



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# INTERKULTUREL PLEJE I SOCIAL- OG SUNDHEDSSEKTOREN (I-CARE)

## MODUL 8: HÅNDTERING AF SMERTE

[www.i-care-project.net](http://www.i-care-project.net)

## Projektinformation

Projektets titel:	<b>INTERKULTUREL PLEJE I SOCIAL- OG SUNDHEDSSEKTOREN (I-CARE)</b>
Projektets nummer:	2019-1-UK01-KA202-061433
Underprogram eller KA:	Hovedaktion 2: Samarbejde om innovation og udveksling af god praksis
Forfatterpartnere:	Apricot and KMOP
Dato for udarbejdelse:	Juni 2021



This work is licensed under the Creative Commons  
Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 License  
© 2021 by I-CARE Consortium

Europa-Kommissionens støtte til produktionen af denne publikation indebærer ikke en godkendelse af indholdet, som kun afspejler forfatterens synspunkter, og Kommissionen kan ikke holdes ansvarlig for den brug, der kan gøres af oplysningerne heri.

## Indhold

Introduktion .....	1
Modulets formål og målsætninger .....	1
Læringsresultater .....	1
Forståelse, færdigheder og kompetencer der udvikles: .....	1
Anvendt undervisningsmetode/Hvad du skal gøre .....	1
Yderligere læsning.....	2
Sektion 1: Håndtering af smerte .....	3
Sektion 2: Store forskelle mellem kulturer .....	7
Sektion 3: Smerte på tværs af kulturer .....	9
Sektion 4: Vurdering af sundhedstilbud .....	10
Sektion 5: Interkulturel kommunikation og smerte .....	11
Sektion 6: Levering af kulturel kompetent service .....	14



## NØGLE TIL SYMBOLERNE

	<b>AKTIVITET</b>		<b>UNDERVISERENS NOTER</b>		<b>SAMMENFATNING</b>
	<b>UNDERVISERENS INPUT</b>		<b>HANDLINGSPLAN</b>		

## Introduktion

Dette modul udforsker holdninger til håndtering af smerte på tværs af kulturer.

### Modulets formål og målsætninger

Formålet med dette modul er, at eleverne skal:

- udforske forskellige aspekter af smerte
- udforske oplevelser af smerte
- forstå forskellige kulturelle forventninger om, hvordan smerte skal håndteres
- overveje hvordan smerte bliver udtryk i forskellige kulturer

### Læringsresultater

Efter dette modul vil du:

- ◆ Forstå forskellige aspekter af smerte
- ◆ Forstå patientrelaterede faktorer, der påvirker smerte på tværs af forskellige kulturer
- ◆ Kunne anvende et Culturally Sensitive Pain Assessment Tool.
- ◆ Kunne reflektere over interkulturelle problemer i det virkelige liv

### Forståelse, færdigheder og kompetencer der udvikles:

- ◆ Øget interkulturel bevidsthed.
- ◆ Forbedring af færdigheder.
- ◆ Bedre udviklede personlige og sociale færdigheder i forbindelse med at arbejde på tværs af kulturer.
- ◆ Øget kompetence til at arbejde i multikulturelle miljøer.

### Anvendt undervisningsmetode/Hvad du skal gøre

Dette modul er tilgængeligt som e-læring og kan også leveres ansigt til ansigt i et klasseværelse eller i en klasse via en virtuel platform.

Det involverer:

- ◆ Læsning af baggrundsinformation om modulets emne.



- ◆ Gennemførelse af øvelser og aktiviteter enten ved e-læring, ved at deltage i et kursus ansigt til ansigt eller via en virtuel platform.
- ◆ Øvelser til refleksion og til at tjekke forståelsen.

**Varighed:** 2 timer

### Yderligere læsning

Du finder også en række understøttende ressourcematerialer til yderligere information i [I-CARE Værktøjskasse](#) og i [I-CARE App](#).



## Sektion 1: Håndtering af smerte



Underviserens input (dias 3)



Underviserens noter (dias 3, 4)



Aktivitet – hvordan beskriver man smerte? (dias 4)

- Fordøjelsesbesvær forårsaget af at spise fed mad.

- Slået albuen mod en dørkarm.
- Hovedpine som gør, at du har brug for at ligge ned.
- Skåret sig i en finger med en skarp kniv.



