



GynStockholm

feminæ

GynStockholm kraft-
samlar i Kista för
bättre tillgänglighet. | 12

**Torra och sköra slemhinnor.
Det finns hjälp att få! | 8**

Folke Flam, överläkare på GynStockholm, svarar på frågor

**Fler än 10 000 patienter har
fått snabb och effektiv
behandling för urinläckage. | 17**

Tag gärna
med dig
tidningen
hem!

Med örat mot rälsen och med ett oavbrutet fokus på att förbättra kvinnosjukvården

Det finns en speciell stämning på våra mottagningar och på operationsavdelningen. Jag tror att de flesta patienter känner den så fort de kommer innanför dörren. Här finns en trygghet och en stor vänlighet som bottnar i ett gediget yrkeskunnande och i en laganda som stöttar varje medarbetare i sin unika och viktiga roll. Tack vare dessa medarbetare har vi de senaste 20 åren skapat den kanske främsta gynekologiska verksamheten i hela Sverige.



Det är svårt att förstå att Cevita Care redan firar 20 års jubileum, men tiden går fort när vi har roligt och får ägna åt oss det vi brinner för – att utveckla kvinnosjukvården i Stockholm. Under den här tiden har våra mottagningar vuxit och ger idag patienterna tillgång till specialistkompetens inom många olika områden: kvalificerat ultraljud, expertundersökning vid cellförändring, utredning av barnlöshet, hormonstörningar vid klimakteriet, behandling med bioidentiska hormoner

” Kvalitetsbegreppet har varit centralt i utvecklingen av denna verksamhet som formats av vår övertygelse om att erfarna kirurger innebär få komplikationer.

samt kirurgiska bedömningar av Sveriges mest erfarna gynekologkirurger. Våra skickliga doktorer är just nu 22 till antalet och vi ser fram emot att inom kort anställa ännu fler.



Cevita Care är ledande inom den gynoperativa verksamheten i Norden. Vi utför alla typer av ingrepp utom aborter och cancerkirurgi, som är centraliserat till universitetssjukhusen. Kvalitetsbegreppet har varit

5-årsjubileum i Läkarvillan

Mot slutet av 2018 firar GynStockholm 5-årsjubileum i Läkarvillan. Självklart är vi stolta över vårt kulturskyddade hus från 1926, där vi förfogar över 12 undersökningsrum och där vi nyligen har uppgraderat våra ultraljudsapparater för bästa möjliga bedömningar. Men framförallt är vi stolta över den vård vi bedriver i huset!

centralt i utvecklingen av denna verksamhet som formats av vår övertygelse om att erfarna kirurger innebär få komplikationer, och genom samarbetet med Capió S:t Görans sjukhus och tillgången till akutsjukhusets resurser har vi ytterligare förbättrat patientsäkerheten.

” För att kunna fortsätta vårt viktiga arbete med att utveckla vården för kvinnor ska vi våga vara självkritiska och öppna för förändring – även under de kommande 20 åren.

Jag tror att nyckeln till vår framgång är ett oavbrutet utvecklingsarbete som har prioriterats framför en stor administrativ påbyggnad. (Det senare hade lätt kunnat kväva initiativ och incitament.) Cevita Care är i grunden ett tjänsteföretag och min övertygelse är att vi ständigt måste ha ett öra mot rälsen för att känna av hur våra patienter uppfattar oss. För att kunna fortsätta vårt viktiga arbete med att utveckla vården för kvinnor ska vi våga vara självkritiska och öppna för förändring – även under de kommande 20 åren.

2018-04-21 Stockholm

Steffan Lundberg

Medicine doktor, specialist inom gynekologi och obstetrik, styrelseordförande och en av grundarna till Cevita Care.



16



6

10



4

17

18

Innehåll Nr 1 2018

- 4 Det livsviktiga arbetet för att förebygga livmoderhalscancer!
- 6 Jag trivs inte i min klimakteriekropp
- 8 Torra och sköra slemhinnor – det finns hjälp att få!
- 10 Vänta inte för länge med korrigerande kirurgi efter förlossningsskador.
- 12 GynStockholm kraftsamlar i Kista
- 15 Hysteroskopi – ger värdefull information om din livmoder
- 16 Miljö- och kvalitetsfrågorna viktiga i stort som i smått!
- 17 Frihet efter snabb och effektiv behandling för urinläckage.
- 18 Frågor och svar om manlig fertilitet.

I den här tidningen kan du läsa om olika delar av vår verksamhet på GynStockholm. Alla texterna är skrivna av våra egna doktorer, som har valt att fokusera på saker som ligger dem särskilt varmt om hjärtat och som kan vara till nytta för dig som patient.

Redaktör/Ansvarig utgivare

Ann-Christin Höjden

Layout

AB Huset Makalösa

Adress

Friskvårdsvägen 1, 112 81 Stockholm

Telefon

08-120 755 00

E-post

infogyn@cevitacare.se

Framsidesbild

Personen på bilden har inget med sammanhanget att göra.

GynStockholm deltar i det livsviktiga arbetet för att förebygga livmoderhalscancer!



2017 firade vi att Sverige haft ett screeningprogram för gynekologisk cellprovtagning i 50 år. Detta screeningprogram har räddat många kvinnors liv. Anna Almén Christensson, läkare med specialinriktning på cellförändringar, beskriver det nya nationella vårdprogrammet och berättar mer om hur GynStockholm deltar i detta viktiga förebyggande arbete.

