



Kandidatuppsats

Sjuksköterskeprogrammet 180 hp

Beröringens betydelse för patientens omvårdnad

En litteraturstudie

Omvårdnad 15 hp

Varberg 2022-03-23

Julia Braunerhjelm & Moa Malmberg

Beröringens betydelse för patientens omvårdnad.

En litteraturstudie.

Författare: Julia Braunerhjelm
Moa Malmberg

Ämne Examensarbete i omvårdnad
Högskolepoäng 15hp
Stad och datum Varberg 2022-03-23

Titel	Beröringens betydelse för patientens omvårdnad, En litteraturstudie.
Författare	Julia Braunerhjelm och Moa Malmberg
Akademi	Högskolan Halmstad, Akademin för hälsa och välfärd.
Handledare	Maria Tarvis, Doktorand i hälsa och välfärd
Examinator	Barbro Boström, Universitetslektor i omvårdnad, Med.dr.
Tid	Våren 2022
Sidantal	13
Nyckelord	Beröring, kommunikation, massage, omvårdnad, upplevelse

Sammanfattning

Bakgrund: Beröring används i olika former inom vården och används för olika ändamål. Oxytocin hormonet frisläpps vid beröring och ger en känsla av lugn och ro. Det har visat sig att beröring är livsviktigt för människan och fysisk beröring från tidig ålder ger positiva effekter som kan vara livet ut. **Syftet** var att belysa beröringens betydelse för patientens omvårdnad **Metod:** Studien genomfördes som en litteraturstudie med induktiv ansats baserad på tio resultatartiklar. Nio av artiklarna har kvalitativ ansats och en artikel har mixad metod. Sökningarna gjordes i databaserna Pubmed och CINAHL. **Resultat:** Studien resulterade i tre huvudkategorier: *Beröring som kommunikation, beröring för välbefinnande och beröringens gränser*. Resultatet visade att patienters upplevelser av beröring inom vården var individuellt men oftast visade sig vara positiv. Beröring användes som en typ av kommunikation och stärkte relationer mellan patient och vårdpersonal. Upplevelserna av beröring gav minskad oro, känsla av välbefinnande, samt minskade smärta. Det gav också en känsla av tröst. **Konklusion:** Inom hälso- och sjukvård är beröring något som används varje dag och visar sig vara ett verktyg för både kommunikation och minskar människors lidande. Mer kunskap kring beröring kan förbättra välbefinnandet för patienter och stärka vårdrelationer inom hälso- och sjukvården.

Title	The importance of touch for the patient's nursing- A literature study.
Author	Julia Braunerhjelm and Moa Malmberg
School	Halmstad University, The Academy of Health and Welfare
Supervisor	Maria Tarvis, PhD-Student in health and Welfare
Examiner	Barbro Boström, Senior lecture in nursing, PhD.
Period	Spring 2022
Pages	13
Key words	Communication, experience, massage, nursing, touch.

Abstract

Background: Touch is used in different forms in healthcare and is used for different purposes. The oxytocin hormone is released by touch and gives a feeling of peace and calmness. It has been shown that touch is vital for humans and physical touch from an early age has positive throughout life. **Aim:** Was to describe the importance of touch for the patient's nursing. **Method:** The study was conducted as a literature study with inductive approach based on ten result articles. Nine of the articles had qualitative approach and one with a mixed method. The searches were made in the databases Pubmed and CINAHL. **Result:** The study resulted in three main categories: Touch as communication, touch for wellbeing and the boundaries of touch. The result showed that patients experiences of touch in healthcare was individual but often turned out positive. Touch was used as a type of communication and strengthened relationships between patient and healthcare staff. The experiences of touch reduced anxiety left a feeling of well-being and reduced pain. It also gave a sense of comfort. **Conclusion:** In health care, touch is something that is used every day and proves to be a tool for both communication and reduces human suffering. More knowledge about touch can improve the well-being of patients and strengthen relationships in healthcare.

Innehållsförteckning

Inledning	1
Bakgrund	1
Beröringens Fysiologi	1
Beröring	2
Begreppet Tröst.....	3
Sjuksköterskors omvårdnad	3
Problemformulering	4
Syfte	4
Metod	4
Design.....	4
CINAHL.....	5
Pubmed.....	5
Databearbetning	5
Forskningsetiska överväganden	6
Resultat	7
Beröring som kommunikation	7
Beröring som välbefinnande	7
Beröringens gränser	9
Diskussion	9
Metoddiskussionen	9
Resultatdiskussion	11
Konklusion och Implikation	13

Referenser

Bilagor

Bilaga A: Sökordsöversikt

Bilaga B: Sökhistorik

Bilaga C: Artikelöversikt

Inledning

Huden är människans största sinnesorgan och är det sinnet som utvecklas först. Huden tar emot information från omvärlden och beröring av huden har en stor roll i närhet och relationer (Uvnäs Moberg, 2009). Närhet är livsviktigt för människan och det har visats att nyfödda barn som får mycket omvårdnad och närhet får en positiv effekt hela livet (Uvnäs Moberg, 2009). När ett barn föds uppmuntras därför föräldern hudmot-hudkontakt med sitt nyfödda barn (Kerr et al., 2019).

Viktiga värderingar inom omvårdnad är värdighet, respekt, medkänsla, rättvisa och inkludering (International Council of Nurses, 2021). Det är viktigt att patient och sjuksköterska får en bra relation för att sjuksköterskan skall kunna ge en personcentrerad vård med hög kvalitet (Kerr et al., 2019) samt vara evidensbaserat utformad (International Council of Nurses, 2021). Det finns flera olika kommunikationsmetoder utöver den verbala kommunikationen och beröring kan användas som en icke-verbal kommunikation för att förmedla trygghet och tröst (Durkin et al., 2021; Kelly et al., 2019). Inom omvårdnad ges beröring dagligen till patienter som en del av rutin eller som en medveten handling och är därmed en självklarhet inom vården (Durkin et al., 2021). Beröring är ett effektivt verktyg som används för att vårdpersonal ska kunna visa empati, skapa en kontakt och band till sina patienter, minska lidande och för att lugna vid olika medicinska procedurer (Durkin et al., 2021). Beröring kan göra vårdupplevelsen bättre genom att förmedla att sjuksköterskan är närvarande i mötet och att patienten inte är ensam i sin situation (Kerr et al., 2019). Trots att beröring är en viktig del inom omvårdnad är ämnet fortfarande relativt obeforskat. Det är relevant att studera beröring inom omvårdnad för att öka förståelsen för dess betydelse för patientens vårdupplevelse och för att medvetandegöra vikten av att inkludera beröring i sjuksköterskans rutinarbete (Kerr et al., 2019).

Bakgrund

Beröringens Fysiologi

Huden är kroppens största känselorgan som kan känna av både smärta, kyla och beröring. Det första sinnesorganet som utvecklas är huden och redan ett sex veckor gammalt embryot kan känna av beröring (Uvnäs Moberg, 2000). I huden finns känselkroppar som aktiveras vid beröring och dessa förs över till känselnerv som sedan transporteras till hjärnan. Dessa nerver förmedlar information som smärta, beröring, temperatur och tryck. De tunnare nervfibrerna kallas C-fibrer och har tidigare varit kopplade till smärta men tidigare forskning visar att en del av C-fibrerna som kallas CT-fibrer också reagerar på mjuk beröring (Uvnäs Moberg, 2009). Oxytocin spelar stor roll vid förlossning och amning (Uvnäs Moberg, 2009). År 1906 hittade forskaren Sir Henry Dale substansen i hypofysen och upptäckte att oxytocin kunde påskynda förlossning och stimulera utdrivningen av bröstmjölk. Idag visar

forskning på att oxytocin finns hos alla individer, oavsett kön eller ålder och det har en avgörande roll i olika situationer. Hormonet ökar en känsla av lugn och ro, ger avslappning, blodtrycket sänks och stresshormonet kortisol sjunker. Oxytocin har en viktig roll då det ger en känsla av tillfredsställelse och njutning, hormonet frisläpps även vid måltider och beröring (Uvnäs Moberg, 2009). Små mängder av oxytocin har visats kunna dämpa ångest och större mängder av hormonet har påvisats ge en effekt av smärtlindring. Smärtan registreras men utlöser inte lika kraftig reaktion som den annars hade gjort (Uvnäs Moberg, 2009).

Beröring

Beröring används i olika former inom sjukvården, det kan exempelvis vara genom taktil massage, smekande beröring, helande beröring och omtänksam beröring. Det används framför allt för att ge omvårdnad och omsorg (Kelly et al., 2017). Beröring är mycket viktigt i livet och är omöjligt att leva utan (Lindgren et al, 2014). Beröring kan uttrycka medkänsla, empati och närvaro samt ge en helande kraft (Kelly et al., 2017). Det kan ges som ett komplement till patienter som förlorat någon anhörig och kan ge känslan av att bli insvept i en varm filt, en känsla av trygghet och omhändertagande (Lindgren et al, 2014). Beröring kan tas emot på olika sätt eftersom varje patient är unik, en typ av beröring är inte lämplig för alla individer utan måste ges efter behov och ges med omsorg (Durkin et al., 2021). Beröring ska inte ges utan tanke då det kan skapa en känsla av övergivenhet hos patienten (Uvnäs Moberg, 2009; International Council of Nurses, 2021). Vårdpersonal använder framförallt två olika typer av beröring, tillfälligt eller avsiktligt. Tillfällig beröring används inom omvårdnadsmoment och vid olika bedömningar medan avsiktlig beröring används medvetet för att lindra nöd och lidande (Durkin et al., 2021).

