

# Smärtekuben

## Ett verktyg för en jämställd smärtvård



Anke Samulowitz & Kristin Eliasson  
Kunskapscentrum för jämlik vård  
Forum Jämställdhet 2020

# Det här kommer hända!

- Incheckning
- Vad är långvarig smärta och hur kan den förstås?
  - Föreställningar om kvinnor och män med smärta
  - Föreställningar om ålder och smärta
- Vi testar Smärtekuben
- Vi utvecklar Smärtekuben

# Incheckning

Vilka föreställningar tror du att det finns om kvinnor och män med långvarig smärta?

Skriv på en post-it och lägg den framför dig

Smärta är  
vanlig  
komplex  
och komplicerad

**Smärta är  
alltid  
subjektiv**

# Föreställningar om kvinnor och män med smärta

**Känsliga kvinnor**

**Hysteriska kvinnor**

**Kvinnor jämfört med män**

**Kvinnors livspussel**

**Det är upp till mig**

**De tror inte att jag har ont**



**Tåliga män**

**Den starka kroppen**

**Hotad manlighet**

**Det här är inte jag**

Samulowitz et al. 2018

# Ålder

Vilka är äldre? 65? 70? 80?

Den tredje och fjärde åldern

Från januari 2013 gäller  
**diskrimineringsgrunden ålder**  
även inom hälso- och sjukvården!

# Stereotypa uppfattningar om äldre

rigid      religiös      lättirriterad      tråkig

ensam      isolerad      asexuell      lätt förvirrad

deprimerad      deprimerande      behövande

frustrerande      oproduktiv



# Ålder och smärta

Smärta hos barn är outforskad

Smärta (och depression) hos äldre är underbehandlad

“Look I can’t walk. What am I supposed to do?”

He says: “How old are you?”

I said: “I’m close to 90.”

“What do you expect? You’re an old man.”

# Genus och ålder - intersektionalitet

Svaghet, skörhet, passivitet och beroende  
är stereotyper för både äldre personer och kvinnor

Chrisler et al., 2016

# SMÄRTKUBEN<sup>⚡</sup>

# Hur kom Smärtkuben till?



# PÅ TAL OM SMÄRTA

**Kvinnors och mäns berättelser om smärta uppfattas på olika sätt.**

När män beskriver sin smärta uppfattas de som mer trovärdiga jämfört med kvinnor.

Män kräver, kvinnor vill inte vara till besvär.

Män söker orsaken till smärtan i yttre faktorer, kvinnor söker orsaken till smärtan hos sig själva.



**Känner du igen dessa uppfattningar från ditt arbete?  
Vad får de för konsekvenser?**

# VAD ÄR PÅ RIKTIGT?

”

Som om jag var dum i huvudet! Jag fick den känslan många gånger – de tror inte att man har ont.

**Kvinnor med smärta upplever att de inte ses som »riktiga patienter«**

”

Det är väl så att män inte ska gnälla. De är stora och starka, de ska inte ha problem, de ska inte ha ont.

**Män med smärta upplever att de inte ses som »riktiga män«**



**Har du träffat patienter som berättat om liknande erfarenheter?  
Hur kan du bemöta patienter så att de inte upplever detta?**

# VAD ÄR PÅ RIKTIGT?

”

”



Har du träffat patienter som berättat om liknande erfarenheter?  
Hur kan du bemöta patienter så att de inte upplever detta?

# Vi fortsätter utveckla Smärtekuben!

Smärtekuben handlar om kön och genus.

Nu har vi belyst ålder. Vad saknar du?

Vilka fler perspektiv skulle kunna läggas till? Ge förslag!



# VAD ÄR PÅ RIKTIGT?

”

”



Har du träffat patienter som berättat om liknande erfarenheter?  
Hur kan du bemöta patienter så att de inte upplever detta?

Läs gärna mer i litteraturoversikten  
”Brave men and emotional women”  
Pain Research and Management 2018

[anke.samulowitz@vgregion.se](mailto:anke.samulowitz@vgregion.se)  
[www.vgregion.se/smartkuben](http://www.vgregion.se/smartkuben)