

Nummer 4  
2012 60:e årg



# Hälsning

*från Sveriges Kristna Sjukvårdsförbund*

[www.kristenivarden.se](http://www.kristenivarden.se)



Foto: Tabita Holmqvist

**Tron som friskfaktor – inte riskfaktor**

Sid 3

**Jul ombord på Africa Mercy**

Sid 6



**God Jul och Gott Nytt År  
önskar SKSF:s styrelse!**

Kära SKSF-vänner!

Nu är det dags för sista numret av vår tidning Hälsning för i år, vårt jubileumsår. Jag ser tillbaka på ett spännande år med många fina möten och samtal med människor. Många, både medlemmar och andra, hör av sig på olika sätt och ger respons på vår hemsida, tidningen Hälsning mm. I samband med de artiklar som varit i några kristna tidningar har kristen vård- och omsorgspersonal hört av sig och samtalat om hur det är att vara kristen på jobbet, nedskärningar, stress, utbrändhet. En del har upplevt att det varit tungt, medan andra uttryckt glädjen över att känna hur Gud är med och ger styrka och leder på de mest förunderliga sätt. Något som varit genomgående har i alla fall varit att man uttryckt att SKSF behövs som en kristen röst i svensk vård och omsorg, och att man tycker det är positivt att bönen har en central plats. Jag hoppas du som är medlem förstår hur viktig du är, och att du vill fortsätta att vara en del i vår gemenskap, för utan dig kan vi inte fortsätta. För att vi ska kunna fortsätta med vårt viktiga arbete hoppas jag att många vill betala in medlemsavgift för 2013, och även frivilliga gåvor är naturligtvis välkomna. Det mesta som görs i SKSF görs ideellt, och kostar inte föreningen något alls, men allt är tyvärr inte gratis. Gud vill välsigna dig och SKSF!

Jag har förstått att Healthcare Sunday – Bön för Vård och Omsorg 21 oktober, var uppmärksammat i många kyrkor och bönegrupper och även på en del äldreboenden. Det känns ju verkligen roligt att det börjat sprida sig mer och mer, och vi kan vara säkra på att det kommer att ge resultat.

När det här numret av Hälsning kommer ut är det adventstid, och snart är det jul. Jul kallas ofta även för ljusets högtid, eftersom vi tänder mycket ljus då. Det behöver vi i vintermörkret. I Jes.9:2 står det: ”Det folk som vandrar i mörkret skall se ett stort ljus, över dem som bor i döds-skuggans land, skall ljuset stråla fram.” I Joh. 12:46 står det: ”Jag är ljuset som har kommit till världen, för att ingen som tror på mig skall bli kvar i mörkret.”

Nyligen var det Allhelgonahelg. Då var det många som tänkte på sina anhöriga som gått bort tidigare och en del kanske även tänkte på den dag man själv lämnar jordelivet. Många ljus tändes på kyrkogårdarna runt om i landet. Den helgen

kan upplevas både mörk och vemodig, lite beroende på inställning och olika upplevelser och sorg och saknad, medan den för andra kan vara fylld av ljus och fylld av hopp om att åter ses i himlen. Halloween, som mer och mer har blivit en tradition även i Sverige speglar definitivt inte ljus, utan enbart mörker, även om många tycker det är spännande att klä ut sig och göra pumpalyktor osv. Jag läste en artikel i Jönköpingsposten om att man i Bottnaryd vill skapa en ny tradition. Pingstkyrkans barnkör ”Glädjespridarna” gjorde lyktor, men inga spökyktor, och sedan hade man en ljusmanifestation och gick runt i samhället och spred ljus. Det tyckte jag lät som ett riktigt bra initiativ! Det är ju precis det Jesus kom till jorden för att göra. Han är det stora ljuset, och vi i SKSF får också vara med och sprida ljus i Sverige.

forts. s. 8



**Margrèth Jansson**  
ordförande  
kristenivarden@telia.com

## Hälsning

från

Sveriges Kristna Sjukvårdsförbund  
Smedhemsv. 19, Ryd, 560 25 Bottnaryd  
Tel. 072 - 215 19 92  
kristenivarden@telia.com

### Ansvarig utgivare

Margrèth Jansson, Smedhemsv. 19, Ryd,  
560 25 Bottnaryd kristenivarden@telia.com

### I redaktionen

Barbro Fritz, Majken Hagvil Svensson,  
Ingrid Rydell

Medlemsavg.: 200 kr/år. Stud.: 100 kr/år  
(4 nr av Hälsning ingår)

Enbart prenumeration på Hälsning: 100 kr/år  
Tidningen utkommer med 4 nr per år  
Manus till nästa nr senast den 11 jan 2013

