

Sjukdomsförebyggande arbete b2, STb2

Delmålet syftar till att fördjupa kunskaper som redan är uppnådda under grundutbildningen för att förbättra folkhälsan genom förebyggande arbete.

Kursinnehåll

I denna kurs får du fördjupad insikt i **levnadsvanors betydelse för hälsan, hälsoekonomi**.

Vi går igenom **Nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor**.

Vidare fördjupar vi oss i olika levnadsvanor:

- Alkohol – identifiera riskbruk samt metoder för att minska riskfylld alkoholkonsumtion
- Tobak – metoder och verktyg att förebygga tobaksbruk och att arbeta med tobaksstopp
- Fysisk aktivitet – otillräcklig fysisk aktivitet, metoder och verktyg, FaR
- Matvanor – samtal och råd om bra matvanor.

ST-läkaren får även utbildning i **Motiverande samtal (MI)**. Kursen tar också upp **diagnos och behandling av stressrelaterad ohälsa**.

I mindre grupper diskuteras tillämpning utifrån frågeställningen "Hur arbetar jag sjukdomsförebyggande i den egna specialiteten" och patientfall. I samtliga avsnitt kommer vi även prata om vikten av vi ger jämlik vård ur ett hälsoperspektiv.

Deltagarna ska efter genomförd kurs kunna vägleda patienter i frågor om levnadsvanor i syfte att förebygga uppkomsten av sjukdomar som grundar sig ohälsosamma levnadsvanor, samt ha ökad insikt i hur man förbättrar prognosen hos patienterna. ST-läkaren förväntas även kunna föra ett analytiskt och reflekterande resonemang på en djupare nivå om hälsoekonomiska aspekter på området efter denna kurs.

Delmål

SOSFS 2015:8 b2 och HSLF-FS 2021:8 STb2

Målgrupp

Kursen riktar sig till ST-läkare inom alla specialiteter som har detta delmål som obligatorisk kurs. Även andra ST-läkare är välkomna i mån av plats.

Datum

Dag 1 och 2: Alltid torsdag och fredag vecka 19 och vecka 39

Dag 3: Datum meddelas i god tid inför kursstart

Plats

Internat i länet + avslutande dag varierande Gävle/Hudiksvall

Anmälan

www.stforum.se under kurskatalog.

Utbildningsmaterial

Litteratur/broschyrer finns att få under kursdagarna.

Kursform

Kursen omfattar förberedelser inför kursen, tre kursdagar samt enskilt arbete inför dag 3. Under kursdagarna alterneras mellan föreläsningar och workshops.

Krav för godkänd kurs

Närvaro och aktivt deltagande i samtliga kursmoment. Genomförd förberedelse samt inlämningsuppgift.

Förberedelser inför kursen

1. Du ska göra din egen [livsstilsprofil](#).
2. Du ska vidare titta igenom "[Folkhälsa och hållbarhets](#)" sidor inför kursstart för att ha en liten överblick över vad som finns.

Inlämningsuppgift

Före och mellan kurstillfällena ska du prata med din handledare och sedan skriva ner ca en till två A4-sidor kring nedanstående.

1. Vad innebär det att arbeta med levnadsvanor för prevention och behandling inom den egna specialiteten?
2. Identifiera och analysera två patientfall där levnadsvanor har betydelse. Beskriv bakgrund/situation och redogör för hur du kan arbeta för att stödja patienten till förbättrade levnadsvanor i syfte att förbättra prognosen.

Skickas in 23 maj till susann.eriksson@regiongavleborg.se.

Inlämnat material kommer att sammanställas och utgöra underlag för gruppdiskussioner.

Kursledning

Kursen ges på torsdag samt fredag under veckorna 19 och 39.
Detaljerad information om kursledare, datum, tid och plats förmedlas i samband med kursinbjudan.

Kontaktperson

Susann Eriksson, susann.eriksson@regiongavleborg.se