

## ANDRA METODER ATT BEHANDLA SMÄRTA

- *Sjukgymnastik och fysisk träning* kan lindra smärta. En sjukgymnast utformar individuellt anpassade träningsprogram. Träningen har som syfte att stärka viss muskulatur och att undvika rörelser som utlöser smärta. Avslappningsövningar kan minska den smärta som uppkommer av spända muskler.
- *Massage* kan ge smärtlindring genom att spända muskler mjukas upp. Samtidigt frisätts ämnen som är kroppens egen smärtlindring, endorfiner.
- *Akupunktur* har ofta god effekt på smärttillstånd.
- *TENS* (transkutan elektrisk nervstimulering) är en metod som aktiverar kroppens eget smärtlindringssystem. Svaga elektriska strömmar överförs från en batteridrivna dosor till plattor som fästs på huden.
- *Ryggmärgsstimulering* kan vara ett alternativ då annan smärtbehandling inte ger effekt eller ger för svåra biverkningar.

transkutan genom huden



## Undersökningsmetoder

Läkaren har många metoder för att kunna ställa rätt *diagnos*. Först talar han/hon med patienten och tar upp en *anamnes*, som bygger på patientens egen redogörelse för sina besvär. I samtalet ställer läkaren frågor om tidigare sjukdomar och om sjukdomar i släkten, *hereditet*. Eventuellt kan man redan under samtalet komma fram till vad som orsakar besvären, det vill säga *etiologin*. När all kunskap som behövs om sjukdomen är insamlad föreslår läkaren behandling, *terapi*. Med hjälp av vetenskap och praktisk erfarenhet kan man till viss del förutsäga vad som kommer att ske och hur sjukdomsförloppet kommer att se ut. Det kallas *prognos*. Alla fakta som kommer fram skrivs ner i en *journal*.

**etiologi** läran om sjukdomars orsaker

**prognos** förutsägelse om sjukdomsförloppet och dess utgång

Först görs en allmän läkarundersökning. Beroende på vad den visar kan man sedan gå vidare med specifika undersökningar, till exempel

- provtagningar
- bilddiagnostik
- endoskopier
- funktionsundersökningar.

### ■ JOURNAL

Journal är ett dokument som läkaren skriver. Journalen innehåller upplysningar om patientens hälsotillstånd och behandling. Anteckningar förs in vid varje tillfälle som någon form av förändring sker. Journalen innehåller bland annat:

**anamnes** = patientens egen berättelse om sin sjukdomshistoria.

**hereditet** = ärftlighet. Läkaren frågar om sjukdomar som funnits i släkten.

**status** = en beskrivning av det aktuella sjukdomstillståndet och de undersökningsresultat som ligger till grund för diagnosen.

**diagnos** = bestämning av sjukdomens art  
**terapi** = den behandling som läkaren ordinerar

Hur man skriver en journal, vem som ska få tillgång att läsa den, hur den ska förvaras och hur länge den ska bevaras är noga reglerat i Patientdatalagen 2008:355.

Man har bara rätt att läsa en patients journal om man deltar i hans/hennes vård och behöver ta del av journalen för att klara sina vårduppgifter. Det man får veta genom att läsa journalen faller under tystnadsplikt, sekretess (offentlighets- och sekretesslagen 2009:400). En patient kan begära att få läsa sin egen journal.



## Allmän läkarundersökning

Efter samtal med patienten gör läkaren en allmän undersökning. I den kan följande ingå:

- *Inspektera kroppen.* Man undersöker då om det finns några synliga förändringar på hud och slemhinnor.
- *Mäta blodtrycket,* räkna och göra iakttagelser över *puls*en.
- *Auskultera,* lyssna på hjärta och lungor. Till sin hjälp har läkaren ett *stetoskop*.
- *Perkuter*a, knacka med fingrarna över bröstkorgen. Då urskiljer man ljud som kan ge anvisning om leverns storlek, eventuell vätska i lungsäcken etc.
- *Palpera,* att med sina händer känna på buken eller bröstet för att undersöka om det smärtar någonstans, eller om det finns knölar eller förstörade lymfkörtlar. På män brukar läkaren palpera prostatakörteln genom att med en handskbeklädd hand föra in ett par fingrar i ändtarmen.
- *Pröva rörlighet och styrka* i patientens armar och ben.
- *Undersöka reflexer.* När ögat belyses med en lampa, ska pupillen dra ihop sig. *Patellarreflexen* undersöks genom att läkaren slår med en *perkussionshammare* mot ett område nedanför knäskålen. Underbenet reagerar då med att rycka till uppåt.

patella knäskål

## Provtagning

Efter den allmänna undersökningen måste läkaren eventuellt ta hjälp av laboratorieprover för att kunna ställa diagnos. Vilka prover som ska tas beror på vad läkaren kommit fram till vid sin första undersökning. Rutinprover tas på de flesta patienter, medan de mera specifika testen bara görs vid misstanke om en speciell sjukdom.