### Gåvor sändes till

Sveriges Kristna Sjukvårdsförbund  
Plusgiro 13 87 37 - 2

### Hemsida

www.kristenivarden.se

# Tron som friskfaktor - inte riskfaktor

Är religiös tro skadligt för fysisk och psykisk hälsa eller kan tro bidra till positiva effekter på människors mående? Dessa frågor diskuteras i en rapport av Christian Medical Fellowship (no:44, 2011) av författarna Bunn & Randall. De refererar i sin rapport till en omfattande litteratur översikt i ämnet, publicerad och utgiven i bokform av Oxford University Press (2001) med titeln *Handbook of Religion and Health*. Cirka 1200 studier och 400 översikter har studerats och slutsatsen är att det finns en positiv korrelation mellan tro och hälsa. Tron bidrar till skydd från sjukdom, hjälper människor att förhålla sig till sin sjukdom och ger snabbare återhämtning. Några få studier (4%) visar dock negativa effekter i hälsotillstånd hos troende människor och som exempel tas Jehovas vittnen som nekar blodtransfusioner, medlemmar i Christian Science som inte är särskilt benägna att söka medicinsk hjälp, samt vissa trossamhang präglade av auktoritärt ledarskap samt hårda och dömande attityder.

Hos människor i allmänhet finns föreställningar att religion kan driva människor in i psykisk ohälsa och exempelvis leda till psykosgenombrott. I verkligheten visar det sig att tro skyddar mot psykos. Ja inte bara det, utan majoriteten av studier som gjorts visar att människors tro tycks ha ett stort antal positiva effekter på psykisk hälsa. Religiöst engagemang associeras i studierna med hopp och optimism, syfte och mening med livet, högre självförtroende, bättre anpassning vid sorg, bättre social support och mindre ensamhet, lägre grad av depressioner och snabbare återhämtning från depression, lägre grad av suicid, mindre ångest, färre psykos, mindre alkohol- och drogberoende, mindre brottslighet och större stabilitet och tillfredsställelse i äktenskap.

Bunn & Randall diskuterar hur länken mellan tro och hälsa fungerar. Finns det flera möjliga mekanismer i tron som främjar hälsa? Författarna tar upp fem olika dimensioner för att beskriva hur detta kan gå till.

## 1. Mental inställning

Andlig tro påverkar våra attityder och förväntningar på livet, vilket tycks ha ett betydelsefullt

inflytande på fysisk hälsa. En materialistisk världsbild där universum är opersonlig ger en annorlunda syn på hur händelser i livet tolkas, än en kristen livssyn där det finns en sammanhängande världsbild och ett slags högre syfte med individens liv, som kan skänka hopp i svåra omständigheter.

## 2. Hälsobeteende

Engagemang i kristna sammanhang visar ett positivt samband med minskade riskbeteenden, såsom användning av alkohol, droger och tobak. Tro associeras även med minskat sexuellt riskbeteende, speciellt bland unga. Det tycks också öka patientens följsamhet med ordinerad medicinering.

## 3. Sociala relationer

Engagemang i trossammanhang påverkar och förbättrar individers sociala relationer. Det minskar människors ensamhet genom att erbjuda sociala kontaktnät och det tycks ge bättre stabilitet i äktenskapliga relationer.

## 4. Immunologiska effekter

Att psyket påverkar immunapparaten är idag oomtvistat. Vad många kanske inte vet är att det finns studier som visar att en religiös tro har fördelaktiga effekter även i detta avseende. Exempelvis finns en publicerad studie som visar att HIV-smittade personer som har en aktiv religiös tro, under fyra års uppföljningstid har signifikant långsammare nedgång av hjälparceller och långsammare sjukdomsprogression.

## 5. Gudomlig intervention

Studier som försökt ge vetenskapliga bevis för att förbön har effekt har däremot inte kunnat visa sådan. Det i sin tur kan bero på såväl metodologiska svårigheter som att Gudsingripanden inte sker på sådant sätt att de låter sig bedömas med vetenskapliga metoder.

## Andliga frågars plats i sjukvården

Känt är att vid sjukdom och trauman kommer många existentiella och andliga frågor upp till ytan, frågor om människans dödlighet, värde och plats på jorden. Men att inom sjukvården erbjuda andlig vård är kontroversiellt (utom möjligtvis

forts. s. 5

# Oväntat möte med vården

Vinter. Torsdag morgon. Upp som vanligt och möter en femteklass i musik den första lektionen på morgonen. Tung och trött i huvudet, men inte mer än vanligt vad jag kan förstå. Man biter ihop och kämpar på, snart är det lov – Du vet hur det är!

Vi är på väg in i ett nytt segment i musiken där vi ska följa melodifestivalen, skriva egna låtar och spela in dem. Kul projekt för eleverna!

