***ICPAN konference 2023***

***The World Starts Outside Your Comfort Zone***

**Tre opvågningssygeplejersker fra Herlev Hospital på udebane**

Forhandling, velvilje, engagement og et stort ønske om at deltage, gjorde at vi kunne deltage med tre sygeplejersker og vores oversygeplejerske (som også er forperson for FSAIO).

Det er ikke mange gange i vores karriere, at vi har mulighed for at komme med til sådan en konference - og så endda i Amsterdam!

Vi kan kun anbefale at sende flere deltagere fra samme afdeling til konference. Det var særdeles gavnligt, både fagligt, kollegialt og socialt, idet vi i pauser og fritid havde mulighed for at diskutere emnerne fra konferencen og relatere til vores egen afdeling.

*Lidt tal*: Deltagere fra 16 forskellige lande. I alt 297 deltagere, 7 keynote speakers, 8 medarrangører og 1 royal person.

Prinsesse Margriet var en af talerne ved indledningen af konferencen og sagde, at ”jeres patienter åbner sjældent øjnene og når de gør, så kører de på en afdeling. Kunsten er at få sygeplejen, trygheden og tilliden ind i disse korte relationer.”

Disse ord er meget essentielle for det, som vi i vores afdeling kalder ”det hemmelige speciale”.

Det overordnede tema for dette års ICPAN konference var:

*The world starts outside your comfort zone*.

**Rejsen ud af Comfortzonen**

Rejsen startede i Københavns lufthavn med en skøn kop kaffe/the i Lagkagehuset en sen

eftermiddag før Grand Opening af ICPAN dagen efter - så var vi - 3 nurser og en

oversygeplejerske på vej!

Amsterdam mødte os med silende regnvejr – hurra for Uber som hurtigt og billigt bragte os

til vores hotel tæt på konferencestedet i en forstad til Amsterdam.

Aftenen bød på en lang travetur i regn og rusk ud af Comfortzonen til en seaside restaurant

med lækker thai-mad og hyggelig samtale som optakt - med forventninger om 3 spændende

sociale og faglige dage i vores nu kombinerede verdener - nu var vi her!

Næste formiddag var der inviteret til tidlig “Dansker-frokost” på initiativ fra Bente Buch RH,

(Education Coordinator for ICPAN?) på en lille restaurant nær konference stedet.. Vi mødte

op ca 50 danskere og hyggede med frokost, mens vi “landede” i oasen (ICPAN-konferencen)

i en ellers travl sygeplejerskehverdag.

Vi fik præsenteret os selv for hinanden, og nogle fik måske endda rystet lidt nervøsitet af sig

før de skulle “performe” med posters og oplæg til konferencen.

En i virkeligheden perfekt start før indcheckning om eftermiddagen - og som indflyvning til

emnet for Key Note Speaker One (Eric Hein og Ruben Verlangen) næste dags morgen om emnet “How to Perform under Pressure”.

Her var et af hovedbudskaberne “Excellence doesn´t happen by accident ” - det kræver

forberedelse - også mentalt at performe – so “If you feel to hurry up – SLOW DOWN” . The

key is “Step back – get grounded – then move forward.” For “Performance under pressure

can be trained” og udviklingen sker, når du træder tilbage i en konstant cirkulær bevægelse af

“Prepare – Perform – Recover – Evolve.”

Danskerfrokosten forberedte os; nogle til at performe – andre til at suge indtryk, faglighed,

oplevelser, udvikling.

Indtjekning til ICPAN den første eftermiddag gik glat. Velkomsttalerne var rørende og

nærværende og fornemmelsen af at være en del af en verdensomspændende helhed af

Opvågningssygeplejersker var SÅ inspirerende og unikt! Dagen blev sluttet af med reception,

“mingling”, bobler og lidt til ganen.

Anden aftens middag indtog vi på en hyggelig restaurant i hjertet af Amsterdam, hvor der

endda blev tid til lidt souvenirshopping af hollandsk ost og cykeltøj. Sporvognen var en

oplevelse i sig selv.

Første konferencedag bød på utallige muligheder for faglige sessioner, som vi deltog i

afhængigt af interesser og mhp at få mest mulig forskellig viden med hjem.

En af dagens pointer i sessionen “Can You Hear Me” var, at vi er 5 generationer på arbejde

sammen, man skal værdsætte forskellighederne i typer og generationer og tænke VI og ikke

JEG! Vi skal være villige til at gå på kompromis og kommunikere med åbenhed, aktiv

lytning, øjenkontakt og opmærksomhed. Vi skal være empatiske overfor både kolleger og

patienter fordi “Communication is the Key to all Relationships within Nursing”. Ikke ny

viden men meget inspirerende at blive mindet om.

Med kommunikation og åbenhed in mente tog vi til aftenens store konferencemiddag. Vi blev

bragt ud af comfortzonen i den smukke Canarie Club, hvor middagen var tapas og vin, og

socializing var i højsædet med seating ved små borde og på barstole rundt om i klubben.

Musikken trak den internationale skare af sygeplejersker ud på et propfyldt dansegulv, hvor

aftenen sluttede med fælles kædedans til “We are Familiy – I got all my sisters with me....”

En forrygende festaften.

**Comfort zone i farver**

Keynote speaker, Vera Meeusen, sygeplejeprofessor, fremlagde en fin definition af begrebet “comfort zone”:

Vera Meeusen havde også mange andre gode points om, at mennesker er forskellige og opfatter ting forskelligt med udgangspunkt i DISC-modellen - en model vi også har arbejdet en del med i vores egen afdeling mhp. et bedre samarbejde kollegaer imellem.

Blå: action/what. Rød: relation/who. Gul: concept/why. Grøn: detail/how.

