

ST-dagarna i Jönköping



PROGRAM

15-17 oktober 2018

08.00-10.00

Registrering

10.00-10.20

Öppnande av ST-dagarna 2018

Lokala arrangörsggruppen och Agneta Jansmyr, Regiondirektör i Jönköpings län, hälsar välkomna till årets upplaga av SFAMs ST-dagar!

10.20-11.00

Samverkan och kvalitet - morgondagens arbetssätt

Med Göran Henriks, psykolog och grundare av Qulturum i Jönköping, ett centrum för utveckling som han fortfarande är chef för. Känd både nationellt och internationellt för sitt arbete med kvalitetsutveckling och har mer än 30 års erfarenhet av ledning i den svenska sjukvården. Tidigare coachat det svenska landslaget i basket.

Medicinska kompetenser förnyas snabbare, organisatoriska förändringar går mot fler öppenvårdslösningar och frågan om hur man ska åstadkomma bästa värde för patient och verksamhet är på mångas läppar. Tillsammans ökar detta förväntningarna på samverkan i patientens processer och mellan professioner och organisationer. För att lyckas i föränderligheten behövs gemensamt språk för förbättringsarbete och förnyelse. Under 2000 talet har kvalitetsbegreppen blivit fler och fler. Hur möter vi moderniseringen tillsammans?

11.10-12.10

Stor kirurgi med små medel

Med Erik Erichsen, Allmänkirurg och Ortoped, och för många mera känd som "Rebellkirurgen". Han verkade som kirurg under 30 år i Skandinavien, bland annat på Höglandssjukhuset i Eksjö, innan han tröttnade på administration och byråkrati och istället flyttade tillsammans med sin fru Sennait till den etiopiska landsbygden. Där bidrog paret till att starta upp det sjukhus som kom att bli deras hem under tio år.

Lyssna till en berättelse om kontrasterna mellan låg- och höginkomstsvård, kirurgin, och hans drivkrafter. Vill du bli inspirerad? Se dokumentären "Rebellkirurgen" av regissören Erik Gandini, på svtplay.se.

12.10-13.10

Lunch och mingel hos utställare

13.10-14.10

Parallella föreläsningar**a) Primärvård psykiatri**

Med Sandra af Winklerfelt-Hammarberg, specialist i allmänmedicin och verksamhetschef på Liljeholmens vårdcentral. Hon är författare till boken "Hej ångest! Körskola till livet", som hjälpt många förstå och hantera ångest. Har också länge arbetat framgångsrikt med KBT i grupp för primärvårdspatienter med ångestsjukdom i botten.

Hör Sandra föreläsa om betydelsen av tidig diagnos, vilka diagnosverktyg som finns samt vikten av att våga låta bli att utreda i onödan.

Föreläsningen ges som dubbeltimme, fortsätter kl 14.20.

b) Klinisk sexologi

Med Olivia Landén, ST-läkare i Allmänmedicin.

En interaktiv föreläsning som täcker det mesta du behöver veta om sexuell hälsa och hur du kan prata med dina patienter om det. Olivia har lång erfarenhet av sexualundervisning i skolor och sexualpolitiskt arbete. Hennes föreläsning om Sexologi på Läkarutbildningen i Linköping blev utsett till Läkarprogrammets bästa föreläsning 2017.

c) Att leda i motvind – möjlighet till förbättring i verksamheten och personlig utveckling som chef och ledare

Med Lotta Larsdotter, Primärvårdsdirektör Bra Liv Jönköping och specialist i Allmänmedicin och Lotta Arvidsson, ST-läkare i Allmänmedicin, Specialist i Internmedicin och Kardiologi och ledare för Lärandenätverket "Tillsammans för Framtidens Primärvård".

I en föränderlig primärvård inför många utmaningar blir ett gott chefs- och ledarskap en av de främsta framgångsfaktorerna. Läkarkåren behöver ta plats mer än någonsin - hur får vi till det? Lotta Larsdotter delar med sig av sin personliga berättelse om

chefs- och ledarskap och samtalar sedan med Lotta Arvidsson om både utmaningar och glädjeämnen som chef. Publiken välkomnas att ställa frågor och interagera!

d) Primärvårdens historia och tidiga kvinnliga läkare

Med Tomas Bro, Med Dr inom medicinsk historia och ST-läkare Ögon. Frekvent skribent i Läkartidningen.

