SOPHIAHEMMET HÖGSKOLA SJUKHUS

ÅRSBERÄTTELSE
2023

INNEHÅLL:

ORDFÖRANDEN HAR ORDET 3
SOPHIAHEMMET SJUKHUS 4
SOPHIAHEMMET HÖGSKOLA 20
FASTIGHET 30
ORGANISATION 34
STYRNING & LEDNING 35
KAPITALFÖRVALTNING 36
RESULTAT- OCH BALANSRÄKNING 37
KONCERNLEDNING 38
STYRELSE 39

SOPHIA HEMMET
HÖGSKOLA SJUKHUS

Ordföranden har ordet

Sophiahemmets framsteg under de senaste decennierna har varit enastående. Från min roll som styrelseledamot i Sophiahemmet AB till att bli ordförande i styrelsen för Sophiahemmet, ideell förening år 2014 har jag sett vår organisation växa och stärkas.

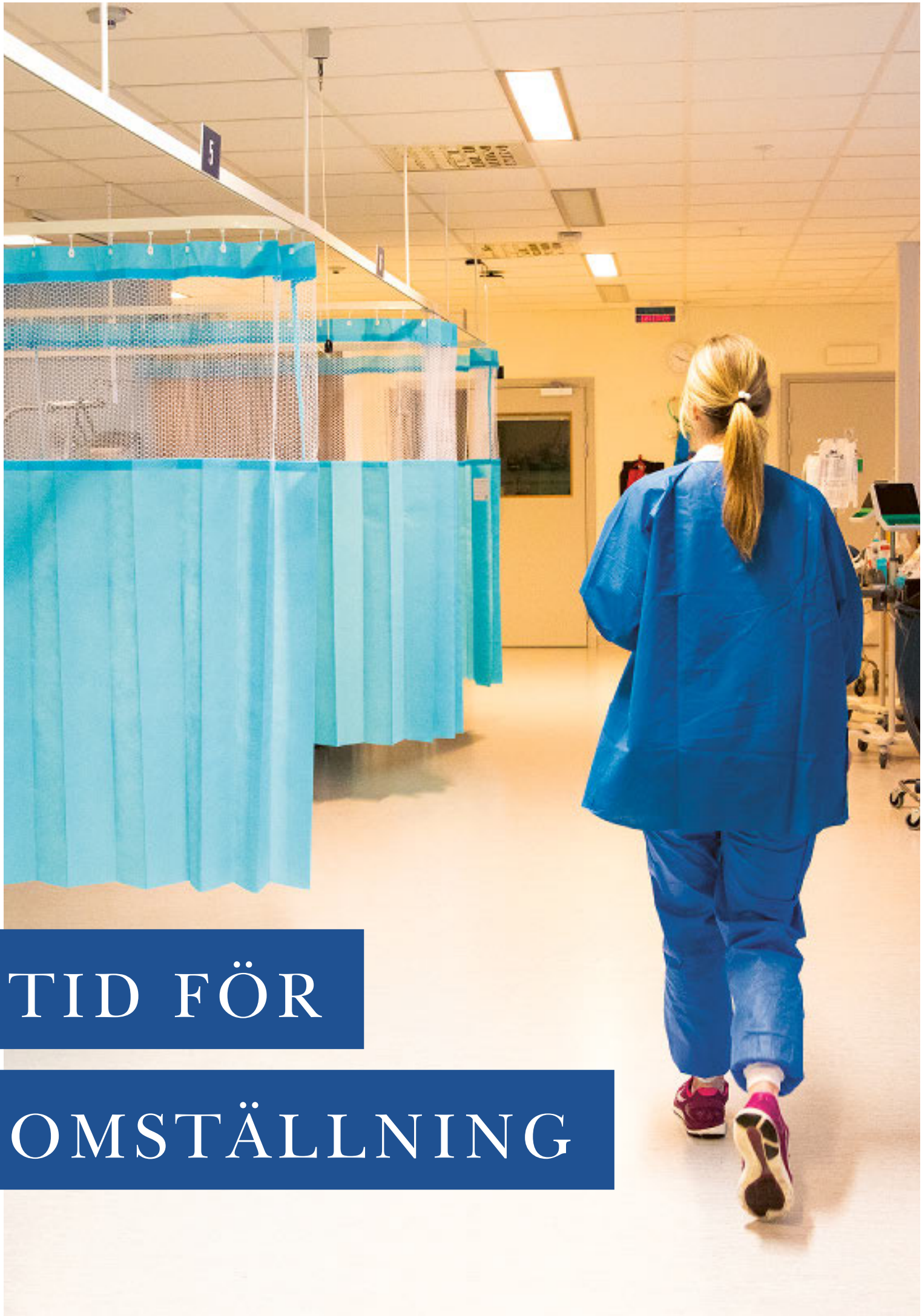
Vi har framgångsrikt anpassat oss till förändringarna i Stockholms hälso- och sjukvård och möjliggjort expansion samt etablering av nya vårdaktörer. För att möta dagens krav på modern utrustning, senaste metoderna och nya arbetssätt har vi kontinuerligt investerat i vår infrastruktur och säkrat en gedigen kvalitetsstämpel genom Sophiahemmets unika ackrediteringsmodell. Vår högskola har också imponerande expanderat och tilldelades ett utökat utbildningsuppdrag för sjuksköterskeutbildningen av regeringen för 2024. Från en blygsam forskningsverksamhet vid millennieskiftet har högskolan nu fulla rättigheter för forskarutbildningen och bedriver betydande forskningsaktivitet.

Men framgångar har inte varit utan utmaningar. Pandemin och nyligen en cyberattack mot våra system är påminnelser om detta. Politiska beslut påverkar också vår verksamhet där Region Stockholm har en tydlig riktning att återföra mer vård i egen regi. Detta kan på sikt hindra vår fortsatta affärsmodell med flera starka privata vårdgivare vid Sophiahemmet och därmed påverka vår ekonomiska uthållighet.

Jag vill särskilt tacka vår VD och hans ledningsgrupp för deras ledarskap och engagemang, samt också tacka mina kompetenta och erfarna kollegor i styrelsen för deras värdefulla inspel och vägledning. När jag nu avslutar min sista krönika vill jag passa stafettpinnen vidare till Kerstin Lindberg Göransson, som har utsetts av H.M. Konungen att efterträda mig som ordförande. Jag ser tillbaka på dessa år med stolthet över vad vi tillsammans har uppnått och är övertygad om att Sophiahemmets framgångsrika utveckling kommer att fortsätta och förfinas under hennes ledarskap. Sophiahemmet ska även i framtiden fortsätta att vara en förebild inom vården och utbildningen med sikte mot ett 200-årsjubileum år 2084. Jag lämnar Sophiahemmet med ett stort leende. ■

Lars Kihlström Burenstam Linder

Styrelseordförande
Sophiahemmet, ideell förening



TID FÖR OMSTÄLLNING

SOPHIA HEMMET
SJUKHUS

Under året beslutade Region Stockholm att genomföra den aviserade omställningsplanen för sjukvården. En omställning som enligt min bedömning kommer att leda till sämre tillgänglighet och en utslagning av välfungerande privata vårdgivare.

Regionen drar tillbaka ett stort antal vårdval och flera idag upphandlade vårdområden återgår till egen regi. Detta trots att vi vet att offentlig privat driven vård både är både effektivare och billigare för skattebetalarna. Med ett minskat utbud av privat driven offentlig vård i regionen, kommer väntetiderna att fortsätta öka.

Sedan valet 2022 har vi följt utvecklingen och i *Sophiahemmets Strategi 2030* har vi tagit höjd för detta. Vi tror att efterfrågan på privat betald vård, antingen via försäkringslösningar eller med egenfinansiering, kommer öka. Under året har vi därför påbörjat arbetet med att bygga upp en helt ny privat mottagning som komplement till våra befintliga mottagningar.

För våra vårdgivare på Sophiahemmet som idag bedriver vård inom vårdvalet eller genom upphandlade avtal är osäkerheten kring framtiden stor. Samtidigt ser vi ett fortsatt stort behov av specialiserad sjukvård och vårdgivarna har fullt upp med att möta den stora efterfrågan.

Trots den dystra bilden ser vi med tillförsikt på Sophiahemmets möjligheter att fortsätta utvecklas. Vi har starka och välfungerande vårdgivare med hög kvalitet. Våra mottagningar som vi bedriver i egen regi, Försäkringsmottagningen, Husläkarmottagningen och Hälsocentralen har hög efterfrågan och mycket goda resultat, såväl i de kundupplevda mätningarna som i de medicinska registren. Vårt varumärke står sig starkt i en turbulent värld.

Efter kriser i vår omvärld de senaste åren med pandemi och kriget i Ukraina, så drabbades vi av en kris på Sophiahemmet i början av 2024. Vi utsattes för en omfattande cyberattack. Alla system stängdes omedelbart ner och verksamheten drevs utifrån inövade beredskapsrutiner. I skrivande stund pågår ett omfattande arbete med att bygga upp en ny IT-miljö och steg för steg återskapa dokumentation och stödsystem – ett intensivt och utmanande arbete. Men trots att attacken påverkade hela Sophiahemmets egen verksamhet, ställde vi inte in några patienters planerade besök, operationer eller vård på vårdavdelningen. Detta tack vare engagerade och ansvarstagande medarbetare och ledare.

Jag är stolt över att få leda en sådan organisation som vår, i med- och motgång! ■

Peter Seger

Vd och sjukhuschef
Sophiahemmet

SOPHIA HEMMET
HUSLÄKARMOTTAGNINGEN

2023 var ett år med fortsatt förändrings- och utvecklingsarbete med målet att ytterligare förbättra verksamheten. Fokus har varit att ge vård utifrån patienternas behov och en hållbar arbetsmiljö för alla fantastiska medarbetare.

Vår digitala utveckling har prioriterats och utvecklats. Den digitala tjänsten Sophia HLM Online, video och asynkron chatt- och meddelandefunktion, har blivit ett självklart verktyg för mötet mellan oss och patienterna. Vi har dessutom infört stödsystemet ALMA i vårt journalsystem för att förbättra patientsäkerheten. Våra brev till patienterna går nu i första hand via digitala tjänsten Kivra, vilket sparar både tid och miljö.

Under året har vi fokuserat på användandet av antibiotika och förbättrat våra kunskaper på området. Tack vare ett förbättringsarbete av våra ST-läkare har vi till exempel blivit ännu bättre på att välja rätt antibiotikum vid olika specifika diagnoser.

Ett viktigt uppdrag för oss är att bidra till kompensförsörjningen i vården – läkarstudenter samt sjuksköterske- och distriktsköterskestudenter. I samarbete med Sophiahemmet Högskola har vi också bidragit till utbildningen av ukrainsk vårdpersonal, en förberedelsekurs för vidare ansökan om svensk vårdlegitimation.

KeyForCare är den viktigaste kanalen för feedback från patienterna. Deras synpunkter har bland annat lett till att vi införskaffat bättre anpassade stolar i väntrummen och skötbord för de yngsta patienterna på toaletterna. Små förändringar som också bidrar till att vi kan bedriva den bästa primärvården. ■

Andreas Erlandsson

Verksamhetschef
Husläkarmottagningen Sophiahemmet

HUSLÄKARMOTTAGNINGEN 2023

Läkarbesök, fysiska	14 807
Sjuksköterskebesök, på mottagning	4 183
Sjuksköterskebesök i hemsjukvård	4 845
Listade patienter	12 000
Andel nöjda patienter i KeyForCare	93 %
Antal svarande i enkäten	1 194

HUSLÄKARMOTTAGNINGEN PUBLICERAD 17 OKTOBER 2023

Benskörhet en dold folksjukdom

Benskörhet eller osteoporos gör inte ont eller ger symptom förrän den dagen man får en fraktur. Därför kan den ses som en dold folksjukdom. Christina Rönnmark, specialist i allmänmedicin, berättar mer om sjukdomen.

