



# Ressurssykepleier-nettverket

I PALLIASJON OG KREFTOMSORG I INNLANDET

2.2025



Vi i Klinisk Utvalg ønsker alle ressursykepleiere både i Innlandets kommuner, på sykehusavdelingene og ved rehabiliteringssentrene ei god jul.

Takk for alt dere har gjort for pasienter og pårørende i året som snart har gått. Det er ikke lite! Sammen sørger vi for at mange får en litt bedre hverdag. Takk til alle dere som jobber for pasientene våre hver dag, hele året!

Det var fint å se alle dere som deltok på basiskurs og temadag i oktober. Det er alltid nyttig å treffe hverandre og opprette og vedlikeholde kontakt.

Du finner informasjon om nettverket vårt på [Kompetansebroen](#). Der er det oppdaterte nettsider med informasjon om hvem som har rollen som ressursykepleier i alle kommuner og sykehusposter. Husk å hjelpe pasienter og pårørende med kontaktinformasjon til ressursykepleierne. Avtal gjerne at Ressursykepleier kan ta første kontakt. Her finner du også avtalen for Ressursykepleiernettverket.

## GRATULERER HEGE

Vi gratulerer «vår egen» Hege Birketvedt Ekelund som ble utnevnt til årets kreftsykepleier av faggruppen for Kreftsykepleiere i Norsk Sykepleierforbund (NSF). Hun er kreftkoordinator i de seks Valdreskommunene og hedres for imponerende innsats for kreftpasientene i 30 år.



Foto: NSF Kreftsykepleiere

Takk for den store jobben du har gjort i en årrekke for pasienter fra Valdreskommunene! Og, takk for den store jobben du har gjort og gjør som mangeårig medlem av arbeidsgruppa i Ressursykepleiernettverket.

Les mer om Hege her:

[Hun er årets kreftsykepleier: – Du skal ikke møte en chat-robot eller et sentralbord når du ringer meg](#)

Synøve Revling Holm  
Klinisk utvalg



## BASISKURS OG TEMADAG I OKTOBER

Bente Tokerud, leder av arbeidsgruppa

**Fagpersoner fra hele Innlandet var i oktober samlet til to innholdsrike dager med kunnskap- og erfaringsdeling og faglig refleksjon innen palliasjon.**

Programmet ga deltakerne solid innsikt i både grunnleggende og mer spesialiserte temaer innen palliativ omsorg, og rettet seg mot helsepersonell som møter alvorlig syke og deres pårørende i sin arbeidshverdag.

### Basiskurs – onsdag 22. oktober

Dagen startet med registrering og en felles velkomst før deltakerne fikk en introduksjon til ressursnykepleienettverket ved Synøve Revling Holm. Deretter fulgte en faglig gjennomgang av hvem den palliative pasienten er, ledet av overlege Åse Marie Dynna. Hun ga et klinisk perspektiv på pasientgruppen og deres behov.

Etter en kort pause sto symptomkartlegging på programmet, presentert av kreftsykepleier Trude Jeistad. Hun ga deltakerne praktiske verktøy for å identifisere og vurdere symptomer hos pasienter i palliativ fase.

Etter lunsj ga overlege Maren Anne Berglund en gjennomgang av medikamenter som benyttes i livets slutfase – et tema av stor betydning for trygg og kompetent behandling. Dagen fortsatte med en sesjon om lindrende sedering og regelverket rundt dette, igjen med Dynna som faglig ansvarlig.

### PROSJEKTMIDLER - KOMPETANSEHEVENDE TILTAK

Det lyses hvert år ut prosjektmidler for kompetansehevende tiltak for lindrende behandling og omsorg ved livets slutt som kommunene kan søke på. Søknadsfrist er 1.mars 2026. Dersom noen tenker å søke er det lurt å begynne planleggingen tidlig.

Følg med på utlysningen hos Statsforvalteren i Østfold, Buskerud, Oslo og Akershus som har ansvaret for søknader fra Innlandet.

Les mer her: [Kompetansehevende tiltak for lindrende behandling og omsorg ved livets slutt - Helsedirektoratet](#)

Mot slutten av dagen presenterte Fredrik Von Lövensprung Eiesland både CSNAT – et kartleggingsverktøy for pårørendes behov – og temaet pårørendeavtaler. Dagen ble avrundet med innlegg om Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester (USHT) sitt arbeid med fagutvikling i kommunene ved Marjolein Verplak.