Med denna orienterande föreläsning kommer du att få möjlighet att blicka bakåt för att få en ökad förståelse för hur distriktsläkaryrket och specialiteten allmänmedicin har vuxit fram genom historien. Utöver detta kommer du att få historien om fyra kvinnliga medicinska pionjärer berättad för dig! Håll till godo!

e) Det handlar om prioriteringar

Med Eva Arvidsson, specialist i allmänmedicin. Disputerade med en avhandling om prioriteringar i primärvård 2013. Hon arbetar på Futurum, primärvårdens FoU-enhet i Jönköping, med stöd för kvalitetsutveckling och handledning av ST-läkare i deras vetenskapliga arbeten. Deltar i forskningsprojekt om bl.a. kontinuitet i vården och e-hälsa samt arbetar med PrimärvårdsKvalitet, ett nationellt system för stöd till kvalitetsarbete i primärvården på SKL, Stockholm.

Eva kommer att prata om något av det hon brinner för - prioriteringar i primärvården.

f) Pediatrik-Jeopardy

Med Mattias Eknefelt, specialist i Barnmedicin som arbetar i Lund och Landskrona och har lång erfarenhet av öppenvårds pediatrik.

Här bjuds du in till att delta i en interaktiv och rolig timme med Pediatrik-Jeopardy där vardagspediatriken är i fokus! Du kommer på ett underhållande sätt lära dig svara "Vad är..." på många av de frågor som uppkommer i arbetet på vårdcentralen när patienten är ett barn!

14.20-15.20

Parallella föreläsningar

a) Primärvårdspsykiatri

Med Sandra af Winklerfelt-Hammarberg. *Fortsättning från föregående timme.*

b) Klinisk sexologi – en interaktiv föreläsning

Med Olivia Landén, ST-läkare i Allmänmedicin.

En interaktiv föreläsning som täcker det mesta du behöver veta om sexuell hälsa och hur du kan prata med dina patienter om det. Olivia har lång erfarenhet av sexualundervisning i skolor och sexualpolitiskt arbete. Hennes föreläsning om Sexologi på Läkarutbildningen i Linköping blev utsett till Läkarprogrammets bästa föreläsning 2017.

c) Digital utveckling för framtiden – redan idag

Med Ulf Österstad, Verksamhetschef Bra Liv Nära och specialist i Allmänmedicin.

Ulf var med och startade den första offentligt drivna vårdcentralen på nätet och är en föregångare inom digitalisering av vården. Han är en karismatisk och driven föreläsare som har mycket kunskap och erfarenhet om detta framtidsaktuella ämne!

d) Godbitar från orbitan – Oftalmologins sanna färger

Med Tomas Bro, Med Dr inom medicinsk historia och ST-läkare Ögon. Frekvent skribent i Läkartidningen.

Under en intensiv timme kommer du att få en genomgång av ögats vanligaste sjukdomar. Utöver detta även en presentation av hur kosttillskott med syfte att förbättra synen fungerar, samt hur off-label läkemedel kan spara miljoner - en tankeväckare du inte vill missa!

e) Innovativa arbetssätt på vårdcentral

Med Sofia Kjellström, Dubbeldocent inom Gerontologi respektive Välfärd och Socialvetenskap, Jönköping Academy for Improvement of Health and Welfare.

Studier av välfungerande vårdcentraler visar att innovationer skapas genom att aktivt jobba med tydliga mål, interprofessionellt samarbete och personalens drivkrafter. Hör

Sofia presentera detta och praktiska exempel på innovativa arbetssätt som kan bli användbara i Framtidens Primärvård!

f) **Pediatrik-Jeopardy**

Med Mattias Eknefelt, specialist i Barnmedicin som arbetar i Lund och Landskrona och har lång erfarenhet av öppenvårds pediatrik.