Beröring är en del av komplementärmedicinska behandlingar. Massage kan minska stress, smärta och stimulerar läkande processer (Uvnäs Moberg, 2009). Taktil massage är massageterapi som bekräftar både kropp och själ och kan användas som en form av icke verbal kommunikation för att komma nära en patient (Robertz & Rudolfsson, 2016). Taktil beröring samt beröring kan vara en viktig del för en individs välbefinnande och hälsa. Det kan förknippas med säkerhet och avkoppling som liknas som ett lugnande läkemedel (Lindgren et al, 2014). Det är viktigt att ha modet att våga röra vid en annan människa och att taktil beröring ges med uppmärksamhet. En förtroendefull relation där sjuksköterskan är lyhörd och skapar en säker miljö är betydelsefullt (Robertz & Rudolfsson, 2016). Taktil massage kan ge en ökad toleransnivå av smärta och stress. Det fungerar som ett smärtstillande läkemedel och kan även öka den kroppsliga medvetenheten samt stärker sinne och kropp (Lindgren et al., 2014; Goldstein et al., 2017). Taktil massage kan ges som ett komplement till andra behandlingar för att minska lidande och förbättra det psykiska välbefinnandet inom hälso- och sjukvård (Lindgren et al, 2014).

Begreppet Tröst

Wensley et al. (2020) skriver att tröst kännetecknas av minskad smärta, en känsla av positivitet, säkerhet och en styrka samt känslan av att känna sig uppskattad och omhändertagen. Patienters behov av tröstande vård kan variera mellan individer (Wensley et al., 2020). Bli tröstad av någon ger ett slags ro hos individer. Det framkallar en känsla av lugn, glädje och lättnad och första öppningen i patientens lidande sker genom ett tröstande möte med någon (Roxberg, 2017). Det skriver även Bosch-Alceraz et al. (2020) som beskriver att patienter kopplar tröst med välbefinnande. Tröst kan hjälpa patienter att känna sig lugna och avslappande utan stress. För att uppnå optimal tröst är det viktigt att främja integriteten (Bosch-Alceraz et al., 2020). I Nationalencyklopedin (u.å.) beskrivs tröst genom att någon ger sin hjälp och sitt stöd till en annan människa med avsikt att trösta. Individen kan känna en lindring i sitt lidande vilket resulterar i ett ökat välbefinnande. Roxberg (2017) skriver att ge tröst genom lyssnande och beröring är relevant för vårdandet av patienter och kan lindra lidande. Tröst är individuellt och kan se olika ut för olika patienter och för att sjuksköterskan ska känna igen om patienter behöver någon form av tröst krävs det mod, kunskap samt att vara kreativ (Roxberg, 2017). Några deltagare i en studie av Goodwin och Candela (2013) rapporterar att holistisk tröst kan användas som ett verktyg för att påminna patienter om att ta medvetna andetag. Patienterna kan då minnas deras styrkor som kan förmedla en känsla av kontroll.

Sjuksköterskors omvårdnad

En grundpelare för säker vård inom hälso- och sjukvården är kommunikation och att information förmedlas till en patient på ett korrekt och tydligt sätt (Örhn, 2018). En av de vanligaste avvikelserna inom hälso-och sjukvården är bristande kommunikation och detta kan vara en patientsäkerhetsrisk. Kommunikation är av stor vikt inom hälso- och sjukvård för att patienten på ett säkert sätt ska få rätt vård (Örhn, 2018). För att kunna ge patienter så säker vård som möjligt krävs det att sjuksköterskan har kompetenser inom sex områden, så kallade kärnkompetenser (Bergbom, 2019). De sex kärnkompetenserna är samverkan i team, evidensbaserad vård, förbättringskunskap, säker vård, informatik samt personcentrerad vård (Bergbom, 2019). Personcentrerad vård innebär att sjuksköterskan behöver se hela individen som en helhet av kropp och själ och inte enbart de fysiska behoven. Personcentrerad vård handlar om att ta vara på patientens psykiska, sociala och andliga behov och att sjuksköterskan arbetar utifrån patientens olika preferenser och erfarenheter samt livssituation för att främja hälsa (Bergbom, 2019). För god omvårdnad krävs det en viss kompetens och det krävs en god kommunikation mellan sjuksköterskor och patienter och deras anhöriga (Furåker & Nilsson, 2019).

Den fysiska miljön på ett sjukhus påverkar kommunikationen mellan patient och sjuksköterska (Chan et al., 2018). Några faktorer som försvårar kommunikationen är bakgrundsljud, trång miljö och avstånden mellan rummen. Bristen på integritet och

ljudnivån kan göra det svårt för patienten att få kontakt med och få till privata samtal med sjuksköterskorna (Chan et al., 2018). Något som främjar kommunikationen i hälso- och sjukvården är att en relation skapas mellan patient och sjuksköterska (Chan et al, 2018). När vårdpersonal och patienter kommunicerar används kroppsspråk som huvudrörelser, fysisk närhet och beröring men även tonläget på rösten och ansiktsuttryck är viktigt för kommunikationens samspel (de Rezende et al., 2015).

Problemformulering

Beröring är livsviktigt och genom att undersöka upplevelserna av beröring inom hälso- och sjukvård kan det ge en ökad förståelse av hur beröring kan påverka en individs hälsa och hur patienter upplever beröring inom omvårdnad. Genom en ökad förståelse kan sjuksköterskan ge en bättre omvårdnad för patienten och beröring kan hjälpa till med att lindra lidande och visa omsorg och empati.

Syfte

Syftet var att belysa beröringens betydelse för patientens omvårdnad

Metod

Design

Examensarbetet är gjord som en allmän litteraturstudie (Forsberg och Wengström 2015).

Datainsamling

Litteraturstudien inleddes med sökningar i olika databaser. Databaserna som valdes ut var Cumulative Index of Nursing (CINAHL) och Public Medline (Pubmed). Dessa databaser har relevanta vetenskapliga artiklar inom omvårdnadsvetenskap (Friberg, 2017). Målet var att utarbeta sökord som gav artiklar som svarar på det utvalda syftet. Enligt Friberg (2017) är det viktigt att hitta sökord som kommer ge svar på det valda syftet, det lägger grunden för litteraturstudien. De sökord som användes var *omtanke, beröring, patient, upplevelse, mening, helande beröring och effekter*. De engelska orden som användes var *Caring/ Care**, *touch*, *Patient/Patient**, *Experience*, *meaning*, *healing touch*, *effects* se Sökordstabell (Bilaga A, tabell 1). Trunkering (*) användes vid sökningarna som innebär att ordets olika böjningsformer kommer med i sökningen (Friberg, 2017) och vid sökningarna användes det Booleska operatörn AND för att avgränsa resultaten (Forsberg & Wengström (2015).

Inklusionskriterierna för de valda artiklarna innefattade att artiklarna inte fick vara publicerade 2012-2022, artiklarna skulle vara på engelska eller svenska och vara referegranskade. Artiklarna skulle uppnå grad I eller II enligt Carlson och Eimans (2003) granskningsmall för att inkluderas i studien. Denna granskningsmall bedömer den vetenskapliga kvaliteten där grad I står för hög vetenskaplig kvalitet medan grad III står för lägre. Exklusionskriterier var artiklar av grad III utifrån Carlsson och

Eimanns (2003) granskningsmall, översiktsartiklar samt artiklar som inte svarade på det valda syftet.

CINAHL

Den första sökningen som gjordes användes sökorden *touch patient* AND experience* som gav 65 träffar. Samtliga titlar och 40 abstrakt lästes och fyra artiklar som svarade på syftet granskades med Carlsson och Eimanns (2003) granskningsmall som resulterade i tre resultatartiklar. I den andra sökningen användes sökorden *touch caring* vilket gav 26 träffar där 20 abstrakt lästes och samtliga titlar. En artikel valdes ut för granskning vilket resulterade i en resultatartikel. Sista sökningen användes sökorden *Experience* touch** vilket gav 127 träffar och 16 abstrakt lästes, samt alla titlar lästes. En artikel valdes ut för granskning vilket resulterade i en resultatartikel. Sökningarna i CINAHL resulterade i 5 resultatartiklar Sökhistorik (Tabell 2, Bilaga B). Alla artiklar granskades enligt Carlsson och Eimanns (2003) mall som redovisas i en artikelöversikt (Tabell 3, bilaga C).

Pubmed

I den första sökningen användes sökorden *Caring touch*. Sökningen resulterade i 327 träffar. Med ledning av artiklarnas titlar valdes 14 abstrakt ut och lästes igenom. En artikel svarade mot syftet och granskades med Carlsson och Eimanns (2003) granskningsmall vilket resulterade i en resultatartikel. Andra sökningen som gjordes i Pubmed användes sökorden *meaning of touch AND patient* vilket totalt gav 217 träffar. Med hjälp av artiklarnas titlar valdes 98 abstrakt ut och lästes igenom. Fem artiklar som svarade mot syftet granskades med Carlsson och Eimanns (2003) granskningsmall vilket resulterade i två resultatartiklar. I den tredje sökningen användes sökorden *Healing touch Care**. Sökningen resulterade i 399 träffar. Med ledning av artiklarnas titlar valdes 24 abstrakt ut och lästes igenom. Två artiklar som svarade mot syftet granskades med hjälp med Carlsson och Eimanns (2003) granskningsmall vilket resulterade i en resultatartikel. Till den fjärde sökningen användes sökorden *Healing touch patient AND effects* vilket resulterade i 383 träffar. Med hjälp av artiklarnas titlar valdes 47 abstrakt ut och lästes igenom. En artikel som svarade mot syftet granskades med Carlsson och Eimanns (2003) granskningsmall vilket resulterade i en resultatartikel. Sökningarna i Pubmed resulterade i 5 resultatartiklar Sökhistorik (Tabell 2, Bilaga B). Alla artiklar granskades enligt Carlsson och Eimanns (2003) mall som redovisas i artikelöversikter (Tabell 3, bilaga C).

Databearbetning

Sökningarna resulterade i totalt tio artiklar som svarade på litteraturstudiens syfte. En artikel var mixad metod, de övriga nio var kvalitativa. Artiklarnas vetenskapliga kvalitet granskades med hjälp av Carlsson och Eimanns (2003) granskningsmall. Fyra artiklar bedömdes vara grad I och sex som var grad II. Därefter gjordes

artikelöversikter på alla tio artiklarna (Tabell 3, Bilaga C). Artiklarna analyserades med hjälp av innehållsanalys enligt Forsberg och Wengström (2017). I analysens första steg lästes alla artiklarna noggrant, först enskilt och sedan tillsammans för att bekanta sig och få en helhetsbild. Därefter lästes artiklarnas resultat igenom upprepade gånger och meningsbärande enheter som svarade mot studiens syfte markerades med överstrykningspenna. De meningsbärande enheterna kortades sedan ner, så kallad kondensering, likheter och skillnader diskuterades och markerades i olika färger och olika koder skapades. Koderna diskuterades och fördes samman i tre kategorier vilket resulterade i *beröring som kommunikation, beröring som välbefinnande och beröringens gränser*.