### Fagdag – torsdag 23. oktober

Fagdagen åpnet med en sterk pasienthistorie om det å være «utdannet kreftoverlever», formidlet av Camilla Myrliid fra Gynkreftforeningen Innlandet, Mjøsa og omegn lokallag. Deretter delte Tone Bjørkvold sin pårørendehistorie gjennom foredraget «KreftUtenFilter», som satte fokus på omsorg og sorg fra et nærtstående perspektiv. Tror ikke et øye var tørt etter disse to innleggene.

Etter en pause fulgte gynekolog og overlege Ida Bang opp med to sentrale fagbolker: først om utredning og behandling av eggstokk- og livmorhalskreft, og deretter – etter lunsj – om palliative utfordringer ved gynekologisk kreft. Disse øktene ga deltakerne oppdatert kunnskap om både medisinske og palliative aspekter ved kreftsykdommene.

Kreftforeningen bidro også med et foredrag ved Mona Stensrud om HPV-forebygging i et folkehelseperspektiv, et viktig tema i arbeidet med å redusere forekomsten av gynekologisk kreft.



### KREFTRELATERT FATIGUE - MESTRINGSKURS

Kjenner du pasienter som opplever fatigue etter kreftbehandling? Hensikten med kurset er å få kunnskap, veiledning og råd, slik at man kan mestre sin situasjon så bra som mulig.

Kurset arrangeres av Pusterommet, Gjøvik i samarbeid med LMS Valdres. Fysisk oppmøte på Sykehuset Innlandet på Gjøvik. Deltagere fra Valdresregionen kan følge kurset digitalt fra LMS Valdres, sammen med kreftkoordinator i kommunen.

Les mer her:

[Kreftrelatert fatigue, mestringskurs - Sykehuset Innlandet HF](#)

### KURS - PALLIASJON

Regional kompetansetjeneste for lindrende behandling Helse Sør-Øst, (KLB) arrangerer [Kurs i avansert palliasjon for sykepleiere 5.-6. mai 2026 - Oslo universitetssykehus HF](#)

[Landskonferansen i palliasjon](#) arrangeres i Tromsø 23. – 25. september 2026.



## BRUKERUTVALGET

Ola Aarvik, brukerrepresentant

I august varslet statsminister og helseminister under sitt besøk på sykehusomta i Moelv, at regjeringen sa ja til å bevilge penger til Mjøssykehuset. De neste milepælene blir statsbudsjettet for 2026 og deretter forhåpentligvis resultatene av det etterfølgende forprosjektet.

Selv om brukerutvalget over tid har vært positive til å samle fagmiljøene til ett sykehus, er vi også til en viss grad bekymret for utviklingen. Selv om det eksempelvis planlegges med tre strålebunkere i Mjøssykehuset, blir det basert på framskriving kun to strålemaskiner. Vil dette være tilstrekkelig? I et stort geografisk fylke vil tilbud som Vardesenter og Pusterom være av stor betydning for kreftpasienter, både under og etter behandling. Behovet er spilt inn, men det gjenstår å se de blir realisert.

Antall somatiske senger planlegges med tilsvarende nivå som i dagens sykehusstruktur. Med eldrebølge, økning i sammensatte tilstander, mer dag- og poliklinisk behandling i fremtiden, vil kommunene som en konsekvens få et større ansvar og byrde ved å sikre gode og likeverdige helsetjenester til befolkningen.

Selv om det er gått noen år siden helsereformen ble innført, er jeg usikker på om alle kommuner i Innlandet har tatt konsekvensene av utviklingen inn over seg, både med hensyn til kompetanse og ressurser. Det som derimot er sikkert er at god og effektiv samhandling mellom tjenestenivåene blir enda viktigere fremover.

GOD  
JUL



Pakkeforløp hjem er et eksempel på nettopp samhandling rundt pasientene og mellom tjenestenivåene. I tilleggskommunikasjonen til oppdrag og bestilling fra juli ble helseforetaket pålagt å «følge opp pakkeforløp hjem for kreftpasienter i tråd med Helsedirektoratets anbefaling». Jeg håper derfor det tas snarlige grep for å bredde ut kartleggingene (samhandlingspunkt 1) i Sykehuset Innlandet og at kommunene avklarer ansvaret for oppfølging av samhandlingspunkt 2 og 3. Jeg tar gjerne imot innspill, både knyttet til det som fungerer godt og hvor det er forbedringspotensiale.

Jeg oppfordrer kreftkontakter i kommunene til å se over kontaktinformasjonen på Kompetansebroen, slik at den til enhver tid er oppdatert. På forhånd takk!

