

PROGRAM

Grunnkurs C - Forebyggende helsearbeid

13.-15. november 2023 - Kurs nr. 35037

Sted: Thon Hotel Storo, Oslo

Kursarrangør: Kurskomiteen i Oslo legeforening

Antall kurspoeng: 22

Dag 1 - Mandag 13. november - Kursleder: Neelam S. Anjum

Individ- og grupperettet forebyggende helsearbeid. Livsstilsendring. Læringsmål: ALM 007, 018, 024, 032

Tid:	Tema:	Foreleser:
08.45-09.15	Registrering. Kaffe/te	
09.15-09.20	Velkommen til samling på grunnkurs C	Ved kursleder
09.20-11.30	Forebyggende og helsefremmende arbeid - Forebyggende kardiologi og risikoreduksjon: lipider og røykeavvenning - Forebyggende kardiologi: metabolsk syndrom og type 2 diabetes	Overlege Serena Tonstad, OUS - Seksjon for preventiv kardiologi, Avdeling for endokrinologi, sykelig overvekt og forebyggende medisin
11.30-12.30	LUNSJ	
12.30-14.00	Tiltaksfasen i konsultasjonen Hva er beslutningsgrunnlaget for supplerende undersøkelser? Gjør vi for mye/for lite/passe? Hva er konsekvensene for pasienten og samfunnet av overdiagnostikk og overbehandling?	Stefán Hjörleifsson Fastlege, førsteamanuensis UiB, forsker Allmennt medisinsk forskningsenhet NORCE Leder av styringsgr. Gjør kloke valg
14.00-14.15	PAUSE	
14.15-15.00	Motiverende intervju MI - en metode for å skape indre motivasjon til atferdsendring	Arbeidspsykolog Stian Midtgård, Kronstad DPS
15.00-15.45	Motiverende intervju Å bruke metoden, verktøy og teknikker. Øvelse på samtale angående røykeslutt, alkohol, fysisk aktivitet etc.	Stian Midtgård
15.45-16.00	PAUSE	
16.00-16.45	Motiverende intervju Gruppearbeid og rollespill	Stian Midtgård
16.00-17.00	Motiverende intervju Refleksjon rundt bruk av metode i arbeidshverdagen	Stian Midtgård

Dag 2 - Tirsdag 14. november - Kursleder: Aslak Holtestaul

Forebyggende helsearbeid i et livsløpsperspektiv. Læringsmål: ALM 006, 007, 010, 011

Tid:	Tema:	Foreleser:
08.30-10.15	De store folkehelseutfordringene Slik fremmer vi psykisk helse, forbygger psykiske lidelser og får en mer fornuftig samfunnsøkonomi.	<i>Arne Holte, Professor emeritus i helsepsykologi, UiO. Tidligere ass. direktør i folkehelseinst.</i>
10.15-10.30	PAUSE	
10.30-11.30	De store folkehelseutfordringene - fortsettelse	<i>Arne Holte</i>
11.30-12.30	LUNSJ	
12.30-13.30	De store folkehelseutfordringene - fortsettelse	<i>Arne Holte</i>
13.30-13.40	PAUSE	
13.40-14.25	Vaksinasjon Skeptiske foreldre. Hva gjør vi?	<i>Kommuneoverlege Liv Hagen, Nesodden</i>
14.25-14.30	PAUSE	
14.30-15.30	Hvordan oppdage, vurdere og agere ved selvmordsfare?	<i>Spesialpsykolog Fredrik A. Walby, Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging</i>
15.30-15.35	PAUSE	
15.35-16.30	Fortsettelse Hvordan oppdage, vurdere og agere ved selvmordsfare?	<i>Fredrik A. Walby</i>

Dag 3 – Onsdag 15. november - Kursleder: Reidar Johansen

Det gode liv som allmennlege. Screeningprogrammer. Læringsmål: ALM 003, 004, 005, 006, 018, 059

Tid:	Tema:	Foreleser:
08.30-09.30	Hva gjør man når kollegaen har uhelse eller vi selv får problemer? Hjelpe- og støtteordninger for leger.	<i>Overlege Karin Rø, LEFO/Villa Sana</i>
09.30-09.40	PAUSE	
09.40-10.35	Fortsettelse: Hjelpe- og støtteordninger for leger.	<i>Karin Rø</i>
10.35-10.45	PAUSE	
10.45-11.30	Screeningprogrammer: Mammografi, Tarm og Livmorhals	<i>Solveig Hofvind, Anna Schult og Ameli Tropé fra Kreftregisteret</i>
11.30-12.30	LUNSJ	
12.30-13.30	Forebygge uønskede helseutfall i svangerskapet i risikogrupper Inkl. optimalisering av langtidshelse for mor etter fødselskomplikasjoner	<i>Forskningsleder Annetine Staff, Kvinneklinikken OUS og Professor I, Klinmed. UiO</i>
13.30-13.40	PAUSE	
13.40-14.40	Forebygge uønskede helseutfall i svangerskapet forts.	<i>Annetine Staff</i>
14.40-15.00	Kursevaluering og kursavslutning	