

DAGENS

DEBAT

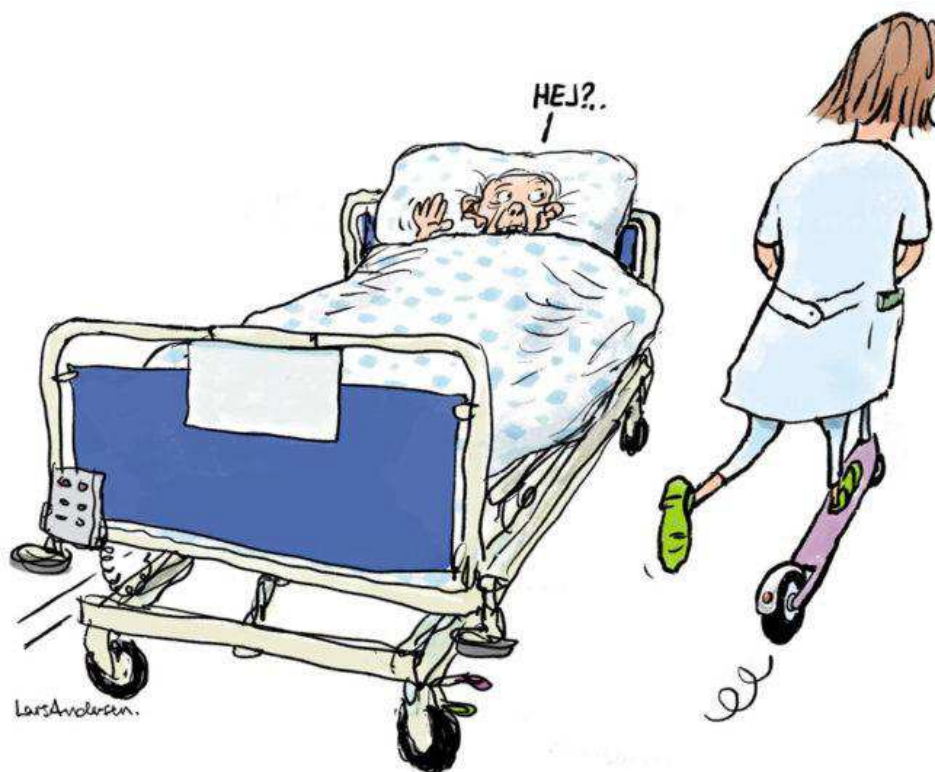


Foto: Lars Andersen

Modgift mod udbændthed

Sæt patienten først - det tager kun 40 sekunder

Jane Clemensen | 20/03/2020

Del dette:



Googler man “Patienten først”, giver det 2,2 mio hits. “Patienten først” er også mottoet for min arbejdsplads, OUH. Og det er titlen på forslaget til en ny sundhedsreform, som ligger og venter fra den seneste regering. “Patienten først” er kort sagt en vision, som rigtig mange er optaget af. Alligevel kniber det ofte i praksis. Det hører vi både fra patienter, pårørende og personale.

Compassion er et begreb, som der er tiltagende fokus på, og compassion handler grundlæggende om at sætte patienten først. Direkte oversat betyder compassion medfølelse, men det er også et begreb, der rummer aktiv handling. I bogen “Compassionomics” skriver forfatterne, at compassion er at behandle andre, som man selv ønsker at blive behandlet. Ikke noget revolutionerende nyt, men hvorfor er det så tilsyneladende så svært?

Et af argumenterne er, at det tager tid at sætte patienten først. Og tid er en knap ressource i vores travle sundhedsvæsen. Men tiden behøver ikke være et argument. For det første er det videnskabeligt undersøgt, hvor lang tid det egentligt tager at være compassioneret – og det er ikke noget, der koster lang tid: En ”compassion-handling” tager mellem 32 og 56 sekunder*.

Compassion kan være med til at skabe den oplevelse af meningsfuldhed, som forsvinder, når man brænder ud som kliniker

For det andet kan compassion-adfærd hjælpe på en af tidens største trusler mod vores sundhedssystem, nemlig udbændtheden blandt klinikere. Fordi compassion kan være med til at skabe den oplevelse af meningsfuldhed, som ofte er det, der forsvinder, når man brænder ud som kliniker.