Vad innebär benskörhet eller osteoporos?
Det är ett tillstånd där hela skelettet successivt försvagas och hållfastheten försämras. Skelettet är en levande vävnad, ett organ som omsätts under hela livet genom benuppbyggnad och nedbrytning. Men vid benskörhet är omsättningen störd och skelettet bryts ned snabbare än det hinner byggas upp. Det innebär att man kan få en fraktur efter ett lättare trauma som till exempel ett fall från samma plan.

Hur vanlig är sjukdomen?
Ungefär varannan kvinna och var femte man drabbas under sin livstid av en fraktur orsakad av benskörhet. Kvinnor drabbas oftare än män och då vanligast efter klimakteriet när östrogenhalten sjunker.

Vad är orsaken till benskörhet?
När vi blir äldre minskar bentätheten hos alla men hur snabbt det sker beror till stor del på ärftlighet. Bentätheten minskar snabbare hos kvinnor efter klimakteriet som en följd av sjunkande nivåer av östrogen. Benskörhet kan också orsakas av en rad andra olika tillstånd och sjukdomar, men även vid behandling med vissa läkemedel som till exempel lång tids behandling med kortison.

Vilken typ av fraktur orsakas ofta av benskörhet?
Frakturer i handled, överarm, kota, höft och bäcken. Kotfraktur ger symptom med ryggvärk och kan ibland bli felbedömt som ryggskott. De allvarligaste frakturtyperna är kot- eller höftfrakturer som kan orsaka stort lidande.

Hur upptäcks benskörhet?
Om man haft en fraktur i höft, kota eller handled kan det vara ett tecken på benskörhet och för att kunna ställa en diagnos genomförs en bentäthetsmätning. Ökad risk för framtida frakturer eller om benskörheten orsakas av annan sjukdom kontrolleras genom blodprover och ibland ryggröntgen. Det vanligaste är att benskörhet till en början inte känns eller märks. Sjukdomen brukar ses som en dold folksjukdom eftersom den inte upptäcks före man bryter sig.

Vad kan en person med benskörhet göra själv?
Som vid många andra sjukdomar är det bra med fysisk aktivitet. Att förbättra muskelstyrka och balans minskar risken för fall och fraktur. Man bör äta allsidig och näringsriktig kost, se till att få i sig kalcium och D-vitamin. Rökning ska undvikas eftersom det skyndar på utvecklingen av benskörhet. Dessa rekommendationer gäller även för att förebygga osteoporos.

Vad erbjuder vården för behandling?
Det finns flera läkemedel som bromsar utvecklingen av benskörhet. Behandling ges i olika intervall i form av infusion, injektion eller läkemedel i tablettform tillsammans med tillskott av kalcium och D-vitamin. Dessa läkemedel gör att nedbrytningen av skelettet minskar. Det är viktigt att sätta in behandling i tid för att bromsa utvecklingen av benskörhet och undvika frakturer. Vi lever allt längre och för att få ett så friskt liv som möjligt måste vi förstå att skelettet är ett av alla organ som måste tas om hand! ■

SOPHIA HEMMET
FÖRSÄKRINGSMOTTAGNINGEN

Patienterna står givetvis i första rummet för allt vårt arbete och under året fokuserade vi på deras återkoppling via våra patientnöjdhetsmätningar. Vi fick glädjande nog rekordmånga förbättringsförslag som vi beaktar i verksamhetsplaneringen och där vissa förslag leder till konkreta förändringar. Under hösten lanserade vi en ny hemsida som bland annat utformats utifrån patienternas behov av information.

För att skapa en så trivsam och harmonisk miljö som möjligt för alla som besöker oss byggde vi under året om vårt väntrum och vår reception. Allt i linje med den fantastiska miljön vi har här på Sophiahemmet.

En av årets höjdpunkter var det gemensamma privatvårdseventet som vi genomförde tillsammans med Hälsocentralen och Sophiahemmet Högskola. Temat var *Varför blir vi så sjuka när vi har det så bra?* Eventet var mycket välbesökt och uppskattat av våra inbjudna intressenter.

Under året introducerade vi några nya tekniska innovationer på mottagningen. Bland annat infördes en ny metod för att mäta nervfunktionen i fötterna för personer med diabetes och ett nytt sätt att genomföra dygnsblodtrycksmätning. En teknik där man använder Bluetooth och som är lättare för patienten att genomföra på egen hand.

Försäkringsmottagningen fortsätter att aktivt delta i Sophiahemmet Högskolas olika forskningsprojekt om diabetes. Vår förhoppning är att den första av dessa studier ska publiceras inom kort. ■

Maarit Korkeila Lidén

Verksamhetschef
Försäkringsmottagningen Sophiahemmet

FÖRSÄKRINGSMOTTAGNINGEN 2023

Läkarbesök inklusive digitala	29 468
Sjuksköterskebesök	1 360
Telefonrådgivning	13 534
Hälsokontroller	739
Andel nöjda patienter i KeyForCare	96 %
Antal svarande i enkäten	3 775

FÖRSÄKRINGSMOTTAGNINGEN PUBLICERAD 16 NOVEMBER 2023

Människor måste sluta se sig som trasiga

Anders Hansens är psykiatriker på Försäkringsmottagningen Sophiahemmet. Hans mission är att sprida kunskap om hjärnan.

Genom att vårda våra relationer, motionera, sova ordentligt och dra ned på skärmtiden kan vi enligt honom må mycket bättre!

Du gör succé med böcker, tv-program och föreläsningar om hur vår stenåldershjärna ställer till det i vårt moderna liv. Varför är intresset för detta så stort?

– Jag hade aldrig kunnat drömma om att det skulle bli ett sådant gensvar. Kanske är förklaringen att jag på ett lättfattligt sätt, utan att förenkla, förklarar hur hjärnan fungerar och påverkar oss.

Vad vill du att vi ska ta med oss av det du berättar?

– Att vi ska sluta se oss som trasiga. Att vi ska förstå att våra reaktioner beror på att våra hjärnor, som har sett likadana ut sen stenåldern, är utvecklade för överlevnad, inte för att må bra. Historiskt har livet gått ut på att hitta föda och undvika att bli dödad. Överlevarna var de som kunde förutse och föreställa sig faror, och det är deras gener vi har i oss. Ångest och oro är hjärnans sätt att tala om att något är farligt.

Var åttonde person i Sverige äter antidepressiva läkemedel. Varför mår vi dåligt trots att vi lever i ett av världens mest utvecklade länder?

– Det är komplicerat, men när det gäller ungas psykiska hälsa som minskat tydligt, har sociala medier spelat in. Vi människor är flockdjur, och det är viktigt för oss att passa in. Under tusentals år jämförde vi oss med 20–30 personer. I dag jämför vi oss med hela planeten. Inte underligt att vi tror att vi inte duger när vi ser alla tillrättalagda bilder i våra mobiler.

Ofrivillig ensamhet anses i dag som ett av våra största folkhälsoproblem, varför?

– Forskningen visar att upplevd ofrivillig ensamhet i långa perioder är skadlig. Man behöver inte vara ensam, det räcker med att känna sig ensam för att risken för allvarlig sjukdom ska öka.

– För hjärnan är ensamhet lika med livsfara, och våra sinnen måste skärpas till det yttersta för att vi ska upptäcka faror som lurar. Det är därför den som är ensam lätt kan bli misstänksam och lite kantig mot omvärlden.

Vilka är dina bästa råd för att vi ska må bättre?

– Vårda dina nära relationer. Relationer är det viktigaste för att vi ska vara långsiktigt tillfreds med tillvaron.

– Motionera. Regelbunden motion är lika effektivt mot mild depression som antidepressiv medicin.

– Sov ordentligt. Sömnen är viktig för vårt fysiska och psykiska välbefinnande.

– Skär ner på skärmtiden. Överanvändning av sociala medier gör att vi känner oss otillräckliga. ■

HÄLSOCENTRALEN 2023

Läkarbesök	874
Sjuksköterskebesök	1 556
Hälsokontroller	8 380
Anslutna företag	985
Hälsoundersökningar via företag:	6 570
Andel nöjda patienter i KeyForCare	98 %
Antal svarande i enkäten	2 855

SOPHIA HEMMET
HÄLSOCENTRALEN

I höstas arrangerade vi ett efterlängtat privatvårdsevent tillsammans med Försäkringsmottagningen och Sophiahemmet Högskola där vi bjöd in alla våra intressenter. Ett mycket uppskattat och välbesökt evenemang där vi fick tillfälle att presentera vår verksamhet men också lyfta frågan om psykisk hälsa och ohälsa.

Ny teknik infördes på vårt Hälsoråd. Nu kan vi erbjuda Diabetes Foot Screening som gör det möjligt att upptäcka tidiga förändringar av känseln i fötterna hos personer med diabetes.

Utifrån förbättringsförslag i KeyForCare har vi sett till att alla våra kunder även kan få en digital hälsorapport via Kivra efter sin hälsoundersökning. Vi har också ändrat på frukt- och smörgåsutbudet i patientcaféet utifrån önskemål. Annan förbättring som genomförts är att vi sedan i slutet av 2023 förberett för att våra kunder ska kunna omboka besök, avboka besök eller lämna återbud digitalt.

Vi har under året vid flera tillfällen, både i Stockholm och Göteborg, träffat Carlanderska sjukhusets medicinklinik för ett utbyte av erfarenheter avseende hälsoundersökningar och primärprevention. Något som varit mycket lyckat och lärorikt! ■

Madeleine Lempke

Verksamhetschef
Hälsocentralen Sophiahemmet

HÄLSOCENTRALEN PUBLICERAD 24 JANUARI 2023

Sök psykologhjälp när hela livet påverkas

Om du känt dig nedstämd en längre tid, har svårt att sova eller befinner dig i en livskris kan du behöva professionell hjälp. Therese Norman, psykolog på Hälsocentralen Sophiahemmet, svarar på frågor om när det är lämpligt att söka psykologhjälp och vad hon kan bidra med.

När är det dags att ta kontakt med en psykolog?

– Att vara lite låg och stressad ibland eller ha svårt att sova någon natt är normalt. Men när det börjar påverka resten av livet kan det bli problem. Om du under en längre tid har problem med sömnen eller stress – kanske genomgår en livskris - kan det vara lämpligt att söka professionell hjälp.

Vilka symptom är vanliga?

– Det är olika från person till person, men generellt kan man säga att livet i övrigt blir påverkat. Någon kanske drar sig undan från familj och vänner, någon annan börjar gråta av nästan ingen anledning alls och en tredje kan bli väldigt arg för småsaker.

Du har just börjat arbeta på Hälsocentralen Sophiahemmet, varför behövs en psykolog där?

– Det är en tjänst som har efterfrågats och är ett viktigt komplement till det övriga utbudet. Vi vet till exempel att psykiska problem som oro och ångest kan ge fysiska problem, och tvärtom. Till mig kan den som har behov av att träffa en psykolog och som vill betala själv komma.

Vad kan du hjälpa till med?

– Jag arbetar med en behandlingsform som kallas KBT/ACT som står för kognitiv beteendeterapi respektive Acceptance and Commitment Therapy. Med denna behandling lär man sig hantera och acceptera sina svårigheter för att kunna gå vidare med sitt liv på ett sätt som blir meningsfullt.

Hur är behandlingen upplagd?

– Vi börjar med ett orienterande samtal där vi lär känna varandra och där jag får veta mer om hur patienten mår. Därefter lägger vi upp en plan för den fortsatta behandlingen. Sedan träffas vi ett antal gånger och däremellan får patienten olika övningar att göra hemma. Det kan till exempel vara att fundera på olika livsmönster och möjligheterna att ändra dem. ■

SOPHIA HEMMET
VÅRDAVDELNINGEN

Systematiskt arbetsmiljöarbete präglade året då vi blev ett av 70 sjukhus som ingick i Arbetsmiljöverkets nationella inspektion.

