



Samtök um líknarmeðferð
1. tölublað 24. árg. 2022



Með hækkandi sól

Öldurót í hljóðri sál
þrautin þung, umvafin sorgarsárum
þrá sem laðar brennur sem bál
liggur í leyni, leyndarmál
þei þei

Í ljósaskiptum fær að sjá
fegurð í frelsi, sem þokast nær
þó næturhúmið skelli á
og ósögð orð hugann þjá
þei þei

Í dimmum vetri hækkar sól
bræðir hjartans klakabönd svo hlý
í dimmum vetri vorið væna
vermir þitt vænghaf á ný

Skammdegisskuggar sækja að
bærast létt með hverjum andardrætti
breiðir úr sér og andvarpar
þei þei

Í dimmum vetri hækkar sól
bræðir hjartans klakabönd svo hlý
í dimmum vetri vorið væna
vermir þitt vænghaf á ný

Og hún tekst á flug
svífur að hæstu hæðum
færist nær því
að finna innri ró

Lovísa Elísabet Sigrúnardóttir, Lay Low

Í átt að birtunni

Á þessum hjartasta tíma ársins kom til mín minningarbrott úr bernsku sem mig langar að deila.

Það var búin að vera mikil eftirvænting í loftinu. Ég bjó ásamt fjölskyldu minni í Svíþjóð á bernskuárum en nú lá leiðin heim til Íslands í sumarfrí. Loksins eftir að mér fannst langa bið vorum við komin og ég hafði fengið að hitta fjölskyldu og vini. Fann allan kærleikann og vináttuna og hversu dásamlegt var að sjá öll þau sem stóðu mér næst og ég gat ekki umgengist á degi hverjum. Það var margt að gerast og hver stund nýtt til fullnustu.

Ein minning situr þó eftir og er í huga mínum svo skýr að „það er eins og gerst hafi í gær“. Ég hafði verið á fullu allan daginn og var uppgefin af þreytu þegar að kvöldi var komið. Það næsta sem ég man var að ég heyrði í krökkum að leik úti við þar sem greinilega var mikið fjör og gaman. Þegar ég leit út um gluggann sá ég til þeirra og dró þá ályktun að kominn væri nýr, hjartur og fallegur dagur. Ég hentist á fætur og ákvað að drífa mig út þar sem ég ætlaði aldeilis ekki að missa af þessari skemmtun. En áður en ég komst að útidyrnum var ég stöðvuð af foreldrum mínum og spurð hvert ég væri að fara á þessum tíma sólarhrings. Mér var töluvert niðri fyrir og sagði þeim að ég væri að fara út að leika mér og að mér lægi á þar sem leikfélagar mínir úr nágrenninu væru komin á stjá. Foreldrar mínir bentu mér þá á að það væri ekki kominn nýr dagur, heldur væri ennþá kvöld og nóttin á næsta leiti. Þetta fannst mér erfitt að skilja. Dreif mig aftur að glugganum og benti þeim á birtuna sem ég tengdi við morgun og dag. En þá var ég leidd í allan sannleikann um björtu sumarkvöldin og sumarnæturnar á Íslandi. Þetta var algjör hugljómun fyrir mig og varð svo greypt

Í barnssálina að enn man ég þegar ég kynntist þessu fyrirbæri fyrst.

„Sumarið er tíminn“ og á þessum bjartasta tíma ársins, þegar sólin er hæst á lofti hér á norðurhveli jarðar þá er svo mikilvægt að við njótum birtunnar og alls þess sem hún gefur.

Eins skiptir máli að við hlúum að okkur sjálfum og þeim sem okkur þykir vænt um, endurnærumst eftir veturinn, söfnum kröftum og náum endurheimt fyrir verkefni komandi vetrar. Fyrir hönd stjórnar Lífsins óska ég ykkur öllum góðs og uppbyggilegs sumars. Megið þið njóta samveru með þeim sem ykkur eru kærast og sumarbirtunnar.

Guðlaug Helga Ásgeirsdóttir, formaður Lífsins



Tímamót í líknarþjónustu á Landspítala



Dr. Valgerður Sigurðardóttir, yfirlæknir á líknardeild Landspítala í Kópavogi og HERU sérhæfðrar heimaþjónustu lét af störfum fyrir aldurs sakir þann 30. apríl síðastliðinn. Valgerður er ein af brautryðjendum í nútíma líknarmeðferð á Íslandi og hefur leitt þróun og uppbyggingu þeirrar meðferðar hér á landi.

Valgerður er fyrsti yfirlæknir sérhæfðrar líknardeildar Landspítala í Kópavogi, en deildin tók til starfa í apríl árið 1999. Þess má geta að Valgerður mun þó enn um sinn taka að sér ákveðin verkefni á sviði líknarþjónustu Landspítala og samhliða sinna rannsóknarstörfum. Valgerður hefur verið mjög virk í starfi Lífsins frá upphafi, sat m.a. í undirbúningshópi að stofnun samtakanna og var meðlimur í fyrstu stjórn þess.