Et smil kunne have reddet et liv

Hvordan compassion skal praktiseres må nødvendigvis afhænge af situationen og de mennesker, der er involveret. I bogen Compassionomics gives et tankevækkende og skræmmende eksempel. I et selvmordsbrev skrev en mand; at hvis han på sin vej mod broen ville møde et menneske, der smilede kærligt til ham, så ville han ikke springe. Sørgeligt at ingen kunne opfylde dette ydmyge og livgivende ønske. Interessant i denne sammenhæng er beskrivelsen af den styrke, som et smil bærer i sig. En enkelt handling – især for os der arbejder med mennesker, som alle befinder sig i en situation, hvor man er afhængig af at blive mødt af et medfølelse menneske. Desuden fortæller det os, at vi aldrig må dømme hinanden udelukkende på omslaget, og ingen ved, hvad mennesket foran dig må rumme af sorg, angst og fortvivlelse.

Jeg blev selv første gang opmærksom på, hvad compassion kan gøre af forskel for et menneske, og hvordan det virker begge veje, da jeg som ung sygehjælper arbejdede på et geriatrisk hospital i Cambridge UK.

Her lærte jeg (ikke fra de engelske sygeplejersker), at et smil og et lille vink til gamle triste Mr. Robinson kunne skabe liv i øjnene en kortvarig stund. På runderne med drikkevarer lavede jeg drinks, som var særlige for netop ham – som jeg vidste opmuntrende ham, når de blev sat på bordet efterfulgt af et kærligt klap på hans rynkede hånd.

Compassion handler grundlæggende om at sætte patienten først

Mr. Robinson blev udskrevet en dag, jeg havde fri. Men siden bankede det en dag på min kollegiedør, og udenfor stod Mr. Robinson med en flaske, chokolade og en inderlig TAK. Og så havde han bagt scones i håbet om, at jeg ville acceptere hans invitation til te i hjemmet. Det var en gestus, som havde kostet den gamle mand både mod og energi. Jeg tog imod invitationen, og kort efter sad vi i en ægte Mr. Bean bil. Med en ukoncentreret chauffør og med livet som indsats nåede vi hjemmet og de nybagte scones. Venskabet blev langt, også efter jeg havde forladt landet. Breve, nye besøg og glædelige stunder for dette umage par, hvor relationen startede med, at en gammel trist mand bliver set af en ung dansk sygeplejer.

Ligegyldighed er vor tids største fjende

Den ekstra opmærksomhed til den ensomme gamle mand havde ikke taget mig ekstra tid i arbejdet som sygeplejer. Men den var energigivende for både ham og mig, og det er compassions natur. Hvor empati kan være drænende for den udøvende, fordi det er en passiv følelse, så kræver compassion handling – handling som ofte virker healende i relationerne, hvor de udføres med sympati og empati.

Udbrændthed og empati hænger ofte sammen. For megen empati kan udtrætte den professionelle og lede til bla depression – for lidt empati kan lede til udbrændthed, fordi ligegyldigheden får gode vækstbetingelser**.

Og som den tidligere KZ-fange og senere nobelpristager Elie Wiesel sagde det: Det modsatte af kærlighed er ikke had; og det modsatte af godhed er ikke ondskab – det er LIGEGYLDIGHED. Ligegyldigheden er måske vores tids største fjende, og den trives på fortravlede hospitalsgange, som man for eksempel kan høre det i fortællingen Lungemonologerne fra Dansk Lungeforening på YouTube:

”Det minder om ligegyldighed. De går bare forbi mig. Jeg ligger oven i købet på gangen. For de har ikke stuer nok. Så der er ingen undskyldning for ikke at se mig. Her er masser af personale. De har travlt. Hvem har ikke det? Men de ser mig ikke engang i øjnene, når de passerer mig i deres farverige crocs og vigtige kuglepenne i forlommen. De forstår intet. De forstår ikke, hvor uoverskueligt og opslidende det er at være indlagt. Et venligt blik ville gøre en forskel for mig”.

Så lad os blive ved med at tænke, sige og skrive “Patienten først” og lad os huske, at det kun behøver koste 40 sekunder at handle på det.