Forskningsetiska överväganden

Forskningsetik innefattar de etiska överväganden som görs när ett vetenskapligt arbete utformas (Kjellström, 2017). Riktlinjer, etiska lagar och principer bygger på respekt till andra människor och forskningsetik finns till för att värna om människors grundläggande värden och människors rättigheter. Inför ett forskningsprojekt görs etiska överväganden för att utesluta att människor utnyttjas, kommer till skada eller såras på något vis (Kjellström, 2017). Den mest kända och betydande av olika riktlinjer som fokuserar på medicinskt klinisk forskning är Helsingforsdeklarationen som utformades av World Medical Association (2013) år 1964. Här poängterar de vikten mellan risker och fördelar som forskningen leder till, rättviseaspekter så väl som informerat samtycke (Kjellström, 2017). Belmontrapporten (1979) är en etisk plattform och belyser tre grundläggande etiska principer som lyder: göra-gott principen, respekt för människor och rättviseprincipen (National Commission for the Protection of Human subjects of Biomedical and Behavioral Research, 1979). Belmontrapporten föreskriver att forskning ska utföras till stöd av dessa tre principer för att kunna ge vägledning när olika etiska problem eller dilemman uppstår under forskning.

Lagen om etikprövning (SFS 2003:460) är en svensk lag som reglerar forskningsetik. Enligt SFS 2003:460 är ändamålet med denna lag att skydda och värna om den enskilda människan men också respekten för människovärdet vid forskning samt information och samtycke. Informationen ska innehålla faktorer som syftet med forskningen, vilka metoder som kommer att användas, risker, att deltagandet är helt frivilligt och att rätten finns att avbryta när som helst under studiens gång.

I denna litteraturstudie har regelbunden diskussion gjorts kring de resultatartiklar som var skrivna på engelska för att inte feltolkning skulle förekomma i studien. Detta gjorde att otydligheter minimerades. Det diskuterades kring nytta och risker med studien. Det framkom att riskerna med studien var mycket små och att kunskapen kan ge god effekt och nytta till patienter. Resultatartiklarna som användes var antingen etiskt granskade och godkända av en kommitté (Cocksedge et al., 2013; Anderson et al., 2016; Consedine et al., 2016; Airoso et al., 2016; Ströckigt et al., 2019; Nicholls et

al., 2012). Två av artiklarna hade Helsingforsdeklarationen som vägledning (Ozolins et al., 2015; Karlsson et al., 2021) eller givit sitt samtycke till studierna (Leonard & Kalman, 2015; Reed et al., 2021).

Resultat

Litteraturstudiens resultat grundar sig i tio vetenskapliga artiklar som alla fokuserar på beröringens betydelse i vården. Efter en databearbetning av artiklarna framkom tre huvudkategorier som kan ge en bra vägledning när det handlar om att ge beröring i vården: *Beröring som kommunikation, beröring som välbefinnande och beröringens gränser*.

Beröring som kommunikation

Om beröring gavs vid vårdtillfälle upplevde patient och vårdpersonal en fördjupad relation (Leonard & Kalman, 2015; Reed et al., 2021). Beröringen blev bekväm för patienten om det fanns en personlig relation där omtanke och full uppmärksamhet gavs (Leonard & Kalman, 2015). Beröring mellan patient och vårdpersonal förbättrade relationen (Leonard & Kalman, 2015; Cocksedge et al., 2013; Karlsson et al., 2021; Reed et al., 2021). Leonard och Kalman (2015) beskrev att beröring medförde att patienterna kände sig delaktiga och kände en samverkan med sjuksköterskan. Sjuksköterskor uttryckte att helande beröring var ett sätt att vara närvarande för patienten och att omvårdnaden blev äkta (Anderson et al 2016). En patient i studien av Anderson et al. (2016) uttryckte att helande beröring var en typ av kommunikation som var minnesvärd. Cocksedge et al. (2013) och Ströckigt et al. (2019) belyste att beröring kunde uttrycka mer än bara ord och kunde upplevas vara lugnande hos vissa individer. Beröring beskrevs som ett verktyg för den icke verbala kommunikationen och det beskrevs vara en viktig del i sjuksköterskans förmåga att lyssna på patienter (Ströckigt et al., 2019). Beröring gav en känsla av att vårdgivaren gav full uppmärksamhet till enbart patienten, samt att patienten kände sig sedd och delaktig i sin helhet (Leonard & Kalman, 2015; Ozlins et al., 2015; Reed et al., 2021). Beröring kunde stärka och ha ett positivt inflytande på den vårdande relationen mellan patient och vårdpersonal och beröring var viktigt för att komma nära och lära känna patienten (Karlsson et al., 2021). Ozolins et al. (2015) skrev att det var viktigt att patienterna fick en inbjudan till en respektfull beröring. Som vårdgivare var det viktigt att vara närvarande, öppen och uppmärksam, så sätt kunde en relation skapas. Resultatet visade att beröring var som en dialog utan ord och patienterna kände sig sedda och accepterade (Ozolins et al., 2015).

Beröring som välbefinnande

Under en period av lidande hade patienter en önskan om normalitet (Leonard & Kalman, 2015). Beröring var ett sätt att visa respekt, omtanke och känslighet för patienter och att bli berörd uppfattades av många som skonsamt och empatiskt. Det visade sig att för det allra flesta patienterna var beröring en tydlig form av stöd

(Leonard & Kalman, 2015). Patienter uttryckte att ryggmassage gav ett bättre välmående och att det var bekvämt (Leonard & Kalman, 2015). Patienter som fick helande beröring fick en lugnande känsla och sjuksköterskan förmedlande omtanke och empati (Anderson et al., 2016). Fysisk beröring och respekt kunde förbättra smärta och ha en lugnande effekt (Ströckigt et al., 2019; Ozlins et al., 2015; Reed et al., 2021). Vårdarens händer gav en upplevelse av trygghet, möjlighet till ro och en känsla av harmoni utan smärta (Airosa et al., 2016). Beröring kunde ge kraften och möjligheten till läkning och kunde ges till patienter för att minska ensamhet (Ozolins et al., 2015). Vidare beskrev Ströckigt et al. (2019) att patienterna upplevde att mjuk beröring kunde ha en positiv inverkan på att lindra lidande och ge ett ökat välbefinnande utifrån individuella behov. Sjuksköterskor rapporterade att patienter i vissa fall somnade, vilket visade att många patienter upplevde en avslappning (Ströckigt et al., 2019). Ozolins et al. (2015) fann att beröring upplevdes som en möjlighet för patienterna att läka. Vid beröring bekräftades patienterna i sitt lidande och sin sårbarhet samt gavs en känsla av att vara i trygghet (Ozolins et al., 2015; Ströckigt et al., 2019).

Helande beröringstekniker användes för att lindra individers smärta och ångest och det gick att lugna patienter som var upprörda med helande beröring (Anderson et al., 2016). Vårdpersonal beskrev att när patienterna fick beröring minskade smärtan, beröring gav lindring av ångest och ett lugn samt avslappning (Anderson et al., 2016; Reed et al., 2021). Karlsson et al. (2021) beskrev att patienter som fått beröring kunde hantera smärta bättre. Detta lyfts även av Ströckigt et al. (2019) som fann att patienter som fått mjuk beröring upplevde mindre smärta och ökat välbefinnande. Även Reed et al. (2021) fann att vårdpersonal upplevde att patienter fick mindre smärta vid massage. Patienter som varit med om en olycka eller ett trauma upplevde att beröring kunde hjälpa till med att ta bort negativa tankar (Airosa et al., 2016). Patienter som hade fått vårdande beröringsbehandling hade upplevt sig helt smärtfria under behandlingen och vissa patienter upplevde minskad smärta i flera timmar efter avslutad massage. Patienterna upplevde att kropp och själ hade delat på sig efter ett trauma och beröring kunde ge känslan av helhet igen vilket lindrade smärta men även lidandet (Airosa et al., 2016). I flera studier beskrev patienter att det var en själslig upplevelse att få beröring (Leonard och Kalman, 2015; Airosa et al., 2016; Ozolins et al., 2015).

Patienterna uttryckte en önskan av beröring eftersom det gav dem en känsla av trygghet och skydd (Leonard & Kalman, 2015). Massage, ryggmassage och personlig vård var en form av beröring som hade för avsikt att hjälpa en person att känna välbefinnande (Leonard & Kalman, 2015; Nicholls et al., 2012; Airosa et al., 2016; Reed., 2021). Det framgick att beröring var viktigt i sjukhusmiljö eftersom den förmedlar omtanke och integritet (Leonard & Kalman, 2015; Karlsson et al., 2021). Att enbart ge beröring var inte tillräckligt utan vårdpersonalen måste även ha helheten kring patienten för att beröringen skulle vara till hjälp (Leonard & Kalman, 2015; Karlsson et al., 2021; Reed., 2021). Beröring hjälpte patienter att känna ett

sammanhang i vården där de fick känna sig sedda, accepterade, lugnade samt fick en känsla av bekräftelse (Ozolins et al., 2015; Ströckigt et al., 2019; Consedine et al., 2016). Användning av beröring var ett sätt att förmedla värme och som hjälpte patienter att bli mer avslappnade (Cocksedge et al., 2013; Reed et al., 2021). Helande beröring hjälpte patienter genom sjukhusvistelsen och gav dem en bättre upplevelse av vården (Anderson et al., 2016). Vårdpersonalen använde sig av beröring för att få en bättre helhetsbedömning av patientens tillstånd, till exempel om huden var varm eller kall (Karlsson et al., 2021).