Vi fokuserade på att förtydliga den organisatoriska arbetsmiljön genom att systematisera rutiner och riskbedöma arbetsbelastning. Främst tittade vi på nattarbetets risker där vi tog fram en handlingsplan utifrån dessa. Samtliga medarbetare fick dessutom svara på en enkät om den organisatoriska och sociala arbetsmiljön (OSA) som vi sedan följde upp.

Vårt Employee Net Promoter Score (eNPS) som mäter medarbetarnas engagemang och lojalitet på arbetsplatsen visar på utmärkta siffror. Nöjda medarbetare leder i sin tur till god omvårdnad som vi ständigt utvecklar varje dag för våra patienter. Vid arbetsmiljöverkets återbesök fick vi väl godkänt!

Under året infördes patientnära analys (PNA) för kapillär provtagning där provsvar överförs direkt till patientjournalen. På så sätt ökar patientsäkerheten och automatiseras medarbetarnas arbetssätt, vilket är ytterligare ett led i digitaliseringen.

Våra nöjda patienter hjälper oss att ständigt utveckla vår omvårdnad och förbättringsförslagen följer vi online genom vår patientutvärdering. Av årets totalt 238 patientförslag har vi exempelvis:

- Infört informations-TV på samtliga sängplatser
- Gjort det lättare för patienterna att hitta till oss med hjälp av tydligare skyltning i entrén och film på vår hemsida
- Renoverat och bytt ut möblerna på våra patientrum
- Infört möjligheten för patienterna att beställa maträtter under hela dygnet
- Infört fysioterapi alla dagar vårdavdelningen har öppet ■

Åsa Larssson

Verksamhetschef sjukvård
Biträdande sjukhuschef
Sophiahemmet

VÅRDAVDELNINGEN 2023

Vårdplatser	40
Vårddygn	4 700
Medelvårdtid	1,1 dygn
Andel nöjda patienter	97 %
Antal svarande i patientnöjdhetsenkät KeyForCare	1 439

Bästa jobbet och arbetsplatsen

Efter tretton år som sjuksköterska på Sophiahemmet är Gustav Westöö fortfarande lika nöjd över sitt yrkesval.

Jobbet är givande och meningsfullt och han stortrivs med sina kollegor. Det bästa jobb man kan ha, tycker han.

För Gustav Westöö var vägen in i sjuksköterskeyrket rak och självklar. Han visste att det var ett bristyrke och att det var lätt att få jobb efter avslutad utbildning, vilket lockade honom att söka. Han visste också att han ville jobba med människor.

Efter att ha arbetat ett år på Lunds lasarett direkt efter examen - och senare en period i Norge - arbetar han i dag som nattsjuksköterska på Sophiahemmets vårdavdelning. Han stortrivs med både arbetsuppgifter och kollegor. Här vårdas de flesta patienterna efter sina operationer inom flera olika specialiteter såsom exempelvis gynekologi, urologi och ortopedi. En dag i veckan är Gustav också HLR-koordinator, vilket innebär att han bland annat ser över Sophiahemmets 33 hjärtstartare.

TRIVS ATT JOBBA NATT

Nattarbetet på avdelningen passar honom som handen i handsken.

–Jag lägger i hög grad själv upp mitt arbete och på natten finns det mer tid för patienterna och man får en närmare kontakt. Många patienter har behov av att prata eller ställa frågor och på kvällar och nätter finns utrymme för det, konstaterar Gustav.

Han gillar sjuksköterskeyrket av en rad anledningar. En är bredden och de många möjligheterna. Man kan vidareutbilda sig till specialistsjuksköterska, jobba utomlands – eller med IT om man så vill! För egen del tycker han att det bästa är att yrket är meningsfullt, lärorikt och omväxlande.

–När jag går på mitt pass på kvällen vet jag aldrig vad som väntar. Vad som helst kan hända och det gör att jobbet aldrig blir monotont eller tråkigt.

Tretton år har det hittills blivit vid Sophiahemmet och han ser ingen anledning att byta arbetsplats. Trivseln bland kollegorna är hög och på hans avdelning har de en tajt och fin sammanhållning.

–Det är inte bara jag som har jobbat länge här. Det gör oss till ett bra team som litar på varandra. Det är kul att komma till jobbet och jag vet att patienterna blir väl omhändertagna även efter att jag gått av mitt pass, säger Gustav.

KONKRET JOBB

Han berättar att han ger sitt allt i engagemang och närvaro medan han jobbar – men han tar inte med sig jobbet hem.

–Jag tycker det är skönt att man inte kan jobba hemifrån som sjuksköterska! Jag älskar att jobbet är så konkret och tydligt.

Att arbeta natt är ett aktivt val som han tycker fungerar utmärkt för honom. Han har inga problem med att kunna somna dagtid, vilket är en förutsättning. Nattjobbet ger honom mer fritid än om han hade jobbat dagtid. Den fritiden ägnar han åt sin familj och resor. Målet är att besöka världens 193 länder. Hittills har han betat av 101. Senast var han på Cap Verde och nästa resa går till Galapagosöarna. Längre fram kan det bli en lite längre vistelse i Thailand med frun och barnen. ■

FAKTA VÅRDGIVARE 2023

Antal ackrediterade vårdgivare	34
Antal besök ca per år	600 000
Antal operationer ca per år	21 000
Antal medarbetare ca	1 300

ACKREDITERAD VÅRDGIVARE • SOPHIAHEMMET •

På Sophiahemmet ställer vi höga krav på våra vårdgivare som bedriver hälso- och sjukvård genom en unik ackrediteringsmodell. Den har visat sig fungera utmärkt för att säkerställa kvalitet och patientsäkerhet.

Med så många vårdgivare som drygt trettio inom olika specialiteter, är det viktigt att leva upp till det stora förtroende som våra patienter har för oss. Alla vårdgivare som verkar på Sophiahemmet känner ett gemensamt ansvar att leverera vård av bästa kvalitet, och modellen med ackreditering gör att patienterna får bekräftat att alla på Sophiahemmet arbetar mot samma mål – vård i världsklass.

Ackrediteringen sker årligen, och innebär att den ansvariga verksamhetschefen intygar att alla som arbetar inom verksamheten är uppdaterade om och följer alla lagar och föreskrifter som är relevanta för att leverera modern och säker vård. Alla medarbetare ska även känna till och följa Sophiahemmets värdegrund, policys och riktlinjer samt årligen genomgå utbildning i hjärt- och lungräddning. Sammantaget innebär detta att Sophiahemmet är ett sjukhus som levererar vård med högsta möjliga patientsäkerhet.

Att vidareutveckla ackrediteringsmodellen har under mina år som chefläkare på Sophiahemmet varit ett omfattande uppdrag. Det har också gett mig god insikt i hur alla våra vårdgivare arbetar systematiskt med patientsäkerhet och ett gott patientomhändertagande i fokus. Varje höst har jag också, tillsammans med Sophiahemmets kvalitetsutvecklare, genomfört patientsäkerhetsdialoger där vi tillsammans med varje vårdgivare diskuterat ackrediteringen och de ständiga förbättringar som modellen hjälper till att åstadkomma. Denna modell är unik i Sverige och innebär inte bara att Sophiahemmet erbjuder kvalitetsgranskad hälso- och sjukvård, utan att det också finns en gemensam ambition om högsta nivå på den vård man utför. Vården anpassas kontinuerligt utifrån omvärldens förväntningar, något vår grundare Drottning Sophia så framsynt formulerade redan 1884, att vården på Sophiahemmet skulle vara *i takt med tiden*.

Efter sex fantastiska år kan jag nu med stolthet och glädje överlämna stafettpinnen som chefläkare till min efterträdare. Sophiahemmet står väl rustat att med hjälp av vår unika ackrediteringsmodell fortsätta leverera vård i världsklass även i framtiden! ■

Marie Wickman Chantereau
Chefläkare
Sophiahemmet

HÄLSOCENTRALEN OCH SJUKHUSET PUBLICERAD 14 SEPTEMBER 2023

Claes – nöjd patient på Sophiahemmet sedan 40 år

Under förra året byttes Claes Zettermarcks utslitna knä ut mot en protes och han opererades för gråstarr på båda ögonen. Som mångårig patient på Hälsocentralen Sophiahemmet vet han att han snabbt får god och adekvat vård när han behöver.

”Jag har varit patient på Hälsocentralen Sophiahemmet sedan 1984. Till en början handlade det uteslutande om en, som jag brukar säga, årlig besiktning, men med tiden och stigande ålder har det tillkommit saker som behövt behandlas. Då har min läkare Eva Steinkeller snabbt remitterat mig till någon av de andra klinikerna på Sophiahemmet. Sedan tio år tillbaka går jag till exempel hos hjärtläkaren Elisabeth Moor på Hjärt-lung-allergimottagningen.

I höstas genomgick jag tre operationer på kort tid. Först fick jag mitt utslitna högerknä utbytt mot en protes. Operationen, som utfördes av läkaren Jenny Saving på Capio Artro Clinic, gick bra. Visst, det var lite jobbigt med rehabträningen efteråt, men nu kan jag gå en hel golfrunda utan problem. Det har jag inte kunnat göra på många år.

Nu senast blev jag opererad för starr på båda ögonen, först det ena och sedan det andra. Annemari Koivula, läkare på Capio Ögon, bytte ut mina grumliga linser mot två konstgjorda. Med de nya linserna behöver jag inte längre några glasögon. Vilken befrielse!

Jag bestämde själv när operationerna skulle ske, och kunde på så sätt planera in dem så det passade mig och min familj.

Jag är mycket nöjd med den vård och bemötandet jag har fått på Sophiahemmet. Det gäller inte bara läkarna, utan alla jag har varit i kontakt med har varit mycket kunniga och professionella.” ■

BARNSJUKHUSET MARTINA VID SOPHIAHEMMET PUBLICERAD 11 JANUARI 2023

På Vikthälsa pratar de så jag förstår

För två år sedan kom Oliver och hans mamma till Martina Centrum för Vikthälsa vid Sophiahemmet. Behandlingen har gett resultat. I dag är familjen mer medveten om hur viktigt det är med bra kost och regelbunden träning. Och Oliver har skaffat gymkort.

Vi träffar Oliver och Mia Jarny på Martina Centrum för Vikthälsas mottagning vid Sophiahemmet. Oliver är 13 år och går musikalprogrammet på Kulturama. Just nu är det fullt fokus på repetitionerna inför en föreställning där Oliver både dansar och sjunger.

Han och hans mamma har varit här många gånger och det syns att de är hemmastadda. För två år sedan blev familjen remitterade till Martina Centrum för Vikthälsa i samband med att Oliver fick en neuropsykiatrisk diagnos.

MED I FORSKNINGSSTUDIE

Familjen är en av de som ingår i en forskningsstudie från Karolinska Institutet som visar att Martina Centrum för Vikthälsa lyckas bättre med behandling av barnfetma jämfört med sedvanlig vård. När de fick frågan om de ville delta tackade de ja direkt.

Studien är avslutad men för Oliver och hans familj pågår behandlingen fortfarande. De träffar regelbundet ett behandlingsteam som bland annat består av en fysioterapeut och en dietist för att få råd och tips om kost och fysisk aktivitet.

– De är bra att prata med för de förklarar så att jag förstår. Jag har lärt mig att äta mindre portioner och ta mer grönsaker och frukt, säger Oliver.

Men den stora delen av arbetet gör Oliver hemma med stöd av familjen. Varje morgon ställer han sig på en specialvåg som visar hur han ligger till i förhållande till en viktkurva. Resultatet skickar Mia in till behandlingsteamet via en mobilapp.