Plötsligt där jag står får jag svårt att hålla balansen. Jag tar ett par djupa andetag och ska fortsätta tala vid whiteboarden, men jag hör mig själv sluddra och det drar i högersidan av ansiktet.

Avlyser lektionen så gott det går och lyckas ta mig över skolgården till skolsköterskan, som också är min fru, Anna-Carin. Hon tittar på mig och säger ”-Ted, du har fått en tia!” Själv förstår jag ingenting. Vadå tia, är det något slags sjuksköterskeskämt? En liten stund senare ligger jag på golvet med hela högersidan av kroppen frånkopplad. Stroke!

Vi är väl cirka 30 000 svenskar som drabbas av det här varje året. De flesta är en bit upp i åren, själv var jag 52 år, men det tycks krypa allt längre ned i åldrarna.

Plötsligt förändras hela livet. Efteråt har jag uttryckt det som att ”den gamla kartan plötsligt brunnit upp.” Sånt som tidigare varit självklart är det inte längre. Det kan handla om att gå, läsa, cykla, prata och umgås med människor, titta på TV, köra bil...

Men det går att hitta vägen tillbaka även om särskilt den första tiden är nog så tuff.

Under senare år har kampanjer spritt upplysning och kunskap om stroke. Det är bra! Det finns bra och aktiva strokeföreningar runtom i landet. Själv tillhör jag Södra Vätterbygdens. Där kan man hitta bra stöd och gemenskap.

En stroke är en propp eller en blödning i hjärnan som ställer till med olika skador. Ett av de vanligaste efterföljande kvarvarande symptomen är vad som kallas ”hjärn-trötthet”. Man är helt enkelt, som många uttrycker det ”väldigt trött i huvudet” och i behov av vila varje dag.

Själv är jag nu efter 3 ½ år så bra att jag jobbar 75 %. Det tycker jag är en stor framgång!

Men typiskt är också att jag efter en förmodad på min pastorexpedition ibland vinglar ned för trapporna för att jag måste lägga mig och vila

hjärnan. Tröttheten kan vara förfärlig. Det skulle inte fungera att stå vid en maskin på en produktionslinje. Där kan man inte riktigt göra så. Efter vila kan jag i regel fortsätta dagen. Med lite ordning och självdisciplin fungerar jobb och vardag ganska bra.

Det är skillnad på att möta sjukvården som anhörig eller som patient/vårdtagare. När jag exempelvis för med min mor till sjukhuset, under hennes sista år var det ganska ofta, så litade jag mycket på personalens proffsighet och yrkeskunskande. Men när jag själv blev den som befann mig i sjuksängen, fick jag större insikt om behovet av att inte bara bli proffsigt hjälpt, utan att också få möta vänlighet, beröring, tålmod och gärna lite humor!

Det är här som en människas livssyn kommer in. Är det bara ett jobb jag har eller kan jag också vara medmänniska? Jag tror och tycker att hållningen man möter i vården är väldigt god, men jag ser och förstår också att det har blivit något av en ekonomisk krigszon idag. Jag hör mycket på nyheterna om nedläggningar, indragningar, sparpaket etc. Det finns tydligen annat som är viktigare för samhället att lägga pengarna på idag. För pengar finns i landet, men prioriteringarna är i verkligheten inte de bästa.

Det får mig att fundera. Hur ska man som vårdpersonal klara av att orka med det ökade trycket?

Krympande resurser och ökat ansvar. Jag vet att det är en svår fråga, men jag kanske kan bidra med en tanke iallafall när jag säger att man måste själv ha en stabil grund för sitt liv och sin människosyn. Jag har mött kristna som jobbar i vården och är särskilt tacksam till dem. Numera inser jag mer än någonsin hur viktiga ni är!

Själv är jag ju pastor i Missionskyrkan, och har efter stroke fått släppa musiklärarbiten, och utifrån den rollen ser jag hur den kristna tron och församlingen kan spela stor roll, inte minst för människor som arbetar med människor!

forts. s. 11



Ted Sandstedt.



## Guds omsorg

Jag heter Álfheiður Árnadóttir, och kommer från Island. Under SKSF:s konferens i augusti, var jag med som representant för KFH på Island.

Jag har tänkt på en vers i Bibeln där det står: ”Herren är nära alla som åkallar Honom.” Ps. 145:18. Det för mina tankar till något jag var med om, som jag gärna vill dela med er.

Jag har varit gift i 42 år. Vi har 4 barn och 9 barnbarn. Genom åren har vi rest mycket, och nästan alltid tillsammans. I december 2009 väntade vi vårt åttonde barnbarn i Finland. Jag bokade flyg för mig själv tidigt i december, eftersom jag ville vara där när vårt barnbarn skulle födas. Min man skulle komma strax före jul. Han skulle flyga via Stockholm, där han skulle få vänta i två timmar på flyget till Helsingfors. Tanken på att resa ensam oroade honom och ju mer det närmade sig desto mer orolig blev han. Varje natt bad jag för honom att Gud skulle ge honom styrka och frid i sinnet.