Beröringens gränser

Det var till stor vikt att be om tillåtelse innan beröring gavs till patienter eftersom alla hade olika erfarenheter kring beröring (Leonard & Kalman, 2015; Karlsson et al., 2021). Genom att sjuksköterskan bad om tillåtelse för att ge beröring kunde patienten få kontroll över sin vård vilket ledde till ett lindrande och mindre obehag. Patienterna kunde också få ångest av att inte känna att de hade kontroll och det kunde ge en känsla av isolering (Leonard & Kalman, 2015). Både manliga och kvinnliga patienter uttryckte att det kändes lättare att få beröring av en kvinnlig vårdare (Cocksedge et al., 2013). Många patienter beskrev att det var mest acceptabelt att få beröring på handen eller underarmen, men inte på andra ställen (Cocksedge et al., 2013). Genom att förbereda patienten innan beröring gavs visade sig vara viktigt så patienten inte blev överraskad (Karlsson et al., 2021). I Consedine et al. (2016) och Karlsson et al. (2021) studie framkom det att det var av stor vikt att skapa ett förtroende innan fysisk kontakt gavs. Nödvändig beröring gavs ofta då vårdssituationen krävde det och beröringen kunde då upplevas obekvämt eller intim för en patient, här krävdes det att vårdpersonalen visade integritet och respekt (Karlsson et al., 2021). Patienten måste bjudas in till en respektfull beröring och vårdaren som gav beröring skulle vara lyhörd och se patientens sårbarheter (Ozolins et al., 2015; Karlsson et al., 2021).

Beröring kunde uppfattas som både positivt och negativt hos olika patienter (Karlsson et al., 2021; Ozolins et al., 2015). Det var av betydelse att vårdpersonal var medveten om detta och gav beröring på ett empatiskt sätt och att patienter kände förtroende för vårdpersonalen (Karlsson et al., 2021). Vårdpersonal kunde emellanåt upptäcka hur patienten var som individ beroende på hur anhöriga betedde sig runt patienten (Karlsson et al., 2021). Var patienten van vid närhet och kramar eller föredrog avstånd, vårdpersonal förespråkade att det var viktigt att läsa av situationer och patientens kroppsspråk innan vårdande beröring gavs (Karlsson et al., 2021).

Diskussion

Metoddiskussionen

Syftet med litteraturstudien var att belysa beröringens betydelse inom omvårdnad och metoden som valdes för studien var allmän litteraturstudie med induktiv

ansats. Forsberg och Wengström (2015) skriver att en induktiv ansats fokuserar på människors upplevelser och tolkningar.

För att hitta artiklar användes databaserna CINAHL och Pubmed som är databaser med fokus på omvårdnad och har en kvalitetssäkring (Friberg, 2017). Trovärdighet, bekräftelsebarhet, pålitlighet och överförbarhet används och är viktiga kriterier som visar om en kvalitativ studie har god vetenskaplig kvalitet (Mårtenson & Fridlund, 2017). Genom att använda sig av flera databaser som har fokus på omvårdnad stärks trovärdigheten och chansen ökar att hitta relevanta artiklar till syftet. Många artiklar som söktes återkom i de olika databaserna och detta ökar sensitiviteten (Henricson, 2017). Det valdes ut sökord som skulle svara till syftet. Sökorden som användes genom fritext i databaserna var *Omsorg, Beröring, Patient, Upplevelse, Mening, Effekter och Helande beröring*. De engelska orden som användes var *caring / Care*, Touch, Patient, Experience/ experience*, Meaning, Effects* och *Healing touch*. (Bilaga A, tabell 1). De booleska operatorerna AND användes, detta görs enligt Forsberg & Wengström (2015) för att begränsa en sökning. Sökningarna gjordes dels på egen hand samt med hjälp av en bibliotekarie. Genom att ta hjälp av en bibliotekarie som känner till de olika databaserna ökar också effektiviteten (Forsberg & Wengström, 2015). Alla artiklar i studien är referegranskade, enligt Henricson (2017) ökar detta studiens trovärdighet.

Forsberg och Wengström (2015) skriver att en blandning av kvalitativ och kvantitativ metod är av nytta. Henricson (2017) skriver att användning av en mixad metod kan öka trovärdigheten då dessa kompletterar varandra. Totalt inkluderades tio vetenskapliga artiklar där samtliga bedömdes svara till det valda syftet. Till denna litteraturstudie användes 9 artiklar med kvalitativ metod och en artikel med mixad metod. Friberg (2017) skriver att kvalitativ metod ses som en styrka när subjektiva erfarenheter ska belysas. Att majoriteten av resultatartiklarna var av kvalitativ metod kan dock ses som en svaghet enligt Friberg Forsberg och Wengström (2015) som skriver att använda sig av olika metoder i artiklar kan ge en mer varierande bild samt att kvantitativa artiklar har ett bredare urval. Artiklarna var skrivna på engelska som översattes till svenska och detta kan enligt Henricson (2017) leda till feltolkning vilket minskar trovärdigheten. För att minimera risken för detta har otydligheter diskuterats tillsammans samt sökningar har gjort på enskilda engelska ord i ett lexikon på internet.

En styrka i denna studie är att artiklarna har lästs och granskats av två personer, detta minskar risken att förförståelse påverkar studien. Resultatartiklarna granskades med Carlsson och Eimans (2013) granskningsmall och endast artiklar med grad I och II valdes ut för att användas. Detta resulterade i fem resultatartiklar med grad I och fem resultatartiklar med grad II. Artiklar med grad III samt artiklar som var äldre än tio år exkluderades och detta höjer trovärdigheten i litteraturstudien (Henricson, 2017). Kritiska vänner och handledare har granskat litteraturstudien kritiskt ett flertal

gångar under arbetets gång. Mårtenson och Fridlund (2017) beskriver att kvaliteten på litteraturstudien förstärks genom att använda sig av utomstående personer. Mårtenson och Fridlund (2017) belyser vikten av att artiklarna ska vara av hög kvalitet, samt använda sig av primärkällor som också ger en god kvalitet. Genom att inte ha så stor förkunskap om området minskade också risken för färgad data. Detta stärker pålitligheten (Henricson, 2017).

Resultatartiklarna hade patienter, anhöriga, läkare och sjuksköterskor som informanter i sina studier. En reflektion var att detta kan sänka trovärdigheten avseende patienters upplevelser av beröring. Artiklar där enbart patienter var informanter hade trovärdigheten ökat. Resultatartiklarna genomfördes i: Tyskland (1), Australien (1), USA (3), Sverige (3), England, Nya Zeeland (1). Resultatartiklarna är från olika delar av världen och samtliga resultat visade på liknande innehåll. Mårtensson & Fridlund (2017) skriver att detta visar på en bra överförbarhet. En reflektion var att resultaten i studierna var likvärdiga oberoende var i världen studierna gjordes och detta stärker överförbarheten då beröring visar sig vara betydelsefull i alla resultat.

Mårtensson och Fridlund (2017) beskriver vikten av att etiska principer har tagits i beaktande i en studie för att försäkra sig om den vetenskapliga kvaliteten. Detta styrker även Forsberg och Wengström (2015) som skriver att en litteraturstudie bör innehålla artiklar där etiska överväganden har gjorts. Sex av de tio artiklar som valdes ut är etiskt granskade och godkända av en etisk kommitté (Cocksedge et al., 2013; Anderson et al., 2016; Consedine et al., 2016; Airoso et al., 2016; Ströckigt et al., 2019; Nicholls et al., 2013). I de sista fyra resultatartiklarna hade deltagarna givit samtycke (Leonard & Kalman, 2015; Reed et al., 2021; Ozolins et al., 2015; Karlsson et al., 2021).

Resultatdiskussion

En av många viktiga delar med beröring i vården som framkom i resultatet var att beröring kunde lindra ångest, oro, ge minskad smärtupplevelse samt bättre välbefinnande. (Andersson et al., 2016; Reed et al., 2021; Ströckigt et al., 2019; Ozlins et al., 2015; Karlsson et al., 2021). Detta visar även Ho et al. (2017) i studien om arom terapimassage som visar positiva fördelar, både fysiskt och psykiskt på patienter. Ho et al. (2017) finner inte några negativa effekter av terapimassage. Fördelar som ökad tröst, avslappning, minskad smärta och muskelspänningar, bättre sömn, energi, aptit och humör beskrivs (Ho et al., 2017). Litteraturstudiens resultat visade att massage gav välmående till patienterna (Leonard & Kalman., 2015; Nicholls et al., 2013; Airoso et al., 2016; Reed., 2021). Detta styrker även Seiger Cronfalk et al. (2020) i sin studie där deltagarna upplever allmänt välbefinnande, avslappning, lindring av oro och ångest under tiden som massagen ges samt under en tid efter massagen (Seiger Cronfalk et al., 2020).

I resultatet framkom det att många patienter upplevde att beröring hade en avslappnande effekt och gav en känsla av lugn (Ströckigt et al., 2019; Ozlins et al., 2015; Consedine et al., 2016). Detta kan delvis bero på att hormonet oxytocin frisläpps som har visats dämpa ångest och ge avslappning (Uvnäs Moberg, 2009). Deltagarna i en studie av Steiger Cronfalk et al. (2020) beskriver att en känsla av tröst, lugn och känslan av andrum infinner sig, samt att beröring ger en känsla av att inte vara ensamma (Seiger Cronfalk et al., 2020). Detta är något som Durkin et al. (2021) styrker i sitt resultat som visar på att beröring kan kopplas till tröst och minskat lidande och är även en tid för patienterna att inte känna sig ensamma. Tröst kan ges utan att använda sig av det verbala och att det kan ges utan ord. Roxberg (2017) beskriver att tröst kan ges genom beröring och lyssnande och genom detta får patienter ett mindre lidande och Walker (2001) poängterar att tröst visas genom visat intresse för patienterna. Vara spontan, visa empati och en lämplig humor kan vara ett sätt att förmedla tröst på. Tröst visas också genom stöd som är vänlig och personcentrerad. Tröst kan visas genom handlingar som en klapp på handen eller hjälp med att få ordning på exempelvis kuddar (Walker, 2001). I Lindgren et al. (2014) studie beskriver patienter att beröring kan ges som ett komplement och att känslan är att bli insvept i en varm filt där de kände sig omhändertagna av vårdpersonalen. Detta styrker även Ho et al. (2017) där patienter i studien känner sig omhändertagna samt upplever en känsla av värdighet och respekt. Durkin et al. (2021) beskriver att rätt beröringsmetod kan förmedla lindring och tröst samt ge en form av säkerhet och att patienter genom beröring kan känna tillhörighet. Airoso et al. (2016) beskrev att patienterna upplevde att deras kropp och själ hade blivit åtskilda. Med hjälp av beröring fick patienterna en känsla av helhet igen vilket ökade deras välbefinnande. Detta styrker även Ho et al. (2017) och Robertz och Rudolfsson (2016) som finner att patienterna beskriver en känsla som att kroppen får en självkänedom av kroppsberöringen.

