

HUR SKULLE DU VILJA HA DET I LIVETS SLUTSKEDE?

- en rapport från
forskningsprojektet Swe-ACP

FOTO: SCANDINAV BILDBYRÅ.

Har du funderat över hur du skulle vilja ha det när du är i livets slutskede? Vilka personer tror du kommer att vara viktiga för dig då? Många människor har planerat för sin begravning – men kanske kan det även vara av vikt att fundera över hur man vill ha det den sista tiden i livet, innan döden? Detta är utgångspunkten i forskningsprojektet Swe-ACP, som ingår i forskningsprogrammet DöBra, och leds av Carol Tishelman och Olav Lindqvist vid Karolinska Institutet och Umeå universitet. Här berättar de om projektet.

TEXT: MALIN HENRIKSSON, KAROLINSKA INSTITUTET.

I Swe-ACP utvecklar vi metoder för att i förväg reflektera över och prata om vad man tror kommer att vara viktigt när man är i livets slutskede. För PROs räkning sitter Janette Bäckman, ledamot i PROs styrelse, i projektgruppen. I övrigt utgörs gruppen av representanter från Sveriges Pensionärsförbund (SPF), Lungcancerförbundet Stödet, Demensförbundet och Nätverket mot cancer, en etnolog från Nordiska museet samt forskare från Karolinska Institutet och Umeå universitet.

Översatte kortlek

Projektgruppen inledde 2013 arbetet med att översätta en kortlek från USA som tagits fram för att främja samtal om vad som är viktigt i livets slutskede. I arbetet med att anpassa kortleken till svenska förhållanden har vi i projektgruppen också samarbetat med representanter från interreligiösa rådet i Botkyrka kommun samt Islamiska föreningen i Luleå. Den svenska versionen av kortleken, DöBra kortleken, innehåller idag 37 påståenden om sådant som kan vara viktigt i livets slutskede, exempelvis Att inte ha svårt

att andas, Att ha ordning på min ekonomi, Att ha mina närmaste kring mig och Att ha kontakt med en företrädare för min religion. Kortleken innehåller även kort med Valfritt alternativ – ifall personen själv vill ta med något som är viktigt men inte finns bland påståendena på korten.

Nätverkskarta

För att besvara frågan Vem är viktig för mig? används en nätverkskarta där personen ritar en enkel karta över viktiga kontakter som man har i dagsläget och som kan komma att bli viktiga i livets slutskede. Dessa kontakter kan utgöras av exempelvis familj, vänner, husdjur, föreningar och/eller vårdkontakter. Med hjälp av dessa två verktyg, DöBra kortleken och nätverkskartan, har doktoranden Malin Henriksson och forskningsassistenten Therese Johansson genomfört forskningsintervjuer från Norrbotten till Skåne sedan våren 2015. Deltagarna har främst rekryterats via PRO, Demensförbundet och SPF. Information om forskningsprojektet har spridits vid PROs medlemsmöten i Norrbotten och via

annons i Demensförbundets medlemstidning Demensforum. Hittills har 48 intervjuer genomförts, varav 14 med personer som rekryterats via Demensförbundet. Majoriteten av de som hittills deltagit har varit kvinnor och de flesta över 65 år. Projektet fortsätter med intervjuer och vi planerar att träffa cirka 100 personer runt om i Sverige. Vi har också börjat med uppföljande intervjuer efter 6-12 månader med dem som tidigare deltagit.

Planer på digital form

Vi har även kontaktats av enskilda föreningar som vill använda DöBra kortleken vid studiecirkel eller liknande, vilket visar på ett glädjande intresse att fortsätta dessa samtal i andra sammanhang. Det finns även planer på att "översätta" DöBra kortleken och nätverkskartan till digital form, exempelvis som en mobil-app, för att ytterligare sprida möjligheten till reflektion och samtal om hur man vill ha det den sista tiden i livet. Skriv gärna till oss om du har frågor eller funderingar: dobra@ki.se eller besök vår hemsida: www.dobra.se ■