– Vågen visar inga kilon utan hur väl Oliver följer en grönmarkerad viktkurva. Så länge han håller sig inom den går allt åt rätt håll, säger Mia.

MÅLET ÄR LIVSSTILSFÖRÄNDRING

Målet med behandlingen är att han – och hela familjen – ska göra livsstilsförändringar som leder till bättre mående. Det handlar om att ändra vanor och lägga till nya rutiner, som att röra sig mer och äta hälsosamt. Men också att bli mer aktiv socialt.

– Lite mindre tid framför datorn, och mer tid utomhus och med vänner, säger Mia.

Rutiner och en bra våg har varit till hjälp, anser Mia.

– Men att ändra vanor tar tid, och ett första steg är att bli medveten om att de måste ändras.

Det har varit en stor fördel att kunna hålla kontakt med behandlingsteamet digitalt mellan de fysiska träffarna.

– Är det något vi undrar över eller vill kommentera så gör vi det i appen, och får svar direkt. Det är verkligen bra.

Oliver har skaffat gymkort och följer oftare med mamma och storasyster ut på skogspromenad. Att spela datorspel är fortfarande bland det roligaste, men han spelar inte lika mycket som tidigare.

BÖRJA MED NÅGON SPORT

Om ett år tänker han ha gått ner ytterligare i vikt, och kanske ha börjat med någon sport som handboll eller vattenpolo.

Vad skulle du säga till en kompis som har problem med vikten?

– Jag skulle säga - gå till Martina Centrum för Vikthälsa så får du hjälp och stöd att må bättre, säger Oliver.

– Vi är så nöjda och kan verkligen rekommendera dem, sammanfattar Mia. ■

CARLAKLINIKEN VID SOPHIAHEMMET PUBLICERAD 8 MARS 2023

Klimakteriet är ingen sjukdom

Alla kvinnor hamnar förr eller senare i klimakteriet – ändå har många bristfälliga kunskaper om denna period i livet. Katarina Brywe, gynekolog och överläkare på Carlakliniken, svarar på frågor om vad klimakteriet innebär och vad man kan göra för att må bra.

Vad är klimakteriet?

– På svenska heter det övergångsåldern och avser tiden när kvinnan övergår från att vara fertil till icke fertil. Klimakteriet är ingen sjukdom, utan en naturlig process på samma sätt som puberteten. Det som händer är att hormonproduktionen i äggstockarna sjunker och slutligen upphör. Det gör att även ägglossning och mens glesar ut och på sikt helt försvinner. Östrogenhalten i kroppen sjunker och det är den bristen som ger många kvinnor besvär med svettningar och vallningar. Medelåldern för klimakteriet i västvärlden är 52 år, men allt mellan 45 och 57 år anses normalt.

Vad är menopaus?

– Det är tidpunkten för den sista menstruationen. När den inträffar vet man inte förrän efteråt. Definitionen av menopaus är att det ska ha gått 12 månader efter sista blödningen. Om du blöder efter det ska du söka läkare för *blödning efter klimakteriet.*

Talar kvinnor i dag mer öppet om klimakteriet?

– Ja, det är min uppfattning. Inte minst för att det tas upp i media på ett annat och mer positivt sätt nu. Det är inte lika ”skämmigt” längre och det tycker jag är väldigt bra.

Hur vet jag om jag är i klimakteriet?

– Det första tecknet brukar vara att mensen blir oregelbunden. Det blir längre mellan menstruationerna och ofta mer långdraget när den kommer. Humörsvängningar, värmevallningar, svettningar och störd nattsömn är vanliga.

Drabbas alla kvinnor av klimakteriebesvär?

– Det finns kvinnor som knappt märker att de är i klimakteriet, medan andra har svåra besvär under flera år. Men de flesta drabbas av vallningar eller svettningar under någon period. Många upplever också att de sover sämre då nattsömnen blir störd av att de vaknar av vallningar och svettas. Statistiken visar att sju av tio kvinnor får klimakteriebesvär, och en tredjedel av dem så pass mycket att de önskar att få någon form av behandling.

Vad händer med sexlusten?

– Också det varierar, men många kvinnor upplever att lusten minskar. Rent fysiologiskt leder de låga halterna av östrogen till sköra och torra slemhinnor och då kan det kännas obehagligt att ha sex. Lokalverkande östrogen, som finns receptfritt på apoteket, motverkar torrhet i slidan. Det minskar också risken för urinvägsinfektion eftersom det stärker slemhinnan även kring urinröret. En enkel och helt ofarlig behandling.

Är humörsvängningar kopplade till klimakteriet?

– När hormonbalansen ändras kan det ge besvär liknande premenstruellt syndrom som humörsvängningar och svullnad i kroppen. PMS-symptom kan ofta bli förstärkta i klimakteriet. Klimakteriet inträffar i en period i livet med många förändringar. Barnen flyttar ut, föräldrarna blir gamla och man kanske börjar fundera på vad man vill med sitt liv. Den främsta indikationen för hormonbehandling är svettningar, vallningar och sömnstörningar. Jag brukar även rekommendera kvinnor som har svåra humörsvängningar att prova med hormonbehandling under tre månader och se om det blir någon förbättring.

Vad kan jag göra själv för att minska besvären?

– Forskningen visar att motion i form av pulshöjande aktivitet tre gånger i veckan kan ha effekt. Även akupunktur kan hjälpa. Däremot finns det i dag inga studier som visar att en viss sorts kost kan minska besvären. Möjligen kan vissa hälsokostpreparat vara bra mot lättare besvär.

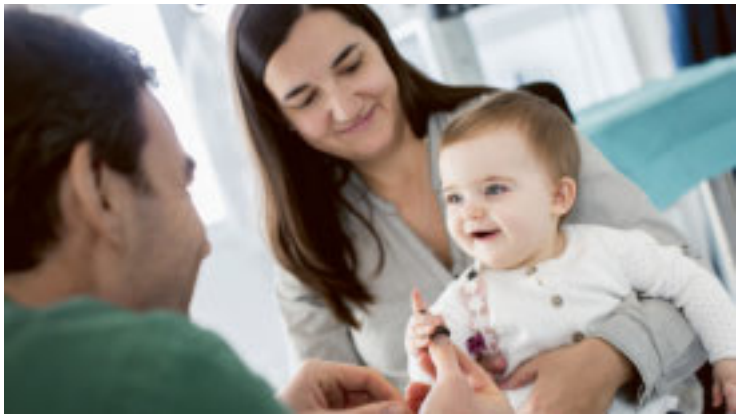
Vad gäller kring hormonbehandling?

– Om du har så svåra besvär att det påverkar din livskvalitet kan du bli hjälpt av hormonbehandling. Östrogen är en väldigt effektiv medicinering för typiska klimakteriesymptom. Jag tycker inte man ska vara rädd för hormonbehandling. Det kom larmrapporter i slutet av 90-talet om att det fanns ett samband mellan östrogenbehandling och bröstcancer. Numera vet man att risken för bröstcancer ökar något vid längre tids hormonbehandling, men att den även ger ett visst skydd mot hjärt-kärlsjukdom förutsatt att den sätts in i samband med menopaus. Det görs det alltid en individuell bedömning före hormoner skrivs ut. Vanligtvis kan man sluta med medicineringen efter cirka fem år utan att klimakteriesymptomen återkommer. ■

ÖRON-NÄS-HALSKLINIKEN VID SOPHIAHEMMET PUBLICERAD 20 JUNI 2023

Tryggt operera sonen på Sophiahemmet

Petters tvåårige son hade en körtel bakom näsan som behövde tas bort. Han fick snabbt tid för operation på Öron-näs-halskliniken vid Sophiahemmet. I dag sover sonen bättre och har inte varit förkyld på länge. Här är pappans berättelse om operationen.



”Det hade alltid varit lite si och så med sömnen för vår son. Han var ofta förkyld och förkylningarna höll i sig länge, och när han väl sov brukade han snarka. När vi berättade om det för sjuksköterskan på barnavårdscentralen sa hon att små barn inte ska snarka och gav oss en remiss till Öron-näs-halskliniken vid Sophiahemmet.

POLYP BAKOM NÄSAN

Läkaren som undersökte vår son konstaterade att han hade en ganska stor körtel bakom näsan, en så kallad polyp. Hon förklarade att den borde tas bort men att vår son ännu var för liten för att opereras. Han måste vara två år och väga minst 15 kilo, så det skulle dröja att tag. Ganska precis efter att sonen fyllt två och uppnått rätt vikt fick vi en kallelse till operation.

VÄLDIGT BRA BEMÖTTA

Innan operationen fick jag och min sambo träffa kirurgen som skulle utföra ingreppet. Han var jättebra, lugn och förtroendeingivande, och förklarade tydligt vad som skulle hända. Vi blev väldigt bra bemötta och läkaren förstod att vi var oroliga. Han försäkrade att det här var ett litet ingrepp och att det var något som han gjorde varje dag.

Jag var med i operationssalen till en början, och sonen fick sitta i mitt knä när han skulle sövas. Under själva operationen fick jag och sambon vänta utanför. Det var nervöst, men redan efter 45 minuter fick jag komma till uppvakningsavdelningen och träffa vår pojke. Kirurgen berättade att allt gått bra och att vi skulle få åka hem lite senare. Vi fick också tips om mat och annat som skulle underlätta läkningsprocessen.

NÖJDA MED RESULTAT OCH BEMÖTANDE

Nu, några månader senare, sover sonen mycket bättre och han har faktiskt inte varit förkyld en enda gång sen operationen. Vi är så nöjda både med resultatet av operationen och det fina bemötandet vi fick av personalen. Vi kände oss både trygga och väl omhändertagna.” ■

CAPIO ARTRO CLINIC VID SOPHIAHEMMET PUBLICERAD 8 SEPTEMBER 2023

Fysioterapeut i VM-fotbollens hetluft

Annica Näsmark är inte bara fysioterapeut på Capio Artro Clinic. Hon är också fysioterapeut för damlandslaget i fotboll. Under fotbolls-VM var hon på plats för att hjälpa spelarna till bästa form.

Vad är din uppgift som lagets fysioterapeut?

– Jag ska se till att spelarna är tillgängliga för träning och spel. I det ingår både förebyggande behandlingar och rehabilitering ifall någon skadar sig. Det kan vara massage av värkande muskler, tejpning av stukade fötter eller att ta fram träningsprogram vid ryggproblem eller liknande.

Hur länge har du arbetat med damlandslaget?

– Jag har varit lagets fysioterapeut sedan 1995. Jag har även en egen bakgrund inom elitfotboll.

Vad var din roll under fotbolls-VM?

– Jag ingick i ett medicinskt team med två läkare och tre fysioterapeuter som var på plats under hela mästerskapet.

I vilka situationer är din kompetens extra viktig?

– När någon blir skadad under match. Då springer vi ut på planen och gör en snabb bedömning för att ta reda på om spelaren kan fortsätta spela eller inte.

Vilka var de stora utmaningarna under mästerskapet?

– Att se till att alla 23 spelarna var i så bra form som möjligt när spelen började, och att de skulle fortsätta vara skadefria under hela turneringen. De skulle klara av att spela match var fjärde dag, och ännu oftare när det var dags för slutspel.

– Eftersom mästerskapet hölls i Australien och Nya Zeeland hade vi även jetlag att ta hänsyn till. Tidsskillnaden är cirka tio timmar och det tar ungefär en timme per dygn för att komma i fas.

Vad var skillnaden mellan årets VM och tidigare mästerskap?

– Det var flera deltagande lag och många länder som inte har varit med tidigare. Det innebar att många fler matcher skulle spelas. Damfotbollen har utvecklats stort de senaste åren och det är tuffare än någonsin på högsta nivån. Fotbollen är också mer explosiv i dag vilket ökar risken för muskelskador.