Cellförändringar är inte cancer. Cellförändringar innebär att det finns abnormala celler på livmodertappens yta och dessa förändringar kan vara av olika svårighetsgrad. Lättare cellförändringar läker ofta utan behandling medan svårare cellförändringar som inte behandlas kan utvecklas till livmoderhalscancer. Den utvecklingen tar lång tid.

För drygt ett år sedan infördes ett nytt nationellt vårdprogram i Sverige vars syfte är att ytterligare minska risken för kvinnor att insjukna i livmoderhalscancer. Det innebär bland annat att kvinnor screeningtestas för HPV-virus (human papillom-virus), ett virus som vi idag vet kan ge upphov till cellförändringar. Det är därför viktigt att alla kvinnor går på de cellprovskontroller som de blir kallade till inom ramen för screeningprogrammet.

” Vid cellförändringar som kräver behandling får kvinnan tid för detta på vår egen operationsavdelning.

Vi på GynStockholm är stolta över att vi har fått förtroendet att vara med och delta i detta viktiga, förebyggande arbete. Om ett cellprov i screeningen visar abnormala celler skickas en remiss till oss från Regionalt cancercentrum. Vår sjuksköterska Yvonne tar emot alla remisser och bokar in kvinnorna för en så kallad kolposkopiundersökning.

Vid en kolposkopiundersökning bedömer gynekologen livmodertappen med hjälp av förstoring. Om det då finns misstanke om cellförändring kontrolleras ytterligare vävnadsprover.

Provsvaren, tillsammans med andra faktorer som tex kvinnans ålder, ger oss

” Vi har skapat en liten och väl sammansvetsad grupp av doktorer och sjuksköterskor som ansvarar för våra patienter med cellförändringar.



möjlighet att besluta om den bästa handläggningen. Vid cellförändringar som kräver behandling får kvinnan tid för detta på vår egen operationsavdelning. Efter behandlingen sker uppföljning hos den gynekolog som kvinnan redan träffat. När behandling och efterkontroller är klara så kan de flesta kvinnorna återgå till cellprovskontroller inom ramen för den nationella screeningen.

På GynStockholm vill vi ge våra patienter det bästa möjliga omhändertagandet och vi tror att kontinuitet skapar trygghet. Vi är en liten och väl sammansvetsad grupp av doktorer och sjuksköterskor som ansvarar för våra patienter med cellförändringar. Vi har också ett nära samarbete med patologen som analyserar och bedömer våra prover. Tillsammans

med dem har vi kontinuerliga teamkonferenser som ger oss möjlighet att diskutera och individualisera handläggningen. Med denna samarbetsform har vi återinfört något som den moderna sjukvården till stor del rationaliserat bort.



Text: Anna Almén Christensson
Överläkare, specialist inom gynekologi och obstetrik. Specialiserad inom dysplasi.

Fakta om cellförändringar

På Cevita Care erbjuder vi utredning och behandling av kvinnor med cellförändringar och avvikande blödningar.

- 1 Vad är en cellförändring?
- 2 Hur utreder man cellförändringar?
- 3 Hur behandlas cellförändringar?
- 4 Hur kontrolleras du efter en operation?

Vad är en cellförändring?

Vid en cellförändring har cellerna på livmodertappen förändrats. De allra flesta cellförändringar är lätta och läker av sig själv. Svårare cellförändringar behandlas för att de inte ska utvecklas till livmoderhalscancer. Det är mycket ovanligt att cellprovskontrollerna visar förändringar som redan utvecklats till cancer.

Hur utreds cellförändringar?

Om ett cellprov visat misstanke om cellförändringar kallas kvinnan för ytterligare undersökning och provtagning. Vid undersökningen tittar gynekologen på livmodertappen i förstoring med ett special-mikroskop, ett kolposkop. Ofta tas också vävnadsprov från livmodertappen för att kunna ställa rätt diagnos. En kolposkopi-undersökning och vävnadsprov går att genomföra även om du är gravid. Undersökningen skadar inte barnet.

Hur behandlas cellförändringar?

Om utredningen visar att det finns cellförändringar som kräver behandling genomgår de flesta kvinnor en skoniseringsoperation. Då avlägsnas den allra yttersta delen av livmodertappen. Vid operationen ges lugnande läkemedel, smärtlindring och lokalbedövning av livmodertappen. Själva operationen tar 10–15 minuter och kvinnan kan gå hem efter ett par timmar.

Hur kontrolleras du efter en operation?

Svar på provtagningen vid operationen brukar komma efter 4–6 veckor. Kvinnan meddelas svar på det sätt man kommit överens om. Första kontrollen efter en operation brukar ske efter ca 6 månader. Därefter sker kontroller under lång tid i enlighet med vårdprogrammet för uppföljning och efterbehandling av cellförändringar.



Jag trivs inte i min klimakteriekropp. Ska jag påbörja en hormonbehandling?

Vallningar, humörsvingningar och viktuppgång. Om klimakteriet får dig att känna dig obekvämt i din egen kropp så kanske du har börjat överväga en hormonbehandling. Ska man ta hormoner i klimakteriet eller inte? Vilka risker finns och vilka är överdrivna? Hilde Löfqvist, gynekolog på GynStockholm, svarar på några av de vanligaste frågorna.

Vad kan jag göra för att lindra mina klimakteriebesvär?

Det är många faktorer som avgör vad som är lämpligt eller inte för den enskilda klimakteriekvinnan. Ålder, vikt, sjukdomar, hur lång tid det gått sedan sista mens – allt det där påverkar vilken behandling som är lämpligast. Med en modern välanpassad individuell hormonbehandling får många kvinnor en förbättrad livskvalitet.