15 december, när han kom till arbetet, bad de honom att resa till Akranes, vilket ligger ca 100 km från Reykjavik. Han hade aldrig utfört något arbete där förut, och var inte speciellt upplagd

för att åka dit, men gjorde det i alla fall.

Då han arbetade utomhus, kom en man ut från ett hus i närheten och de började prata med varandra. Den dagen var vädret väldigt onormalt för Island, eftersom det var 15°C ute. Den andre mannen sa: ”Vädret är inte så här fint i Helsingfors. Där är det -12°C.” Min man blev förvånad över att han pratade om Helsingfors. Sedan fortsatte mannen: ”Jag ska flyga till Helsingfors 22 december.” Det var samma dag som min man skulle flyga dit.

De bestämde att de skulle mötas på flygplatsen och resa tillsammans till Helsingfors, eftersom de båda var ovana att resa ensamma. Och så blev det.

Flyget blev försenat från Island, så de missade sin anslutning i Stockholm. De fick vänta där i sex timmar, men kom så småningom till Helsingfors i alla fall.

För mig blev det här ett klart bevis på att Gud lyssnar, och att Han hör våra böner. Han har omsorg om oss.

**Álfheiður Árnadóttir**

“Han har omsorg om oss”. ”

forts. Tron som friskfaktor..

inom den palliativa vården). Tyvärr är doktorna ofta mindre religiösa än patienterna och förstår inte alltid sina patients behov i detta avseende. Men om det vore möjligt inom ramen för vårt sätt att bedriva sjukvård, skulle en intresserad och lyhörd doktor kunna utforska patientens andliga tillstånd och överväga hur patientens personliga tro kan påverka både sjukdomens förlopp och patientens hopp om tillfrisknande och så dra fördel av detta i behandlingen.

Studier har visat att inkomst och utbildning har påfallande lite påverkan på människors livslängd jämfört med påverkan av tro. De som engagerar sig i kyrkor regelbundet har en förväntad livslängd som är sju år längre än de som inte gör det och för svarta i USA som regelbundet går i

kyrkan är förväntad livslängd fjorton år längre än för de som inte gör det. Slutsatsen av rapporten är tydlig och visar på att människors tro och religiösa engagemang har en positiv effekt på både fysisk och mental hälsa, men också predicerar ett längre liv.

Sjukvården hjälper människor att överleva, tron hjälper människor att leva, är vår slutsats när vi läst ovanstående rapport.

**Lars Ljungström**  
Infektionsläkare

**Britt-Marie Ljungström**  
Psykolog och psykoterapeut

Tidigare publicerad i Ars Medicina. Återgiven med tillstånd.





## Firar jul ombord på Africa Mercy

Jag är sjuksköterska och jobbar i vanliga fall med palliativ vård i Sverige, men bor och jobbar just nu på ett sjukhuskepp som heter Africa Mercy. Skeppet drivs av en organisation som heter Mercy Ships. Verksamheten är inriktad på kirurgi, och skeppet lägger till i olika hamnar i Västafrikanska länder. Just nu ligger skeppet vid Guineas kust för ca 10 månader. Ombord görs olika typer av specialiserade operationer som läpp- och gomspalt, ansiktstumörer, plastikoperationer efter brännskador, klumpfot, ögonkirurgi och en del annat. Behoven är enorma och vi kan naturligtvis bara hjälpa en bräddel. Därför försöker vi som organisation även jobba lite mer långsiktigt med träning av bland annat lokala kirurger och annan vårdpersonal.

Jag har en familj som såklart är med här ombord. Min man arbetar som projektledare med sjukhusets olika projekt och även en hel del med att nätverka med andra biståndsorganisationer. Vi har två grabbar i åldrarna 8 och 12 år som går

i den internationella skolan ombord på skeppet. Det är 52 barn från olika länder i skolan det här läsåret. Våra barn är de enda skandinaviska barnen ombord just nu. Edvin som är 12 år läser även svenska via Sofia distans, som är en nätbaserad svensk skola.

Att arbeta med mission har funnits i mitt hjärta sedan tonåren och kom att växa sig starkare i min mans hjärta under våra första år som gifta. (Han var med på en HCF-konferens i Kösen 1986. HCF firade då 50 år.) När så möjligheten kom att åka iväg som familj kändes det fantastiskt roligt, spännande och helt rätt. Vi har arbetat två år i Liberia innan vi kom hit till skeppet och nu har vi varit här ombord i ett och ett halvt år. Här firar vi både lucia och jul. Att lägga ner lite av sin svenska bekvämlighet är nog bara bra för hälsan och att leva nära en annan kultur är definitivt bra för själen!