Hur känns det nu så här några veckor efteråt?

– Klart att det är tråkigt att Sverige inte gick till final. Men det är roligare att åka hem med en bronsmedalj än ingen medalj alls. I höst fortsätter spelet i Women's Nations League, och jag är tillbaka på mitt arbete på Capio Artro Clinic vid Sophiahemmet igen. ■

EN KOMPLETT HÖGSKOLA

SOPHIA HEMMET
HÖGSKOLA

Året som gått har påverkats av fasansfulla händelser i vår omvärld. I dessa lägen känns det extra meningsfullt att verka för alla människors rätt till vård – oavsett var i världen de befinner sig.

Högskolan är sedan 2019 ett komplett lärosäte med utbildningar på grundnivå, avancerad nivå och forskarnivå. Under året har 737 examina utfärdats inom högskolans utbildningar till sjuksköterska, barnmorska och fem specialistsjuksköterskeprogram.

Totalt 21 doktorander och 17 professorer har varit aktiva i högskolans verksamhet. Dessutom har vi firat att våra tre första doktorander disputerat vid högskolans forskarutbildning i egen regi.

Våra framgångsrika studenter och forskningsresultat låg till grund för regeringens beslut att höja anslaget till högskolan med 18 miljoner kronor årligen. Det ska säkra att ännu fler sjuksköterskor, barnmorskor, specialistsjuksköterskor och forskare kommer bidra till framtidens vård.

Sophiahemmets samhällsuppdrag har också avspeglat sig i att 200 personer med vårdutbildning som tvingats fly krigets Ukraina gått kompletteringskurser på högskolan. En majoritet av dessa har därefter lyckats få arbete i vården. Detta och många andra samhällsviktiga initiativ kommer vi att fortsätta med! ■

Johanna Adami

Rektor
Sophiahemmet Högskola

UTBILDNING PUBLICERAD 15 FEBRUARI 2023

Ambulanssjuksköterska – tufft men givande jobb

Ambulanssjukvård är ett specialistområde där ambulanssjuksköterskan både har ett medicinskt ansvar och ett omvårdnadsansvar. För den som drivs av att bringa ordning i kaos och ge god omvårdnad och medicinsk vård under pressade förhållanden är arbetet som specialistsjuksköterska i en ambulans bland det mest meningsfulla man kan göra.

Det menar Alexander Tegelberg, som är ansvarig för ambulansutbildningen på Sophiahemmet Högskola och utbildar studenter som vill blivande specialistsjuksköterskor med inriktning mot ambulanssjukvård. Han har själv lång erfarenhet av att arbeta inom ambulanssjukvården och tycker att fördelarna är många.

–Det är en unik arbetsplats där man har ett stort eget ansvar att på kort tid erbjuda god och säker vård under varierande förhållanden och fatta snabba och livsavgörande beslut. Ambulanssjuksköterskan verkar i någons hem eller ute i skogen och varje situation kräver fingertoppskänsla och lyhördhet, säger Alexander Tegelberg.

DEL AV ETT TEAM

Han konstaterar att jobbet ställer stora krav på såväl medicinskt kunnande som en förmåga och vilja att möta människor i deras utsatthet. Dessutom behöver man vara mentalt och fysiskt stark.

–I ambulansen möter vi människor i kris och här behövs en god förståelse för deras utsatthet och grundläggande behov. Ingen dag är den andra lik, jobbet är väldigt varierande och för den som vill vara en del av ett starkt och effektivt team så är jobbet som ambulanssjuksköterska det bästa man kan ha!

Alexander Tegelberg berättar att vården i ambulansen är avancerad och omfattar alla slags sjukdomstillstånd. Patienterna är allt ifrån ofödda till åldringar. En ambulanssjuksköterska måste vara självgående och kunna fatta rätt beslut beroende på situationen. Beslut som baseras på vetenskap och evidens.

Han ser ett ökat framtida behov av specialistsjuksköterskor eftersom vi lever allt längre och det ställer högre krav på en alltmer avancerad och personcentrerad vård. Det ska helst finnas minst en specialistutbildad ambulanssjuksköterska i varje bil – men så är inte alltid fallet. Därför behöver fler utbilda sig.

KRÄVANDE UTBILDNING

Han rekommenderar den som är intresserad av att ge vård under pressade förhållanden, är anpassningsbar och drivs av att göra skillnad ute i samhället, att bli specialistsjuksköterska med inriktning mot ambulanssjukvård.

–Arbetet är otroligt givande, men också tufft. Ambulanssjuksköterskan bör rusta sig för all den tragik och lidande man kan ställas inför. Annars är det lätt att fara illa själv, säger Alexander Tegelberg.

Utbildningen är 2-årig på halvfart och innefattar praktik i ambulans, förlossning och anestesi och studenterna behöver lägga minst 20 timmar i veckan på studierna. Utbildningen är vetenskapligt och kliniskt förankrad och har både teoretiska och kliniska färdighetsträningar för att ge en personlig utveckling. Målet är att examinera 35 studenter per år från Sophiahemmet Högskola.

–Specialistutbildningen ger verktyg och en trygghet i att kunna agera i en svår, akut situation. Men även om man inte kommer att jobba i en ambulans utan i någon annan hälso- och sjukvårdsorganisation, så har utbildningen ett stort värde och gör nytta, säger Alexander Tegelberg. ■

FORSKNING PUBLICERAD 28 APRIL 2023

Studenter vill pröva sina vingar

Sjuksköterskestudenters upplevelse av utbildningen är viktig för deras framtida arbete. Det visar en färsk doktorsavhandling om vad studenter vid Sophiahemmet Högskola tycker om utbildningens teoretiska och praktiska moment.

– Målet och förhoppningen med den nya forskningen är att förståelsen och samverkan mellan teoretisk och klinisk utbildning ska stärkas, berättar Susanne Lundell Rudberg som nu disputerar i ämnet.

Studien visar bland annat att två av tre studenter föredrar praktiska övningar snarare än teoretisk inlärning. Många har svårare för de teoretiska kurserna liksom forskningskursen, då de skriver en uppsats, men upplever en lättnad när de när de väl kommer i gång med skrivandet. Vid sin första vårdpraktik vill studenterna utmanas och verkligen testa de teoretiska kunskaperna.

– De vill ju så gärna pröva sina vingar ute i verksamheten och känna att de gör skillnad för patienterna. För de flesta är inte lönen det viktigaste, utan att arbetet ska kännas meningsfullt och givande, säger Susanne Lundell Rudberg.

När studenterna som deltog i forskningsstudien fick formulera egna förslag inför sitt framtida yrkesliv stod samverkan över professionsgränserna högt på önskelistan. De var också positiva till vidareutbildning tillsammans med andra professioner inom vården. ■

UTBILDNING PUBLICERAD 2 MAJ 2023

Arbetet i studentkåren berikar mitt studentliv

24-åriga sjuksköterskestudenten Hanna Svedin går sitt andra år på Sophiahemmet Högskola och är ny ordförande för högskolans studentkår. Ett arbete som hon tycker har berikat hennes studentliv på många sätt.

Hej Hanna, hur länge har du varit aktiv i högskolans studentkår och vad har det betytt för dig?

– Jag har engagerat mig i studentkåren ända sedan jag började studera på högskolan och har suttit i styrelsen sedan andra terminen. Att gå med i studentkåren har gynnat mitt studentliv på många olika sätt. Jag har fått massa erfarenheter, men framför allt har jag lärt känna många nya människor som jag aldrig annars hade träffat.

Vad fyller studentkåren för funktion?

– Studentkåren finns framför allt till för att föra studenternas talan i alla olika aspekter av högskolan. Vi gör också mycket festligt: vårt klubbmästeri anordnar roliga aktiviteter som till exempel pubar, sport- och spelkvällar, vi fixar kårkläder samt overaller och tar hand om vår studentlokal. Vi välkomnar och ordnar också introduktionsaktiviteter för nya studenter och examensmiddag för de som tar examen. Fördelen med att vara aktiv i studentkåren är att man lär man känna folk i olika klasser. Vi delar gamla anteckningar, får råd och tips inför praktiken men också riktigt bra vänner som ger utbildningen något extra.

På vilket sätt kan ni påverka utbildningarna och det som sker på högskolan?

Det gör vi bland annat genom att ha representanter i skolans kollegiala nämnder och råd vilket gör att vi har en studentröst i allt som sker på högskolan. Vi sitter till exempel med i utbildningsnämnden där vi kan påverka allt ifrån kursmaterialet till utbildningens upplägg. I Informations- och teknologirådet delar vi med oss av våra åsikter om bland annat lärplattformen Canvas och i Arbetsmiljökommittén diskuterar vi både den fysiska och psykosociala studiemiljön på skolan. På detta sätt kan studentkåren föra fram alla aspekter och åsikter som studenterna har och göra vår utbildning ännu bättre.

Vad innebär arbetet som studentkårens ordförande?

– Varje månad håller jag i våra kår- och styrelsemöten. Jag har löpande kontakt med högskolan, ser till så alla nämnder och råd har representanter och är kontaktperson för utomstående som vill komma i kontakt med studentkåren. Jag förmedlar också information från våra studenter till våra utskott i studentkåren eller våra studentrepresentanter. Jag sitter med i Sophiahemmets koncernövergripande insynsråd där vi får veta vad som händer både på högskolan och sjukhuset men även den ideella föreningen. Jag är även representant på andra studentkårers evenemang.

Vad ska du ägna dig åt den närmsta tiden?

– Denna termin kommer vi i styrelsen fokusera extra på att få in nya medlemmar. Vi vill öka studentrösterna och få in fler som vill vara aktiva i studentkåren. Ju fler medlemmar vi är desto starkare röst och fler åsikter och synpunkter kan vi föra fram för att förbättra skolans utbildningar! ■

FORSKNING PUBLICERAD 19 SEPTEMBER 2023

En historisk dag för Sophiahemmet Högskola

Nu är det äntligen dags för Sophiahemmet Högskolas första disputation. En historisk händelse och frukten av en lång och målmedveten satsning på forskning och kvalitet.

– Det känns fantastiskt. Nu är vi ett komplett lärosäte med undervisning på alla nivåer, säger en stolt Ingela Rådestad, högskolans dekan för forskning och forskarutbildning.

Det är ett stort steg för Sophiahemmet Högskola att hålla den första egna disputationen. Bakom ligger år av hårt arbete och en grundlig granskning från Universitetskanslersämbetets, UKÄ, sida för att få examinationsrätt på forskarnivå.

– Att vi nu befinner oss här är ett tydligt bevis på vår långsiktiga satsning på forskning och kvalitet, säger Ingela Rådestad.

FÖRSVARA SIN AVHANDLING

Vid disputationen lägger doktoranden fram och försvarar sin avhandling inför publik. Under flera timmar ställer en opponent detaljerade frågor om avhandlingens innehåll. Efter det ställer betygsnämnden frågor och beslutar om doktoranden är godkänd.

– Under hela forskarutbildningen har doktoranden haft stöd av sina handledare, och avhandlingens kvalitet har blivit granskad genom regelbundna avstämningar, berättar Ingela Rådestad.

Efter godkänd disputation får doktoranden titeln Filosofie doktor i Vårdvetenskap. Många fortsätter som lärare och kombinerar undervisning med forskning. Andra kanske söker en post doc-tjänst i en forskargrupp utomlands eller arbetar inom vården, till exempel som vårdutvecklare.

SEX NYA DOKTORANDER

I dagsläget har Sophiahemmet Högskola 14 registrerade doktorander. Sju av dem kommer att disputera senare i höst eller i vår.