Vilka risker finns förknippade med hormonbehandlingar under klimakteriet?

Många kvinnor blev rädda när den stora amerikanska WHI studien 2002 varnade för ökad risk för hjärt-kärlsjukdomar och bröstcancer vid hormonbehandling. Det visade sig senare att man hade dragit för snabba slutsatser om riskerna. Sedan 2002 har vi lärt oss mycket om mindre riskfyllda klimakteriebehandlingar som vi gynekologer kan erbjuda.

Jag har hört talas om bioidentiska hormoner. Vad innebär det?

Bioidentiskt betyder att den kemiska substansen man tillför motsvarar exakt den av kroppens egna hormoner, till exempel insulin.

Kan jag välja att behandlas med bioidentiska hormoner?

Östrogenpreparat mot klimakteriebesvär är oftast bioidentiska (östradiol). De progesteronpreparat som skrivs ut idag är dock vanligtvis kemiskt förändrade hormoner. Progesteronbehandlingen ska skydda livmoderslemhinnan mot cellförändringar vid östrogenbehandling men tyvärr har det visat sig att de syntetiska preparaten kan ge biverkningar som nedstämdhet och viktuppgång. Den senaste tiden har det också uppmärksammats att

dessa preparat också möjligen ökar bröstcancer risken marginellt hos långtidsanvändare. Däremot har användning av naturligt progesteron visat sig vara mindre riskfyllt vad gäller bröstcancer risk och biverkningsprofil.

Kan jag behandlas med bioidentiskt progesteron i Sverige?

Du kan få bioidentiskt progesteron utskrivet på vanligt recept om din läkare skickar en individuell licensmotivering till Läkemedelsverket.

Hur ser man på bioidentiskt progesteron internationellt?

I andra länder, bland annat i Frankrike, Tyskland, England och USA behandlar man med naturligt bioidentiskt progesteron, mikroniserat i olja, i en kapsel att svälja.

När ska jag påbörja min hormonbehandling?

Generellt är det gynnsamt att börja ta hormoner så nära in på sista mens som möjligt. Man talar om ett behandlingsfönster som är öppet högst tio år. När det har gått längre tid än så sedan menopaus ökar riskerna.



Är det säkert att köpa hormonpreparat på nätet?

Det är viktigt att en läkare undersöker dig innan du tar några läkemedel. Det finns också många oseriösa aktörer som säljer preparat via internet på nätet. Köp därför aldrig hormonpreparat, eller andra läkemedel, på nätet.



Text: Hilde Löfqvist
Överläkare, specialist inom gynekologi och obstetrik



När Kristin Lindsjö var liten ville hon bli hårfrisörskan. Istället blev hon först undersköterska och sedan sjuksköterska. Även om hon tycker att det verkar vara kreativt att göra människor fina i håret så ångrar hon inte sitt yrkesval.

Möt oss:

”Det gäller att vara lyhörd – att ge utrymme för den som ringer att berätta.”

”Ingen dag är den andra lik. Jag får träffa och tala med så många olika människor. Det är ett väldigt spännande jobb!”

För fem år sedan sökte sig Kristin till GynStockholm. Hon ville tillbaka till gynekologin som hon provat på under sitt första år som sjuksköterska och hon trodde att en verksamhet som ville förbättra vården för kvinnor skulle passa henne. Idag trivs hon bra med de korta beslutsvägarna och den lättsamma stämningen på mottagningen.

”Vi har en fin kontakt i teamet. Det känns självklart att ställa frågor och be om hjälp. Chefen finns runt hörnet och patientens bästa står alltid i centrum. Det blir en trygg arbetsmiljö och jag tror att patienterna känner det.”

GynStockholm har sedan starten fokuserat på att ge patienterna snabb och professionell vård, omtänksamt bemötande och hög servicegrad. När du ringer till GynStockholm kan det hända att det är Kristin som svarar. Och just detta att göra bedömningar via telefon är en av de största utmaningarna med arbetet menar hon.

”Det gäller att vara lyhörd – att ge utrymme för den som ringer att berätta. Och att ställa de rätta frågorna.”

På sin fritid laddar Kristin gärna batterierna med långpromenader och läsning.

Torra och sköra slemhinnor? Det finns hjälp att få!

De flesta kvinnor får någon gång problem med torra och sköra slemhinnor. Besvären yttrar sig bland annat som irritation och klåda, och kan påverka samlivet negativt. Men det finns hjälp att få! Folke Flam, överläkare och medicinskt ansvarig på GynStockholm, berättar om orsaker, svarar på frågor och ger goda råd.



Varför är mina slemhinnor irriterade?

Irritation och sveda i underlivet kan uppstå som en följd av infektioner, östrogenbrist, för mycket rengöring mm. Vid en undersökning tar vi reda på vad som gäller just dig och ger dig förslag på behandling.

Jag misstänker att jag har en svampinfektion. Vilka är symptomen?

Svamp finns alltid i liten mängd i vaginan men kan ibland växa till och då uppstår problem som sveda och klåda. Flytningar som uppstår till följd av svamp är ofta kesoliknande. Det finns bra mediciner men det finns inget som för alltid tar bort svampbesvär. Man får helt enkelt behandla sig när besvären uppträder.

Mina slemhinnor är irriterade och jag får ont vid samlag. Ibland får jag också en konstig krampande känsla. Kan det vara vestibulit/vaginism?

Smärta vid samlag kan bero på många olika saker, exempelvis vestibulit men sköra slemhinnor kan också orsakas av infektion, östrogenbrist m.m. En undersökning krävs för att fastställa orsaken.