Underviserens input (dias 5, 6, 7, 8)

### Beskrivelse af smerte

(BODY Culture, Body, Gender, Sexuality in Adult Trainings, 2013).

#### Om smerte:

**Smerte** er et biologisk, psykologisk og socialt fænomen. **Smertekontrol** har indflydelse på livskvaliteten. **Smerteoplevelse** er den måde, hvorpå vi opfatter og oplever smerte. Den omfatter tanker, følelser, reaktioner, forventninger og tidligere erfaringer i forbindelse med smerte. **Smerteudtryk** omfatter verbal og nonverbal adfærd vedrørende smerte. Det varierer i forskellige kulturer.

**Smerte og kultur:** I nogle kulturer er der en tendens til at udtrykke sin smerte og dele den med andre (Middelhavsområdet, Mellemøsten), mens andre (konfucianske kulturer) undertrykker den og holder den for sig selv. Tolerancen over for smerte ændrer sig også i takt med tiden og kulturernes udvikling. EKSEMPEL: *Den engelske forfatterinde Fanny Burney tilbød i 1808 at holde sit eget kræftramte bryst, mens kirurgen fjernede det uden bedøvelse, fordi det var de kulturelle forventninger på det tidspunkt.* I dag forsøger vi at finde en måde at fjerne smerten på.





### Underviserens noter (dias 9, 10)



### Aktivitet – dine oplevelser med smerte (dias 9)

Tænk tilbage på dengang du var barn. Hvordan forventede de voksne omkring dig, at du håndterede smerter?

Vælg det udsagn, der passer bedst til dig

- Jeg var nødt til at udholde det og ikke gøre et stort nummer ud af det.
- Jeg blev opfordret til frit at udtrykke smerten.
- Jeg fik at vide, at jeg skulle acceptere det som en uundgåelig del af livet.



### Aktivitet – forventninger til håndtering af smerte (dias 10)

Hvordan forventede din familie og dine jævnaldrende kammerater, at enkeltpersoner håndterede smerte?

Markér det udsagn der passer bedst til dig

- a. Der blev ikke talt om eller diskuteret smerter.
- b. Hvis nogen havde smerter, blev de opfordret til frit at beskrive dem.
- c. Hvis nogen havde smerter, stønnede de højlydt for at vise, at de havde smerter og at de led.
- d. Hvis nogen havde smerter, forventedes det, at de led i stilhed og ikke gjorde noget stort ud af det.



## Sammenfatning (dias 11)

## Sektion 2: Store forskelle mellem kulturer



### Underviserens input (dias 13, 14, 15)

To brede begreber, der kan bruges, er udtryksfuldhed og stoicisme. Smerteudtryk henviser til en bred vifte af smerteadfærd, der lægger vægt på at udtrykke smerten over for omverdenen som et middel til at vise den smertefulde tilstand, så andre kan forstå den. Stoicismens etik har det princip, at smerte er ligegyldig. Det er naturligt og normalt, at vi ikke ønsker at opleve smerter, men vi bør stille og roligt acceptere dem. Stoicisme er forbundet med kulturelle eller religiøse overbevisninger.



### Underviserens noter (dias 16)

Læs hvert af nedenstående udsagn op og bed eleverne om at række hånden op, når de er enige i et udsagn. Diskuter derefter, hvordan vi alle er påvirket af vores kulturelle baggrund, når det handler om vores adfærd.



### • Aktivitet dias (16)

Tænk over din egen kulturelle baggrund, som har påvirket den måde, du håndterer både din egen og andres smerte på:

- Ikke påvirket smertehåndtering overhovedet.
- Har haft stor indflydelse på smertehåndtering.
- Jeg håndterer min og andres smerte på en stoisk måde
- Jeg håndterer min og andres smerte på en udtryksfuld måde



### Sammenfatning (dias 17)

Der er ikke nogen rigtig eller forkert måde at håndtere smerte på. Hvordan vi håndterer smerte kan være forskelligt, men vil være påvirket af vores erfaringer, mennesker omkring os og kulturelle forventninger. Vi bør ikke forvente, at andre har samme holdning til at håndtere smerte som vi selv har og vi bør heller ikke forvente, at andre bruger de samme ord, som vi selv bruger, til at beskrive deres smerte.