Sagt på en anden måde: *we need to do (what) in order to achieve (why)*

*by taking these steps (how) we will help (who)*

Og med udgangspunkt i dette, vil vi nu fortælle, hvad vi ellers oplevede i Amsterdam.

Så… *Stand strong, step back, breath out and zoom out* (citat: keynote Eric Hein og Ruben Verlangen)

**The brain versus stress**

Oddsene for at huske noget som helst fra konferencen var dog fra staten dårlige. Ifølge Bart Torensma, dr., pH.D og anæstesisygeplejerske, ville vi kun huske 33% af det vi lærte (12% pr. time). Sagt på en anden måde, ville vi kun kunne huske ca. 5 slides ud af 15 pr. 15. minut.

**What is LAST?**

LAST (**L**ocak **A**nesthetic **S**ystemic **T**oxicity) er en sjælden tilstand, hvor lokalanalgetika absorberes i blodbanen. Ifølge Alicia White og Elaine Hughes, uddannelsesansvarlige PACU sygeplejersker, er der estimeret 0,26 tilfælde pr. 1000 anlagte blokader med ultralyd.

Det kan opstå efter anlæggelse af blok, epi eller spinal. Symptomerne opstår vilkårligt 30 sek. til over 30 min. efter anlæggelse.

Symptomerne spænder bredt alt efter lokalanæstesikoncentration i blodet: Følelsesløshed i tungen, svimmelhed, syn- eller høreforstyrrelser, tinnitus, kramper, bevidstløshed, koma, respirationsstop, arytmi, hjertestop.

Behandlingen er Intralipid, som gives ud fra vægt. Det er ikke unormalt at symptomerne kan genopstå ved alm. symptombehandling. Derfor gives der Intralipid mhp. binding af lokalanæstetika. Lette symptomer kan vare ved i op til to timer, mens mere alvorlige symptomer, såsom arytmi, kan vedvare i op til seks timer. Overvej derfor om patienten bør overflyttes til Intensiv Afdeling.

Oplægsholderne havde god erfaring med at lave simulationstræning omkr. LAST, således at deres kollegaer blev trygge i at observere og behandle patienter med LAST. Desuden anbefalede de at lave en akutbakke med Intralipid, dropsæt til dråbetæller og et actioncard om LAST.

**A-DIVA (A**dult **D**ifficult **I**ntra**V**enous **A**ccess**)**

Keynote speaker Fredericus H. J. van Loon (anæstesisygeplejerske og forsker, Department of Technical and Anesthesia Nursing Sciences, Fontys University of Applied Sciences, 5631 Eindhoven, The Netherlands)

Anlæggelse af PVK (Perifert Vene Kateter) er en af de mest almindelige procedurer i forbindelse med hospitalsindlæggelse og samtidig en procedure med lav succesrate.

Det ideelle scenarium er: **En** patient – **en** indlæggelse – **en** iv-adgang.

A-DIVA er et scoringssystem til at udpege de patienter, for hvem en intravenøs adgang kan være vanskelig at få anlagt. Jo højere score, jo vanskeligere adgang. Med dette scoringssystem kan man lægge en mere specialiseret strategi for proceduren og dermed skåne patienten for unødvendigt ubehag.

I vores afdeling er der planer om, i samarbejde med anæstesisygeplejersker og -læger, at oprette en klinik for ambulante patienter med høj A-DIVA score, som skal have en iv-adgang i forbindelse med undersøgelse og/eller behandling. Samtidig er hensigten at uddanne personalet bredt på hospitalet, ikke nødvendigvis i at lægge PVK på patienter med høj score, men at anvende scoringssystemet og dermed henvise de rigtige patienter til specialister.

Et af budskaberne var, at oplæring i at anlægge PVK’er kræver rigtig mange procedurer inden man kan anlægge et PVK i første forsøg. Det medfører, at man sammenholdt med andre procedurer skal gå ydmygt til opgaven med uddannelse af personale af hensyn til patienterne og ikke forvente succes efter få procedurer. Der opnås større sikkerhed med anvendelse af ultralyd, hvilket bliver et vigtigt redskab til at mindske generne for patienten.

The additive A-DIVA scale.

| **Factor** | **Score** |
| --- | --- |
| Is there a known history of a difficult intravenous access? | 1 |
| Do you expect a failed first attempt or a difficult intravenous access? | 1 |
| Is there an inability to identify a dilated vein by palpating the upper extremity? | 1 |
| Is there an inability to identify a dilated vein by visualizing the upper extremity? | 1 |
| Has the largest dilated vein a diameter less than 3 millimeters? | 1 |

The additive A-DIVA scale is represented as an additive scoring system to calculate the predicted risk for an individual patient; the scores for existing risk factors are added to give an approximate estimation of a difficult intravenous access. Scores are added after answering a question with “yes”.

Link til artikel af ovennævnte keynote-speaker: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6406455/

Fredag var den sidste konferencedag spækket med værdifuld viden, seancer om

opvågningssygepleje, poster-walk og socializing. Om eftermiddagen gik turen mod

lufthavnen under empatisk hensyntagen til den enkeltes behov for “recovering” - så

“evolution” kan opstå og anvendes derhjemme i comfortzonen i vores fremtidige

sygeplejerskeliv.

Alt i alt bød ICPAN 2023 på en FANTASTISK social og faglig oplevelse som skal bundfælle

sig og nu berettes videre.

Tusind TAK til FSAIO for den støtte som gjorde det muligt at komme afsted!

Med venlig hilsen

Marianne Kjeldgaard

Sif Drachmann Thomsen

Lene Henckel

Opvågningen

Herlev Hospital