Mina slemhinnor är torra och mitt underliv smärtar efter strålbehandling mot cancer.

Strålbehandling i bäckenet för exempelvis gynekologisk cancer påverkar ofta vaginan. Genomblödningen minskar och dessutom slås oftast östrogenproduktionen ut om kvinnan inte redan kommit in i klimakteriet. Ibland är det går det bra att använda östrogen i vaginan, i andra fall kan mjukgörande medel, exempelvis oljor eller vaselin, hjälpa.

Jag lider av lichen sclerosus och känner klåda och smärta. Min slida känns skör och trång.

Lichen är en sjukdom som i underlivet mest visar sig på huden vid blygdläppar och kring klitoris och ger de symptom som beskrivs i frågan. Behandlingen brukar bestå av kortisonsalva mot de drabbade hudområdena.

Efter förlossningen har jag bristningar i mitt underliv, sköra slemhinnor samt bäckenbottenbesvär/skador. Vad kan jag göra?

Innan menstruationen återkommit beror mycket av skörheten efter förlossning på östrogenbrist. Besvären kan lindras genom att tillföra östrogen i vaginan och/eller genom att använda oljor och andra mjukgörande medel.



Text: Folke Flam
Överläkare och medicinskt ansvarig
på GynStockholm





Har du förlossningsskador? Vänta inte för länge med korrigerande kirurgi.

Vaginal förlossning anses, jämfört med kejsarsnitt, vara ett medicinskt bättre alternativ för såväl mor som barn. Tyvärr medför förlossningen, trots välutbildade barnmorskor och förlossningsläkare, ibland problem från underlivet som kräver korrigerande kirurgi. Folke Flam, överläkare och medicinskt ansvarig på GynStockholm, berättar mer om problematiken runt förlossningsskador.



Vid GynStockholm får vi årligen in cirka 100 remisser från gynekologer och mödravårdscentraler som rör förlossningsskador.

I den siffran ingår inte problem med urinläckage som också delvis har med graviditet att göra.

Vanliga problem är ärr i mellangården, smärtor som medför svårigheter att genomföra samlag, känslan att vaginas öppning inte sluter till, känslan av utfyllnad beroende av töjda slidväggar och luftutträde från vagina (prutt ljud). Den allvarligaste komplikationen är läckage av avföring beroende på att slutarmuskeln i ändtarmen skadats.

Den bästa möjligheten att återställa anatomin och undvika sena följder finns

Har du frågor eller funderingar kring förlossningsskador?

Vi tar gärna emot kvinnor för bedömning – remiss krävs inte. Kontakta oss på 08-120 75 00.

just efter förlossningen. Det kan dock vara svårt att se exakt hur skadan ser ut eftersom området är mycket svullet. Det är därför oftast bättre att utföra korrigerande kirurgi sedan amningen avslutats och menstruationerna återkommit. Inte minst kan en del av de problem som mammor upplever de första månaderna spontant förbättras.

Oftast kan ingreppet ske som dagkirurgi med en lättare bedövning och med en efterföljande sjukskrivning på någon vecka.



Text: Folke Flam
Överläkare och medicinskt ansvarig på GynStockholm

Möt oss:

”Det är glada människor och många leenden överallt!”

Josefine Höjden möter du i receptionen på GynStockholm. I Josefines arbetsuppgifter ingår att välkomna de som besöker GynStockholm och hjälpa dem till rätta.

”Jag tycker om att prata med människor. Visst kan det hända att någon patient är lite orolig eller stressad men då gör vi tillsammans det bästa av situationen. Många av våra patienter känner också en trygghet i att vi är en flerspråkig klinik.”

Josefine har jobbat på GynStockholm i några år och trivs med att kunna växla fokus från mötet med patienterna till IT-support och miljöfrågor, som hon också ansvarar för. Miljömålen är viktiga och syftar till att ständigt minska miljöbelast-

ningen med fokus på läkemedel, medicinska gaser, produkter, förbrukningsmaterial, transporter, energi och avfall.

Josefine började som mammaledighetsvikarie och har blivit kvar bland annat tack vare den goda stämningen som hon tycker präglar GynStockholm.

”Det är glada människor och många leenden överallt. Sånt gör det roligt att gå till jobbet varje dag.”

Efter en dag på kontoret är det skönt att röra på kroppen, tycker Josefine, som ägnar en hel del tid åt styrketräning. En riktigt lång äventyrsresa hägrar också. Den får gärna gå till Sydostasien eller Central- och Sydamerika.



Längtar du efter barn?