Genom att göra olika *analyser på blod* finns det stora chanser att få veta om kroppens balans har rubbats. Ett stick i fingret ger kapillärblod. Venblod brukar man ta från en ven i armvecket.

*Urinprov* kan visa om det finns socker (glucos), äggvita (albumin), blod eller bakterier i urinen.

Prov på avföring, *faecesprov*, kan bli aktuellt om man misstänker blödningar från tarmen eller att det finns en tarminfektion.

*Bakterieodlingar* kan göras på sekret från exempelvis sår, tonsillerna, urin, avföring och infekterade områden. Samtidigt görs

en *resistensbestämning* som talar om vilket antibiotika som bakterierna är känsliga för. (Se kap. 14: Odling och resistensbestämning.)

Vid mer omfattande undersökningar kan man ta prov på magsaft, tarmsaft, ryggmärgsvätska (*likvor*) med mera.

*Cellprov* innebär att man tar vävnadsprov från det misstänkta området. Provet undersöks genom att man i mikroskop tittar på cellerna och bedömer deras utseende. På så sätt kan man urskilja elakartade celler från godartade.

## Bilddiagnostik

Genom olika metoder för bilddiagnostik, till exempel röntgenundersökning, datortomografi, PET-kamera, MRT (magnetkamera) och ultraljud, är det möjligt att avbilda inre organ.

### RÖNTGENUNDERSÖKNING

Röntgenundersökning, som ofta används, är den äldsta av dessa metoder. Den ger värdefulla upplysningar om tillståndet inne i kroppen. Röntgenstrålarna är en form av elektromagnetisk strålning. Kroppens vävnader är olika känsliga och släpper igenom varierande grad av strålar. Skelett och tänder är röntgentäta, det vill säga avtecknar sig bra på röntgenbilden, medan kroppens mjukdelar släpper igenom strålningen och syns dåligt på bilden. Genom att använda kontrastmedel kan man även studera inre organ. Beroende på vilket organ som ska undersökas kan kontrastmedlet antingen drickas, sprutas in i ett blodkärl eller fyllas på genom en kateter.

Det kan krävas en del förberedelser, till exempel fasta, viss kost eller laxering, innan man kan göra en röntgenundersökning. Föreskrifter om förberedelser måste följas ytterst noggrant. Om undersökningen måste göras om, innebär det ökat besvär för patienten och stora kostnader för sjukvården.

Röntgenstrålar i stora doser är skadligt för kroppen. Därför strävar man efter att ge så små doser som möjligt och skydda känslig vävnad. Hos tandläkaren får man en blyhaklapp, som ska skydda sköldkörteln för strålning. Det finns även särskilda säkerhetsföreskrifter om hur personal som arbetar med strålning ska skydda sig mot höga stråldoser.