Här bjuds du in till att delta i en interaktiv och rolig timme med Pediatrik-Jeopardy där vardagspediatriken är i fokus! Du kommer på ett underhållande sätt lära dig svara "Vad är..." på många av de frågor som uppkommer i arbetet på vårdcentralen när patienten är ett barn!

15.20-15.50

Fika och mingel hos utställare

15.50-17.20

Paneldiskussion - Digitalisering i vården

Deltagare:

Tobias Perdahl, läkare, grundare och medicinskt ansvarig på Doktor 24

Jonas Sjögren, specialistläkare i allmänmedicin

Heidi Stensmyren, specialistläkare i anesthesi och intensivvård och ordförande Sveriges Läkarförbund (deltar via länk)

Ulf Österstad, specialistläkare i allmänmedicin, verksamhetschef Bra Liv Nära

Moderatorer:

Erik Lindfelt, journalist

Sofie Tesan, ST-läkare i allmänmedicin, VC Hälsan 2

17.30-

Välkomstmingel

Tisdag 16 oktober

07.15-08.00

Morgonyoga

08.30-09.30

Parallella föreläsningar

a) Stresshantering med hjälp av ACT

Med Fredrik Livheim, leg Psykolog och internationellt erkänd ACT-trainer. Delar sin tid mellan att forska på ACT-gruppbehandlingar för stress och psykisk ohälsa vid Karolinska Institutet, och att hålla utbildningar och föreläsningar kring ACT. Även medförfattare till böcker och behandlingsmanualer om stress, den senaste är självhjälpsboken "Tid att leva".

Fredrik kommer att föreläsa om stress i livet i stort. Hur skapar man en välmående arbetsplats? Hur gör jag för att själv må bra? Vad innebär ACT, och kan det vara något för Framtidens Primärvård och framtidens doktorer?

b) Dermatосkopi – vad bör vi kunna i primärvården?

Med Christina Berndes Sköldmark, Specialist i Dermatologi.

Här får du en djupdykning i dermatoskoperingens och hudens underbara värld. Ägna en timme åt att lära dig tolka vad du ser när du närgånget studerar alla de där R23.8 [Andra och icke specificerade hudförändringar], och du kommer i framtiden kunna använda långt mycket mer specifika diagnoskoder!

c) Palliativvård vid multisjuklighet – när och hur genomföra brytpunktssamtalet?

Med Daniel Gustavsson, specialist i Geriatrik. Verksam inom primärvården där han är inriktad på arbete med hembesök, särskilt boende samt mottagning för multisjuka och sköra äldre.

När och hur ska du genomföra brytpunktssamtalet hos individer som är i livets slutskede men inte i akut döende? Föreläsningen identifierar tänkbara situationer där

det är relevant att förhandsplanera vården utifrån ett palliativt förhållningssätt, och ger handfasta tips och exempel på hur frågorna och besluten kan lyftas, hanteras och dokumenteras. Vanliga fallgropar i kommunikation identifieras och det ges exempel på möjliga vägar att utveckla din egen förmåga till förbättring i området.

d) Vad är medicinsk yoga och kan det vara en del av framtidens primärvård?

Med Anne Wilderoth, Folkhälsovetare och MediYoga-instruktör på Forma framtid, Eksjö.

Anne Wilderoth kommer att berätta vad MediYoga handlar om, vad forskningen säger samt låta oss prova på några enklare övningar på stol. Idag används MediYoga (Medicinsk yoga) på över 200 Sjukhus och Vårdcentraler i Sverige. MediYoga har visat sig ha effekt på bl.a stress, oro, rygg- och hjärtproblem. Bilda dig en uppfattning om MediYoga kan vara en del av Framtidens primärvård!

e) Allmänläkare – varför är vi något alldeles speciellt?

