



# MAGAZINE

Riksföreningen för Ambulanssjuksköterskor

Höst / Vinter - 2021 / 2022



# Ambulans

16-17 mars 2022 – Congress & Exhibition – Scandic Infra City – Stockholm



PreHospiten  
Centrum för  
Prehospital forskning



**3** Ordföranden har ordet

**4** We are all in this together!

**5** Blåljus på Social Media

**6** Med sikte på framtiden

**7** Ambulans SM 2022

**8** Sverige behöver oss!  
Vi behöver dig!

**Tidningen ges ut av:**

Riksföreningen för ambulanssjuksköterskor  
[ambssk.se](http://ambssk.se)

**Postadress:**

Riksföreningen för ambulanssjuksköterskor  
Jerry Lidberg  
Lagergrens gata 2  
652 26 Karlstad

**E-post:**

ordforande@ambssk.se

**Redaktör och ansvarig utgivare:**

Jerry Lidberg,  
Mobil: 073 8164806

**Formgivning och produktion:**

Sven Åsheden

**Tryck:**

Mixiprint AB, Olofström

## Projektgrupp2022

**PROJEKTLEDARE:** **Jerry Lidberg**, RAS - Riksföreningen för ambulanssjuksköterskor

**KOMMUNIKATION:** **Ida Assarsson**, RAS - Riksföreningen för ambulanssjuksköterskor

**KOORDINATOR:** **Viktoria Sandblom**, PreHospen Högskolan i Borås

**PROGRAMGRUPP:** **Frederic Palmgren**, RAS - Riksföreningen för ambulanssjuksköterskor  
**Hanna Maurin Söderholm**, PreHospen Högskolan i Borås  
**Magnus Andersson Hagiwara**, PreHospen Högskolan i Borås

Arrangörer för kongressen är:



# Snart är det 2022 och årets ambulanskongress – hoppas vi ses!

Jag vill börja med att tacka alla medlemmar för det gångna året. Tack för att ni krigar på dag som natt ute i samhället. Tack för att ni gör skillnad. Tack för att ni samtidigt är med och utvecklar svensk ambulanssjukvård och prehospital akut-sjukvård.

Vi som riksförening för ambulanssjuk-sköterskor/sjuksköterskor som är eller har varit aktiva inom svensk ambulanssjukvård har en viktig roll i just detta. Tillsammans kan vi höja kompetensen, kunskapen och det viktiga samarbetet med både nationella och internationella föreningar och yrkesgrupper.

Under kommande år och Ambulans2022 hoppas vi kunna fortsätta detta arbetet tillsammans. Desto fler vi är ju mer kan vi påverka. En viktig faktor med att ha medlemmar från hela landet är att vi får ta del av utvecklingen och erfarenheterna ni skaffat er ute i era områden.

För det är ju så, vart vi än i landet arbetar så ser det ju inte likadant ut. I storstäder med ständig hjärtklappning har ett annat tempo än glesbygden som har ärenden i takt med ett ostabilt AV-block. Vi har olika avstånd, patientklientel och möjligheter.

Beroende på var vi arbetar i landet och samhället så hittar vi också lösningar för att effektivisera. Det man behöver i centrala Malmö, Göteborg eller Stockholm är kanske oväsentligt ibland skogarna i Norrland?

Det viktigaste är ändå att vi ständigt jobbar framåt. Ambulanssjukvården har avancerat mycket genom åren och det tar inte slut här. Frågan är ju hur ambulanssjukvården ser ut om 10 år? Vilka erfarenheter kommer vi använda till att öka kvalitén, kunskapen och säkerheten vid vård av patienten. Hur kommer vi göra det?

Vi löser ständigt problem – både dagligen och långsiktigt. Vi sätts i situationer som ingen har någon färdigskrivna lös-



Jerry Lidberg,  
ambulanssjuksköterska  
och ordförande

ning på men vi finner alltid en väg. Det är ju just det som gör att vi kan effektivisera vårt arbete – identifiera ett problem och hitta en lösning på det.

