

Frágreiðing frá Norðurlandsku Sjúkrarøktaretikk ráðstevnuni 2024

Í døgnum frá 16 – 18 september vóru Marjun Thomsen og Jana Mortensen umboð fyri Sjúkrarøktaretiska Ráðið á árligu Norðurlandsku Sjúkrarøktaretikk ráðstevnuni, sum hesuferð varð hildin beint uttanfyri Oslo í Noregi.

Yvirskriftin hesuferð var **“Sykepleieetikken når katastrofen rammer”**

Har bleiv greitt frá, hvussu vanlukkur kunnu taka seg upp á fleiri stigum. Talan er bæði um stórar vanlukkur í samfelagnum, so sum álopið í Oslo og á Utøya í Noregi, men eisini um vanlukkur í hjá einstaklingum, so sum álvarslig sjúka.

Sjúkrarøktarfrøðingar spæla ein týdningarmiklan leiklut, tá vanlukkur raka – bæði í samfelagnum og hjá tí einstaka. At vanlukkur á tann hátt eisini kunnu raka sjúkrarøktarfrøðingar sjálvar, var eitt evni, ið bleiv tikið fram og jakast um á fundinum.

Tá vanlukkan rakar

Tá vanlukkan rakar, ávirkar tað bæði sjúklingin, avvarðandi, tey eftirsitandi, eygnavitni og tey professionellu, sum skulu hjálpa. Hvussu kunnu fólk liva víðari aftaná vanlukkuna? Her kemur bæði vónin um framtíðina og uggin í støðuni í miðdepilin. Eitt foreldur, sum misti dótttrina á Utøya, segði soleiðis: *"Hann tók dóttur okkara, men hann sleppur ikki oyðileggja familjuna."*

At yvirliva eina vanlukku, kann vekja nógvar ymskar kenslur, sum eru í andsøgn við hvørja aðra. Tey sum yvirliva ynskja á ein hátt, at onkur spyr tey um vanlukkuna, men tað kann samstundis føra við sær retraumatisering. Tí kann tað vera torført hjá teimum professionellu at finna útav, nær tað er rætt at spyrja – og nær tað ikki er.

Óvissan fyllir nógv hjá teimum, sum hava verið partur av eini vanlukku. Nøkur teirra, sum ikki kundu hjálpa av ymskum orsøkum, hava kent seg sum offur og upplivað eina kenslu av ikki at hava strekt til. Pål Kristensen, psykologur og professari á Center for Krisepsykologi, Universitetet i Bergen, hevur kannað lívið hjá teimum sum eftir sita aftaná Utøya. Hann heldur, at trý ting eyðkenna tað at vera partur av eini vanlukku: kompetansusorg, sálarlig líðing orsakað av missi, og líkamlig líðing. Nøkur enda við tankum um sjálmorð, tí tað er so pínufult. Summi brúka alkohol í royndini at finna linna, men tað ger bara ilt nógv verri og forðar fyri, at tey kunnu fóta sær væl aftur.

Fyri tey áhugaðu, ber til at lesa meira [her](#) og [her](#)

Sjúkrarøktarfrøðingar spæla ein týdningarmiklan leiklut

Á fundinum gjørdist tað týðiligt, hvussu týdningarmiklan leiklut sjúkrarøktarfrøðingar hava. Serliga varð dentur lagdur á, at øll hava tørv á lívbjargandi viðgerð, men uttan samband og relatióin er tað eitt fátæksligt tilboð. Hetta varð m.a. orðað soleiðis:

"Hvat eru 20 sjúkrabilar verdir, um tað bert verður hugt eftir blóðrenslinum?"

Tann menniskjaliga relatióin er á henda hátt avgerandi og ein partur av lívbjargandi viðgerðini.

Eitt annað týðandi evni viðvíkjandi leiklutinum hjá sjúkrarøktarfrøðingum er, at andsagnir eisini kunnu stinga seg upp her. Ein sum yvirlivdi Utøya, er Ida Spjelkavik, sum í dag er aðalsamskiftisleiðari í Norsk Sykepleierforbund. Tá ið hon var 25 ára gomul, starvaðist hon sum altjóða ráðgevi hjá AUF (Arbeidernes Ungdomsfylking). Hon var til arbeiðis á summarleguni hjá

AUF á Utøya, tá yvirgangsálopið hendi 22. juli 2011. Hon greiddi hjartanemandi frá síni uppliving og segði m.a., at tað var ikki fyrr enn at ein sjúkrarøktarfrøðingur legði seg upp í songina hjá henni, at hon so at siga raknaði við. Her var tað heilt rætt at fara út um tað, sum vanliga verður hildið vera reinføris- ella privatmark, men skal síggjast í ljósinum av, at tað ikki er rætt í øllum støðum.

Ída legði eisini dent á, at fólk sum eru í sjokk, eru ikki før fyri at meta um sjálvi, hvørt tey hava tørv á hjálp ella hvørjum tey hava tørv á. Hon heitti tí á heilsustarvsfólk um at hjálpa fólki uttan at spyrja, tí tey svara ofta nei

Søgan hjá Idu kann hoyrast á heimasíðuni hjá 22. juli-senteret [her](#)

Hvør tekur sær av sjúkrarøktarfrøðinginum?