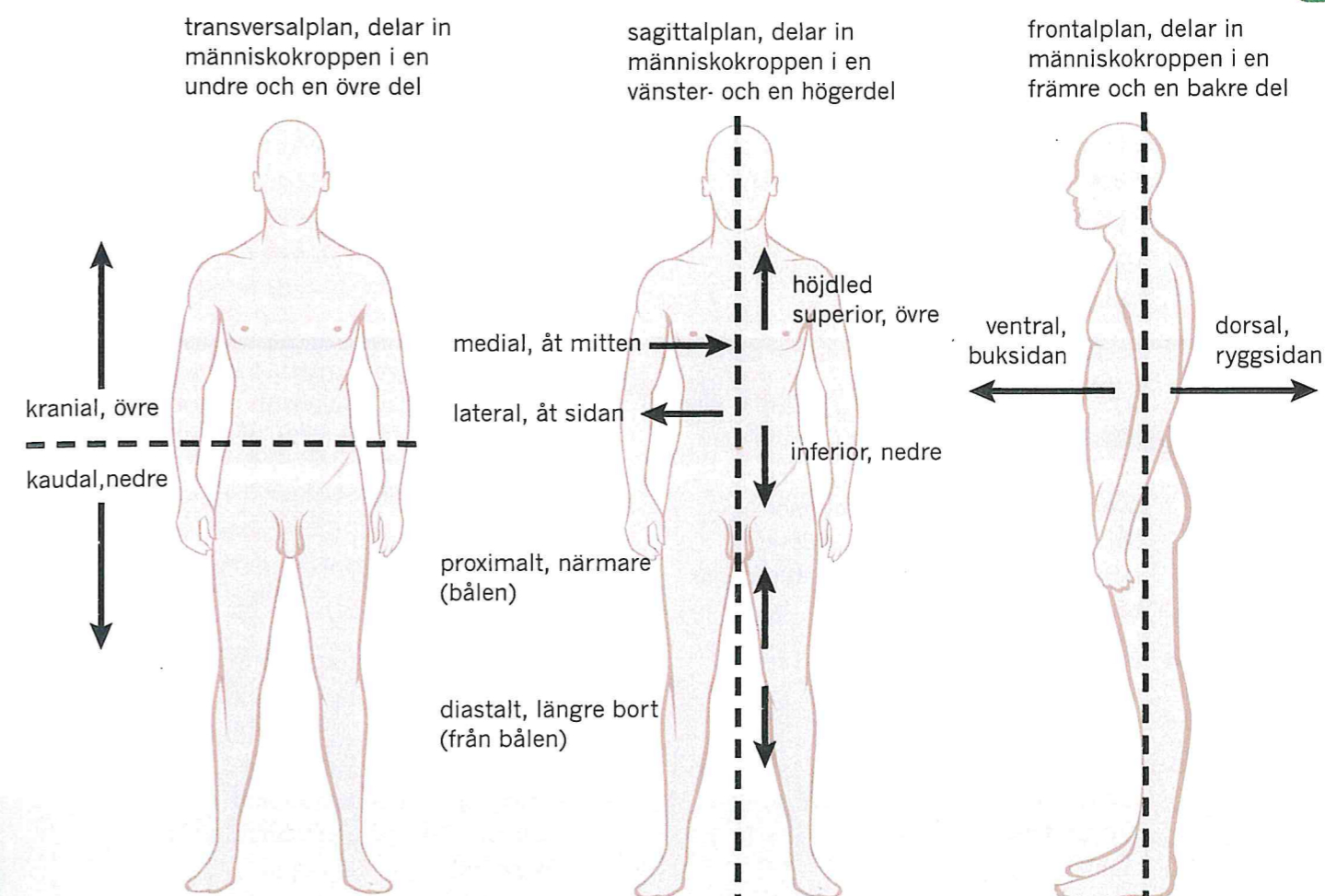
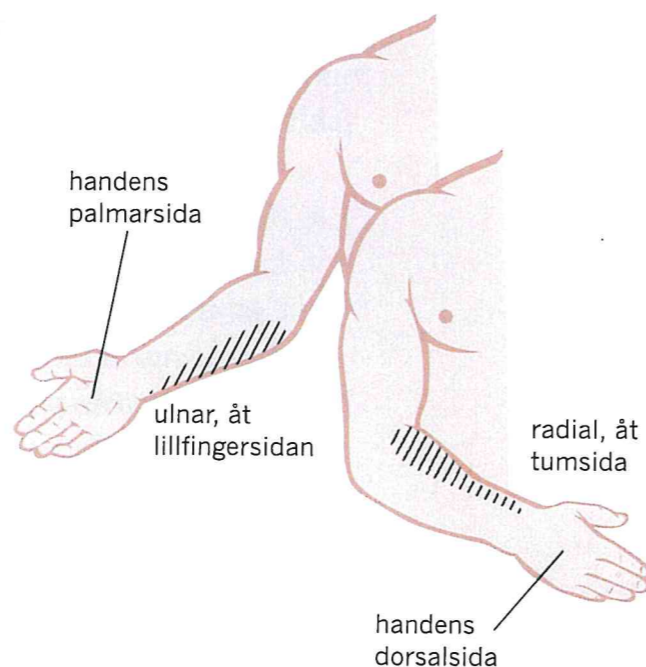
## Funktionsundersökningar

Funktionsundersökningar görs för att se hur ett organ fungerar. Man kan exempelvis göra *lungfunktionsprov*, då man mäter förmågan att andas. Vid allergi kan man göra ett *pricktest* genom att pricka in olika allergiframkallande ämnen i huden och avläsa reaktionen. *EKG*, elektrokardiogram, registrerar de elektriska impulserna i hjärtat, så att man kan avläsa hur hjärtmuskeln arbetar. *Arbetsprov* innebär att man kontrollerar hur hjärta, cirkulation och andning fungerar vid ansträngning. Patienten får under noggrann övervakning trampa på en motionscykel eller gå/springa på ett löpband.