Vi måste lära av varandra och ta vara på varandras erfarenheter. Vi är alla med om olika saker, både i livet och i vårt arbete vilket skapar en förståelse för varför vi kanske arbetar på olika sätt.

Många av de företag vi kommer möta under Ambulans2022 arbetar med just detta – att utveckla ambulans- och akut-sjukvård utifrån de erfarenheter man skaffat sig från verkligheten. Så var med ni också – anmäl er till årets kongress!

Hjälp oss på RAS att bli fler medlemmar – tipsa dina kollegor och vänner för tillsammans är vi starkare.

# *we are all in this* **TOGETHER**

**Även om pandemin de senaste åren har handlat mycket om elände och lidande finns det ändå en del som hamnar om gemenskap och teamarbete.**

Vart man än i landet eller till och med världen arbetar har vi haft samma mål – vårda de drabbade, minska lidande och stoppa smittspridningen.

På nyheterna, sociala medier och i böcker har det dokumenterats hur samhället fick en käftsmäll och tvingades ställa om på bara några dagar. Dagarna rullade på och patienterna välldes in med brist på rutiner, material, utrymme och kunskap.

Tillsammans löste vi problemen, tog en dag i taget, lärde av varandra och hjälptes åt. Som ambulanssjuusköterska i den prehospitaled världen handlar det mycket om ovisshet – vi träffar människor och patienter utan att veta vad vi kommer möta, inte minst under pandemin då ovissheten om vem som var smittad och om man själv skulle bli smittad var överhängande.

Något vi visste var att vi inte var ensamma – gemenskapen inom vården och att vi alla satt i samma båt. Båten som var sliten och i dåligt skick men som hade sikte mot hoppet om ett vaccin som skulle ta oss tillbaka. Tillbaka till en tid då vi kunde leva som "vanligt", röra oss fritt, umgås med våra nära och slippa att hoppa till när någon hostar eller ständigt arbeta i full skyddsutrustning.

För många har pandemin handlat om ensamhet, de redan ensam blev ännu mer utlämnade och många har isolerats i sina hem utan att få se ett ansikte på flera dagar eller till och med veckor.

Det har blivit tydligt hur en pandemi inte bara drabbar oss fysiskt utan även mycket psykiskt. Pandemin har fått oss att inse hur sköra vi faktiskt är och att inte ta något för givet.

Även om vården har krupit fram på såriga knän så har vi i alla fall haft varandra sida vid sida. Det som tagit oss igenom varje dag är främst kollegorna – för tillsammans har vi stått och spritat av bilen i minusgrader, vi har dagligen anpassat oss efter många nya covid-rutiner, **vi har fått X-antal pinnar i näsan**, träffat och vårdat många covid-smittade i olika åldrar, **vi har svettats i skyddsmask och rockar** och **vi har kämpat i samma lag** för att bekämpa vår motståndare.

Vaccinet kom och vi har börjat drömma om den ljusare framtiden. Vi vill gärna kunna lämna COVID-19 bakom oss och blicka framåt.

Som en start på den nya tiden vill vi träffa så många som möjligt av våra lagvänner under AMBULANS 2022. Kongressen blir en möjlighet att samlas, prata, diskutera och lära. Som medlem i RAS är du också en del av en gemenskap och i Stockholm den 16-17 mars vill vi gärna träffas och lära känna varandra.

*Ida Assarsson, Ambulanssjuusköterska*



# Blåljus på Social Media?

**Absolut inte, säger vissa – självklart, säger andra. Diskussionen om huruvida blåljusverksamheter och vårdinrättningar skall finnas på sociala medier pågår ständigt. Kanske beror det på okunskap, antaganden eller bara miss-tycke.**

I dagens samhälle baseras mycket på sociala medier då det brukas av majoriteten av samhällets befolkning. Det har blivit ett effektivt sätt för både enskilda och företag att sprida både reklam, åsikter och information. Varför kan det då inte användas som en kunskapskanal från blåljus och vården?

