



**SVENSKA  
FÖRETAGSLÄKARFÖRENINGEN**

# Kurs Levnadsvanorna i arbetslivet

---

**Tid:** 16–18 maj 2018

**Plats:** Sveriges Läkarförbund, konferensavdelningen, Villagatan 5, Stockholm

**LIPUS-nr:** 20170124

## Målgrupp

- ST-läkare i Arbets- och Miljömedicin eller Arbetsmedicin
- Vidareutbildning för företagsläkare och allmänläkare

Kursen relaterar till delmål b1, b2, c7 i specialistutbildningen i AM och AMM enligt målbeskrivning i SOSFS 2015:8 och delmål 10 för ST i AMM enligt SOSFS 2008:7

## Beskrivning

Kursen syftar till att ge kunskap och kännedom om:

- olika levnadsvanors betydelse för arbetsliv och individ
- skiftarbets 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 samtalsmetodik

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.

## Avgift

12 500 kr (ej moms)

## Anmälan

Genom registrering på [www.slf.se/sflf](http://www.slf.se/sflf) under fliken *Utbildningar*

## Program

Onsdag 16 maj 2018

Tid	Ämne	Föreläsare
09.00-09.30	<i>Kaffe med smörgås</i>	
09.30-10.00	Inledning	Ragnhild Ivarsson Walther
10.00-12.00	Sömn, skiftarbete	Göran Kecklund
12.00-13.00	<i>Lunch</i>	Klubbvåningen, Villagatan 5
13.00-15.15	Fysisk aktivitets betydelse för hälsa, FAR	Agneta Lindegård Andersson
15.15-15.30	<i>Kaffe</i>	
15.30-17.00	Matvanornas betydelse för hälsa, nya näringsrekommendationer, skiftarbete	Maria Lennernäs
18.00-21.00	Gemensam middag med efterföljande diskussion	<i>Klubbvåningen, Villagatan 5</i>

Torsdag 17 maj 2018

Tid	Ämne	Föreläsare
08.30 - 11.00	Riskbruk och skadligt bruk av alkohol, definitioner, hälsoeffekter. Beroendutveckling. Behandlingsmetoder av skadligt bruk och beroende av alkohol.	Sven Andreasson
Ca 10.00	<i>Kaffe</i>	
11.00 - 12.00	Alkohol-och drog arbete inom företagshälsovård. Drogtestning. Utformning av alkohol och drogpolicys.	Ragnhild Ivarsson Walther
12.00 - 13.00	<i>Lunch</i>	<i>Klubbvåningen, Villagatan 5</i>
13.00 - 17.00	Biologiska markörer för alkohol. Kort om drogtester och Internetdroger. Falldiskussioner	Anders Helander Ragnhild Ivarsson Walther
Ca 15.00	<i>Kaffe</i>	

Fredag 18 maj 2018

Tid	Ämne	Föreläsare
08.30 - 12.00	Motiverande samtal i teori och praktik	Karin Nylind
Ca 10.00	<i>Kaffe</i>	
12.00 - 13.00	<i>Lunch</i>	<i>Klubbvåningen, Villagatan 5</i>
13.00 -15.00	Motiverande samtal teori och praktik	Karin Nylind
15.00 -15.30	Kaffe, avslutning med kursutvärdering	Ragnhild Ivarsson Walther

**Kursledare**

**Ragnhild Ivarsson Walther**, företagsläkare

**Föreläsare**

- **Göran Kecklund**, bitr. enhetschef, Stressforskningsinstitutet, Stockholms universitet
- **Agneta Lindegård Andersson** Docent, Institutet för Stressmedicin VG-regionen
- **Sven Andreasson**, Professor Socialmedicin KI, Inst. för folkhälsovetenskap. Överläkare på Riddargatan 1, mottagning för alkohol och hälsa
- **Anders Helander** Adj professor i beroendeforskning, Karolinska institutet
- **Karin Nylind** MI-lärare
- **Maria Lennernäs Wiklund**, Professor i mat- och måltidskunskap med beteendevetenskapliginriktning, Docent i nutrition, Arbets- och folkhälsovetenskap, Högskolan i Gävle

**Kursansvarig**

**Jan Rosén**, ordf. SFLF