### ■ MEDICINSKA TERMER FÖR KROPPENS OLIKA PLAN, RIKTNINGAR, RÖRELSE OCH LÄGEN

#### Namn på kroppsdelar

kranium	skalle
corpus	kropp
caput	huvud
collum	hals
dorsum	rygg
thorax	bröstkorg
abdomen	buken
pelvis	bäcken
extremiteter	övre extremiteter = armar nedre extremiteter = ben
manus	hand
palma	handflata
pes	fot
radius	stråibnen i underarmen
ulna	armbågsben



#### Förstavelser

ab-	av, bort, från, ur (t.ex. abnorm = bort, exempelvis från det normala)
ad-	åt, till, för (t.ex. adduktion = rörelse åt kroppens mittlinje)
epi-	på, ovanpå, efter, utöver (t.ex. epidermis = överhuden)
ex-	från, ur, ut (t.ex. exponera = utsätta)
hyper-	över, i överkant, ökad (t.ex. hyperaktiv = aktiv i överkant)
hypo-	under, i underkant, nedsatt (t.ex. hypoaktiv = aktiv i underkant)
major-	större (t.ex. trochanter major = stora benutskottet på lårbenets övre del)
minor-	mindre (t.ex. trochanter minor = det mindre benutskottet på lårbenets övre del)
par-	bredvid, falsk, lik, vid sidan (t.ex. parenteral = bredvid, vid sidan av tarmen)
per-	genom (t.ex. per oralt = genom munnen)
peri-	omkring (t.ex. periost = benhinnan omkring skelettet)
post-	bakom, efter (t.ex. postoperativ = efter operation)
pre-	framför, före (t.ex. preoperativ = före operation)
sub-	under, i underkant, svag, otillräcklig (t.ex. subcutis = underhud)
super-	i överkant, ökad, onormalt stor (t.ex. superego = överjag)
-it	ändelsen betyder inflammation (t.ex. appendicit = inflammation i appendix, blindtarmen).



## » UPPGIFTER

Som undersköterska ska du kunna uppfatta vårdbehov och göra vissa bedömningar om hälsotillståndet hos vårdtagaren.

1. Varför är det viktigt att du kan göra sådana bedömningar?
2. Beskriv vad som menas med inre och yttre sjukdomsorsaker.
3. Hälsokorset visar att hälsa och frånvaro av sjukdom inte är samma sak. Fundera över och beskriv olika situationer där en person kan ha en sjukdom, samtidigt som hon upplever att hon har hälsa.
4. Beskriv och ge exempel på vad som menas med symtom som är
  - a) allmänna
  - b) specifika
  - c) subjektiva
  - b) objektiva.

SMÄRTA

Alla människor har vid något tillfälle drabbats av smärta. Inom vård och omsorg, och även i privatlivet, träffar man på människor med såväl akuta smärttillstånd som kroniska smärtor.

Som undersköterska bör du känna till att det finns olika typer av smärta.

Du bör också veta att upplevelsen och utlevelsen av smärta är olika hos olika individer. Din förmåga att iaktta, registrera samt rapportera om en vårdtagares smärttillstånd kan ha stor betydelse för att rätt diagnos ställs och för att vårdtagaren får rätt behandling.

5. Ge exempel på när smärta kan vara en viktig varningssignal om att något ej står rätt till.
6. Beskriv olika typer av smärta.
7. Vad menas med
  - a) smärtupplevelse?
  - b) smärtutlevelse?
8. Ge exempel på iakttagelser du kan göra i samband med smärttillstånd.
9. Hur behandlas smärta?
10. Ge exempel på smärttillstånd
  - a) då man inte får ge smärtstillande läkemedel.
  - b) som alltid ska förebyggas och behandlas.
11. Ge exempel på smärtstillande läkemedel som används vid
  - a) mycket svåra smärttillstånd
  - b) huvudvärk och feber, beskriv även biverkningar
  - c) muskel- och ledvärk, beskriv även biverkningar.

REFLEKTIONER!

Fundera över din roll som undersköterska och vilken användning du har av kunskaper om följande: hälsa, ohälsa och sjukdom, hur olika tecken på ohälsa/sjukdom yttrar sig och varför du bör känna till olika typer av smärta och smärtyttringar.

## » UPPGIFTER

UNDERSÖKNINGAR  
OCH MEDICINSKA TERMER

Gå gärna tillbaka till detta kapitel då du läser om olika sjukdomar och vilka undersökningsmetoder som är aktuella i de olika fallen.

12. Beskriv hur en vanlig läkarundersökning går till.
13. Vad innehåller en journal?
  - a) Varför är det viktigt att det förs regelbundna anteckningar i patientens journal?
  - b) Vem har rätt att läsa en patients journal?
14. Beskriv varför man lätt kan se skelettet och tänderna på en röntgenbild.
15. Hur gör man för att kunna se tarmar, njurar och andra inre organ?
16. Beskriv en datortomograf.
17. Hur går undersökning med PET-kamera till?
18. Varför är det fel att kalla MRT för magnetrontgen?
19.
  - a) När används ultraljud?
  - b) Hur går undersökningen till?
20.
  - a) Vad är en endoskopi?
  - b) Beskriv några endoskopier.