

Smärta

ur
ett omvårdnadsperspektiv

Sara Byström
Specialistsjuksköterska i Palliativ Vård

1



2



Dagens program



3



Dagens program



- Vad är smärta?

4



Dagens program

- Vad är smärta?
 - Olika typer av smärta
- 

5



Dagens program

- Vad är smärta?
 - Olika typer av smärta
 - Total pain
- 

6



Dagens program

- Vad är smärta?
 - Olika typer av smärta
 - Total pain
 - Långvarig smärta
- 

7



Dagens program

- Vad är smärta?
 - Olika typer av smärta
 - Total pain
 - Långvarig smärta
 - Behandling
- 

8

Dagens program

- Vad är smärta?
- Olika typer av smärta
- Total pain
- Långvarig smärta
- Behandling
- Sammanfattning

9



Vad är smärta?

10

Vad är smärta?

- International Association for the study of Pain:

*Smärta är en **obehaglig sensorisk** och **känslomässig upplevelse** förenad med vävnadsskada eller beskriven i termer av sådan skada*

11

Är detta ett hot och skrämmande?



12

Är detta ett hot och skrämmande?



Väcker tankar – känslor – beteenden?

13

Är detta ett hot och skrämmande?



Väcker tankar – känslor – beteenden?

14

Är detta ett hot och skrämmande?



Väcker tankar – känslor – beteenden?

15

Är detta ett hot och skrämmande?



Väcker tankar – känslor – beteenden?

16

Är detta ett hot och skrämmande?



Väcker tankar – känslor – beteenden?

17

Det beror på.....
vad som är inlärt..

- Minnen
- Erfarenheter
- Antaganden
- Bemötanden
- Förväntningar
- "Sårbarhet"
- Kunskap



18



Olika typer av smärta

19



Olika typer av smärta

- Nociceptiv smärta

20



Olika typer av smärta

- Nociceptiv smärta
 - Neurogen smärta
- 

21



Olika typer av smärta

- Nociceptiv smärta
 - Neurogen smärta
 - Psykogen smärta
- 

22



Olika typer av smärta

- Nociceptiv smärta
 - Neurogen smärta
 - Psykogen smärta
 - Existentiell smärta
- 

23



Olika typer av smärta

- Akut
 - Långvarig
- 

24



Olika typer av
smärta

25



Olika typer av
smärta

- Anamnes

26



Olika typer av smärta

- Anamnes
- Skattning

27



Olika typer av smärta

- Anamnes
- Skattning
- Symtomlindring

28

Olika typer av smärta

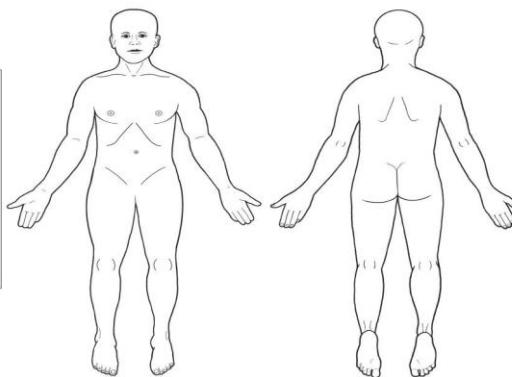
- Anamnes
- Skattning
- Symtomlindring
- Utvärdering
- Dokumentation

29

Smärtteckning med NRS (numerisk skala)

Rita på skissen **var** du har smärta och **hur** smärtan känns.
Använd gärna symbolerna till vänster om bilden.

Smärta	
Molande	MMM
Huggande/skärande	///
Bultande	BBB
Annat	AAA
Brännande	XXX
Stickande	SSS
Tryckande	TTT
Domning	===
Krampartad	KKK
Illande	lll



Markera med kryss på siffran som visar hur stark **din** smärta är
(0 = ingen smärta, 10 = värsta tänkbara smärta).

I vila: 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

I rörelse: 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

30



31

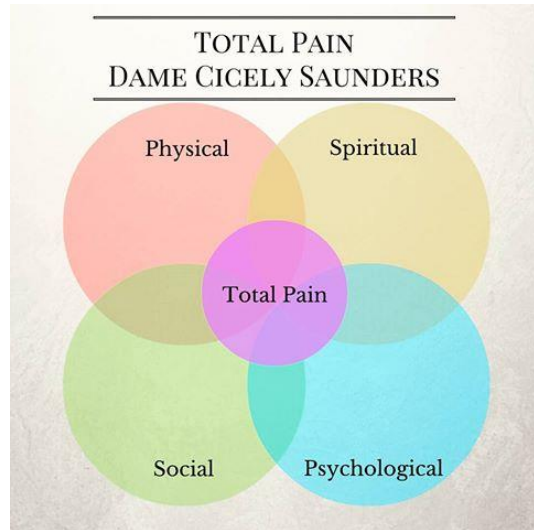
Smärta

- Forskning beskriver smärta som ett flerdimensionellt symtom bestående av såväl
- fysiologisk-,
- sensorisk-,
- affektiv-,
- kognitiv-,
- sociokulturell- och en beteendedimension