### Varför jobbar man med palliativ vård i Afrika?

Enligt WHO räknar man med att ungefär 100 miljoner människor världen över skulle ha nytta av grundläggande palliativ vård, de allra flesta av dessa människor lever i utvecklingsländer. I dessa länder är de medicinska resurserna begränsade. Behandlingar för cancer eller andra livshotande sjukdomar är ofta omöjliga p.g.a. att det inte finns behandlingsalternativ eller att sjukdomen



Camilla Börjesson med en flicka med en ansiktstumör.



Sönerna Alexander och Edvin i det julpyntade hemmet ombord på båten.



*En flicka med gomspalt och hennes mamma.*

upptäcks för sent. Det är därför behovet av palliativ vård är så mycket större i resurssvaga utvecklingsländer. Människor dör ensamma och andanstopgade. De dör i smärta därför att de inte får någon smärtlindring men framförallt dör många utan att veta vad det är som är fel. Ingen berättar att de är döende i t.ex cancer. Alla dessa bitar kan bas-palliativ vård hjälpa människor med. Det är aldrig för sent att göra något. Det finns alltid något man kan göra för någon som är svårt sjuk. Det ibland lilla kan man tycka är så mycket mer än att inte göra något.

Därför jobbar jag med palliativ vård i Afrika. Vi besöker människor i deras hem, och vi lär känna hela familjen. Barn i massor springer omkring oss, och de gamla sitter i skuggan. Vi försöker se till att patienten blir smärtlindrad med hjälp av enkla smärtstillande mediciner som går att köpa på lokala apotek. Vi samtalar om sömn och kost, lägger om sår och lär även familjemed-

lemmarna att fortsätta sköta om såren. Ibland är kanske det viktigaste att vi är ärliga och berättar sanningen för människor om deras sjukdom och vad de kan förvänta sig. Nog så viktigt är att vi kommer tillbaka på regelbundna besök för att stötta patienten men också familjen. Det händer ibland att vi ber för eller tillsammans med patient och familj. Till detta kommer också att sprida kunskap om palliativ vård i dessa länder där begreppet ännu i princip inte finns. Jag måste säga att det är en av de mest spännande bitarna med jobbet, att få vara med och träna människor och ibland även plantera små palliativa enheter i Västafrikanska länder. Med mycket små medel och med väldigt grundläggande kunskaper hjälper de sedan sina egna landsmän igenom smärta och sorg.

#### **Camilla Börjesson**

Du kan läsa mer om Mercy Ships på [www.mercyships.se](http://www.mercyships.se)



*Vårdpersonalen på båten samlad.*

*”Att lägga ner lite av sin svenska bekvämlighet är nog bara bra för hälsan och att leva nära en annan kultur är definitivt bra för själen!”*

# Gud svarade och gav mig en Aron

När jag 1993 blev färdig med min utbildning som sjuksköterska var jag 20 år gammal. Utbildningen gav mig respekt för livet och kunskapen jag fått för att ge patienterna bästa möjliga vård. Detta gjorde mig också uttryckligen skräckslagen. Här var lilla jag, utan yrkeserfarenhet, med ny kunskap som jag nu skulle börja praktisera på riktigt. Jag var rädd att jag skulle glömma någon viktig information, och tänkte att om jag gjorde ett misstag skulle det gå ut över en levande persons hälsa.

Jag sökte i alla fall jobb i tron på att Gud skulle vara med mig hela vägen, eftersom jag trodde att det var han som hade lagt ner en längtan och glädje att få hjälpa andra människor, i mitt hjärta. Jag brukade tala med Gud om hur jag kände det.

En dag kom jag att tänka på Moses i Bibeln. Han kände sig helt otillräcklig när Gud kallade honom. Jag tänkte också på hur Gud mötte honom och hur han fick Aron som hjälp. Han behövde inte gå ensam. ”Gud, ge mig en Aron som kan hjälpa mig i mitt jobb som sjuksköterska.” Det var ett rop ur djupet av mitt hjärta som Gud hörde. En liten tid därefter började jag som vikarie inom kommunens kvälls- och nattpatrull. På kvällarna jobbade man själv, men på nätterna jobbade man tillsammans med en undersköterska. Jag fick vänja mig vid att köra bil samtidigt som jag skulle svara i mobiltelefonen på alla larm. Det var innan alla hade en egen mobil. Jag bad en hel del under varje arbetspass, både för bilkörningen och för alla arbetsuppgifter som jag stötte på. Gud var trogen hela vägen! Han gav mig även en ”Aron”. Henne kallar jag fortfarande idag för ”Aron”, men hennes riktiga namn är Ingrid. Ingrid är kristen och vi var då med i samma församling. Hon jobbade i samma