En av sjuksköterskans kärnkompetenser är personcentrerad vård och för att uppnå detta krävs gemenskap mellan patient, anhöriga och vårdpersonal (Bergbom, 2019). I resultatet framkom det att relationer förbättrades då beröring gavs (Leonard & Kalman, 2015; Cocksedge et al., 2013; Karlsson et al., 2021; Reed et al., 2021). Robertz och Rudolfsson (2016) och Reed et al. (2021) belyser vikten av att sjuksköterskor skapar en förtroendefull relation. Detta styrker också Picco et al. (2010) som menar att det till stor vikt att skapa förtroende för att patienter ska våga få beröring. Det framkommer också att det är till stor vikt att se patienten som en helhet och inte enbart se en del av patienten, detta kan främja välbefinnande (Bergbom, 2019). I resultatet framkom en annan viktig aspekt vilket var att patienterna kände sig delaktiga i uppgifter som sker mellan vårdpersonal och patient (Leonard & Kalman, 2015). Kelly et al. (2017) skriver att vårdpersonal och patienter kan samverka genom beröring och på så vis blir patienter delaktiga. Det var viktigt att sjuksköterskan var medveten om hur beröringen gavs och hur patienten upplevde den fysiska beröringen (Karlsson et al., 2021). Karlsson et al. (2021) och Ozolins et al. (2015) belyste vikten av att vara uppmärksam på att beröring togs emot olika och kunde uppfattas som

negativ. Detta är även något som Chan et al. (2018) skriver i sin studie där det framgår att inte alla patienter upplever beröring som något positivt och de måste därför ges med hänsyn. Durkin et al. (2021) skriver att sjuksköterskan måste anpassa sin beröring för att möta patienternas olika behov.

I flera resultatartiklar framkom det att beröring var ett kommunikationsmedel (Anderson et al., 2016; Ströckigt et al., 2019; Cocksedge et al., 2013; Ozolins et al., 2015). Detta styrker även Robertz & Rudolfsson (2016) som skriver att det är en form av icke verbal kommunikation. I Airoso et al. (2016) studie berättade patienter att vårdarens händer gav ett slags lugn. Detta överensstämmer med en studie av Ho et al. (2017) där en patient beskriver att vårdaren kommunicerade med sina händer under massagen. Vidare poängterar Kelly et al (2017) att beröring är ett slags kommunikationsmedel för sjuksköterskan. Chan et al (2018) lyfter fram att beröring också kan hämma kommunikationen om den inte ges med respekt och detta kan leda till att patienten inte öppnat upp sig om sina känslor eller behov.

Konklusion och Implikation

Litteraturstudiens resultat visar att patienters upplevelser av beröring är positiva och ger patienter en känsla av ro, välbefinnande samt minskad oro och ångest. Beröring kan också ge tröst åt patienter om sjuksköterskan är medveten om patientens önskemål. Beröring kan fördjupa relationen mellan patient och sjuksköterska. Den som ger beröringen förmedlar omtanke och trygghet samt skapa bra relation till patienten. Beröring kan förmedla empati och närvaro. Resultatet visar att om beröringen upplevs negativt är det ofta när den ges utan tillåtelse från patienten eller att ingen förberedelse givits. Det framkommer även att många patienter tycker det är mest acceptabelt med beröring på händer eller underarm. Det är också viktigt att lyssna och acceptera patientens egna gränser och värna om patientens integritet. Beröring i form av massage ger inte bara avslappning utan kan ge minskad smärtupplevelse.

Inom hälso- och sjukvård är beröring något som används varje dag och visar sig vara ett verktyg för kommunikation och minskar människors lidande. Mer utbildning om beröringens betydelse kan underlätta arbetet inom hälso- och sjukvård och kan ge mer kunskap om hur patienter vill bli berörda och hur vårdpersonal kan använda beröring i sitt yrke. Självförtroendet för vårdpersonal kan stärkas genom mer kunskap inom området och kan minska vårdpersonals osäkerhet kring beröring. Mer kunskap kan förbättra välbefinnandet för patienter och stärka vårdrelationer inom hälso- och sjukvården. Detta tyder på att mer fortsatt forskning kring ämnet är viktigt.

Referenser

* = Resultatartikel

- * Airoso, F., Armen, M., Sundberg, T., Öhlén, G. & Falkenberg, T. (2016). Caring touch as a bodily anchor for patients after sustaining a motor vehicle accident with minor or no physical injuries - a mixed methods study. *BMC Complementary and Alternative Medicine*, 16(106),1-10. <https://doi.org/10.1186/s12906-016-1084-2>
- *Anderson, J.G., Friesen, M.A., Fabian, J., Swengros, D., Herbst, A. & Mangione, L. (2016). Examination of the Perceptions of Registered Nurses Regarding the Use of Healing Touch in the Acute Care Setting. *Journal of Holistic Nursing*, 32(2), 167-176. <https://doiorg.ezproxy.bib.hh.se/10.1177/0898010115592744>
- Bergbom, I. (2019). *Vårdande kompetens, personcentrerad vård och organisationer*. I J. Leksell, & M. Lepp (Red.), *Sjuksköterskans kärnkompetenser (2:a Uppl., s. 89–113)*. Liber.
- Bosch- Alcaraz, A., Jordan, I., Rodríguez-Martín, D. & Falcó-Pegueroles, A. (2020). Meaning and comfort factors in the paediatric intensive care unit from an adult perspective: a descriptive phenomenological study. *Caring sciences*, 34(3), 627-635. <https://doi.org/10.1111/scs.12764>
- Chan, E.A., Wong, F., Cheung, M.Y. & Lam, W. (2018). Patients' perceptions of their experiences with nurse-patient communication in oncology settings: A focused ethnographic study. *Plos ONE*, 13(6), 1-17. <https://doi.org/10.1871/journal.pone.0199183>
- *Cocksedge, S., George, B., Renwick, S. & Chew-Graham, C.A. (2013). Touch in primary care consultations: qualitative investigation of doctors' and patients' perceptions. *British Journal of General Practice*, 63(609), 283-290. <https://doi.org/10.3399/bjgp13X665251>
- *Consedine, S., Standen, C. & Nicen, E. (2016). Knowing hands converse with an expressive body- An Experience of osteopathic touch. *International journal of osteopathic medicine*, 19, 3-12. <https://doi.org/10.1016/j.ijosm.2015.06.002>
- De Rezende, R., de Oliveira, R. M., de Araújo, S. T., Guimarães, T. C., do Espírito Santo, F. H. & Porto, I. S. (2015). Body language in health care: a contribution to nursing communication. *Revista brasileira de enfermagem*, 68(3), 430-496. <https://doi.org/10.1590/0034-7167.2015680316i>
- Durkin, J., Jackson, D. & Usher, K. (2021). The Expression and receipt of compassion through touch in a health setting; a qualitative study. *J adv nurse*, 77(4), 1980-1991. <https://doi-org.ezproxy.bib.hh.se/10.1111/jan.14766>
- Forsberg, C. & Wengström, Y. (2015). *Att göra systematiska litteraturstudier: värdering, analys och presentation av omvårdnadsforskning (4:a Uppl.)*. Natur & Kultur.

- Friberg, F. (2017). Tankeprocessen under examensarbetet. I F. Friberg (Red.), *Dags för uppsats: vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (3:5 uppl., s 83-96). Studentlitteratur.
- Furåker, C. & Nilsson, A. (2019). Kompetens, kunskap och lärande. I J. Leksell & M. Lepp (Red.), *Sjuksköterskans kärnkompetenser* (2:a Uppl., s. 11–29). Liber.
- Goldstein, P., Waissman-Fogel, I. & Shamay-Tsoory, S.G. (2017). The role of touch in regulating inter-partner physiological coupling during empathy for pain. *Scientific report*, 7(1), 3252. <https://doi.org/10.1038/s41598-017-03627-7>
- Goodwin, M. & Candela, L. (2013). Outcomes of newly practicing nurses who applied principles of holistic comfort theory during the transition from school to practice: A qualitative study. *Nurse Education Today*, 33(6), 614-619. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2012.07.013>
- Henricson, M. (2017). Diskussion. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod från idé till examination inom omvårdnad* (2:a Uppl., s.411–420). Studentlitteratur.
- Ho, S.S.M., Kwong, A.N.L., Wan, K.W.S., Ho, R.M.L. & Chow, K.M. (2017). Experiences of aromatherapy massage among adult female cancer patients: A qualitative study. *Journal of clinical nursing*, 26(23-24), 4519-4526. <http://doi.org/10.1111/jocn.13784>.
- International Council of Nurses. (2021). *ICN:s etiska kod för sjuksköterskor*. Hämtad 26 januari, 2022, från [ICN_Code-of-Ethics_EN_Web_0.pdf](https://www.icn.ch/~/media/ICN_Code-of-Ethics_EN_Web_0.pdf).
- Karlsson, E.K. (2017). Informationssökning. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod från idé till examination inom omvårdnad* (2:a uppl., s.81–96). Studentlitteratur.
- *Karlsson, L., Rosenqvist, J., Airosa, F., Henricson, M., Karlsson, A-C. & Elmqvist, C. (2021). The meaning of caring touch for healthcare professionals in an intensive care unit: A qualitative interview study. *Intensive & Critical Care Nursing*, 68, 103-131. <https://doi.org/10.1016/j.iccn.2021.103131>
- Kelly, M.A., Nixon, L., McClurg, C., Scherpbier, A., King, N. & Dornan, T. (2017). Experience Of Touch in Health Care: A Meta-Ethnography Across the Health Care Professions. *Qualitative Health Reserach*, 28(2), 200-212. <https://doi-org.ezproxy.bib.hh.se/10.1177/1049732317707726>
- Kelly, M., Svrcek, C., King, N., Schrepbier, A. & Dornan, T. (2019). Embodying empathy: A phenomenological study of physician touch. *Medical education*, 54(5), 400-407. <https://doi-org.ezproxy.bib.hh.se/10.1111/medu.14040>
- Kerr, F., Wiechula, R., Feo, R., Schultz, T. & Kitson, A. (2019). Neurophysiology of human touch and eye gaze in therapeutic relationships and healing: a scoping review. *JBI database of systematic Reviews and implementation reports*, 17(2), 209-247. <https://doi.org/10.11124/JBISRIR-2017-003549>

Kjellström, S. (2017). Forskningsetik. I M. Henricsson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod från idé till examination inom omvårdnad* (2:a uppl., s.57-80). Studentlitteratur.