### Sektion 3: Smerte på tværs af kulturer



Underviserens noter (dias 21, 22, 23, 24)

Denne sektion handler om at give eleverne information og give dem mulighed for at stille spørgsmål og bidrage med deres egne erfaringer og viden.



Underviserens input (dias 21, 22, 23, 24)

**Aktive håndteringsmekanismer:** selvkontrol, ignorerer smerte, bruger statements, der understøtter smertehåndteringen positivt, en generel følelse af indre kontrol (f.eks. kaukasiere). Dette har tendens til at være forbundet med bedre tilpasning på lang sigt (Sharma et al. 2018).

**Passive håndteringsmekanismer:** beder, håber, afleder (f.eks. afroamerikanske og latinamerikanske borgere). Der er naturligvis forskellige holdninger til smerte på tværs af kulturer. I nogle arabiske kulturer betragtes smerte som ubehagelig og man er tilbøjelige til at udtrykke smerte, ofte ved hjælp af metaforer eller sensoriske beskrivelser (is, ild, som en kniv). Man udtrykker sig ofte tydeligere over for familiemedlemmer og der er tillid til brugen af vestlig medicin. Nogle europæiske kulturer er præget af stoicisme, man taler ikke om smerte, vil ofte skjule det for familien, og de fleste foretrækker at være alene. I andre europæiske kulturer tåler man ikke smerte og smerte betragtes som noget ondt, man udtrykker sig om smerten og vil normalt bede om medicin. Nogle asiatiske kulturer ser sygdom som et resultat af ubalance i yin og yang, man bruger sandsynligvis urter, olier, massage og har en mere direkte kommunikation om smerte med asiater, end med ikke-asiater. Andre asiater udtrykker ikke smerte, fordi følelsesmæssige udtryk kan ses som en svaghed. I nogle sydamerikanske kulturer forventes det, at mænd lider stoisk, det at udtrykke sig opfattes som en selvhjælpsmekanisme og folkemedicin og bønner anvendes ofte til helbredelse.



## Sektion 4: Vurdering af sundhedstilbud



Underviserens noter (dias 26, 27)



Underviserens input (dias 26, 27)

- Sprog-, læse- og skrivevanskeligheder
- Forskning har vist, at nogle mennesker i visse kulturer har begrænset tillid til sundhedstjenesterne, f.eks. afroamerikanere (Defrin et al., 2011).
- Nogle minoritetsgrupper søger ikke umiddelbart hjælp og er tilbageholdende med at deltage i smertebehandlingsprogrammer (Carey et al., 2010).
- Lav læse- og skrivefærdighed er en stor barriere, når man beder om hjælp fra sundhedssystemerne. (Ruehlman et al., 2005).
- Brugen af kulturelle beskrivelser kan føre til en forkert vurdering af patientens helbredstilstand og potentielle problemer.
- Lavere socioøkonomisk status og indvandrerbaggrund kan være årsag til ineffektiv kommunikation med sundhedsudbydere og uligheder.

## Sektion 5: Interkulturel kommunikation og smerte



### Underviserens input (dias 29, 30)

Det er umuligt for sundhedspersonalet at være opmærksom på og forstå alle forskelle mellem kulturer med hensyn til smerte og smertekontrol. Det er vigtigt at spørge patienterne om deres trosretninger og fortælle dem, at disse er accepteret og at behandlingen kan tilpasses. På den måde undgås et "kulturelt sammenstød" mellem forskellige trosretninger og holdninger (Free M., 2002).

Kulturel følsom service trin for trin:

1. Observer omhyggeligt. 2. Undersøg hvilken betydning smerte har for den enkelte person inden for en kulturel ramme. 3. Husk på at nogle kulturelle overbevisninger kan forhindre pleje. 4. Fortolk forskellige adfærdsreaktioner. 5. Tilbyd kulturelt kompetente plejemuligheder.



### Underviserens noter (dias 31, 32, 33)



### Aktivitet

Diskuter og skriv 5 spørgsmål ned, som du vil stille for at finde ud af noget om en persons smerte.



### Underviserens input (dias 32, 33)

Dette er en model, der er udviklet til at vurdere smerte hos mennesker med forskellige kulturelle baggrunde.

Hvad kalder du din smerte?

Hvilket navn giver du den?

Hvorfor tror du, at du har denne smerte?

Hvad betyder din smerte for din krop?

Hvor alvorlig er den?