– Till hösten tar vi in sex nya doktorander. Vi har haft otroligt många sökande till doktorandtjänsterna. Ett tydligt tecken på att vi har gott anseende, säger Ingela Rådestad som konstaterar att behovet av disputerade är stort både i dag och i framtiden.

– Tack vare stödet från Sophiahemmet, ideell förening kan högskolan nu bidra med kompetens som kommer till nytta inom hälso- och sjukvården, avslutar Ingela Rådestad. ■

FORSKNING PUBLICERAD 28 SEPTEMBER 2023

Personlig vinst med självständigt arbete

Sjuksköterskestudenter upplever det självständiga arbetet under studierna som positivt. De känner sig mer delaktiga och har ett mer akademiskt förhållningssätt till den egna professionen. Det visar ny forskning från Sophiahemmet Högskola.

Ani Henttonen, adjunkt och doktorand vid Sophiahemmet Högskola och Karolinska Institutet, du disputerar nu med en avhandling om nyttan av det obligatoriska självständiga arbetet som görs under sjuksköterskeutbildningen. Vad har du undersökt?

–Jag har intervjuat sjuksköterskestudenter om genomförandet av det självständiga arbetet och även legitimerade sjuksköterskor om nyttan av att ha skrivit ett självständigt arbete.

Vad visade dina studier?

–Att det självständiga arbetet har en stor betydelse för hur sjuksköterskor förhåller sig till evidens, organisation och inte minst patienter. De tycker att det självständiga arbetet har en positiv inverkan på deras självförtroende avseende förmåga att argumentera med olika aktörer. De upplever sig mer kunniga och delaktiga och att de har ett mer akademiskt förhållningssätt till den egna professionen. De ser också att arbetet gett dem en personlig vinst och en ökad kapacitet att delta i samhällsdebatten.

Fanns det några som hade en annan åsikt?

–Bland de legitimerade sjuksköterskorna finns det vissa som menar att det självständiga arbetet mest är en skrivbordsprodukt och ett måste för att följa det akademiska regelverket.

Hur kan din forskning göra nytta för patienterna?

–Sjuksköterskor som upplever en nytta av sitt självständiga arbete har sannolikt en större trygghet att ifrågasätta och tänka kritiskt kring vård av patienter, i stället för att bara följa riktlinjer. De får också mandat att, på en strukturell nivå, göra sin röst hörd gentemot makthavare och kan på så vis bidra till en förbättrad vård.

Finns det något som kan förbättras gällande självständigt arbete på utbildningen?

–Ja, självständiga arbetet får ett mervärde om det kan kopplas till yrkesutövningen och överbrygga det akademiska med det konkreta arbetet. Det är viktigt att studenterna får skriva om ämnen de brinner för och inte begränsas av ett fåtal ämnesval. Det behövs också ett fackbibliotek med ett bra utbud för sjuksköterskor som arbetar i hälso- och sjukvården. ■

FORSKNING PUBLICERAD 29 SEPTEMBER 2023

Stegräknare motiverar till ökad rörelse

Det är välkänt att fysisk aktivitet kan ge stora hälsovinster. Trots det har hälso- och sjukvården svårt att stödja patienter till att röra sig. I sin avhandling konstaterar Kristina Larsson att stegräknare kan vara ett sätt att motivera till mer rörelse.

Varför har du valt att forska om hur vården kan stödja personer till mer fysisk aktivitet?

– Vi vet att fysisk aktivitet kan ge stora hälsovinster. Men idag saknas det bra metoder för primärvården att stödja patienter att bli mer fysiskt aktiva. Jag är intresserad av hur vi kan utveckla metoder som kan underlätta det.

Hur har du gått till väga?

– Jag har utgått från ett insamlat datamaterial från forskningsprojektet Sophia Step Study. Där har man undersökt om personer med diabetes typ 2, eller risk att utveckla sjukdomen, kan öka sin fysiska aktivitet med hjälp av stegräknare, med eller utan rådgivande samtal.

– Jag har jämfört deltagarna som fått stegräknare och samtal med en kontrollgrupp och sedan de som enbart fått stegräknare mot samma kontrollgrupp.

– Jag har även gjort en intervjustudie med hälso- och sjukvårdspersonal för att ta reda på vilka utmaningar och möjligheter de ser när det kommer till att stödja personer med metabola riskfaktorer till att bli mer fysiskt aktiva.

Vad kom du fram till i dina studier?

– Vi såg ingen effekt på långtidsblodsocker eller andra riskfaktorer för hjärt-kärlsjukdom. Inte heller var det någon väsentlig skillnad mellan de som fick rådgivande samtal och de som inte fick det. Däremot kunde vi se att stegräknare hade effekt. Deltagarna som hade tillgång till stegräknare behöll sin fysiska aktivitetsnivå under hela tvåårsperioden som studien pågick. I kontrollgruppen minskade den fysiska aktiviteten.

Vad kan vården göra för att bli bättre?

– Det finns mycket som hälso- och sjukvården kan göra för att stödja personer till ökad fysisk aktivitet, men hälso- och vårdpersonalen pekade också på en rad utmaningar. Från patientens egen inställning till personalens kompetens och ledningens stöd i form av resurser och ekonomi.

Hur kan din forskning bidra till förbättrat stöd kring fysisk aktivitet?

– Stegräknare kan vara ett sätt att stödja personer till ökad fysisk aktivitet. Den största hälsovinsten är om vi kan nå dem som är minst aktiva. På en övergripande plan är det mer komplicerat. Här finns både hinder och möjligheter på flera nivåer, och i slutänden handlar det om prioriteringar. ■

FORSKNING PUBLICERAD 26 OKTOBER 2023

Psykologiskt stöd hjälper personer med diabetes

Psykologiskt stöd förbättrar förutsättningarna för det psykiska välmåendet för personer med diabetes typ 1. Det visar ny forskning från Sophiahemmet Högskola.

Ingrid Wijk, doktorand vid Sophiahemmet Högskola, du disputerar med en avhandling om hur måendet hos personer med diabetes typ 1 påverkas av psykologiskt stöd. Varför har du intresserat dig för detta ämne?

– Som diabetessjuksköterska har jag länge varit intresserad av hur personer med diabetes hanterar att leva med sin långvariga sjukdom. I min forskning har jag velat ta reda på hur behovet av psykologiskt stöd ser ut och huruvida gruppbaserat psykologiskt stöd i form av en kurs gör någon skillnad för det fysiska och psykiska måendet.

Varför är det viktigt att ta reda på?

– Risken att utveckla psykisk ohälsa är större bland personer med diabetes typ 1 än hos allmänheten. Det kan exempelvis handla om depression, ångest och ätstörningar. Det är vanligt att uppleva stress relaterat till sjukdomen.

Hur genomfördes studien?

– 81 patienter delades in i två grupper där den ena fick sedvanlig vård på diabetesmottagning samt Acceptance and Commitment Therapy (ACT) vid sju tillfällen varannan vecka. Den andra gruppen fick enbart sedvanlig vård. ACT handlar kortfattat om hur vi kan lära oss att förhålla oss till stressande tankar och känslor. Tidigare forskning har visat lovande resultat kring ACT som stöd vid andra sjukdomar.

Vad visade dina studier?

– Vi såg en positiv effekt gällande psykologisk flexibilitet. Det innebär en ökad acceptans och en förmåga att inte gå upp i stressande tankar. Diabetes påverkar livet i olika grad och förmågan att förstå vad som är viktigt för just mig och hur jag ska nå dit är betydelsefullt för det psykiska måendet. Däremot kunde vi inte se någon förändring i glukosnivåerna hos deltagarna.

Hur kan din forskning vara till nytta för patienterna?

– Att vikten av psykologiskt stöd vid diabetes typ 1 kommer upp på agendan gynnar personer med diabetes och vården i stort. Det är viktigt att förstå hur tankar och beteenden hör ihop med det fysiska måendet och att det finns strategier för att uppnå en god psykisk och fysisk hälsa med diabetes.

Finns det något i detta som du skulle vilja utveckla mer?

– Jag tror att man kan utveckla formatet med ACT vidare. Kanske kan man hitta en kortare version som förenklar för patienterna men har samma effekt. Jag vill också understryka vikten av personcentrerad diabetesvård och att inte generalisera. Vissa upplever sjukdomen som begränsande, andra inte. Som patient är det viktigt att känna sig sedd som en person med unika behov. Det var något som tydligt kom fram under mina intervjuer. ■

FORSKNING PUBLICERAD 23 NOVEMBER 2023

Forskning om koppling mellan diabetes och Alzheimer

Ny forskning från Sophiahemmet Högskola befäster kopplingen mellan diabetes och Alzheimers sjukdom genom enzymet IDE. Ett blodprov som visar på sjunkande IDE skulle kunna fånga upp Alzheimer i ett mycket tidigt skede och leda till effektivare behandling av sjukdomen.

Helena Kullenberg, doktorand vid Sophiahemmet Högskola, du disputerar med en avhandling om kopplingen mellan insulinresistens och Alzheimers sjukdom. Varför har du intresserat dig för detta ämne?

– Under många år arbetade jag som psykiatrisjuksköterska, främst med äldre med kognitiva problem. Jag såg att patienterna påverkades kognitivt av sina blodsockernivåer och det ledde till att jag utbildade mig till diabetessjuksköterska. Målet med min forskning är att öka kunskapen om sambandet mellan insulinresistens och Alzheimers sjukdom.

Hur ser sambandet mellan insulinresistens och Alzheimers sjukdom ut?

– Insulinresistens uppstår när kroppens celler inte kan ta upp energin från maten. För att kompensera detta producerar kroppen mer insulin som leder till höga insulinnivåer i blodet. Insulin bryts ned av samma enzym (IDE) som bryter ned det protein som ansamlas som plack och skadar hjärnceller vid Alzheimers sjukdom. När IDE måste bryta ner insulinet räcker inte enzymet till för att också bryta ner skadlig plack på hjärncellerna, vilket kan leda till Alzheimers sjukdom.

Hur har du gått till väga för att påvisa kopplingen mellan sjukdomarna?

