patienter med tjock- och ändtarmscancer.

Det är just här forskningen visar sin fulla bredd och mening. Den kan förändra livsvillkor för en människa i hemlöshet, stärka vardagen för den som bor i gruppboendestad, eller rädda liv för en patient efter en canceroperation. Oavsett form är det samma drivkraft: att se hela människan och ge henne de bästa förutsättningarna.

För oss på Ersta är detta en del av vårt diakonala uppdrag. Att se människan innebär också att låta hennes erfarenheter och berättelser bli del av kunskapsutvecklingen. Det gäller i mötet med patienter och boende, men också i arbetet med anhöriga och i frågor om kultur, andlighet och gemenskap.

Därför behöver vi slå vakt om forskningen i alla dess former: medicinsk, social och omsorgsinriktad. Det är i samspelet mellan dem som vi kan bygga en vård och omsorg som inte bara lindrar sjukdomar utan också stärker livet.



Stefan Nilsson

Stefan Nilsson,
direktor Ersta diakoni



Josefin Eurenus Segelman, överläkare på Ersta sjukhus, är medförfattare till den banbrytande forskningsstudien.

Studie: vanligt läkemedel halverar återfall i tarmcancer

En ny forskningsstudie visar att låg dos acetylsalicylsyra (ASA), som finns i vanliga receptfria värktabletter, kan halvera risken för återfall hos vissa patienter med tjock- och ändtarmscancer.

Resultaten kommer från en omfattande internationell studie där 3 500 tarmcancerpatienter från Sverige, Norge, Danmark och Finland deltog. Ett stort antal av de svenska patienterna kom från Ersta sjukhus.

Patienter med en specifik genförändring behandlades i tre år med antingen låg dos acetylsalicylsyra (ASA) eller placebo. I den grupp som fick ASA halverades alltså risken för återfall jämfört med placebogrupperna.

Josefin Eurenus Segelman, överläkare på Ersta sjukhus och medförfattare till studien, menar att effekten av ASA är bättre än cytostatika.

– Dessutom är det ett billigt, tillgängligt, välbeprövat läkemedel med få biverkningar. Resultaten förväntas förbättra överlevnaden i tarmcancer, inte minst i låg- och medelinkomstländer. I Region Stockholm har vi redan ändrat våra rutiner och infört den här behandlingen, säger hon.

På Ersta sjukhus innebär det att vi nu kan erbjuda en enkel, evidensbaserad tilläggsbehandling efter operation – och ytterligare stärka vår avancerade cancervård.

Forskningsstudien ("ALASCCA"), publicerades i New England Journal of Medicine i höstas och leddes av professor Anna Martling vid Karolinska Institutet.

Kvinnornas erfarenhet ger ny kunskap

I forskningsprojektet "Jämlik vård för kvinnor i hemlöshet" har kvinnor från det skyddade boendet Ersta Möjlighet själva deltagit som forskningsassistenter. Deras unika erfarenheter synliggör hinder och pekar på lösningar, framför allt behovet av samarbete mellan olika aktörer för att skapa ett värdigare stöd.

Kvinnor i hemlöshet med beroendeproblematik är en av samhällets mest utsatta grupper. Genom forskningsprojektet *Jämlik vård för kvinnor i hemlöshet* synliggörs både hinder och lösningar för att skapa ett liv i trygghet och värdighet.

– Syftet har varit att belysa kvinnor i hemlöshet och de etiska aspekterna som följer av hemlöshet, som egentligen inte är värdigt i ett välfärdssamhälle, säger Elisabet Mattsson, professor i vårdvetenskap vid Marie Cederschiöld högskola.

Fått anställning

Sedan 2019 har hon lett projektet i nära samarbete med det skyddade boendet Ersta Möjlighet, där kvinnorna själva inte bara deltagit som intervjupersoner utan också anställts som forskningsassistenter.

– De var positiva till att vi uppmärksammade just den här osäkra boendesituationen. Att man inte var en studiedeltagare utan faktiskt blev anställd i projektet, berättar Elisabet Mattsson.

Att inkludera kvinnorna själva har gett nya perspektiv. Deras erfarenheter visar på vikten av samordning mellan socialtjänst och hälso- och sjukvård.

– Om vi kunde få det under ett och samma tak skulle vi på ett mycket smidigare sätt kunna samordna stödet, säger hon.

Ett boende som inte stänger dörren

Ersta Möjlighet grundades 2019 för att fylla en lucka i samhället. Här finns ingen nolltolerans mot droger – det viktigaste är att skydda kvinnorna från våldet.

– På de flesta skyddade boenden avslutas placeringen om man får ett återfall. Men så är det inte hos oss, man är välkommen tillbaka alltid. Det är unikt, säger Emily Tiedemann, enhetschef på Ersta Möjlighet.

Verksamheten tar emot kvinnor som lever i hemlöshet, utsätts för våld och samtidigt kämpar med beroende.

– Vi på Ersta anser att de här personerna har precis lika mycket rätt som alla andra till rätt insatser och ett liv utan våld, säger Sanna Vahlman, verksamhetschef för Erstas skyddade boenden.

Spindeln i nätet

Vardagen för kvinnorna är fylld av hinder. Många har inte haft en folkbokföringsadress på flera år och har därför inte ens kunsknat ta emot post. Att navigera bland vård, myndigheter, rättssystem och socialtjänst blir svårt utan stöd.

– Det är otroligt många kontakter som måste räddas i. Det är så mycket grundläggande rättigheter som de här kvinnorna inte har, och som vi försöker få till, förklarar Sanna Vahlman.

Här blir Ersta Möjlighet en central aktör. Genom att samla insatser och ge stöd i kontakten med myndigheter fungerar personalen som "spindeln i nätet". Forskningen bekräftar betydelsen av just denna funktion.