Varer den længe eller kun kort tid?

Har du nogen frygt vedrørende dine smerter?

Hvis ja, hvad frygter du mest ved dine smerter?

Hvad er de vigtigste problemer, som dine smerter giver dig?

Hvilken slags behandling mener du, at du bør modtage?

Hvad er de vigtigste resultater, som du håber at få af behandlingen?

Hvilke kulturelt betingede tiltag har du prøvet for at afhjælpe dine smerter?

Har du fået traditionel behandling for dine smerter? Har du lyst til det?

Hvem, hvis nogen, i din familie taler du med om dine smerter? Hvad ved de? Hvad ønsker du, at de skal vide?

Har du familie og venner, der hjælper dig på grund af dine smerter? Hvem hjælper dig?





Sammenfatning (dias 34)

## Sektion 6: Levering af kulturel kompetent service



Underviserens noter (dias 36, 37, 38, 39)

Du kan vælge et af casestudierne nedenfor eller, hvis du har tid, bruge dem begge. Del den store gruppe op i mindre grupper og bed hver gruppe om at læse og derefter diskutere den valgte case. Brug spørgsmålene til at stimulere og styre deres diskussioner. Få feedback fra hver gruppe og gå videre til en generel diskussion om den bedste måde at reagere på.



Aktivitet (dias 36, 37, 38, 39)

Casestudie 1

En indvandrermoder tager sit 2-årige barn med til lægen. Hun fortæller lægen, at barnet har smerter (kraftig hovedpine) og har feber. Lægen tager barnets temperatur og konstaterer, at den ligger inden for normalområdet. Lægen fortæller moderen, at barnet ikke har feber, og at hun skal give barnet smertestillende medicin, som er ordineret til børn i barnets alder. Moderen insisterer på, at barnet har feber og at det er derfor, det har hovedpine og at det har haft det i 3 dage og har brug for medicin mod feberen. Hun føler, at lægen ikke tager hendes bekymring for hendes barn alvorligt, og hun bliver vred over behandlingen og den manglende forståelse for den feber, som hendes barn har.

Spørgsmål til casestudiet:

Hvilke problemer rejser dette casestudie mellem en behandler og en borger?

Hvordan ville du håndtere dette, hvis du var sundhedspersonale?

Hvad tror du, at moderen egentlig forsøger at forklare om sit barns sygdom?

Hvad ville du spørge om først?

Hvad ville du spørge om som det næste?

Hvad ville du undersøge med hensyn til moderen?

Hvad prøver du egentlig at finde ud af?



## Casestudie 2

Alisa er sygeplejerske og arbejder med Yen, en kinesisk kvinde, som for nylig har fået konstateret kræft. Yen taler kun lidt engelsk og hendes mand oversætter for hende. Når manden er til stede, benægter Yen, at hun har smerter. Når han forlader rummet, indrømmer hun, at hun har smerter. Yens mand angiver, at han har meget lidt tillid til lægeverdenen. Han mener, at smertestillende medicin forstyrrer kroppens "naturlige helingsproces", og han holder smertestillende medicin uden for Yens rækkevidde. I stedet giver han sin kone helbredende urteteer. (Anand et al., 2009)

Spørgsmål til casestudiet:

Hvilke problemer synes du, der præsenteres i dette casestudie?

Hvis du var Alisa, hvilke spørgsmål mener du så, at du skulle stille Yen?

Tror du, at det vil hjælpe, hvis der var en tolk til stede?

Hvilke spørgsmål mener du, at du bør stille Yens mand?

Hvilke spørgsmål om håndtering af smerte tror du, at der bliver præsenteret i dette casestudie?



## Sammenfatning (dias 40)



### General sammenfatning (dias 41)

1. Evnen til at identificere de vigtigste kulturelle værdier hos borgeren.
2. En forståelse af hvordan kulturelle værdier påvirker en borger og hans/hendes omgivelser.
3. Færdigheder i at anvende og implementere ydelser der passer til borgerens værdisystem.
4. Anerkendelse af, at kulturel bevidsthed er en kontinuerlig rejse for at lære om forskellige kulturelle værdier og om, hvordan man forstår andres oplevelser.



### Underviserens noter (dias 42)



### Refleksion og handlingsplan (dias 42)

Skriv 3 handlinger, som du vil foretage/adfærd, som du vil ændre som følge af din læring.