Tað er torført at siga, hvat krevst fyri at røkja og ansa sjúklingum, sum hava verið fyri eini vanlukku. Hóast uppgávan hjá sjúkrarøktarfrøðingum er at vísa menniskjaliga umsorgan, handla bráðfeingis og røkja við nærlagni, kann tað vera trupult at meta um, hvat er tað rætta í slíkum støðum. Hetta krevur faklig metanarevni, intuition og rúm fyri at avgera, hvat er tann rætta sjúkrarøktin í hvørjari einstøku støðu.

Eitt sitat frá fyrilestrarhaldaranum Audun Mo er eitt gott fráfaringarstøði:

"At tora at brúka seg sjálvan í møtinum við sjúklingin – og tað er nokk."

Audun Mo, sum er sjúkrarøktarfrøðingur, rithøvundur og limur í norska SER, misti konu sína í eini ferðsluvanlukku fyri nøkrum árum síðan. Til ber at lesa meira um Audun Mo á heimasíðu hansara: <https://audunmo.com/>

Eitt annað spurningur sum stingur seg upp í samband við leiklutin hjá sjúkrarøktarfrøðinginum er, hvussu nógv hann eigur at seta seg sjálvan í váða, tá vanlukkan rakar – hvar gongur markið millum at geva av sær sjálvum og á hin bógvin at seta seg sjálvan og sína familju í vanda? Tað snýr seg um raðfestingar og um at megna støðugt at hugsa greitt, eitt ið kann samanberast við at vera í einum krígsherjaðum øki...

Øll londini kendu seg aftur í, at undirmeta ta kensluligu byrðuna, sum heilsustarvsfólk standa í. Samlaða arbeiðsbyrðan økist í tyngd, tá vit fara frá einum sjúklingi til annan, uttan at fáa nóg mikið av tíð til etiska umhugsan og sálarligan stuðul. Um vit halda fram við at undirmeta ta kensluligu byrðuna, ið heilsustarvsfólk uppliva, bæði í einstøkum støðum og yvir longri tíð, kann tað møguliga føra til, at sjúkrarøktarfrøðingar fara úr fakinum og at færri koma til.

Etiskar tvístøður í miðdeplinum

Við støði í evninum "Sjúkrarøktaretikkur, tá vanlukkan rakar", brúktu vit rúma tíð at kjakast um m.a. umsorganarmøði og moralska strongd, og hvussu sjúkrarøktaretisku ráðini kunnu seta fokus á fyribyrging. Amboðini til fyribyrging finnast longu, so sum starvsfelagastuðul og etisk og faklig umhugsan. Spurningurin er, hvussu vit kunnu tryggja rúmd fyri hesum. Hetta er eitt spurningur, sum SER allatíðina arbeiðir við og roynir at funna ymisk boð uppá.

Vitjan á Utøya

Seinnapartin hin 17, vitjaðu vit Utøya. Tað var ein ógvuliga kensluborin vitjan, sum hevur sett síni spor. Beint aftaná, at vit komu heim úr Noregi, skrivaði Marjun Thomsen nakrar hugleiðingar um vitjanina:

Eri júst komin heim til Føroya í dag. Hetta hava verið nakrir ómetaliga hjartanemandi ❤️ Eisini vitjaðu vit á Utøya, har ein ungur etniskur norðmaður skeyt og drap hópinn av ungdómi, ið var á summarlegu í oynni. Hetta var tann 22. Juli í 2011. Ein ungur maður tók ímóti okkum, greiddi okkum frá og førði okkum runt á oynni. Sera áhugaverdar frásagnir, bæði í gaman og sorgfullum álvara, sum av álvara kendist heilt inn í innastu sálina hjá okkum ið lurtaðu, eygleiddu og spákaðu kring oynna. Ein mynd vísur eini hús tvær smáttur. Millum smáttunnar varð illgerðamaðurin handtikin. Í húsinum beint við smáttunnar høvdu heilsu- starvsfólk barrikaderað seg saman við 15 ungum menniskjum. Í avhoyringunum greiddi illgerðarmaðurin frá, at hann hevði sæð, at fólk krógvaðu seg har inni, og at hann hevði ætlað sær at seta eld á húsini fyri at fáa tey at koma út, so hann eisini kundi fremja sína illgerð móti teimum fleiri søgur eru um hetta, at nógv krógvaðu seg handaru megin oynna, undir klettunum og í rivum. Onnur krógvaðu seg inni á WC´um, og aftur onnur vóru fangað í sínum goymistaði. Fleiri royndu at svimja til lands og fleiri fólk sum grunaðu, at har var okkurt illgrunavert á vási, sigldu út í bátum sínum og bjargaðu fleiri menniskjalívum. Fleiri hugtakandi minnismerki eru, bæði heilt privat og inniliga persónlig og so tað almenna. Hetta seinasta er í "Lysningen", og sæst á seinnu myndini. Tað er formað sum ein silvurringur, hongur uppi, og øll nøvnini og aldur teirra íð lótu lív, eru feld inn í ringin, soleiðis at sólin skínur ígjøgnum nøvnini. Sera hugtakandi og inniliga hjartanemandi. Á seinastu myndini eru nøkur SMS boð endurgivin, ið vóru skrivað meðan terrorálopið fór fram. Utøya verður framvegis dúgliga nýtt av ungdómi, til summarlegur. Tó var eingin summarlega fyrstu 3 árini eftir illgerðina. Tey ungu í Norra hava avgjørt at terrorhandlingarnar skulu ikki sleppa at forkoma teirra lívsgleði, tað aktivt luttakandi lívið í einum frælsum demokratii, har samfelagsligt engagement er til.