Siler, Borneman & Ferrell (2019)

32

Total Pain
Total Suffering



33

- Smärta/skada

34

- Smärta/skada → orolig/rädd

35

- Smärta/skada → orolig/rädd → immobilisering

36

- 
- 
- Smärta/skada → orolig/rädd → immobilisering → tappar kondition

37

- 
- 
- Smärta/skada → orolig/rädd → immobilisering → tappar kondition → mer ont

38

- Smärta/skada → orolig/rädd → immobilisering → tappar kondition → mer ont → rörelserädsla

39

- Smärta/skada → orolig/rädd → immobilisering → tappar kondition → mer ont → rörelserädsla → sämre sömn

40

- 
- 
- Smärta/skada → orolig/rädd → immobilisering → tappar kondition → mer ont → rörelserädsla → sämre sömn → tröttare dagtid

41

- 
- 
- Smärta/skada → orolig/rädd → immobilisering → tappar kondition → mer ont → rörelserädsla → sämre sömn → tröttare dagtid → sjukskrivning

42

- 
- 
- Smärta/skada → orolig/rädd → immobilisering → tappar kondition → mer ont → rörelserädsla → sämre sömn → tröttare dagtid → sjukskrivning → sämre ekonomi

43

- 
- 
- Smärta/skada → orolig/rädd → immobilisering → tappar kondition → mer ont → rörelserädsla → sämre sömn → tröttare dagtid → sjukskrivning → sämre ekonomi → socialt isolerad

44

- 
- 
- Smärta/skada → orolig/rädd → immobilisering → tappar kondition → mer ont → rörelserädsla → sämre sömn → tröttare dagtid → sjukskrivning → sämre ekonomi → socialt isolerad → skuldkänslor

45

- 
- 
- **SKADAN LÄKT** → orolig/rädd → immobilisering → tappar kondition → mer ont → rörelserädsla → sämre sömn → tröttare dagtid → sjukskrivning → sämre ekonomi → socialt isolerad → skuldkänslor