Evidens och engagemang

För Ersta Möjlighet är det avgörande att arbeta kunskapsbaserat och långsiktigt.

– För oss är det jätteviktigt med evidensbaserad praktik. Vi är ett skyddat boende med akademisk plattform, säger Sanna Vahlman.

Stötta oss

Vill du stötta våra skyddade boenden? Läs mer på erstadiakoni.se/gava eller swisha direkt till 900 05 48.



Metoden som ökar livskvaliteten i gruppboendestäder

Alla människor har rätt att bestämma själva över sina liv. På Ersta LSS arbetar vi med metoden Active Support – ett närvarande, vardagsnära arbetssätt som gör verklig skillnad för de boende.

Redan från starten 2019 fanns en ambition att grunda Ersta LSS verksamhet i forskning. Det ledde till ett femårigt doktorandprojekt i samarbete med Marie Cederschiöld högskola, lett av Jenny Aspling.

Stärker självständighet

Ämnet för projektet var Active Support, en arbetsmetod som bygger på att personalen i gruppboendestäder delar upp vardagsaktiviteter i små steg, så att den boende kan delta utifrån sina egna förutsättningar. Målet är ökad självständighet och större inflytande.

– Active Support är ett intuitivt arbetssätt som ligger nära intentionerna i LSS-lagstiftningen. Det syftar till att stärka individens självständighet och rätt att påverka sitt eget liv, säger Mathias Laurentz, områdeschef för Ersta LSS.



Jenny Aspling



Mathias Laurentz

Tydlig förbättring

Med hjälp av ett internationellt mätverktyg kunde forskaren Jenny Aspling följa utvecklingen i verksamheterna, där hon utbildade personalen i arbetsmetoden. Innan utbildningen låg resultaten under gränsen för god kvalitet, på cirka 66 procent, men förändringen blev snabbt tydlig.

– Efter ett år visade resultatet en tydlig förbättring, och efter två år låg flera verksamheter på mellan 80 och 86 procent. Det innebär en markant höjning av kvaliteten i det stöd som ges, säger Jenny Aspling. Även de boende märkte skillnaden.

– De upplever att personalen har blivit bättre på att ge emotionellt stöd, erbjuda fler valmöjligheter och stödja i beslut, till exempel byta daglig verksamhet eller prova nya aktiviteter, säger hon.

Forskningen visar att självkänslan hos personer som bor i gruppboendestäder ökar när de får fatta vardagsbesluten själva.



Integreras i verksamheten

Införandet av Active Support inom Ersta LSS leds av en ansvarig tillsammans med utsedda ombud i varje gruppboendestad.

– Vi har tagit fram en gemensam plan som omfattar utbildning, praktik och ledarskap. Den genomförs i samarbete mellan ombuden, stödpedagoger och övriga chefer. Målet är att arbetssättet ska integreras i verksamheten och leva vidare över tid, säger Mathias Laurentz.

Stort engagemang

Strukturer för handledning och kompetensutveckling gör att metoden blir hållbar, oavsett personalförändringar.

– Responsen har varit mycket positiv. Det har väckt stort engagemang i hela organisationen. Och för de boende blir förändringen märkbar i vardagen, säger Mathias Laurentz.

Enligt honom är det de boendes rättighet att få stöd av medarbetare som har kunskap i hur självständigheten kan stärkas.

– Som organisation har vi ett ansvar att möjliggöra det, säger han.

Svenska versioner

Forskningen fortsätter nu med nya inriktningar. Jenny Aspling planerar bland annat en studie om kompletterande kommunikation.

– Jag vill även utveckla svenska versioner av de befintliga engelska utbildningsfilmerna om Active Support. Det skulle öka metodens tillgänglighet och spridning, säger hon.

Fakta: LSS

LSS, lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade, är en svensk rättighetslag som trädde i kraft 1994. Den syftar till att personer med funktionsnedsättningar ska kunna leva ett liv som andra, med full delaktighet i samhället. Lagen omfattar tio olika insatser, till exempel bostad med särskild service, daglig verksamhet och personlig assistans.

Upptäck Erstaklippan

Erstaklippan är en unik plats där vård, kultur och en lång historia av arbete för människors bästa möts. Hit är du varmt välkommen för att ta en paus, njuta av utsikten och upptäcka allt området har att erbjuda.



Lunch med utsikt

Ersta terrass serverar lunch varje vardag kl 11-14. Här får du vällagad husmanskost med inspiration från världens alla hörn – och Stockholms kanske bästa utsikt.



Kultur i Ersta kyrka

Ersta kyrka är en aktiv kyrka öppen för alla. Här huserar också Ersta kulturscen som erbjuder musik och samtal. Missa inte *Alltid på en onsdag* – lunchkonserter med fri entré. Se hela programmet på erstadiakoni.se/kulturscen.



Konst och vård i samspel

Nya Ersta sjukhus på Folkungagatan 125 rymmer en stor konstsamling med både äldre och ny konst. Boka guidad visning i grupp eller gå med på en konsttrond. Tider hittar du på erstadiakoni.se/kulturscen.



Ett stycke historia

På Ersta museum möter du pionjären Marie Cederschiöld och andra drivna kvinnor som förändrat svensk sjukvård. Öppet tis-tors kl 11.30–13.30 samt sista söndagen i månaden kl 12–14.



Bo och möts i central idyll

Det vackra huset från 1890-talet är idag ett modernt konferenshotell – här bor och möts ni i en idyllisk oas mitt i stan. Läs mer och boka på erstahotell.se.



Promenera med perspektiv

Ta en stund att ströva runt i området och låt blicken vila på utsikten över Saltsjön och Stockholms silhuett. Erstaklippan är en plats att återkomma till.