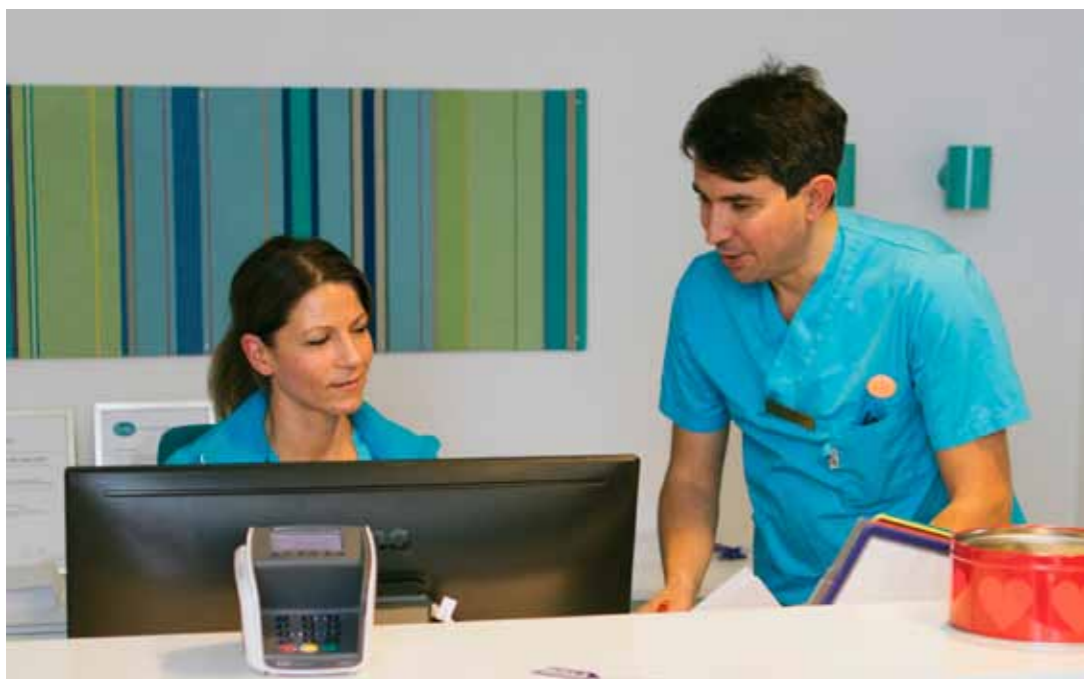
Välkommen till Nordens ledande aktör inom fertilitet och reproduktiv hälsa. Du hittar oss på www.livio.se

Livio erbjuder individuellt anpassade behandlingar med den absolut senaste teknologin.

LIVIO
Fertilitetscentrum

livio.se





Ta med id-handling eller legitimation. Vanlig patientavgift gäller enligt SLLs taxa. Vi ser gärna kortbetalning.

Radu Vasilcanu är medicinskt ansvarig på GynStockholms mottagning i Kista.

GynStockholm kraftsamlar i Kista

Från den 1 maj kommer GynStockholms nya mottagning i Kista att välkomna även de patienter som tidigare har besökt mottagningen i Jakobsberg. Genom att kraftsamla runt en mottagning kan tillgängligheten för patienterna förbättras samtidigt som kompetensen inom gynekologisk specialistvård stärks.

Lärande arbetslag ger ännu bättre patientsäkerhet

Ann-Christin Höjdén, verksamhetschef på GynStockholm, berättar mer om planerna bakom sammanslagningen.

”Vi vill skapa ett lärande arbetslag där specialister inom olika områden komplet-

terar varandra och delar med sig av sina erfarenheter. Vilket i sin tur ger förutsättningar för bättre patientsäkerhet. När vi nu fortsätter vår expansion här i Kista är vi redan på god väg. Våra erfarenheter av att rekrytera skickliga doktorer med internationell bakgrund har exempelvis varit mycket positiva. Vi har fått tillgång till nya arbetssätt och idéer som i hög grad har berikat oss som verksamhet. Nu vill vi hitta fler kunniga och engagerade medarbetare! Idag finns tre heltidsanställda specialister med lång erfarenhet inom kvinnosjukvården på mottagningen i Kista. Inom kort kommer de att vara fyra.”

”Genom att kraftsamla runt en mottagning kan tillgängligheten för patienterna förbättras.

Välbekanta ansikten och inget onödigt krångel

För de patienter som tidigare har vänt sig till mottagningen i Jakobsberg så blir resvägen till Kista kanske något lite längre. Men förbindelserna med kollektivtrafik är goda och vill du ta bilen så finns det gott om parkeringsplatser alldeles utanför entrén. Väl framme möts du dessutom av många välbekanta ansikten bland undersköterskor och doktorer. ”Du ringer samma telefonnummer och dina journaler följer dig. Vi är måna om att sammanslagningen ska gå smidigt och utan onödigt krångel för våra patienter”, säger Ann-Christin Höjdén.

”Vi vill skapa ett lärande arbetslag där specialister inom olika områden kompletterar varandra.

Snabb specialistvård – året runt!

Mottagningen i Kista är öppen måndag till fredag, alla dagar utom helgdagar under hela året! Genom ett nära samarbete mellan Läkarvillan kan vi också snabbt erbjuda tider för operation eller en second opinion.

”Vi är stolta över vår fina mottagning i Kista. Nu hoppas vi att alla våra patienter, nya som gamla, också kommer att tycka om den!”

”Flera olika språk är inget problem. Eftersom GynStockholm är en flerspråkig klinik kan de ta hand om alla, även om majoriteten är svenska medborgare. – Vi behärskar många språk och behöver sällan ha en tolk på plats, berättar Radu.

När du söker vård känns det extra bra att bli bemött på ett språk som du behärskar väl.

På GynStockholms mottagning i Kista behärskar vi många språk och behöver sällan ha en tolk på plats. Välkommen!



Möt oss:**”Undersökningarna räddar liv!”**

Yvonne Liljedahl har arbetat inom vården sedan mitten på sjuttioalet och har provat på många olika sorters yrkesroller. Den första erfarenheten fick hon som sjukvårdsbiträde på ett långvårdssjukhus i Cambridge.

”Det fanns en stor brist på vårdpersonal i England och därför reste många skandinaver över och arbetade där. Jag minns det som en jätterolig tid tillsammans.”

Sedan dess har Yvonne hunnit arbetat både som distriktssköterska och sjuksköterska, senast på Capios mottagning i Kista. Kvinnosjukvården har alltid engagerat Yvonne.