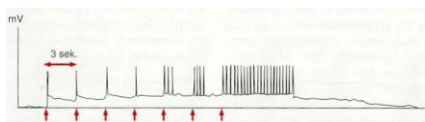
46

Långvarig smärta

47

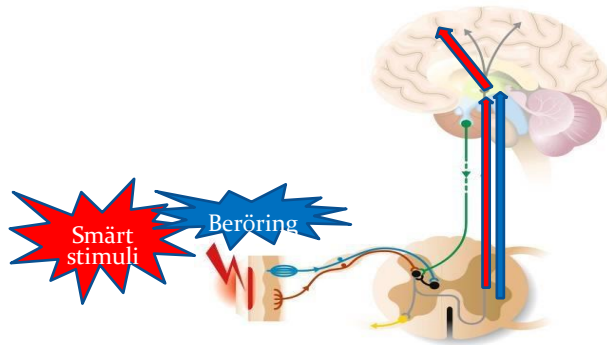
Långvarig smärta

Central/perifier sensitisering



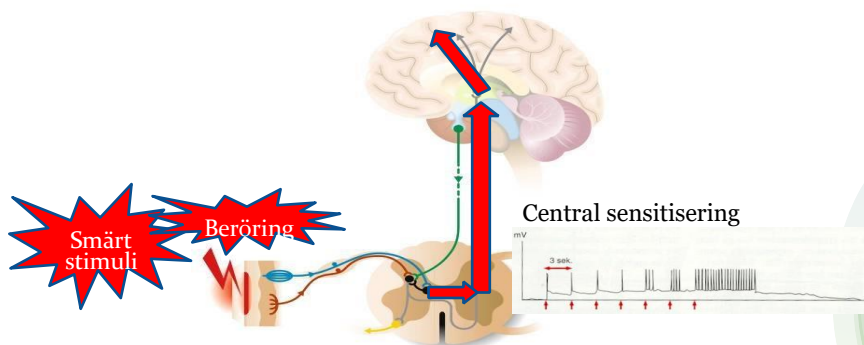
48

Långvarig smärta

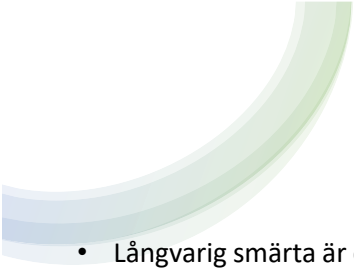


49

Långvarig smärta



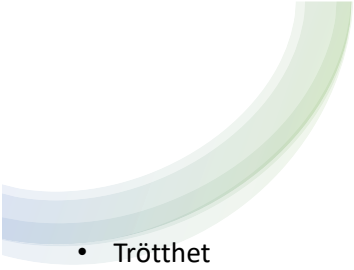
50



Långvarig smärta

- Långvarig smärta är ett bombardemang mot medvetandet och kan ge:
- 

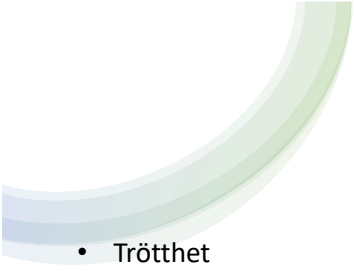
51



Långvarig smärta

- Trötthet
- 

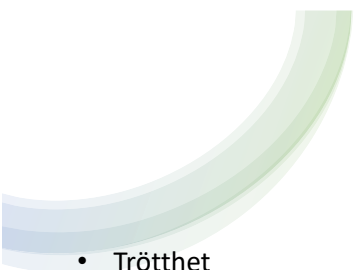
52



Långvarig smärta

- Trötthet
 - Koncentrationssvårigheter
- 

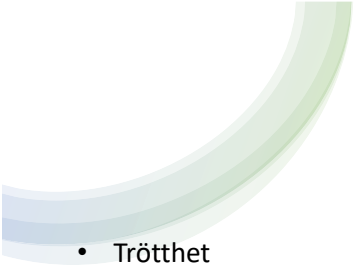
53



Långvarig smärta

- Trötthet
 - Koncentrationssvårigheter
 - Irritabilitet
- 

54



Långvarig smärta

- Trötthet
- Koncentrationssvårigheter
- Irritabilitet
- Ångest, oro, depression

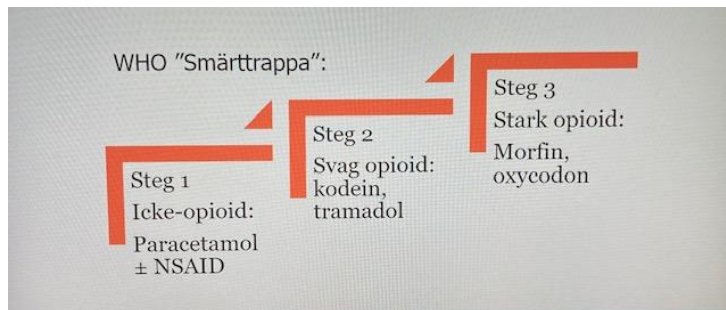
55



Behandling

56

Behandling- Läkemedel



57

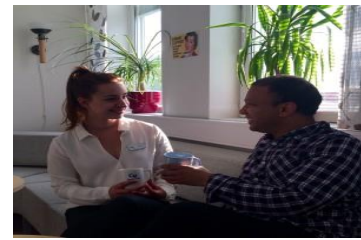


58



Behandling- Multimodal

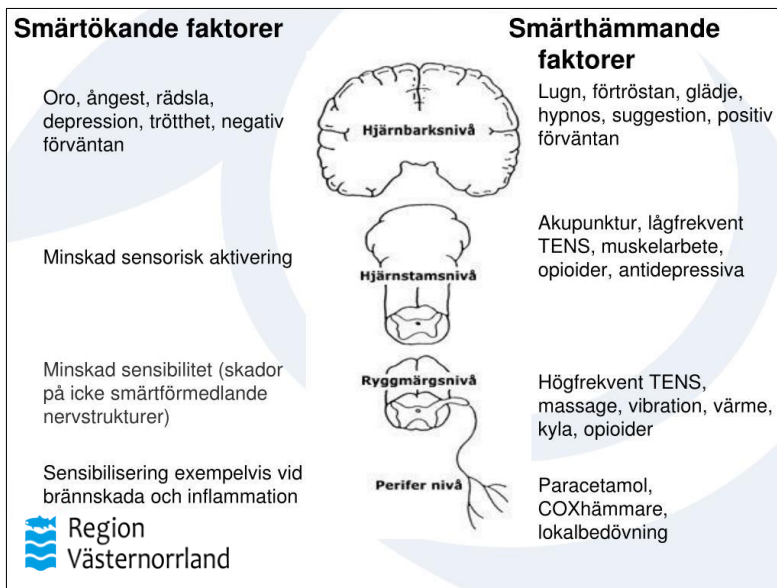
Komplementär och alternativ medicin



59

Komplementär och alternativ medicin

- <https://vimeo.com/338901099/3c6328e43a>



61

Sammanfattning

- Smärtan har flera dimensioner
- Kommunikation- mötet
- Anamnes
- Läkemedel- biverkningar

62