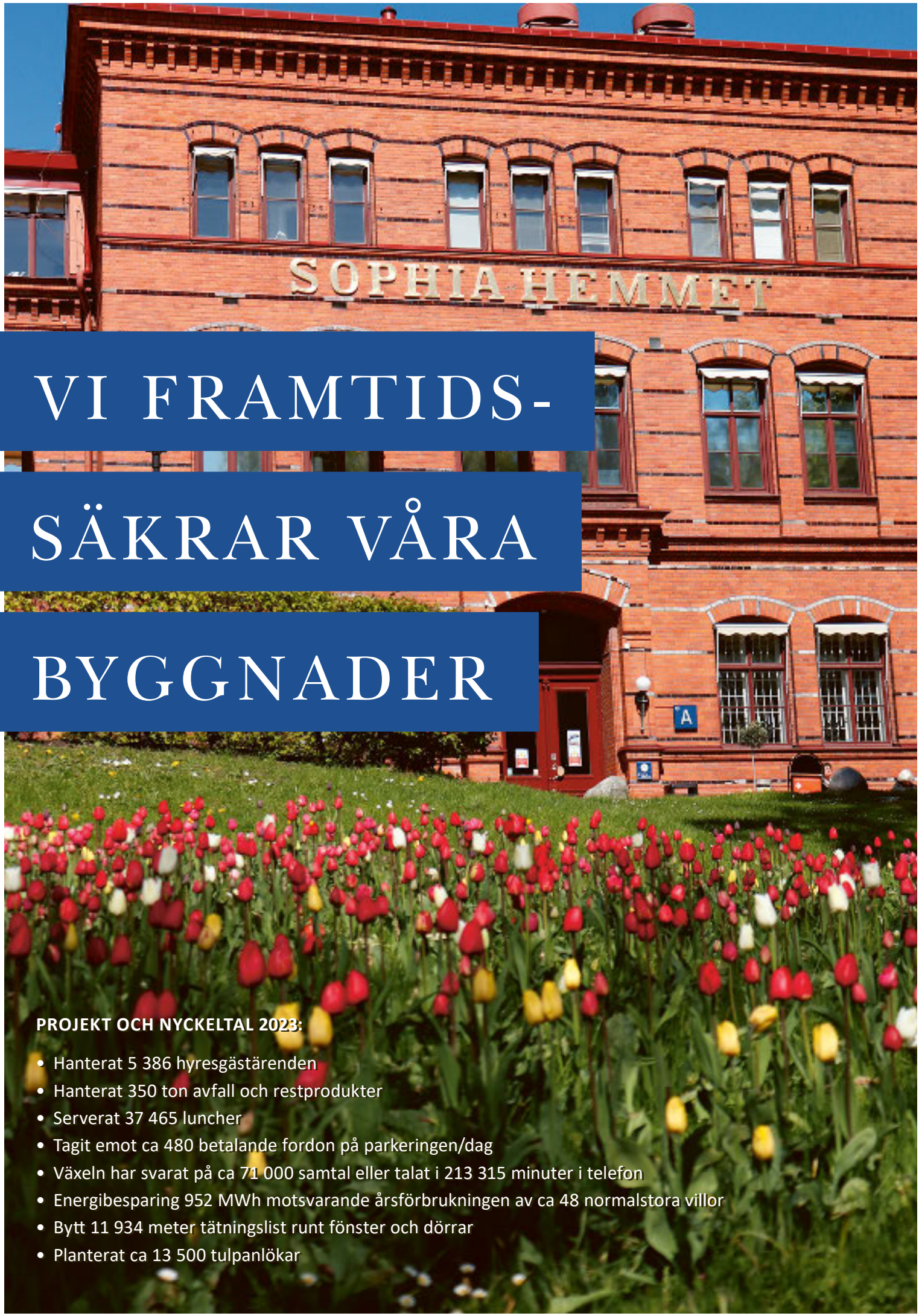
– Vi genomförde flera studier genom att analysera och jämföra blodprover. Den första gjordes på patienter med och utan diabetes typ 2. Blodproverna hämtades från Sophiahemmets biobank. I den andra studien använde vi blodprover från patienter med Alzheimers sjukdom och jämförde med kognitivt friska personer. Vårt fokus i blodanalyserna var nivåerna av enzymet IDE. Vi tittade också på registerdata från Alzheimerpatienter som ordinerats diabetesläkemedel för att se om detta gjorde någon skillnad för vilka symptom patienterna uppvisade.

Vad visade studierna?

– Resultaten visade att patienter med diabetes typ 2 hade högre nivåer av IDE i blodet än personer med Alzheimers sjukdom och friska frivilliga. IDE är också kopplat till högre ålder, högre BMI och högre blodsockernivåer. Det innebär att IDE kan vara en viktig faktor för ämnesomsättningen, men kan även kopplas till riskfaktorer för kognitiv sjukdom. Ett sjunkande värde av IDE skulle kunna vara en markör för ökad risk för att drabbas av, eller till och med befinna sig i en tidig fas av, Alzheimers sjukdom. Avhandlingen har övergripande bidragit till ökad kunskap om IDE och att det är en stabil markör som kan mätas i blod.

Hur kan din forskning vara till nytta för patienter?

– I förlängningen skulle nivåerna av IDE kunna vara en potentiell markör för att upptäcka Alzheimer i ett mycket tidigt skede. Även om vi i dag inte har något botemedel mot sjukdomen kan bromsmediciner ha en bättre effekt ju tidigare de sätts in. Det är också möjligt att enzymet kan komma att utgöra mål för behandling av Alzheimers sjukdom i framtiden. ■



VI FRAMTIDS-SÄKRAR VÅRA BYGGNADER

PROJEKT OCH NYCKELTAL 2023:

- Hanterat 5 386 hyresgästärenden
- Hanterat 350 ton avfall och restprodukter
- Serverat 37 465 luncher
- Tagit emot ca 480 betalande fordon på parkeringen/dag
- Växeln har svarat på ca 71 000 samtal eller talat i 213 315 minuter i telefon
- Energibesparing 952 MWh motsvarande årsförbrukningen av ca 48 normalstora villor
- Bytt 11 934 meter tätningslist runt fönster och dörrar
- Planterat ca 13 500 tulpanlökar

SOPHIA HEMMET
FASTIGHET

För att göra det möjligt för Sophiahemmets verksamhet att utvecklas med samtiden behöver våra byggnader och arbetssätt stödja detta på bästa sätt. Vi har en stabil uthyrning med många bra och intressanta verksamheter som tillsammans skapar ett spännande kluster på Sophiahemmet. Men med en allt osäkrare omvärld behöver vi skapa goda samarbeten och handlingsberedskap.

Stort arbete har skett under året för att säkerställa våra byggnaders brandskydd. Många delar har inventerats vilket lett till åtgärder för att säkerställa korrekt skyddsnivå. Vi har till exempel genomfört brandskyddsåtgärder i studentkårens lokaler i hus D och bytt brandlarm i Lill-janshuset.

Under året startades ett utvecklingsarbete gällande hur Sophiahemmets byggnader kan stödja Sophiahemmets utveckling. Den strategiska fastighetsutvecklingplanen genomförs för att skapa en gemensam målbild, långsiktiga möjligheter och säkerställa att vi gör rätt prioriteringar på kort och lång sikt för att skapa handlingsberedskap för olika scenarier.

Vår uppföljning av energiarbetet under 2023 visar att vi är på rätt väg mot vårt energimål. Totalt har vi minskat vår energianvändning med sju procent jämfört med 2022. Flera energiåtgärder planeras även år 2024.

Genom att systematiskt arbeta med gemensamma arbetssätt, manualer och uppföljning fokuserar vi på besökarnas totala upplevelse av Sophiahemmet. Vi har bland annat upprustat besöksparkeringen och förnyat cafédiskar för restaurangen.

Utvecklingen imorgon är snabbare än idag. Vi är glada att få vara med och stödja Sophiahemmet för att klara av att leverera vård och utbildning av bästa kvalitet. Jag som ny affärsområdeschef är stolt att få vara med på den resan. ■

Magnus Huss

Affärsområdeschef Fastighet
Sophiahemmet

FASTIGHET PUBLICERAD 13 DECEMBER 2023

Fastighetschef med sikte på framtiden

Nya affärsområdeschefen Magnus Huss ska se till att Sophiahemmets fastigheter är anpassade för både dagens och framtidens krav. I en ny fastighetsutvecklingsplan drar han nu upp riktlinjerna för vad som ska hända med byggnaderna fram till 2030.

Vad ingår i ditt nya arbete som chef för affärsområdet Fastighet på Sophiahemmet?

– Jag ska se till att våra fastigheter är utformade så att alla verksamheter har de bästa förutsättningarna att utföra sina uppgifter. I uppdraget ingår även att ta fram en fastighetsutvecklingsplan för Sophiahemmet fram till 2030.

Vad är din bakgrund?

– Jag har arbetat med fastigheter i över 30 år bland annat för Akademiska Hus. De senaste åren har jag varit konsult inom fastighetsutveckling. Det var i den rollen som jag först kom i kontakt med Sophiahemmet.

Vad var det i uppdraget som lockade?

– Att arbeta med fastigheter är att befinna sig i skärningspunkten teknik, människa och ekonomi, och det passar mig. Här på Sophiahemmet får jag dessutom, med risk för att låta lite högtravande, bidra till något som gör världen bättre.

Du ska som sagt ta fram en långsiktig fastighetsutvecklingsplan, vad innebär det mer konkret?

– En fastighetsutvecklingsplan är en målbild över vad man vill göra med sina fastigheter och innehållet i dem. Uppgiften är att ta fram en strategi för vad vi vill göra med våra fastigheter fram till 2030 – bygga nytt, rusta upp eller bygga om – och då säkerställa att vi gör rätt saker så att vi inte, så att säga, målar in oss i ett hörn.

Vilka är utmaningarna?

– En övergripande utmaning när man planerar för framtiden är ju att vi inte vet hur den ser ut. Därför måste vi bygga in handlingsberedskap och flexibilitet i planen för att snabbt kunna ställa om när nya behov och situationer uppstår. En mer konkret utmaning är att allt förändringsarbete vi gör med fastigheterna måste ske utan att den pågående verksamheten blir störd.

Flera av Sophiahemmets byggnader är kulturhistoriskt skyddade, hur ser du på det?

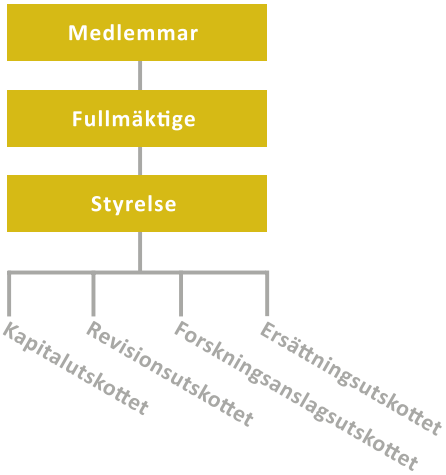
– Att det är en fördel, inte ett problem, och något vi ska vara stolta över. Tala om hållbarhet – flera av våra hus är över hundra år gamla och är fortfarande fullt användbara!

Hur ser planerna ut framåt ut?

– Fastighetsutvecklingsplanen ska vara klar i december 2024. För min del handlar det om att lära mig mer om Sophiahemmet och verksamheten här, och att fokusera på hur vårt arbete på Fastighet kan bidra till att sjukhuset och högskolan kan lyckas med sina uppdrag. Jag vill utveckla samarbetet mellan de olika verksamheterna, bygga en professionell fastighetsorganisation och utnyttja fördelen med att vi på Fastighet faktiskt är på plats på Sophiahemmet. ■

Sophiahemmets organisation

Sophiahemmet är en ideell förening. Föreningen är så organiserad, att föreningsstämman väljer ett fullmäktige bestående av 32 personer. Fullmäktigemötet väljer styrelseledamöter förutom ordförande och ytterligare en ledamot som utnämns i ett särskilt förordnande från Hovstaterna. Dessa två personer ingår också i fullmäktige.



För att bereda frågor till styrelsen och för att kunna delegera vissa specifika uppgifter har fyra styrelseorgan inrättats: styrelsens kapitalutskott, revisionsutskott, forskningsanslagsutskott och ersättningsutskott. Arbetet i styrelsens utskott sker efter fastställda instruktioner.