*Leonard, K.E. & Kalman, M.A. (2015). The Meaning of Touch to Patients Undergoing Chemotherapy. *Clinical practice; intention ONF*, 42(5), 517-526. <https://doi.org/10.1188/15.ONF.517-526>

Lindgren, L., Jacobsson, M. & Lamas, K. (2014). Touch massage, a rewarding experience. *Journal of Holistic Nursing*, 32(4), 261-268. <https://doi-org.ezproxy.bib.hh.se/10.1177/0898010114531855>

Mårtensson, J & Fridlund, B. (2017). Vetenskaplig kvalitet i examensarbete. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod från idé till examination inom omvårdnad* (2:a Uppl., s.421–438). Studentlitteratur.

Nationalencyklopedin. (U.Å.). *Tröst*. Hämtad 27 janurari, 2022 från <https://www.ne.se/ordböcker/search?s=tröst>

National Commission for the Protection of Human subjects of Biomedical and Behavioral Research. (1979). *The Belmont Report. Ethical principles and guidelines for the protection of human subjects of research*. Hämtad 22 februari, 2022, från <https://www.hhs.gov/ohrp/regulations-and-policy/belmont-report/read-the-belmont-report/index.html>

*Nicholls, D., Chang, E., Jognson, A. & Edenborough, M. (2012). Touch, the essence of caring for people with end-stage dementia: A mental health perspective in Namaste Care. *Aging & Mental Health*, 17(6), 571-578. <http://dx.doi.org/10.1080/13607863.2012.751581>

* Ozolins, L.L., Hörberg, U. & Dahlberg. (2015). Caring touch – patients' experiences in an anthroposophic clinical context. *Scandinavian journal of Caring Sciences*, 29(4), 834-842. <https://doi.org/10.1111/scs.12242>

Picco, E., Santoro, R. & Garrino, L. (2010). Dealing with the patient's body in nursing: nurses' ambiguous experience in clinical practice. *Nursing Inquiry*, 17(1), 39-46. <https://doi-org.ezproxy.bib.hh.se/10.1111/j.1440-1800.2009.00481.x>

*Reed, S.M., Smith, M.C. & Kutner, J.S. (2021). Experiences of Caring Through Providing Touch Near End-of-Life. *International journal for human caring*, 25(2), 142-155. <Http://dx.doi.org/10.20467/humancaring-D-20-00020>

Roxberg, Å. (2017). *Tröst*. I Wiklund Gustin, L & Bergbom, I (Red), *Vårdvetenskapliga begrepp i teori och praktik*. (2:2 Uppl., s.393-400). Studentlitteratur.

Robertz, A. & Rudolfsson, G. (2016). Tactile massage as a nursing intervention in child and adolescent psychiatry: nurses' experiences. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 23(8), 502-512. <https://doi-org.ezproxy.bib.hh.se/10.1111/jpm.12332>

- Seiger Cronfalk, B., Åkesson, E., Nygren, J., Nyström, A., Strandell, A-M., Ruas, J. & Von Euler, M. (2020). A qualitativ Study- Patient experience of tactile massage after stroke, *Nursing open*, 7(5), 1446-1452. <https://doi-org.ezproxy.bib.hh.se/10.1002/nop2.515>
- SFS 2003:460. *Lag om etikprövning av forskning som avser människor*. Utbildningsdepartementet. Hämtad 2 februari, 2022 från https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/lag-2003460-om-etikprovning-av-forskning-som_sfs-2003-460
- *Ströckigt, B., Suhr, R., Sulmann, D., Teut, M. & Brinkhaus, B. (2019). Implementation of Intentional Touch for Geriatric Patients with Chronic Pain: A Qualitative Pilot Study. *Complementary Medicine Research*, 26(3), 195–204. <https://doi.org/10.1159/000496063>
- Uvnäs Moberg, K. (2009). *Närhetens hormon: oxytocinets roll i relationer*. (1:a Uppl.). Natur & Kultur.
- Walker, A.C. (2001). Safety and comfort work of nurses glimpsed through patient narratives. *International journal of nursing practice*, 8(1), 42-48. <https://doi-org.ezproxy.bib.hh.se/10.1046/j.1440-172x.2002.00342.x>
- Wensley, C., Botti, M. & Merry, AF. (2020). Maximising comfort: how do patients describe the care that matters? A twostage qualitative descriptive study to develop a quality improvement framework for comfort-related care in inpatient settings. *BMJ open*, 10(5). Artikel E033336. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32430447/>
- World Medical Association. (2013). *WMA declaration of Helsinki- ethical principles for mecial research involving human subjects*. Hämtad 13 januari, 2022 från <https://www.wma.net/policies-post/wma-declaration-of-helsinki-ethical-principles-for-medical-research-involving-human-subjects/>
- Öhrn, A. (2018). Säker vård. I A-K. Edberg., A. Ehrenberg., F. Friberg., L.Wallin., H. Wijk & J.Öhlén (Red.), *Omvårdnad på avancerad nivå - Kärnkompetenser inom sjuksköterskans specialistområden*. (1:7 uppl., s. 181-211). Studentlitteratur.

Tabell 1: Sökordsöversikt

Sökord	Pubmed	Cinahl
Omsorg	Caring/Care*	
Beröring	Touch	Touch
Patient	Patient	Patient*
Upplevelse		Experience/Experience*
Effekter	Effects	
Mening	Meaning	
Helande Beröring	Healing touch	

Tabell 2: Sökhistorik

Datum	Databas	Sökord/Limits/ Boolska operatorer	Antal träffar	Lästa abstrakt	Granskade artiklar	Resultat artiklar
220124	Pubmed	Caring touch Engelska, 2012-2022	327	14	1	1
220128	Pubmed	Meaning of touch AND patient Engelska, 2012-2022	217	98	5	2
220131	Pubmed	Healing touch Care* Engelska, 2012-2022	399	24	2	1
220131	Cinahl	Touch patient* AND experience Engelska, Peer-Reviewed 2012-2022	65	40	4	3
220201	Pubmed	Healing touch patient AND effects Engelska, 2012-2022	383	47	1	1
220203	Cinahl	Touch Caring Engelska, Peer-Reviewed 2012-2022	26	20	1	1
220208	Cinahl	Experience* Touch* Engelska, Peer-Reviewed 2012-2022	127	16	1	1

Tabell 3: Artikelöversikt

Artikel 1

Referens	Airosa, F., Armen, M., Sundberg, T., Öhlén, G. & Falkenberg, T. (2016). Caring touch as a bodily anchor for patients after sustaining a motor vehicle accident with minor or no physical injuries – a mixed methods study. <i>BMC Complementary and Alternative Medicine</i> , 16(106),1-10. https://doi.org/10.1186/s12906-016-1084-2
Land Databas	Sverige Cinahl
Syfte	Utforska patienten subjektiva upplevelse och perspektiv på smärta och betydelsen av tidig omvårdnad bestående av vårdande beröring som taktil massage och helande beröring, för patienter som har råkat illa i motorfordonsolycka med mindre eller utan fysiska skador.
Metod:	longitudinell observationsstudie med kvalitativa och kvantitativa perspektiv.
Urval	41 patienter intervjuades, i ett mötesrum på sjukhuset. Intervjuerna var 3 månader efter patientens första sjukhusbesök.
Datainsamling	Data samlades in från september 2012 till maj 2014. Uppehåll under juni till augusti och under julen på grund av semester. Enkäter skickades ut per post efter 6 månader. Innan och efter varje behandling mättes smärtan med VAS- skalan.
Dataanalys	Intervjuerna varade upp i mot 60 minuter och gjordes på svenska. Intervjuerna spelades in och transkriberades ordagrant av primärförfattaren, de använde sig av öppna frågor.
Bortfall	-
Resultat/Slutsats	<p>Resultat: I det vårdande mötet med vårdande beröring i studien kunde patienternas behov tillgodoses, det gav en medvetenhet om sina kroppars gränser och gav en känsla av trygghet. Patienterna angav att vårdande beröring gjorde det lättare att återhämta sig efter traumat och genom beröring upplevdes stunder av smärtlindring. VAS minskade efter beröring både direkt efter den gavs och under uppföljning. En upplevelse som många patienter delade var att negativa tankar och smärta försvann när vårdande beröring gavs och att massage gav en känsla av sammanstrålning med kropp och själ.</p> <p>Slutsats: Att vara med om en motorcykelolycka utan några större skador kunde ändå innebära att patienten får emotionella reaktioner såväl som kroppsliga och vårdande beröring efter traumat har visat sig vara positivt. Patienter upplevde en smärtlindring men även förbättrat välbefinnande.</p>
Vetenskaplig kvalitet	Grad I (87%) enligt Carlsson och Eiman (2003).