”Det är ett mycket bredare område än vad man tror med många spännande frågor.”

På GynStockholm arbetar Yvonne med dysplasi och hon berättar gärna om hur viktigt det är att gå på de regelbundna cellprovskontrollerna.

”Undersökningarna räddar liv! Ändå är det en utmaning att få alla kvinnor att komma.”

Ny statistik från Cancerfonden från åren 2014 till 2015, visar att antalet kvinnor som drabbats av livmoderhalscancer har

ökat 20 procent. Fler studier behövs för att ta reda på orsakerna, men man ser att det framför allt är kvinnor som inte alls eller sporadiskt deltagit i screeningprogrammet som drabbas. Varför väljer vissa kvinnor att inte gå på kontrollen som är kostnadsfri, snabb och (för de flesta) i princip smärtfri?

”Några är rädda för att undersökningen ska visa att man har cancer eller att den ska göra ont. Andra tänker att det nog inte är någon fara så länge man inte känner av något”, tror Yvonne. ”Det är lite som tandläkaren. Man försöker att i det längsta tänka bort det.”

På GynStockholm tas patienternas oro på allvar. Det är exempelvis självklart att du ska få prata med läkaren innan en undersökning om du har funderingar.

”Genom samtalet skapas en relation där du kan känna dig trygg”, förklarar Yvonne. ”För att kunna erbjuda rätt stöd är det viktigt att känna av vem jag pratar med. Vilka tidigare erfarenheter har den här kvinnan? Vad händer i hennes liv just nu?”

Yvonne har arbetat på GynStockholm i två och ett halvt år och trivs väldigt bra.



”Det är fin sammanhållning och högt i tak. På GynStockholm jobbar vi aktivt med att skapa goda förutsättningar för samarbete mellan olika yrkeskategorier. Eftersom vi som jobbar inom vården är beroende av varandra så kanske man kan tycka att detta borde vara självklart överallt. Men här hos oss fungerar det ovanligt bra.”

Eftersom Yvonne tillbringar en stor del av arbetsdagen i telefon så tycker hon att det är skönt att träffa sina vänner och umgås ”på riktigt” när hon är ledig. Gärna på golfbanan.



Vissa besvär kräver en undersökning av livmodern, en så kallad hysteroskopi, för att kunna behandlas. Tillhör du dem som oroar sig för undersökningen? Daniel Murkes, specialist inom gynekologi och obstetrik, svarar på frågor och avdramatiserar begreppet.



Hysteroskopi – en enkel undersökning som ger värdefull information om din livmoder

Vad är en hysteroskopi?

Det är en undersökning där läkaren använder sig av ett tunt optiskt instrument för att undersöka livmoderns insida.

När görs undersökningen?

Vid besvär med blödningar, vid missfall eller om svårigheter finns att bli gravid behöver livmodern i regel undersökas. En ultraljudsundersökning kan också tyda på att livmoderns slemhinna inte är helt normal. Det kan röra sig om olika sorters förändringar, så kallade polyper, myom eller missbildningar av livmodern. I dessa och andra oklara fall är det av stort värde att undersöka hur livmoderhålan ser ut.

Vem gör själva hysteroskopin?

På GynStockholm utförs hysteroskopi av erfarna kirurger vilket innebär att du får en skonsam och snabb undersökning samt behandling.

Är undersökningen obehaglig?

Nej. Hysteroskopi görs med ett tunt optiskt instrument som införs genom

livmoderhalsens kanal in i livmodern. Det gör att man med ögat kan se exakt hur insidan av livmodern ser ut. Man använder alltså kroppens naturliga öppningar och gångar vilket innebär mindre smärta.

Behöver jag sövas?

Nej. Du sövs inte men somnar till och märker inget obehag av undersökningen. Ingreppet görs i en kombination av lokalbedövning samt lugnande och smärtstillande medel direkt i blodet av narkossköterska. Det är en fördel att slippa narkosen eftersom du kommer att känna dig piggare och slippa illamående efter undersökningen.

Vad kan kirurgen se och behandla?

Kirurgen kan bara se och behandla sådant som sitter på livmoderns insida. Eventuella förändringar kan tas bort och skickas till analys för en säker diagnos. Har du oregelbundna blödningar kan förklaringen ofta vara muskelknutor eller förtjockningar av slemhinnan. Även dessa

kan tas bort under undersökningen. Besväras du av rikliga mensblödningar kan slemhinnan tas bort för att minska eller ta bort blödningarna. Vid infertilitet undersöks om väggen ser normal ut. Större förändringar kan i annat fall enkelt opereras bort.

Vad kan kirurgen inte se?

Kirurgen kan inte se äggstockarna eller hur livmodern ser ut på utsidan, och inte heller kontrollera om äggledarna är normala.



Text: Daniel Murkes
Specialist inom gynekologi och obstetrik



innebär en vinst för våra patienter och medarbetare, men även för hela vårt samhälle. Till och med små förändringar i attityder och arbetssätt kan ge väsentliga förbättringar.

Det övergripande målet för GynStockholms verksamhet är att, med patientens säkerhet i centrum, bedriva så god hälso- och sjukvård inom gynekologi som möjligt. Vi ska vara öppna och inkluderande både som vårdgivare och arbetsgivare, och verka i ett sammanhang fritt från diskriminering. Att vårt arbete med miljö- och kvalitetsfrågor även bidrar till att vi ses som en attraktiv samarbetspartner för remitterter och beställare av vård ser vi som en bonus. Vår verksamhetspolicy, som du hittar här nedanför, speglar hur viktigt vi tycker att detta arbete är och att viljan verkligen finns att ständigt förbättra.