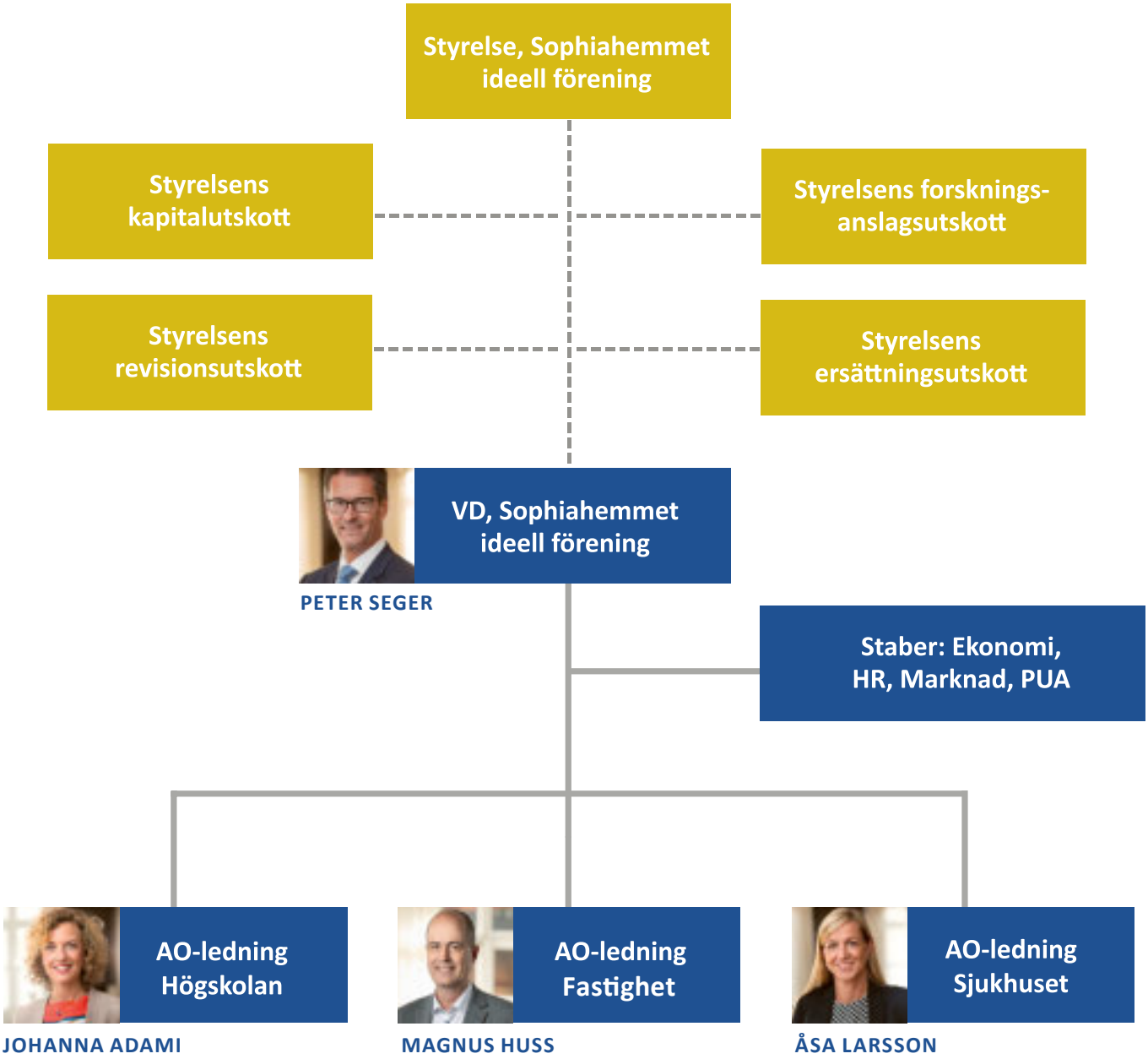
Sophiahemmet, ideell förening (SHIF) är moderorganisation i koncernen.

Utbildningen bedrivs inom ramen för SHIF i Sophiahemmet Högskola (SHH). Uppdragsutbildningen bedrivs genom det helägda dotterbolaget Sophiahemmet Uppdragsutbildning AB (SHUAB) som tillsammans utgör högskolan.

Sjukvården bedrivs genom det helägda dotterbolaget Sophiahemmet AB (SHAB) där verksamheten bedrivs i egen regi eller genom samverkande vårdgivare, som tillsammans utgör Sophiahemmet Sjukhus.

PERSONALSAMMANSÄTTNING I KONCERNEN SOPHIAHEMMET	2023	2022
Medelantalet anställda	237	241
Kvinnor	80 %	79 %
Män	20 %	21 %
REDOVISNING AV KÖNSFÖRDELNING I STYRELSE OCH FÖRETAGSLEDNING		
STYRELSEN		
Kvinnor	43 %	43 %
Män	57 %	57 %
FÖRETAGSLEDNING		
Kvinnor	74 %	74 %
Män	26 %	26 %

Styrning och ledning



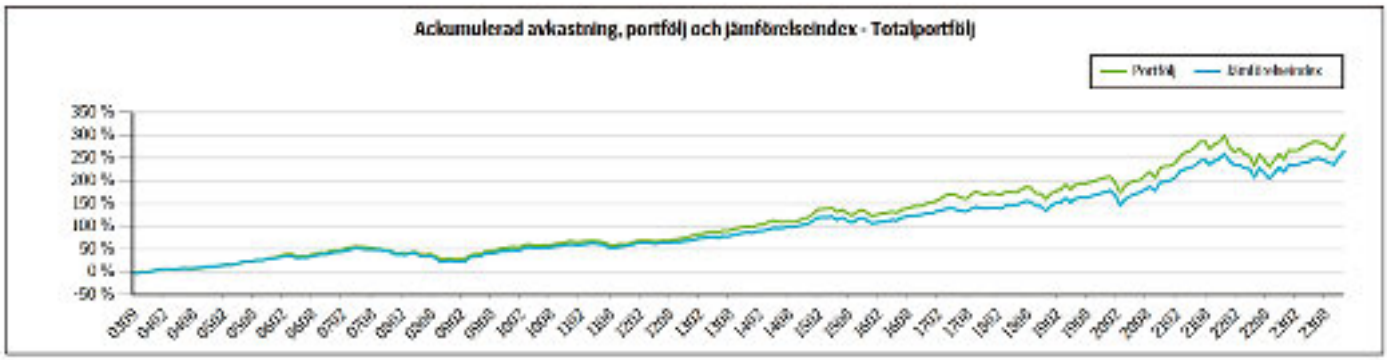
Långsiktig kapitalförvaltning

Kapitalförvaltningen har hand om drygt 1,2 miljarder kronor åt ett 20-tal stiftelser som är knutna till eller stödjer Sophiahemmet. Stiftelsernas medel förvaltas i Sophiahemmets Investeringsfond som bildades 2003 i ett samarbete med SEB.

Styrelsens kapitalutskott följer marknadsutvecklingen i nära samarbete med förvaltaren och placeringarna diskuteras med både interna och externa rådgivare. Placeringsreglementet som styr förvaltningen föreskriver att av kapitalet skall ca 60 % vara placerat i aktier, ca 25 % placerat i räntebärande värdepapper och ca 15 % placerat i alternativa investeringar. Målet är att skapa en god långsiktig avkastning till rimlig risk. Allt för en stabil och långsiktig utveckling av kapitalet och för att begränsa förlusterna vid nedgångar.

Kapitalförvaltningen har haft en total utveckling på 300 procent sedan starten. Denna möliggör en stabil årlig utdelning på cirka 22-24 miljoner kronor som går till Sophiahemmets egna verksamheter. Pengarna finansierar bland annat mycket av den forskning som sker på Sophiahemmet Högskola men även medicinsk utveckling inom vården. Summan är i stort sett densamma varje år och prognosen tyder på att det finns medel till en oförändrad eller svagt stigande utdelning under lång tid.

Portföljavkastning



Resultat och balansräkning

RESULTATRÄKNING (TSEK)	2023	2022
VERKSAMHETSINTÄKTER		
Anslag, bidrag och gåvor	150 261	133 520
Försäljningsintäkter	329 750	311 965
Övriga intäkter	2 465	2 376
SUMMA VERKSAMHETSINTÄKTER	482 476	447 861
VERKSAMHETSKOSTNADER		
Externa kostnader	-215 602	-202 517
Personalkostnader	-204 921	-202 295
Avskrivningar	-32 381	-33 239
Övriga rörelsekostnader	-11	0
SUMMA VERKSAMHETSKOSTNADER	-452 915	-438 051
VERKSAMHETSRESULTAT	29 561	9 810
RESULTAT FRÅN FINANSIELLA INVESTERINGAR		
Resultat från värdepapper och fordringar	3 238	932
Räntekostnader och liknande resultatposter	-19 071	-14 307
Summa resultat från finansiella investeringar	-15 833	-13 375
RESULTAT EFTER FINANSIELLA POSTER	13 728	-3 565
Skatt	-1 362	205
ÅRETS RESULTAT	**12 366**	**-3 360**

BALANSRÄKNING (TSEK)	23-12-31	22-12-31
TILLGÅNGAR		
ANLÄGGNINGSTILLGÅNGAR		
MATERIELLA ANLÄGGNINGSTILLGÅNGAR		
Byggnader	417 353	412 204
Maskiner, inventarier och installationer	181 827	201 511
FINANSIELLA ANLÄGGNINGSTILLGÅNGAR	1 789	1 789
SUMMA ANLÄGGNINGSTILLGÅNGAR	600 969	615 504
OMSÄTTNINGSTILLGÅNGAR		
Kortfristiga fordringar	49 283	40 462
Kassa och bank	7 864	120 936
SUMMA OMSÄTTNINGSTILLGÅNGAR	57 147	161 398
SUMMA TILLGÅNGAR	**658 116**	**776 902**
EGET KAPITAL OCH SKULDER (TSEK)		
Eget kapital	261 190	248 824
Avsättningar	7 865	6 809
LÅNGFRISTIGA SKULDER		
Skulder till kreditinstitut	249 550	361 350
KORTFRISTIGA SKULDER	139 511	159 919
SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER	**658 116**	**776 902**

Kassaflödesanalys

KASSAFLÖDESANALYS (TSEK)	2023	2022
Kassaflöde från den löpande verksamheten före förändring av rörelsekapital	44 746	29 457
Kassaflöde från förändringar av rörelsekapital	-28 265	28 954
Kassaflöde från den löpande verksamheten	16 481	58 411
Kassaflöde från investeringsverksamheten	-17 753	-50 815
Kassaflöde från finansieringsverksamheten	-111 800	-11 800
Årets kassaflöde	-113 072	-4 204
Likvida medel vid årets början	120 936	125 140
Likvida medel vid årets slut	7 864	120 936

Koncernledning

PETER SEGER
Vd, koncernchef,
sjukhuschef
Sophiahemmet
Född 1960
Anställd sedan 2004

JOHANNA ADAMI
Rektor
Sophiahemmet
Högskola
Född 1969
Anställd sedan 2016

MAGNUS HUSS
Chef Affärsområde Fastighet
Sophiahemmet
Född 1967
Anställd sedan 2023

ÅSA LARSSON
Verksamhetschef vården-
heten, bitr. sjukhuschef
Sophiahemmet Sjukhus
Född 1966
Anställd sedan 1999

MARINA DYFVERMAN
Kommunikationschef
Sophiahemmet
Född 1969
Anställd sedan 2008

ANNA-KARIN FALK
HR-chef
Sophiahemmet
Född 1966
Anställd sedan 2013

MÅRTEN JANSSON
Förvaltningschef
Sophiahemmet Högskola
Född 1968
Anställd sedan 2018

JENNIE REVAY
Ekonomichef
Sophiahemmet
Född 1975
Anställd sedan 2020

MARIE WICKMAN CHANTEREAU
Chefläkare
Sophiahemmet Sjukhus
Född 1955
Anställd sedan 2017

Styrelse

H.K.H. PRINSESSAN SOFIA
Hedersordförande
Född 1984
Utsedd till heders-
ordförande 2016

LARS KIHLSTRÖM BURENSTAM LINDER
Styrelseordförande
Född 1957
Invald 2009
Utsedd till ordförande 2014

JAN LINDMAN
Vice ordförande
Född 1957
Invald 2010
Utsedd till vice ordförande
2011

BARBRO FRIDÉN
Född 1956
Invald 2019

LI FELLÄNDER-TSAI
Född 1965
Invald 2015

STEFAN HASKEL
Född 1957
Invald 2023

STEFAN JACOBSON
Född 1952
Invald 2018

KERSTIN LINDBERG GÖRANSSON
Född 1956
Invald 2021

Sophiahemmet, ideell förening
Box 5605, 114 86 Stockholm
www.sophiahemmet.se

Produktion:
Marknadsavdelningen Sophiahemmet
Tryck: By Wind