Idag har många vårdavdelningar/mot- tagningar men också nästan varje ambu- lans, brand och polisstation ett instagram- konto eller en facebookside. Det har blivit ett sätt för allmän- heten att lära kän- na verksamheten, möjlighet att ställa frågor men också få en förståelse för att vi faktiskt är människor bakom uniformen.

Många visar sin upp- skattning genom att kom- mentera, följa och dela vilket gör att det värt för oss att fort- sätta uppdatera. **”Jag har fått en helt annan och mer positiv bild av ambu- lansen och det känns som att man känner er”** – en kommentar man kan tolka som en känsla av ökad trygghet, bara genom ett instagramkonto – och visst är det ett steg i rätt riktning?

Ett inlägg kan nå ut till väldigt många personer och beröra den enskilde. För- hoppningen med inläggen är att de skall spegla verkligheten – både positivt och ibland även negativt. Kanske kan det hjälpa någon att inte känna sig ensam eller att någon tar till sig något som de kan ha glädje eller nytta av.

Det blir också ett sätt för kollegor över hela landet eller till och med världen att följa varandra genom aktuella bilder och

texter från verkligheten. ”Kontakt- nätet” över instagram kan inte jämföras med det som fanns innan. Man får en annan känsla av gemenskap där vi dagligen peppar varandra, inspireras och delar med- och motgångar.

Många använder sociala medier som en kunskaps och informationskanal - kanske för att få hjälp med att hitta försvunna personer, vid ny rekrytering, påminna om vaccinationstider, berätta om olika typer av ärenden, visa upp ny utrustning eller när man bara vill hjälpa allmänhet- en med att fräscha upp kunskaperna för hjärt- och lungräddning.

Att det skall finnas något negativt med detta blir svårt att tro. Erfarenheten är att en del personer verkar tro att vi låter instagram gå före själva arbetet och vår- dandet av patienterna. Självklart är så inte fallet. Andra negativa kommentarer kan handla om feltolk- ningar eller missförstånd där någon antagit något som inte stämmer om en bild eller en situation.

Även om vi försö- ker besvara denna okunskap om verk- samheten kommer det aldrig sluta. Det kommer alltid finnas dom som

tycker att vi inte hör hemma på sociala medier och så får det vara, vi kommer ald- rig nå alla.

Trots en del mindre motgångar ibland väger ändå känslan av att kunna hjälpa den enskilde, lära ut livsviktiga kunskaper, hitta försvunna personer, får en ökad förståelse och en ökad trygghet upp allt det andra. För det är ju just därför vi finns – både i verkligheten och på instagram.

Så visst är det givande att följa olika sta- tioner, avdelningar och föreningar – häng med i utvecklingen över hela landet, hitta gemenskapen och få information om exempelvis AMBULANS 2022 genom att följa rasambssk. på Instagram och Facebook.

**Ida Assarsson, Ambulanssjuksköterska**



# Med sikte på framtiden

Utvecklingen inom ambulansverksamheten går fort och dagligen ställs ambulansen och dess personal inför nya utmaningar, utmaningar som alltid måste lösas för patientens bästa. Ett tydligt högaktuellt exempel är pandemin som vi snabbt inom hela samhället fick lära oss att adaptera till.

Andra utmaningar har seglat upp och gjort att vi ställs inför nya svårigheter av lite annan karaktär än vad vi i Sverige är vana vid; terror och pågående dödligt våld (PDV) – uppdrag som kräver att vi samverkar och interagerar med andra aktörer i samhället såsom polis, räddningstjänst, försvaret och övriga. Samtidigt är ambulanssjukvården oerhört dynamisk och teknikfylld (oftast till en fördel) och det kommer hela tiden nya tankar och spännande idéer om vad ambulanssjukvården ska göra och klara av.

Exempel på detta kan vara olika former av videoteknik, mobil röntgen, videostöd i Strokekedjan inkl. strokehjälms för detektion. I allt detta kan vi tyvärr konstatera att responstiderna ökar nationellt i hela Sverige och ligger idag på ca 11 minuter vid ett hjärtstopp – en fördubbling jämfört med för 30 år sedan!