Stjórn Lífsins þakkar Valgerði innilega fyrir framlag hennar til Lífsins – Samtaka um líknarmeðferð og störf hennar í þágu líknarmeðferðar á Íslandi.

Nýr yfirlæknir líknarlækninga á Landspítala



Arna Dögg Einarsdóttir, varaformaður Lífsins hefur verið ráðin nýr yfirlæknir líknarlækninga á Landspítala.

Arna Dögg býr yfir langri starfsreynslu á sviði líknarlækninga, hefur hlotið sérfræðileyfi í almennum lyflækningum og jafnframt viðbótarsérfræðileyfi í líknarlækningum. Hún hóf störf sem yfirlæknir þann 1. maí síðastliðinn í framhaldi af starfslokum Valgerðar Sigurðardóttur.

Stjórn Lífsins óskar Örnu velfarnaðar í nýju starfi.

Líknardeild á Landakoti



Á Landakoti var opnuð líknardeild í byrjun desember 2021. Deildin er á fimmtu hæð og er rými fyrir 9 sjúklinga, allt einbýli, en með sameiginlegri salernis- og baðaðstöðu.

Á deildina koma sjúklingar sem metnir eru í þörf fyrir líknardeða lífslokameðferð og snýr meðferðin að því að draga úr einkennum og sinna öllum þörfum skjólstæðinga með það að leiðarljósi að þeim líði sem best og geti kvatt lífið með reisu. Einnig er fjölskyldumeðlimum sinnt með fræðslu og stuðningi í erfiðum aðstæðum.

Markmið okkar er að umhverfið sé hlýlegt og því er öllum, sem hjá okkur dvelja velkomið að hafa persónulega muni hjá sér t.d. fjölskyldumyndir eða annað sem þeir óska.

Á deildinni er áhersla lögð á góð samskipti og stuðning við fjölskyldu sjúklings, að uppræða um þróun ástands og stöðu mála. Læknar, hjúkrunarfræðingar og aðrar fagstéttir halda teymisfundir þar sem fagleg nálgun á ástandi sjúklings er metið. Fjölskyldufundir eru haldnir eftir þörfum, en alltaf má leita til

hjúkrunarfræðings á deildinni á staðnum eða símleiðis. Prestur er á Landakoti sem einnig er hægt að kalla til ef óskað er eftir.

Deildarvinnan er enn í framþróun og með jákvæðu hugarfari og bjartsýni tökum við vel á móti öllum þeim sem þurfa á aðstoð okkar á halda.

Starfsfólk Líknardeildar á Landakoti



Aðalfundur 2022

Aðalfundur Lífsins fór fram 31. maí síðastliðinn. Á fundinum var ný stjórn kosin. Guðlaug Helga Ásgeirsdóttir var endurkjörin formaður til næstu tveggja ára. Úr stjórn gekk Ásdís Ingvarsdóttir og voru henni þökkuð góð störf í þágu Lífsins. Kristín Lára Ólafsdóttir, sérfræðingur í hjúkrun í líknarráðgjafateymi Landspítala gaf kost á sér í stjórn og var hún kosin einróma. Þá gaf Guðrún Björg Guðmundsdóttir hjúkrunarstjóri í Sóltúni kost á sér til endurkjörs og var einnig kjörin einróma.

Stjórn Lífsins 2022-2023 skipa:
Guðlaug Helga Ásgeirsdóttir, formaður
Arna Dögg Einarsdóttir, varformaður
Haflína Ingibjörg Hafliðadóttir, gjaldkeri
Ólöf Ásdís Ólafsdóttir, ritari
Guðrún Björg Guðmundsdóttir
Guðrún Eygló Guðmundsdóttir
Kristín Lára Ólafsdóttir

EAPC heimsráðstefna 2023

Eftir tveggja ára hlé og þrjár rafrænar ráðstefnur boðar EAPC, evrópusamtök um líknarmeðferð til ráðstefnu dagana 15.-17. júní 2023 í Rotterdam í Hollandi undir yfirskriftinni *Equity and diversity in palliative care*. Allar nánari upplýsingar fást á vefnum <https://eapccongress.eu/2023>

Málþing fagdeildar krabbameinshjúkrunarfræðinga

Föstudaginn 4. nóvember 2022 efnir fagdeild krabbameinshjúkrunarfræðinga til málþings um líknarhjúkrun. Málþingið mun fara fram á Selfossi og eru áhugasamir hvattir til að taka daginn frá og fylgjast með nánari uppýsingum t.d. á facebook síðu fagdeildarinnar.



*Stjórn Lífsins óskar ykkur ánægjulegs og
nærandi sumars.*

**Lífið, samtök um líknarmeðferð
Kópavogskerði 6 d
200 Kópavogi
Heimasíða: www.lsl.is**