På GynStockholm är miljö- och kvalitetsfrågorna viktiga i stort som i smått!

Ju mer vi arbetar med miljö och kvalitet i vår verksamhet desto mer inser vi hur viktiga dessa frågor är. Alla åtgärder som

kan bidra till ett mer hållbart samhälle med mindre utsläpp, lägre energiförbrukning och en ökad patientsäkerhet



Text: Ann-Christin Höjden
Verksamhetschef



VERKSAMHETSPOLICY

Cevita Care AB bedriver god hälso- och sjukvård inom gynekologi och plastikkirurgi med patientens säkerhet i centrum. Vi är en välrenommerad samarbetspartner för remitterter och beställare av vård. Vi arbetar för att vara en vårdgivare och arbetsgivare som är öppen inkluderande och fri från diskriminering. Cevita Care AB bidrar till ett hållbart samhälle och en god hälsofrämjande livsmiljö för nuvarande och kommande generationer genom att ständigt arbeta med att förbättra kvalitet och miljöledningssystem.

Vi arbetar för:

- Goda rutiner för att fånga upp negativa händelser, utvärdera, åtgärda och förebygga.
- En god och trivsamt arbetsmiljö ger förutsättningar för ökad patientsäkerhet, produktivitet och konkurrenskraft.
- En strävan efter ökad delaktighet och arbetstillfredsställelse hos medarbetarna.
- En medvetenhet om vårt arbetsmiljöansvar och bevaka detta ansvar.
- Att leva upp till bindande krav, lagar, föreskrifter och gällande normer inom relevanta områden såsom kvalitet, patientsäkerhet, arbetsmiljö och miljö.
- Att ständigt minska miljöbelastningen utifrån ett livscykelperspektiv med fokus

- på läkemedel, medicinska gaser, produkter, förbrukningsmaterial, transporter, energi och avfall.
- Att väga in kvalitets-, arbetsmiljö och miljöaspekter vid val av produkter och tjänster, detta sett ur ett helhetsperspektiv och i relation till tillgängliga alternativ och kostnader.
- Att ständigt förbättra och utveckla arbetssätt för hela Cevita Care AB. Detta sker med kostnadsmedvetenhet med bibehållen eller högre patientsäkerhet och nöjdare kunder.

Fri! Fler än 10 000 patienter har fått snabb och effektiv behandling för urinläckage.



Den vanligaste operationen som utförs vid GynStockholm handlar om att avhjälpa urinläckage*. Verksamhetens erfarna kirurger utför nästan en tredjedel av alla de ingrepp som görs i Sverige under ett år, hela 900 av totalt 3 300 operationer. De senaste 20 åren har fler än 10 000 patienter fått hjälp.

Tidigare utfördes ingreppet i narkos och kirurgen lade ett snitt på magen. Operationen tog drygt en timme och patienten låg kvar på sjukhuset i cirka åtta dagar. Efter operationen följde en sjukskrivningstid på fyra till sex veckor.



När den s.k. TVT-metoden infördes i början av 1990-talet blev behandlingen enkel och snabb. Urinröret lyfts med ett plastband och ingreppet, som tar cirka 6 minuter, sker i lokalbedövning. Patienten kan gå hem redan efter några timmar och de flesta arbetar dagen efter.

Folke Flam, överläkare och medicinskt ansvarig på GynStockholm, svarar på vanliga frågor kring operationen.

Blir alla botade?

Nej. En av tio blir inte helt tät utan antingen något förbättrad eller inte bättre alls.

Kan man bli sämre?

En mindre andel patienter får besvär av att de inte hinner fram.

Består det positiva resultatet livet ut?

Nej. Cirka 15 % av patienterna börjar så småningom läcka igen och behöver då en ny operation.

Påverkas sexlivet?

Nej.

Vilken är den vanligaste komplikationen?

För ett litet antal patienter blir det svårt att kissa just efter operationen. Detta kan avhjälpas med en kateter (slang till urinblåsan) under några dagar.

**) Det är endast läckage som kommer vid ökat buktryck som t.ex. gymnastik, jogging, dans, hosta och skrott som kan åtgärdas med en operation. Om läckage inträffar för att man har svårt att hinna fram fungerar inte kirurgi utan då blir andra metoder aktuella.*



Text: Folke Flam
Överläkare och medicinskt ansvarig på GynStockholm

Barnönskan:
Tema manlig fertilitet.

Frågor och svar om manlig fertilitet

Jag fick göra en operation som barn för att testiklarna inte vandrade ner i pungen. Påverkar det min fertilitet? Kan sparken mot pungen ha skadat testikeln? Jag hade påssjuka som barn. Påverkar åderbråcken i pungen spermproduktionen?

När du längtar efter barn kan väntan kännas lång och frågorna blir många. Katarina Goude Barter arbetar med fertilitetsutredningar och barnlöshetsutredningar på GynStockholm. Hon räftar här ut de vanligaste frågetecknen kring manlig fertilitet.

Vi vill ha barn!

Männens könsceller kallas spermier och produceras i testiklarna. Efter två och en halv månad är spermerna mogna för att befrukta ägget.

Jag fick göra en operation som barn för att testiklarna inte vandrade ner i pungen. Påverkar det min fertilitet?

Spermien bestämmer könet

Om en spermie med en x-kromosom befruktar ägget blir det en flicka (xx) med en y-kromosom blir det en pojke (xy). Ägget blir dock inte alltid befruktat trots att det träffas av en spermie.

Vi hjälper dig!