tjänst, men vi jobbade aldrig samtidigt, eftersom det bara var en sjuksköterska i tjänst åt gången. Hon skolade in mig i rollen och blev det stöd jag behövde när jag hade något att fråga om. Ingrid har även en stor bönetjänst, så jag fick en trygghet i att veta att hon bara var på ett samtalsavstånd när jag jobbade. Att hon hade samma trygghet i Gud som jag och att vi kunde be tillsammans var underbart. Jag fick den hjälp jag behövde för att våga ta steget, och sedan dess har Gud lett mig vidare inom flera olika områden i sjukvården. Mest har jag jobbat inom akutsjukvården och operation. Min examen har också godkänts av flera andra länder och öppnat upp länder där jag inte skulle ha kunnat jobba annars.

Efter att ha fått se och möta min rädsla kan jag nu säga att jag har kommit segrande igenom det, och verkligen njuter av mitt jobb. Det har gett mig så mycket glädje.

Just nu njuter jag av att vara mammaledig med en underbar liten Nathaniel. Han är född i Belgien, har en far från Nya Zeeland, men vi bor alla för tillfället i Polen, så Gud har verkligen lett oss runt om i sin värld.



Eva Gray (född Karlsson)

---

forts. Ordföranden har ordet

Du kan få vara med nu i jul och sprida ljus och värme där du är. Kanske du kan ringa någon, bjuda hem någon, skicka en hälsning, säga något uppmuntrande till din granne eller arbetskamrat. Det finns många sätt, men låt alltid Jesus vara med dig i allt du gör, var du än är.

2013 kommer vi att ha vårt årsmöte lördagen

den 16 mars i Stockholm, så boka in det i din almanacka. Mer information kommer i nästa nummer av Hälsning och även på vår hemsida. Sedan planerar vi för en gemenskapshelg i slutet av augusti.

Så vill jag önska dig en GOD JUL och ett GOTT NYTT ÅR!





## Studentfrukost i Linköping

Lördagen den 3 november var det studentfrukost i Ryttagårdskyrkan, Linköping. Tre killar som är engagerade i Fisherman's Friend, den kristna studentföreningen på Hälsohögskolan i Linköping hade dukat upp ett härligt frukostbord. Birgit och Roul Åkesson från Bible for the Nations berättade om arbetet med Vårdbibeln, och sedan berättade Efraim Jovlund, ordförande i studentföreningen Fisherman's Friend lite om föreningen. Johan Semby informerade om KLM och



berättade lite personligt från sitt liv som läkare. Undertecknad fick också tillfälle att berätta en del om SKSF. Från KLM:s styrelse var även Nils Svensson med och från SKSF:s styrelse var Majken Hagvil Svensson med. Jag tror vi alla är överens om att det kändes som en lyckad förmiddag, med god frukostgemenskap. Vi tackar Gud för våra kristna studenter och det arbete de kristna studentföreningarna gör.

**Margrét Jansson**



## “Från mörker till ljus” – att vårda svårt psykiskt störda

13 oktober var jag med på en intressant föreläsning i Linköping av Mats Karlsson, psykiatriksköterska inom Rättspsyk. Han beskrev både vårdarens och vårdtagarens perspektiv. Fina bilder visades från Karsudden i Katrineholm. Mats talade om att försöka ge hopp, och försöka skapa mening för personer som på grund av olika omständigheter – sjukdom, brott, mord och så vidare – dömts till tvångsvård. De befinner sig i ett totalt mörker, ser inget ljus då de kommer dit. En



*Mats Karlsson.*

del har gjort dem, som betyder mest för dem, väldigt illa. Det gäller att försöka hitta något som kan få dem att vilja samarbeta för en förbättring och se en framtid. För en del intagna har Karsudden blivit som ett hem medan andra bara vill därifrån. En del av de intagna söker sig till Guds-gemenskapen. De som är intagna hänvisas till denna miljö under kortare eller längre tid, med vårdarna och ”medicinen” som hjälp. Det är medmänniskor som sitter där. Om det var någon av mina anhöriga som satt där, hur skulle det påverka min inställning?

För oss som lyssnade sattes tankar, känslor och reaktioner igång. Hur ska vi se på människor som förstört andras liv? Självtänker jag på anhöriga som bär sin börda av frustration, besvikelse och sorg. Vi behöver alla ett hopp för morgondagen. Själven är skör. Gud önskar att hela och läka hjärtan. Kasta era bördor på Herren. Gud förlåter den som ödmjukar sig och vänder om till honom.

**Suzanne Voster**



## En glimt från Hallands Sjukhus, Halmstad

Hösten och frosten har kommit till Halmstad. Idag "dansar löven som änglar" i den kraftiga vinden och hamnar förhoppningsvis på grannens tomt.