*Jeg ønsker dere alle ei riktig god jul!*

Ta gjerne kontakt eller kom med innspill til meg på:

Mob: 905 29 992 | Epost: [ola.aarvik@gmail.com](mailto:ola.aarvik@gmail.com)

### KOMPETANSEBROEN INNLANDET

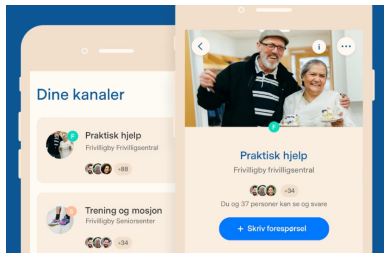
Kompetansebroen Innlandet er i gang. Det er viktig at ansatte i kommuner og Sykehuset Innlandet går inn på nettsiden [www.kompetansebroen.no](http://www.kompetansebroen.no) og melder dere på ukentlige nyhetsbrev.



Kreftforeningen Innlandet har en egen Facebookgruppe, som vi ønsker at skal være aktiv for alle som er opptatt av kreftsaken. Foruten Kreftforeningens egne informasjonsposter om tilbud, aktiviteter og engasjement fra privatpersoner, lag, foreninger og næringsliv, ønsker vi at dere sender inn poster som er relevant for kreftsaken. Det kan være en møteplass dere har satt i gang, et lærings- og mestringskurs eller andre saker som er relevant for den som er opptatt av kreftsaken. Del gjerne informasjon om gruppen i møte med kreftrammede, pårørende, etterlatte og kolleger som møter kreftrammede.

I Innlandet har vi regionkontor på Hamar. Følg oss gjerne på vår Facebook gruppe: [Kreftforeningen Innlandet | Facebook](#)

## HVERDAGSHJELP - ET TILBUD OM TRANSPORT OG FØLGE



Frivillige i Kreftforeningens hverdagshjelp tilbyr transport og følge til kreftpasienter og pårørende som skal til behandling, legetimer eller andre tjenester som er relatert til sykdommen.

Våre frivillige henter kreftpasienten til avtalt tid og sted og følger pasienten dit den skal og venter til vedkommende skal hjem igjen. Tilbudet er gratis og finnes i Valdres, Hamarregionen og Gjøvikregionen.

For å benytte seg av tilbudet, last ned appen Nyby og registrer deg som bruker: [Last ned Nyby | Nyby](#)  
Alternativt ring vår Rådgivningstjeneste: 21 49 49 21

## KREFTSAKENS VINTERLEKER 2026

Kreftsakens vinterleker arrangeres for 4. gang 5.-8. mars på Sjusjøen Arena Natrudstilen.

Det er Montebellosenteret og Kreftforeningen som arrangerer i fellesskap, med god hjelp fra nærmere 100 frivillige.

Deltagere kommer fra hele Norge og vi har plass til maks 550 personer.

Arrangementet støttes av Radiumhospitalets Legater og Sparebankstiftelsen DNB. Arrangementet er gratis for kreftrammede og deres pårørende. Målet med helgen er å skape mestingsfølelse, glede og motivasjon.

Mer informasjon om vinterlekene og påmelding (åpner 1.desember) finner du her: [Kreftsakens vinterleker – Kreftforeningen](#)

## FAMILIEDAG PÅ HUNDERFOSSEN

30. august 2026 arrangerer Kreftforeningen aktivitetsdag for barn og unge som er pårørende eller etterlatte. Vi legger til rette for en dag fylt med opplevelser, gratis inngang og lunsj. Foresatte får mulighet til å delta på foredrag om kommunikasjon med barn ved alvorlig sykdom, mens frivillige tar seg av barna. Et populært tilbud som fyller seg raskt opp

**Påmelding:** [Åpner våren 2026 Familiedag på Hunderfossen Eventyrpark](#) – Følg med på vår facebookgruppe!

## NOEN SOM VIL ÅPNE EN TEMAKAFE FOR KREFTRAMMEDE I KOMMUNEN?

Kreftforeningen kan støtte med inntil 10.000 kr pr år. Enkelt søknadsskjema og ferdig markedsmateriell følger med, samt at vi legger tilbudet ut på våre nettsider. Ta kontakt med oss, hvis dette er interessant!

## JULEAKSJONEN 2025



Tusen takk for at Sykehuset Innlandet, lokalmedisinske sentra og flere sykehjem også i år henger opp våre julestjerner for å vise omtanke og skape HÅP.

Her kan du lese mer om aksjonen: [Gi håp til jul - Støtt Kreftforeningens juleaksjon](#)

Beste hilsen fra oss i Kreftforeningen Innlandet