Artikel 2

Referens	Anderson, J.G., Friesen, M.A., Fabian, J., Swengros, D., Herbst, A. & Mangione, L. (2016). Examination of the Perceptions of Registered Nurses Regarding the Use of Healing Touch in the Acute Care Setting. <i>Journal of Holistic Nursing</i> , 32(2), 167-176. https://doi.org/10.1177/0898010115592744
Land Databas	USA Pubmed
Syfte	Syftet med studien var att utvärdera användningen av healing touch och tekniker av sjuksköterskor. Samt utvärdera effekten av användningen under patientvård och beskriva effekten av healing touch träning på sjuksköterskors attityd och beteenden mot egenvård och patientvård.
Metod:	Kvalitativ metod, Innehållsanalys
Urval	Det var 17 kvinnliga sjuksköterskor som intervjuades.
Datansamling	Ca 45 minuters intervju, Anteckningar gjordes samt inspelningar
Dataanalys	Inspelningarna transkriberades och organiserades, och NVivo software Version 10 användes. Huvudutredaren (MAF) och en coinvestigator (JGA) gick igenom intervjuerna, kodningarna och avgränsade de olika kategorierna. Koderna skapades utifrån de olika orden som användes under intervjuerna. De testade kodningarna för att bedöma noggrannheten och tillförlitligheten samt förbättrade kodningarna.
Bortfall	-
Resultat/Slutsats	Resultat: Sjuksköterskor beskrev att healing touch gav lindring och avslappning till patienter. Healing touch underlättade kontakt med patienter och kunde nu vårdas med holistiskt synsätt med en omvårdnads som "äkta omvårdnad". Sjuksköterskor insåg vikten av att skapa en vårdande och läkande relation för att kunna ge så bra omvårdnad som möjligt. Det visade sig också att healing touch främjade kommunikationen som kanske inte hade skett om sjuksköterskorna var upptagna med andra uppgifter. Healing touch tekniker kunde användas för att lindra smärta och ångest samt lugna patienter som var upprörda.
Vetenskaplig kvalitet	Grad II (75%) enligt Carlsson och Eiman (2003).

Artikel 3

Referens	Cocksedge, S., George, B., Renwick, S. & Chew-Graham, C.A. (2013). Touch in primary care consultations: qualitative investigation of doctors' and patients' perceptions. <i>British Journal of General Practice</i> , 63(609), 283-290. https://doi.org/10.3399/bjgp13X665251
Land Databas	England Cinahl
Syfte	Syftet var att belysa läkares och patienters erfarenheter av beröring i konsultationer.
Metod:	Kvalitativ metod, Grundad Theory
Urval	15 läkare och 11 patienter intervjuades i nordvästra England.
Datansamling	Datansamlingen skedde genom semistrukturerade intervjuer som hölls i hemmen eller hos läkaren våren 2011. Intervjuerna spelades in och frågorna utvecklades av författarna genom relevant litteratur och diskussion om tidigare arbete.
Dataanalys	Intervjuerna transkriberades oberoende av författarna och sedan användes Strauss och Corbins jämförande metod för vidare analys, kodning och indexering. Teman skapades av tillsammans av författarna
Bortfall	-
Resultat/Slutsats	<p>Resultat: Patienterna tyckte kommunikation var viktigt då detta gav säkerhet och en typ av partnerskap. Alla deltagare tyckte beröring var ett viktigt redskap att använda sig av inom kommunikation, både verbal och icke-verbal. Vissa läkare kände rädsla för att använda beröring om det skulle uppfattas fel av patienten medans patienter svarade att de trodde att beröring speciellt i en tid av nöd skulle tas emot bra.</p> <p>Slutsats: De allra flesta patienter svarade att beröring var något som var positivt. Beröring förbättrade samverkan mellan patienter och läkare. Genom att utnyttja uttrycksfull beröring kunde göra kommunikationen bättre i kliniska verksamheter. Både patienter och läkare hade känt rädsla av "fel" beröring men de flesta patienter var överens om att det inte skulle hindra för att ge beröring under konsultation.</p>
Vetenskaplig kvalitet	Grad I (81%) enligt Carlsson och Eiman (2003).

Artikel 4

Referens	Consedine, S., Standen, C. & Nicen, E. (2016). Knowing hands converse with an expressive body- An Experience of osteopathic touch. <i>International journal of osteopathic medicine</i> , 19, 3-12. https://doi.org/10.1016/j.ijosm.2015.06.002
Land Databas	Nya Zealand CINAHL
Syfte	Syftet var att undersöka och beskriva patienters upplevelser av beröring under rådgivning av en osteopatläkare
Metod:	Kvalitativ metod, hermeneutiskt fenomenologisk analys
Urval	5 deltagare varav 2 män och 3 kvinnor. Alla var över 25 år och engelsktalande.
Datainsamling	5 olika djupa semistrukturerade intervjuer som hölls i deltagarnas hushåll. Intervjuerna spelades in, anteckningar togs under tiden och efter varje intervju justerades en temalista.
Dataanalys	Intervjuerna transkriberades och analyserades efter fenomenologisk analys. Analysen gjordes av forskaren som använde sig av Colaizzis metod. Intervjuerna delades in i teman efter att ha lästs igenom flera gånger och reflektion av datasamlingen skedde under en period på 3 månader. Andra delen av analysen tolkade och reflekterade forskaren över insamlingen av intervjuer och gjorde en sammanvävning av det olika teman.
Bortfall	-
Resultat/Slutsats	<p>Resultat: Mellan vårdarens händer och deltagarens kropp uppstod ett fysiskt samtal och händerna kunde kommunicera till patienten. En känsla av omsorg kunde förmedlas till patienterna genom det verbala och den fysiska dialogen under berörings session. Vissa deltagare kände att de kunde få en förståelse för deras kroppar medan andra upplevde en ömhet och en känsla av vård. Beröring kunde få patienter att känna sig omhändertagna och kunde ge en känsla av tillit och förtroende. Beröring förbättrade markant den terapeutiska relationen, kommunikationen mellan läkare och patient kunde också förbättras.</p> <p>Slutsats: Beröring utgjorde en central del för osteopatis medicin. Beröring var en viktig egenskap och gav ett bra samspel mellan läkare och patient och förmedlar omsorg och trygghet. Beröring var ett kraftigt verktyg för kommunikation och en bra kommunikation gav en grund för vårdrelationer.</p>
Vetenskaplig kvalitet	Grad II (75%) enligt Carlsson och Eiman (2003).

Artikel 5

Referens	Karlsson, L., Rosenqvist, J., Airosa, F., Henricson, M., Karlsson, A-C. & Elmqvist, C. (2021). The meaning of caring touch for healthcare professionals in an intensive care unit: A qualitative interview study. <i>Intensive & Critical Care Nursing</i> , 68, 103-131. https://doi.org/10.1016/j.iccn.2021.103131
Land Databas	Sverige Pubmed
Syfte	Syftet med studien var att genom vårdpersonalens perspektiv beskriva vikten av beröring på en intensivavdelning.
Metod:	Kvalitativ metod. Induktiv innehållsanalys
Urval	Totalt 13 deltagare, två män och 11 kvinnor. Fem undersköterskor, sex intensivsjuksköterskor och två narkosläkare i åldrarna 31–70 år.
Datansamling	Datansamlingen skedde genom semistrukturerade intervjuer. Varje intervju började med en öppen fråga och under en intervju var ena författaren aktiv medan den andra var passiv och rollerna byttes efter varje deltagare. Varje intervju varade cirka 20–30 minuter och spelades in och transkriberades ord efter ord.
Dataanalys	Intervjuerna analyserades med induktiv innehållsanalys av Graneheim och Lundman (2004) och intervjuerna lästes flera gånger. Innehållet som svarade på syftet diskuterades av de två författarna och sorterades ut i olika grupper. Sökande efter ett mönster i intervjuerna slutade med 4 huvudrubriker och två teman.
Bortfall	-
Resultat/Slutsats	<p>Resultat: Beröring var viktigt då det användes som ett verktyg för stöd och lindring till patienter av vårdpersonalen. För att beröring skulle bli bra var det viktigt att förutsättningarna var rätt och att det fanns en medvetenhet att beröring inte alltid uppfattades som positiv. Genom medveten beröring kunde kommunikationen förbättras och blev mer fördjupad mellan vårdpersonal och patient. Det kunde vara till fördel att lägga en hand på patientens axel när information gavs för att förtydliga för patienten att samtal sker, och när handen togs bort blev det lätt att förstå att informationen var över. Omtänksam beröring sågs som en trygghet och gav ett förtroende till vårdpersonalen.</p> <p>Slutsats: Det krävdes att personal på intensivvårdsavdelningen var medvetna om innebörden av en vårdande beröring samt förstå att empatisk beröring kan vara en värdefull. Det var viktigt som vårdpersonal att reflektera över den empatiska beröringen för att göra beröringen medveten. Omtänksam beröring stärkte relationen till patienten, om beröringen sker på ett naturligt sätt och kunde ge patienten tröst och lugn.</p>
Vetenskaplig kvalitet	Grad II (77%) enligt Carlsson och Eiman (2003).

Artikel 6

Referens	Leonard, K.E. & Kalman, M.A. (2015). The Meaning of Touch to Patients Undergoing Chemotherapy. <i>Clinical practice; intention ONF</i> , 42(5), 517-526. https://doi.org/10.1188/15.ONF.517-526
Land Databas	Amerika Pubmed
Syfte	Syftet är att ta reda på upplevelsen av att bli berörd hos personer som diagnostiserats med cancer och som genomgår IV-kemoterapi.
Metod:	Kvalitativ metod, fenomenologisk ansats.
Urval	11 kaukasiska engelsktalande vuxna varav 8 var kvinnor och 3 män. Alla deltagarna var 18 år eller äldre.
Datainsamling	Individuella intervjuer som bestod av breda och öppna frågor. Intervjuerna varade cirka 1 timme och spelades in.
Dataanalys	Intervjuerna transkriberades till Microsoft® Word. Författaren lyssnade och läste varje intervju samtidigt. Varje utskrift av intervjuerna lästes flera gånger av huvudförfattaren för att sedan fördjupa sig och betydelsefulla begrepp valdes sedan ut. Författaren lämnade ut kopior av dessa utskrifter och betydelsefulla begrepp där deltagarna fick möjlighet att delta i en ny intervju, lägga till ny information eller korrekta författarens tolkningar av den första intervjun.
Bortfall	-
Resultat/Slutsats	Resultat: Patienter ville bli betraktade som fulländade och levande. Alla deltagarna uttryckte hur olika aspekter av att bli berörd hängde ihop med att känna sig hel. Beröring hjälpte att bygga relationer inom vården och gav en djupare relation. Beröring visade sig viktigt i både medicinska moment och omvårdnadsåtgärder. Beröring visade sig även stärka relationer inom vården.
Vetenskaplig kvalitet	Grad II (75%) enligt Carlsson och Eiman (2003).