Här i Halmstad är Sjukhuskyrkan sedan länge en naturlig och väl inarbetad samarbetspart inom vården. Vi är fyra personer som arbetar och bemannar tre tjänster. Sjukhusdiakon Elisabeth Eriksson, sjukhuspräst Jörgen Franzén, sjukhuspastor, undertecknad, Harald Fritzson samt sjukhuspastor Thomas Anderson.

Efter ett gott förtroendeskapande arbete av våra föregångare vill vi jobba vidare på att vara en naturlig del i sjukvårdens arbetslag. Samarbetet med olika professioner är en grundbult i arbetet. Det är koden för att vi som sjukhuskyrka ska kunna leva upp till uppgiften att ha ett övergripande ansvar för den andliga vården på sjukhuset. Vår samverkan med olika religioners företrädare är också självklart viktig i ett mångkulturellt samhälle.

Vi är involverade i olika projekt och samverkar med olika avdelningar. Sedan hösten 2010 är vi delaktiga i ett projekt med inriktning på Psykosocial onkologi och Rehabilitering. Projektet har initierats av rehabiliteringsavdelningen på sjukhuset och det är psykolog Patrik Göransson som tagit initiativet. Som Sjukhuskyrka är vi delaktiga i ledningsgruppen där Jörgen Franzén ingår och till projektteamet för cancerrehabilitering är undertecknad knuten. I projektteamet ingår psykolog, arbetsterapeut, sjukgymnast, kurator samt på "konsultbasis" dietist, sexolog och sjukhuspastor. På sjukhuset har avdelning 61 varit pilotavdelning. Sedan försommaren håller arbetet på att implementeras inom cancerrehabilitering på hela sjukhuset.

Projektets mål är att alla dimensioner av de fysiska, psykiska, sociala och existentiella frågorna ska belysas (figur). En rehabiliteringsplan ska utarbetas, som patienten äger och kan "bära

med sig" under tiden man är knuten till vården. På detta sätt hålls alla dessa aspekter aktuella i vårdkedjan. Alla områden har beröringspunkter och i kärnan möts de alla.



Under 2011 deltog sjuksköterskor, kuratorer, arbetsterapeuter, dietist och sjukhuspastor i en 15 poängs utbildning i Psykosocial onkologi, Det var enligt "Lära Nära-konceptet" vid Lunds universitet.

Det var oerhört lärorikt och utvecklande att tillsammans med vårdpersonal få läsa, samtala, reflektera och arbeta med rollspel. Man inser att patienten berörs på alla livets områden då de möter sjukdom.

Sjukhuskyrkans roll är att bidra med att det som upplevs som andlig/existentiell hälsa får plats i vården på ett naturligt sätt.

Det är värt att nämna att Cecilia Melder har lagt fram en doktorsavhandling - *Vilsenhetens epidemiologi, en religionspsykologisk studie i existentiell folkhälsa*, UPPSALA 2011. I denna studie läggs det fram evidens för vikten av att låta helhetssynen stå i fokus i vården.

I det kommande nationella vårdprogrammet för Cancerrehabilitering har dessa grundvärderingar en stor plats.

Vi uppfattar det som en given utmaning till oss i sjukhuskyrkan att vara med och möta medmänniskor som reflekterar över vad sjukdomen för med sig. Genom de "lyssnande frågorna" kan det skapas mötesplats där frågorna som rör tro och tillit kan få plats.

Vår närvaro när livssmärtan blir tydlig kan ge utrymme för lyssnande och öppenhet för något större. Det ger även öppenhet för språk för bön. Inte som en överslätande bön utan som uttryck för att den vi stavar GUD finns där om än dold i smärtans rum. Då finns det utrymme för både de fysiska, psykiska, sociala och existentiella frågorna.

Sjukhuskyrkan finns på Halmstad sjukhus, naturskönt beläget med utsikt över Halmstad och Laholmsbukten vid foten av Galgberget. Här möts vi tillsammans; patienter, anhöriga och sjukvårdspersonal.

**Harald Fritzson**  
Sjukhuspastor i Halmstad





## Healthcare Sunday i vår kyrka

När vi planerade för söndagen 21 oktober föreslogs att temat för gudstjänsten skulle vara ”Hälsa”. Vi har för närvarande en pastorspraktikant, Mattias, som skulle hålla i predikan. Han utgick från en helhetssyn på människan och framhöll hur viktigt det är att må bra både fysiskt, psykiskt, socialt och andligt. Det betyder att man måste ta hand om sig själv genom att sova ordentligt, äta nyttigt, vila, ha goda relationer till människor runt om och till Gud genom bön.