En hel del av detta ligger som grund för vårt arbete med att skapa ett intressant, bra och spännande program inför kongressen Ambulans 2022 nästa år. Det är alltid en stor utmaning att skapa ett program som är brett, givande och intresserar den stora mängden.

Jag känner att vi är på god väg och att vi har målet i sikte. Vi arbetar mycket och intensivt tillsammans och tar kontakt med samarbetspartners, utställare och företag som är villiga att som ett team skapa en kongress som vi hoppas alla deltagare ska tycka är fantastiskt och spännande.

En kongress blandad med oerhört intressanta föreläsare, ny forskning, spännande utställning och givande workshops! **Vi ser fram emot att träffa er på Ambulans 2022!**

## Programgruppen:

**Frederic Palmgren**

Programansvarig, RAS

**Viktoria Sandblom**

Koordinator, PreHospen Borås

**Hanna Maurin Söderholm**

PreHospen

**Magnus Hagiwara**

PreHospen

## Medlemsuppdrag

Många arbetar mycket men vi måste bli fler! Riksföreningen för ambulanssjuksköterskor (RAS) arbetar för att stärka ambulanssjuksköterskans profession och utveckla ambulanssjukvården.

Som en ideell förening är det medlemmarna som hjälps åt, arbetar tillsammans. RAS är beroende av alla sina medlemmar och samtliga är oerhört betydelsefulla och en viktig länk i det arbete föreningen bedriver.

En kedja är däremot aldrig starkare än sin svagaste länk. Det ligger därför i allas intresse att vi blir fler medlemmar över hela vårt land.

Alla i RAS har ansvar att göra vår förening levande, värva fler medlemmar och engagera sig.

Tänk er att vara ambassadörer för en förening och för ert viktiga och betydelsefulla arbete ni utför, driva frågor, utveckla och vara med och påverka.

- **Hur gör vi för att bli fler medlemmar?**
- **Ska vi ha lokala föreningsambassadörer?**
- **Vad önskar du/ni att föreningen ska driva för frågor?**
- **Vad är viktigt för dig?**
- **Vad skulle du vilja engagera dig i?**
- **Mejla förslag och idéer till [ordforande@ambssk.se](mailto:ordforande@ambssk.se)**

**Frederic Palmgren**, Ambulanssjuksköterska  
Styrelseledamot RAS

# Ambulans-SM 2022

Varje lag tävlar i olika akuta scenarion. Scenariot är okänt för de tävlande fram till själva tävlingsmomentet.

SM-mästare  
2019

**Samariten Ambulans  
Lund**

Cornelia Rehnqvist  
Anna Falbrink  
Josefine Leek Juhlin

SM-mästare  
2017

**Samariten Ambulans  
Landskrona**

Johan Hultqvist  
Ida Åkesson  
Fredrik Jönsson

## EN OERHÖRT SPÄNNANDE TÄVLING

Anmäl ditt lag **Engagera Er**  
Kämpa om att bli bäst i Sverige



Illustration Sven Åsheden

# Ambulans-SM 2022

arrangeras i samarbete med



**Laerdal**  
helping save lives



# SVERIGE BEHÖVER OSS! VI BEHÖVER DIG!

Riksföreningen för ambulanssjuksköterskor behöver ditt stöd, för att tillsammans med dig och dina kollegor kunna påverka utvecklingen av **DEN SVENSKA AMBULANSSJUKVÅRDEN** i rätt riktning.



## Vem kan bli medlem?

Vi är en helt ideell förening och för att vi som förening ska ha bra möjligheter att påverka krävs att många ambulanssjuksköterskor vill stödja vår verksamhet.

## BLI MEDLEM DU OCKSÅ!

På [www.ambssk.se/medlem](http://www.ambssk.se/medlem) kan du ansöka om medlemskap och även så vilka förmåner som ett medlemskap ger.

Vi välkomnar även andra yrkeskategorier inom ambulanssjukvården.

## För frågor, kontakta oss!

Ordförande Jerry Lidberg  
[ordforande@ambssk.se](mailto:ordforande@ambssk.se)



# Följ oss inför kongressen på [www.ambulans2022.se](http://www.ambulans2022.se)