Artikel 7

Referens	Nicholls, D., Chang, E., Jognson, A. & Edenborough, M. (2012). Touch, the essence of caring for people with end-stage dementia: A mental health perspective in Namaste Care. <i>Aging & Mental Health</i> , 17(6), 571-578. http://dx.doi.org/10.1080/13607863.2012.751581
Land Databas	Australien Cinahl
Syfte	Syftet var att förbättra palliativ vård med personer med svår demens, öka vårdpersonalens kunskaper och förbättra kommunikationen.
Metod:	Kvalitativ metod. Trefasig design med blandade metoder.
Urval	Urvalet var 7 fokusgrupper som bestod av 31 deltagare. 12 var sjuksköterskor, 8 assistenter och resten familjemedlemmar.
Datainsamling	Semistrukturerade intervjuer där deltagarna berättade erfarenheter om Namaste-care programmet. Öppna frågor där deltagarna kunde uttrycka sina åsikter. Intervjuerna varade mellan 30–60 minuter, spelades in digitalt och transkriberades.
Dataanalys	Tematisk analys genomfördes. Den transkriberade data lästes två gånger med QSR Nvivo 9.2 programvaran för att hantera insamlade data. Citat markerades ordagrant och olika begrepp grupperades. Inom dessa grupper hittades mönster och jämförande kommentarer.
Bortfall	-
Resultat/Slutsats	<p>Det visades i resultatet att praktisk beröring som hjälp med dusch kunde utföras mekaniskt men hade också en chans till att ge känslomässigt stöd. Det behövdes inte endast vara att slutföra en uppgift utan kunde engagera personal till att känslomässiga behov kunde tillgodoses samtidigt. Människor behöver beröring för att känna ett sammanhang och när äldre människor förlorade fysisk kontakt fick det även mindre chans att beröra andra. Det visade sig att beröring mot ett fysiskt föremål som en nalle kunde också tillgodose det känslomässiga behovet.</p> <p>Slutsats: Människor behövde beröring på olika sätt genom hela livet och resultatet visade att personer med diagnosen sen demens var beröring lika viktigt om inte viktigare än andra perioder i livet. Det behövdes mer uppmärksamhet åt den demenssjuke förmåga att starta beröring då det gav en känsla av lugn. Det behövdes inte någon särskild teknik utan den "enkla" beröringen var kraftfull i vardagen. Beröring var viktigt för mänsklig anknytning och den mentala hälsan blev bättre.</p>
Vetenskaplig kvalitet	Grad II (72%) enligt Carlsson och Eiman (2003).

Artikel 8

Referens	Ozolins, L.L., Hörberg, U. & Dahlberg. (2015). Caring touch – patients' experiences in an anthroposophic clinical context. <i>Scandinavian journal of Caring Sciences</i> , 29(4), 834-842. https://doi.org/10.1111/scs.12242
Land Databas	Sverige Pubmed
Syfte	Syftet med studien var att utforska beröring ut patienters perspektiv
Metod:	Kvalitativ metod. Fenomenologisk analys
Urval	10 deltagare, alla kvinnor mellan 36–87 år.
Datansamling	Datansamlingen gjordes på en klinik i Sverige och genomfördes av djupintervjuer. Varje intervju varade cirka 30 minuter utom en intervju med en döende patient som varade 11 minuter. Frågorna var ställda så patienterna fick tala fritt.
Dataanalys	RLR har använts som är en metod att förstå människans existentiella fenomen. Efter att alla intervjuer har bearbetats noga så vad ändamålet att hitta en sammanhängande mening. Efter har läst intervjuerna fram och tillbaka så uppkom gradvis en struktur och genom denna process arbetade författarna både individuellt men hade även möten i analysprocessen där en kritisk granskning gjordes.
Bortfall	-
Resultat/Slutsats	<p>Resultatet visade att beröring fick patienter att känna sig närvarande och delaktiga i en situation. Det var även ett sätt att få patienter att känna lugn, acceptans, bekräftelse och kunde lindra lidande. För att beröring inom vården skulle bli bra krävdes det enligt patienterna en inbjudan till beröringen skedde på ett respektfullt sätt och vårdaren måste vara uppmärksam, en oaktasam beröring kunde istället hämma ett vårdande möte. Beröring kunde hjälpa patienter till läkning och i resultatet beskrevs det att det kunde hjälpa patienter att känna sig säkra i en tid av sårbarhet.</p> <p>Slutsats: Inom vården var beröring en möjlighet att stärka välbefinnande och komma närmre patienter. Genom beröring kunde förståelse och ökad hälsa uppkomma för patienter och borde ses som en unik handling för varje enskild individ. Det fanns också ett behov av att förstå mer av den vårdande beröringen.</p>
Vetenskaplig kvalitet	Grad II (77%) enligt Carlsson och Eiman (2003).

Artikel 9

Referens	Reed, S.M., Smith, M.C. & Kutner, J.S. (2021). Experiences of Caring Through Providing Touch Near End-of-Life. <i>International journal for human caring</i> , 25(2), 142-155. Http://dx.doi.org/10.20467/humancaring-D-20-00020
Land Databas	USA Cinahl
Syfte	Syftet med studien var att utforska hur vårdgivare uppfattar upplevelsen av beröring i vård i livets slutskede.
Metod:	Kvalitativ studie, innehållsanalys
Urval	I studien var det 12 stycken massage terapeuter och 7 stycken volontärer som gav lätt beröring.
Datansamling	Intervjuer som genomfördes av forskare eller utbildade forskningsassistenter, en intervjuguide användes med tio öppna frågor där de kunde ge svar på upplevelser och uppfattningar om att ge bedövningsterapier. Intervjuerna spelades in med ljud, antingen via telefon eller personligen och var ca 1 timma lång.
Dataanalys	Intervjuerna transkriberades och laddades in i ATLAS. Ti (Scientific software Development GmbH, Berlin) för kodning, annotering samt rapportering. Koderna identifierades och sammanställdes med olika nyckelord som kunde koppla samman koder som saknades. Koderna grupperades sedan i domäner och baserades på gemensamma egenskaper på intervjuerna, som sedan skapade teman.
Bortfall	-
Resultat/Slutsats	<p>Resultat: Det visades att när beröring gavs blev det ett mer öppet klimat och privata saker kunde diskuteras och relationerna blev mer intima. Detta gav en känsla av tillfredsställelse och ömsesidighet. Genom beröring skapades kontakt och en känsla av tillgivenhet gavs. Genom beröring kunde ge bekräftande känslor om att man var en hel människa och kunde även minska smärta och obehag. En känsla av lugn och mindre stress kunde finnas hos patienterna.</p> <p>Slutsats: Resultatet i denna studie visade att beröring gav en ömsesidig fördel för den som gav och tog emot beröringen. Båda leverantörerna som var utbildade och gav enkel beröring beskrev att det förbättrade vårdrelationerna till patienter i livets slut. Det tyder på att det var viktigt att integrera beröring i omvårdnadspraktiken.</p>
Vetenskaplig kvalitet	Grad I (83%) enligt Carlsson och Eiman (2003).

Artikel 10

Referens	Ströckigt, B., Suhr, R., Sulmann, D., Teut, M. & Brinkhaus, B. (2019). Implementation of Intentional Touch for Geriatric Patients with Chronic Pain: A Qualitative Pilot Study. <i>Complementary Medicine Research</i> , 26(3), 195–204. https://doi.org/10.1159/000496063
Land Databas	Tyskland. Pubmed
Syfte	Syftet var att utvärdera effekten av Intouch och möjliga effekter på smärtuppfattning
Metod:	Kvalitativ studie, Pilotstudie
Urval	Tre sjuksköterskor och fem patienter med kronisk smärta som skulle vara 65 år eller äldre.
Datainsamling	Semistrukturerade intervjuer som genomfördes av Ströckigt, B som är erfaren inom kvalitativ forskning. Intervjuerna spelades in med video och transkriberades med MAXQDA®. Totalt genomfördes 24 intervjuer med en genomsnittlig längd på 28 minuter och 4 videoinspelningar.
Dataanalys	En kvalitativ innehållsanalys ansats användes när intervjuerna analyserades medan de inspelade materialet analyserades efter kvalitativ visuell analys. Forskargruppen hade regelbundna möten där all data diskuterades och för att optimera analysen och det gjorde även den tvärvetenskapliga gruppen från Charite (Institute of Social Medicine and Institute of public Health).
Bortfall	-
Resultat/Slutsats	<p>Resultat: Sjuksköterskor och patienter beskrev interventionen som avslappnande. Patienter kände ett välbefinnande och en känsla av värme samt att patienterna inte upplevde någon smärta under tiden. Patienterna fick mer motivation och positivitet medan sjuksköterskorna som utförde Intouch kände sig trygga i omvårdnaden. För att relationen skulle bli bra var det viktigt med empatisk uppmärksamhet och att kommunikation var en byggsten för att få en relation under en behandling.</p> <p>Slutsats: Avsiktlig beröring var ett bra terapeutiskt verktyg som kunde hjälpa till att främja avslappning, välbefinnande och smärtlindring hos patienter som led av kronisk smärta. Det gav också en känsla av empati, att bli tagen på allvar samt mänsklig värme genom den fysiska beröringen.</p>
Vetenskaplig kvalitet	Grad I (85%) enligt Carlsson och Eiman (2003).