

. Kurstitel

Kurstitel

Levnadsvanorna i arbetslivet

Sökord

Skiftarbete. Sömn. Kost. Hälsa. Stress. Fysisk aktivitet. Alkohol. Biologiska markörer. Droger. Alkohol-och drogpolicy. Motiverande samtalmetodik.

2. Målgrupp

Nivå

Färdiga specialister (Fortbildning) Läkare under specialistutbildning/ST

Specialitet

Rehabiliteringsmedicin Allmänmedicin Arbets- och miljömedicin Socialmedicin Arbetsmedicin

Andra yrken

Ytterligare information

3. Behovsbeskrivning

Behovsbeskrivning

Som verksam läkare, särskilt inom företagshälsovård men även inom andra specialiteter, möter man arbetstagare med ohälsosamma levnadsvanor som påverkar hälsa och arbetsförmåga. Likaså påverkar missbruk-och beroendeproblematik arbetsförmåga och hälsa och där okunskap kan leda till stora arbetsrättsliga konsekvenser.

Denna kurs ger en samlad kunskap kring levnadsvanor, arbetstiders förläggning, stress och dess påverkan på levnadsvanor och hälsa, alkoholproblematik, beroendeutveckling och behandling av detta samt grundläggande färdighet i motiverande samtalmetodik (MI)

4. Kursens mål - förväntat resultat

Övergripande mål

Få kunskap och kännedom om:

- olika levnadsvanors betydelse för arbetsliv och individ
- skiftarbetes påverkan på sömn och näringsupptag
- fysisk aktivitets betydelse för hälsa, FaR
- riskbruk-skadligt bruk-beroendeproblematik av alkohol i arbetslivet, drogtestning
- arbetsrättsliga övervägande i förhållande till alkoholmissbruk, droganvändning
- biologiska markörer för alkohol
- narkotika och drogers påverkan i arbetslivet
- utformning av alkohol-och drogpolicy
- arbetsmodell för alkohol-screening och -behandling
- basala färdigheter i motiverande samtalmetodik

Resultat för deltagaren

Kunskap om levnadsvanors betydelse för hälsa och påverkan på arbetsliv. Bli insatt i och kunna ge råd inom de olika ämnesområdena som behandlas inom kursen.

Få kunskap om hur FaR kan användas inom FHV. Ha kunskap om och kunna tolka resultat av biologiska alkoholmarkörer. Ha kunskap om hur alkohol-och drogpolicy kan utformas och hur behandlingsöverenskommelser mellan arbetsgivare och arbetstagare kan formuleras. Behandling av alkoholproblematik.

Behärska basala färdigheter inom motiverande samtalsmetodik (MI)

Resultat för patient och samhället

Ökad kunskap hos vårdgivare om levnadsvanornas och skiftarbetets inverkan på hälsa och arbetsförmåga samt metodik för förändra ohälsosamma levnadsvanor både med samtal men även medikamentellt kan ge stora positiva effekter både för individ, arbetsgivare och samhället i stort genom en förbättrad hälsa och minskad sjukfrånvaro.

Delmål för ST angivna av kursproducent

2008:17 delmål 10

2015:8 delmål b1 ,b2, c7

5. Program

Schema

09.00-09.30 Kaffé med smörgås
09.30-10.00 Inledning, Ragnhild Ivarsson Walther
10.00-12.00 Sömn, skiftarbete, Göran Kecklund
12.00-13.00 Lunch
13.00-15.15 Fysisk aktivitets betydelse för hälsa, FaR, Agneta Lindegård Andersson
15.30-17.00 Matvanornas betydelse för hälsa, nya näringsrekommendationer, skiftarbete, Maria Lennernäs
18.00-21.00 Gemensam middag med efterföljande diskussion

18 maj

8.30-11.00 Riskbruk och skadligt bruk av alkohol, definitioner, hälsoeffekter. Beroendutveckling, Behandlingsmetoder av skadligt bruk och beroende av alkohol. Sven Andreasson
11.00 –12.00 Alkohol-och drog arbete inom företagshälsövård. Drogtestning. Utformning av alkohol och drogpolicies. Ragnhild Ivarsson Walther
12.00-13.00 Lunch
13.00-17.00 Biologiska markörer för alkohol. Kort om drogtest och Internetdroger. Falldiskussioner. Anders Helander , Ragnhild Ivarsson Walther

19 maj

08.30-12.00 Motiverande samtal i teori och praktik ,Karin Nylind
12.00-13.00 Lunch
13.00 -15.00 Motiverande samtal teori och praktik, Karin Nylind

Kursledare

Ragnhild Ivarsson Walther, företagsläkare

Föreläsare

Anders Helander, adj professor i beroendeforskning, Karolinska institutet

Göran Kecklund, bitr enhetschef, Stressforskningsinstitutet, Stockholms universitet

Agneta Lindegård Andersson, Docent, Institutet för stressmedicin, VG region

Karin Nylind, MI-lärare

Maria Lennernäs Wiklund Prof. i mat-och måltidskunskap, doc. i nutrition, Högskolan i Gävle

Sven Andreasson, Överläkare på Riddargatan 1, mottagning för alkohol och hälsa, professor i socialmedicin

Ragnhild Ivarsson Walther, företagsläkare, Scania CV AB Södertälje

Bifogad fil

Viktiga budskap

Referenser

Litteratur

Motiverande samtal - MI : att hjälpa en människa till förändring på hennes egna villkor

Tom Barth, Christina Näsholm

Riskbruk och missbruk : alkohol - läkemedel - narkotika : uppmärksamma, motivera och behandla inom primärvård, socialtjänst och psykiatri, Johansson Katarina, Wirbing Peter

SBUrapport Behandling av alkohol- och narkotikaproblem Behandling av alkohol- och narkotikaproblem, 2001.

Nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder, Socialstyrelsen

Nationella riktlinjerna för missbruks- och beroendevård, Socialstyrelsen

SBUrapport Arbetsmiljöns betydelse för sömnstörningar 2013

Alkohol- en fråga för oss i vården. Sven Wåhlin Studentlitteratur 2013

Åter till kontrollerat drickande- en handbok för kliniker. Anders Hammarberg, 2015

Riktlinjer för hälsoundersökningar via arbetsplatsen, KI

Riktlinjer för tidiga insatser vid alkoholproblem på arbetsplatsen, KI

FYSS 2017

Genusperspektiv

6. Metodik

Pedagogisk metod

Föreläsningar. Falldiskussioner i grupp.

Kursmaterial

Kursmaterial i form av åhörarkopior, broschyrer Läkares samtal om matvanvanor resp alkohol, checklistor, under kursen hänvisning till aktuella webb-sidor, litteraturlista

Förberedelser

Översiktlig genomgång av rekommenderad litteratur

Diagnostiskt prov

Nej

Kunskapskontroll

Nej

7. Uppföljning

Kompetensutveckling

Kompetensöverföring

8. Utvärdering

Lipus utvärdering

Återkoppling till föreläsare skriftligt. Resultaten i utvärderingen används vid planering av nästa kurs

Effekt i verksamheten på längre sikt

Tidigare Lipus- eller IPULS-certifiering

Ja

20120882, 20130163, 20140115, (Levnadsvanornas betydelse för hälsa och arbetsliv) 20150111, 20160132(Levnadsvanorna i arbetslivet)

Planering

Ja

Förändring i kursinnehåll enl synpunkter från deltagarna, fr.a mera av falldiskussion och praktisk information

9. Praktisk information

Startdatum

2018-05-16

Slutdatum

2018-05-18

Andra tidsuppgifter

3 dagar, dagtid

Kursplats

Svenska Läkarförbundet Villag 5, Stockholm

Kursorten – län

Stockholms län

Antal deltagare

max 25 st

Språk

Svenska

Avgift

12500kr. Kursmaterial och måltider ingår.

Kringkostnader

Resa och boende

Löpande eller fast kursstart

Fast (standard)

Sista anmälningdatum

2018-04-09

Anmälningförfarande

Skriftlig anmälan via länk på Svenska Företagsläkarförningens hemsida

Intyg

Ja

Kursintyg delas ut efter genomgången kurs med angivande av vilka delmål för ST som uppfylls.

Kontaktperson

Kursansvarig Jan Rosén samt kanslist Helena Törnqvist, Svenska företagsläkarförningen, SLF, Villagatan 5 Stockholm

jan.rosén@hagtornet.se

helena.tornkvist@slf.se

Länk till kursens webbplats

[Anmälan till kursarrangören Svenska företagsläkarförningen, www.slf.se/Foreningarnas-startsidor/Yrkesforening/Svenska-Foretagslakarforeningen-SFLF/Utbildningar](http://www.slf.se/Foreningarnas-startsidor/Yrkesforening/Svenska-Foretagslakarforeningen-SFLF/Utbildningar)

10. Antagning

Antagningsförfarande

Läkare under specialistutbildning inom Arbetsmedicin eller Arbets-och miljömedicin prioriteras. I andra hand prioriteras läkare verksamma inom företagshälsovård/arbets-och miljömedicin och i tredje hand läkare från andra specialiteter utifrån anmälningsdatum.

Medlemmar i SFLF och SAMF har företräde.

Bekräftelse

Besked om deltagande meddelas på angiven e-postadress.

Krav för deltagande

Anmälan är bindande och kursdeltagaren ansvarar för att betalningsansvarig godkänt deltagandet. Vid avanmälan mer än 3 veckor före kursens start debiteras halv kursavgift, därefter hela kursavgiften.

Kursplatsen kan dock överlåtas till annan person

11. Kursansvariga

Initiativtagare

Kursen har tagits fram i samarbete med FHV-delegationen, Svenska företagsläkarföreningen och Svensk Arbets-och miljömedicinsk förening. Kursledaren har fått i uppdrag att utforma kursen.

Ansvarig för innehåll

Kursledare Ragnhild Ivarsson Walther

Övergripande kurs- och kvalitetsansvarig

Ragnhild Ivarsson Walther, företagsläkare, v ordförande SFLF, MI-lärare och tidigare projektledare inom, Riskbruksprojektet, MRO-läkare, ingått i Socialstyrelsen prioriteringsgrupp för utarbetande av Nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder, sektionsansvarig för arbets-ochmiljömedicinska sektionens deltagande i Svenska Läkarsällskapets samarbete med Socialstyrelsen kring "Läkares samtal om levnadsvanor".

Kursadministration

Kursledaren för det praktiska genomförandet och för administration Jan Rosén ordf Svenska företagsläkarföreningen och Helena Törnkvist kansliet Svenska företagsläkarföreningen.

Övriga samarbetspartners

Inga

Målgruppsrepresentant

Nej

12. Finansiering

Finansiering

Inga

Kringarrangemang

Inga

Sponsorers närvaro

Ingen

Jävsförhållande

Inga