GynStockholm utför fertilitetsutredningar av heterosexuella par, kvinnor i samkönade par samt ensamstående kvinnor inför assisterad befruktning. Läs mer på vår hemsida!

När är det störst chans att lyckas?

Chansen störst att bli gravid under ägglossningen. Den mest gynnsamma perioden börjar cirka tre dagar före ägglossningen och pågår i fem dagar. Spermerna överlever i fem dygn och par som försöker få till en graviditet rekommenderas därför att ha samlag två till tre gånger per vecka under den här perioden. De flesta som har regelbundna samlag lyckas bli gravida inom ett år.



Vi blir inte gravida!

Har ni försökt men inte lyckats bli gravida inom ett år är det dags för en utredning.

Hur går en utredning till?

Mannen får lämna ett spermprov. I provet tittar man på antalet spermier, rörlighet och utseende. Ett normalt spermprov ska innehålla minst 40 miljoner spermier.

” Kan sparken mot pungen ha skadat testikeln?”

När provet inte är normalt?

Ett onormalt prov följs upp med kontrollprov efter två till tre månader då en ny uppsättning spermier har bildats. Det är viktigt att få med hela ejakulationsvolymen eftersom den största andelen välfunge-

rande spermier kommer i den första portionen sädesvätska. Testiklarna är värme-känsliga. Har mannen haft feber nyligen kan det försämra provet, liksom varma bad och vanan att ha den bärbara datorn i knäet. Upprepade prover från samma man kan visa på stora naturliga variationer.

Kan man göra något för att förbättra värdet?

Rökning har stora negativa effekter på spermproduktionen och bruk av anabola steroider kan leda till infertilitet som inte alltid går tillbaka även om man slutar. Tänk på att vissa proteintillskott innehåller preparat som liknar anabola steroider. Övervikt har också en negativ effekt på spermerna. Vill du bli pappa är ett hälsosamt, aktivt liv att föredra!

Efter utredningen samarbetar vi med LIVIO som ger oss möjlighet att erbjuda våra patienter en komplett vårdkedja inom reproduktionsmedicin.

LIVIO är den i särklass största vårdgivaren inom IVF i Norden, varav tre i Stockholm. Alla är anslutna till vårdvalet för IVF.

Det känns tryggt för oss att samarbeta med en part som har de bästa behandlingsresultaten och som kan erbjuda ett komplett behandlingsutbud bland annat med spermie och äggdonation.

LIVIO bedriver också det mest omfattande arbetet med forskning och utveckling som gagnar patienterna både idag och i framtiden.



Har mannen en biologisk klocka?

Det totala antalet spermier är konstant över en livstid men spermakvaliteten blir sämre med stigande ålder, vilket innebär att det tar längre tid att lyckas befrukta ett ägg.

När även kontrollprovet är onormalt

Undersökningar och kontroll av hormonprover fortsätter hos en androlog, en specialist på manlig fertilitet. Det viktigt att hitta anledningen till varför provet är onormalt för att kunna inleda en behandling. Självklart är det också viktigt att utesluta underliggande sjukdomar. Vid avsaknad av spermier görs också en kromosomanalys.

” Jag hade påssjuka som barn. Påverkar åderbråcken i pungen spermproduktionen?”

Kan jag bli pappa trots ett "dåligt" spermprov?

Du kan bli pappa trots ett "dåligt" spermprov med hjälp av provrörsbefruktning. Kvinnan går då först igenom en hormonbehandling, varpå ett ägg tas ut och

befrukta för att sedan återföras till livmodern. Ibland får spermerna hjälpas på traven och via mikroinjektion föras in i ägget (ICSI).

När det inte finns några spermier alls?

Hos knappt tio procent av par där orsaken till ofruktsamhet ligger helt eller delvis hos mannen finner man en total frånvaro av spermier i provet, så kallad azoospermi. Spermier kan då i vissa fall hämtas från antingen bitestiklar eller testiklar via ett kirurgiskt ingrepp. Om ingen produktion av spermier sker hos mannen kan spermadonation vara ett alternativ. Då är det spermier från en annan man som befruktar ägget.

Vid vissa cancerbehandlingar som inkluderar cellgifter och strålbehandling slås spermproduktionen ut. Mannen kan då lämna spermprov för nerfrysning innan behandlingen som kan användas längre fram.



Text: Katarina Goude Barter
Överläkare, specialist inom gynekologi och obstetrik

Vi utvecklar och förbättrar vården för kvinnor



GynStockholm ● S:t Görän ● Kista
Telefon 08-120 755 00

Nya patientlagen ger dig rätt att bli opererad hos oss var du än bor i Sverige. Du behöver ingen remiss för att komma till oss. Alla är välkomna. Vanlig patientavgift och frikort gäller. GynStockholm har avtal med Stockholms Läns Landsting och därmed gäller vanlig patientavgift på 350 kr/besök samt frikort.

Här arbetar specialister på allt som ingår inom gynekologisk utredning och behandling. Våra patienter får därför direkt träffa en doktor med den spetskompetens som behövs inom exempelvis infertilitet, cellförändringar, hormonrubbningar, östrogenbehandling, ultraljud eller gynekologisk kirurgi – och behåller sedan den kontakten tills behandlingen är avslutad.

Våra skickliga doktorer talar förutom svenska och engelska även arabiska, franska, kurdiska-sorani, kildanska, rumänska och tyska.

GynStockholm S:t Görän Friskvårdsvägen 1

GynStockholm Kista Kistagången 26

Telefon 08-120 755 00 cevitacare.se



GynStockholm