* (Bylund et al: 32 seconds, Bensing et al: 38 seconds, Fogarty et al: 40 seconds, Roter et al: 54 seconds, Dempsey et al: 56 seconds).

** Evt kilde(r) på afsnit om sammenhæng mellem empati og udbændthed mv.

Jane Clemensen



Professor ved H.C. Andersens børnehospital og CIMIT (Centre for Innovative Medical Technology), Odense

[Flere indlæg](#)

Nyeste indlæg

[Flere indlæg](#)

Del dette:



Kategorier: [Debat](#)

Skriv kommentar

[Logget ind som Anette Bygum. Log ud?](#)

Kommentar

b

i

link

quote

Send kommentar

Seneste nyheder

- | | |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 24/03 | Akutlæge: »Vi vil til enhver tid prioritere patienter ud fra behovet« |
| 24/03 | Ekspert: Styrelsen for Patientsikkerhed lader lægerne i stikken under COVID-19 |
| 24/03 | Forvirring om værnemidler mod corona: Arbejdstilsynet og Sundhedsstyrelsen har forskellige anbefalinger |
| 24/03 | Værnemidler: Fire ting du kan gøre for at reducere risikoen for corona-smitte |
| 24/03 | Medicinalfirma sender håndsækning til det danske sundhedsvæsen |

 [Seneste artikler](#)

Annonce

Favoritter Job

Kvalitetschef

Reservelæge i introduktionsstilling, Børne- og Ungdomspsykiatri Odense

Har du interesse i at prøve funktionsledelse?

Overlæge i Ortopædkirurgi fagområde Skulder-albue kirurgi

Genopslag: Simulationskoordinator til den nyetablerede simulationsenhed i Regionshospitalet Gødstrup – NIDO|danmark, Staben, Hospitalsenheden Vest

Speciallæge til en stilling mellem Regionspsykiatrien Horsens og Horsens kommunes Rusmiddelrådgivning

Introduktionsstilling ved Patologi, Aarhus Universitetshospital

Introduktionsreservelæge til Røntgen & Skanning Viborg, Hospitalsenhed Midt

Barselsvikariat for afdelingslæge ved Øre-, Næse- og Halskirurgi, Aarhus Universitetshospital

Introduktionsstilling i Intern Medicin på Hjertemedicinsk Afdeling Vejle Sygehus, Sygehus Lillebælt

Søg

 Flere job

Konferencer

JUN

Pharma Debat – eksklusivt debatforum for dig i pharmabranchen (flyttet fra marts)

24

24 juni, 08:00 - 09:45

[Søhuset Konferencecenter, Scion DTU](#)Arrangør: [Dagens Medicin](#)

3332 4400

JUN

ADA Highlights 2020 - Aarhus**24**

24 juni, 13:00 - 17:30

[Aarhus Universitetshospital, Skejby](#)Arrangør: [Dagens Medicin](#)

3332 4400

JUN

ADA Highlights 2020 - Gentofte**25**

25 juni, 14:00 - 18:30

[Gentofte Hospital](#)Arrangør: [Dagens Medicin](#)

3332 4400

AUG

Pharma Debat - eksklusivt debatforum for dig i pharmabranchen**26**

26 august, 08:00 - 09:45

[Søhuset Konferencecenter, Scion DTU](#)Arrangør: [Dagens Medicin](#)

3332 4400

SEP

Multisygdom - NSR Sygehuse/Slagelse Sygehus**01**

1 september, 08:30 - 16:15

[NRS Sygehuse/Slagelse Sygehus](#)Arrangør: [Dagens Medicin](#)

3332 4400

[Se mere...](#)

Annonce

[Forside](#) » [Opinion](#) » [Debat](#) » Modgift mod udbændthed

Uafhængig nyhedsavis om sundhedssektoren

[ABONNEMENT](#) / [KONTAKT](#) / [OM AVISEN](#) / [RSS](#)

DAGENS

Dagens Medicin

Møntergade 19

1140 København K

Tlf: 3332 4400

Fax: 7242 5440

dm@dagensmedicin.dk

Chefredaktør (ansv.)

Rikke Esbjerg

© Dagens Medicin

Alle rettigheder til tekst og billeder tilhører Dagens Medicin og respektive ophavsmænd.

[Persondatapolitik](#)

[Cookiepolitik.](#)