Efter predikan blev det tillfälle att få förbön och flera sökte sig fram till förebedjarna. Sedan tog vår pastor vid och uppmuntrade dem av de närvarande som arbetar inom vård och omsorg, bland både vuxna och barn, att bli föremål för förbön. De som ville kunde stå upp och andra kunde vara förebedjare medan den föreslagna bönen lästes. Det blev en verkligt andemättad stund och kändes så gott att så påtagligt få bära den här personalen på förbönens armar just den här dagen.

**Barbro Fritz**  
Aneby

## Vi ber och tackar tillsammans

### Tacka för:

- alla som var med och bad för vård och omsorg 21 oktober
- bönegrupper och bönetrio där man ber för vård och omsorg
- nätverk som bildats, där olika kristna organisationer samarbetar i viktiga frågor
- en lyckad studentfrukost i Linköping 3 november, och för alla kristna studenter
- SKSF:s och KLM:s deltagande i Medicinska Riksstämman
- att SKSF får vara en kristen röst inom vård och omsorg i Sverige

### Bed för:

- att ännu fler i olika åldrar vill bli medlemmar i SKSF
- Vårdbibeln som man nu gör intervjuer för
- HCFI:s bönevecka 2013 i Dublin
- alla som har det tuftt på sina arbetsplatser
- att samvetsfrihet ska bli accepterat i Sverige
- Att 2013 blir ett riktigt bra år med många öppna dörrar för SKSF
- fler kontakter med studenter
- att det bildas fler bönegrupper och att vi får fler kontaktpersoner runtom i landet

forts. Övåntat möte med vården

Någonstans måste man ”fylla på”, hämta ny kraft och energi. Få känna sig själv omhändertagen, få samtala, bikt eller förbön,. Sång och musik tycker jag har en läkande effekt. Uppmuntran är värt mycket! Så en hälsning till alla er som finns i Sveriges Kristna Sjukvårdsförbund; Tack för att ni finns! Ni är alla värdefulla på alla sätt! Det behövs kristna inom samhällslivet, men inte minst inom vården. Du är verkligen Guds medarbetare där du befinner dig i ditt arbetsliv och din vardag!

Några rader av Ingemar Olsson till dig:  
 “Du vet väl om att du är värdefull  
 Att du är viktig här och nu  
 Att du är älskad för din egen skull  
 För ingen annan är som du.”

Herren är med dig!

**Ted Sandstedt**  
Pastor SMK

## B-POST

### Begränsad Eftersändning

Vid definitiv eftersändning återsändes försändelsen med den nya adressen till:

Textorama  
Box 427, 573 25 Tranås



## Ann Linnell, undersköterska på Lindgården, ett äldreboende på kristen grund

### 2 frågor

*Uppmärksammade ni Healthcare Sunday – Bön för vård och omsorg, 21 oktober på din arbetsplats, och i så fall hur?*

Ja, på den avdelning där jag jobbar satte jag upp information och vi uppmärksammade det speciellt i samband med förmiddagskaffet. Då läste vi informationen om den dagen och även bönen för vård och omsorg. Det kändes positivt. Jättebra att man har en speciell dag då man ber för vården!

### *Hur firar ni jul på Lindgården?*

Vi försöker att göra det så mysigt som möjligt för de boende, med julpynt, julmusik mm. På julaf-ton kommer en del anhöriga på besök och en del av de boende åker till barn eller barnbarn för att fira jul med dem. För dem som är kvar serveras julbord, och även personalen bjuds på mat den dagen. Sedan äter vi julgodis och frukt som man gör i de flesta hem. På kvällen serveras julgröt. På min avdelning läser vi enligt tradition ”Tomten”, men också julevangeliet. Det tycker jag är viktigt, speciellt då Lindgården är ett boende på kristen grund.



Ann Linnell.

### “Uthållighet i bönen”

#### HCFI:s bönevecka

Irland, 7-12 januari 2013

YMCA Greystones Co Wicklow Ireland

1 tim 20 min resa från Dublin

Kostnad: 250 Euro

Mer information finns på SKSF:s hemsida:

[www.kristenivarden.se](http://www.kristenivarden.se)

Du kan även skicka e-mail till Irene:

[i.montgomery034@btinternet.com](mailto:i.montgomery034@btinternet.com)



# 750 1924

### Tack för ditt stöd till arbetet!

#### Inkomster 3:e kvartalet 2012

Gåvor till SKSF	11 843,00
Medlemsavg./pren.avg.	6 200,00
Konferenser	13 340,00
Till vårdbibeln	700,00
<b>Summa:</b>	<b>32 083,00</b>

#### Utgifter 3:e kvartalet 2012

Resor	748,00
Avgifter plusgirot	174,00
Avg. posten	2 034,00
Konferenser	9 510,00
<b>Summa:</b>	<b>12 466,00</b>