

# Vad gör egentligen en stramasköterska?

Jessica Lind, DSK, Strama Stockholm

***”I den bästa av världar skulle  
alla regioner ha minst en  
stramasköterska!”***

Anna-Lena Fastén, allmänläkare  
Teamledare Strama Stockholm

Foto från Läkemedelsvärlden 2019

## Stramas vägvinande sätt

- Lyhörd för professionen
- Kommunicera med kliniskt verksamma
- Anpassar ambitionerna efter resurserna
- Stärka personalen att utföra sina arbetsuppgifter
- Uppmärksamma lågt hängande frukter

**STRAMA = Tänk "innanför boxen!"** Gemensamt mål med respekt för begränsningarna

Chat GPT`s Strama slogan: **"Boxen är stabil, och innehåller handskar!"**

## Lokalt Stramaarbete för en sjuksköterska?

**Utbildning/Yrkserfarenhet?** Slutenvård/Primärvård/Specialist;  
Infektion/Hygien/Smittskydd

**Sysselsättningsgrad:** 10 – 100%?

**Kollegor?** Ansvarsfördelning?

**Nätverk** och kontakter/samarbeten du redan har eller får?

## Huvuduppdraget?

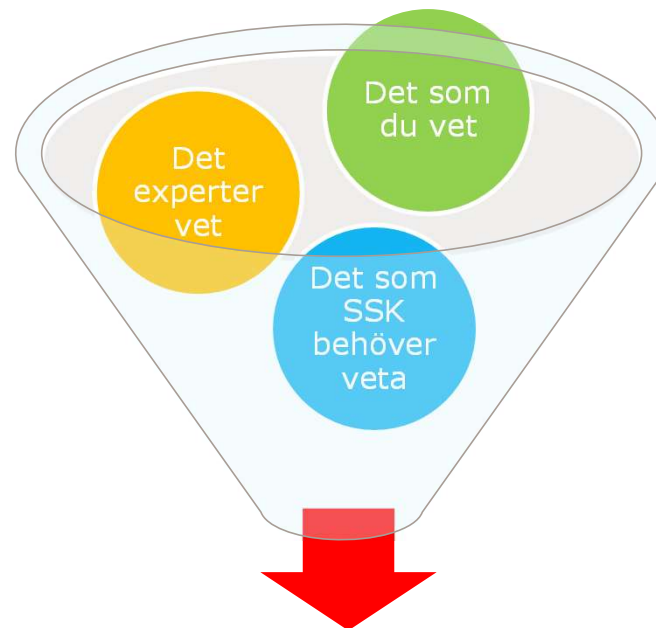
Stramaföreläsning på de fyra vårdhögskolorna i Stockholm, (T2 – T5): kurser i farmakologi/primärvård/inför VFU. 2- 3 h om antibiotika och resistens.

- Distriktssköterskeutbildning
- KUSK; kompletterande utbildning för SSK med utländsk legitimation (utanför EU)

Webbinarium via **Akademiskt Primärvårdcentrum, APC**, för kliniska SSK med efterfrågade teman; UVI/ABU/KAD, svårläkta sår, antibiotika och resistens.

Ca 40 - 50 föreläsningar, 1 600 – 2 200 studenter och vårdpersonal/år

## Hur skapar man en relevant föreläsning för SSK?



PP: Kort och koncist, korrekt, pedagogiskt, intressant, bra bilder **(TACK VGR!!)**  
och självklart med praktisk förankring och hänvisning **(= VGR)!**

## Övriga insatser?

Vårmöte/Höstmöte med Smittskydd (240 VC + 9 Närakuter)

Strama Stockholms Nyhetsbrev, 4gg/år

Slutenvårdsseminarium 1- 2ggr/år

Ledamot i RiksSår

RPO Urinvägssjukdomar – arbetsgrupp KAD

SSK Stramanätverket - primärvårdgruppen

## Vilka kontaktvägar använder jag?

Adjunkter/**kursansvariga** på högskolorna – nio stycken, mejl och bokning inför varje termin.

**APC:** Akademiskt primärvårdscentrum – två kontaktpersoner som sköter inbjudan/bokning/teamsänk under UpDate Omvårdnad.

**Nyhetsbrevet** med bokningslänkar till Stramaföreläsningarna

**MAS-nätverket** (26 stadsdelar): kontaktväg till verksamhetschefer för SÄBO

**HSF: avtalshandläggare** med socialchefsnätverk för kommunala vårdverksamheter. **Janusinfo/Evidens/Kloka Listan**

Smittskydd Stockholm och Vårdhygien Stockholm. FHM

## ..det administrera delas rättvist inom Stramafamiljen

- Bevaka funktionsbrevlåda/svara på frågor/hänvisa
- Beställa/uppdatera material och webbutbildningar
- Omvärldsbevaka – artiklar/forskning/riktlinjer
- Korrläsa andras material/skriva artiklar
- Delta/Hålla i seminarium/möten/projekt
- Skapa PowerPoints (= sno andras bilder, efter godkännande förstås)

## Tips!

1. Ta rygg på en annan stramasköterska!
2. Ta del av kollegors och experters kunskap.
3. Läs på: fakta, kolla nyheter, politiken/budget
4. Knyt vänskapsband med FHM, smittskydd, vårdhygien
4. Identifiera var kliniskt sköterskearbete och omvårdnad möter stramakunskap.
5. Skapa presentationer med tema; **lätt att göra rätt!**

# Hitta din roll och ta plats i Stramafamiljen!

Kusin från stan?

[jessica.lind@regionstockholm.se](mailto:jessica.lind@regionstockholm.se)



"Mamma"  
Anna- Lena  
Allmänläkare



"Pappa"  
Annika  
Apotekare



"Storasyster"  
Helene  
Allmänläkare



"Moster"  
Malin  
Infektionsläkare



"Faster"  
Anna  
Infektionsläkare



"Lillasyster"  
Jessica  
Distriktssköterska