Med Dorte Kjeldmand, Specialist i Allmänmedicin och Med Dr med avhandling om Balint-grupper som hon startat upp på sin vårdcentral 1993. Engagerad i Balint-ledarskap också internationellt. Unga läkares professionella utveckling ligger henne varmt om hjärtat. Är studierektor, håller i reflektionsgrupper, leder konsultationskurser och handledarutbildningar. Är SPUR-inspektör samt kompetensvärderare för mitt-i-ST och specialistexamen. Sedan några år mycket engagerad i introduktion och kompetensbedömning av läkare utbildade i utlandet, har lett Nässjö Utbildningscentrum.

Dortes arbetsliv har varit präglad av långa relationer till både arbetskamrater och patienter. Tidigt förstod hon kontinuitetens stora betydelse – hur långa relationer ger meningsfullhet och utvecklingsmöjligheter för både patienten och läkaren, men också att det finns risker förknippade med detta. Att tillåta sig djupt engagemang i arbetet utan att själv gå åt i processen, samtidigt som förutsättningarna hela tiden förändras. Dorte vill berätta om vad hon önskar att ST-läkare ska ta med sig i sitt yrkesliv.

f) Hur ska jag orka tala om att du ska dö?

Med Lasse Larsmark, Sjukhuspräst Jönköping, vidareutbildad inom Gestaltterapi och medlem i Region Jönköpings Läns Etikråd. Tillbringar huvuddelen av sina arbetsdagar på onkolog- och intensivvårdsklinik samt ett palliativt boende. Har många års erfarenhet av krishanteringsgrupp och av att samtala med patienter och närstående.

Här får du möjlighet att närma dig en svår och viktig uppgift du som doktor har, att prata med patienten om döden. Lasse ger handfasta tips på hur du kan hjälpa en person att sätta ord på sitt hopp och sin rädsla – för att på så sätt minska risken för ångest!

09.30-10.00

Fika och mingel hos utställare

10.00-11.00

Parallella föreläsningar - samma föreläsningar som 08.30-09.30

11.15-11.30

Lägesrapport från Lärandenätverket ”Tillsammans för framtidens primärvård”

Med Lotta Arvidsson, ST-läkare i allmänmedicin och initiativtagare till Lärandenätverket, ett nätverk som skapats inför ST-dagarna för att utforska tankar kring allmänmedicin, läkarskap och förändringsmöjligheter för framtidens primärvård.

Vi får en sammanfattning av tankarna kring Lärandenätverket, vad man gjort hittills och hur man blickar framåt!

11.30-12.00

Min dröm för framtidens primärvård

Med Emma Spak, ST-läkare i Allmänmedicin, Göteborg och samordnare för nära vård, Sveriges Kommuner och Landsting (SKL).

Hör henne berätta om sin dröm för framtidens primärvård.

12.00-13.00

Lunch och mingel hos utställare

13.00-14.00

En på tusen – hur svårt kan det vara?

Med Åke Åkesson, specialistläkare i allmänmedicin och sedan 4 år tillbaka chef för Borgholms Hälsocentral, och även med erfarenhet som barn- och infektionsläkare med över 10 chefs-år i sjukhusvärlden.

Åke Åkesson är "pappa" till Borgholmsmodellen med "En på tusen" och Hemsjukhuset. I Borgholm har han kunnat förverkliga många av sina idéer om hur man erbjuder en god vård till befolkningen och skapar en god arbetsmiljö för personalen där det är kö till läkartjänsterna. Lyssna på hans tankar om framgångsfaktorer för framtidens primärvård!

14.15-15.00

Framtidens primärvård i praktiken

Med Anna Nergårdh, specialist i internmedicin och kardiologi och tidigare chefsläkare och biträdande landstingsdirektör i Stockholms läns landsting.

Anna Nergårdh är regeringens särskilda samordnare för utredningen "Samordnad utveckling för god och nära vård", som tar avstamp i utmaningar så som hur sjukvården ska möta den demografiska utvecklingen, hur förtroendet för hälso- och sjukvården ska kunna öka samtidigt som skattemedel används ansvarsfullt. I juni i år kom det andra delbetänkandet i utredningen, där det tydliggjordes att primärvården ska vara navet i sjukvården, med krav på bland annat tillgänglighet och fasta doktorer. I mars nästa år kommer slutbetänkandet. Lyssna till en föreläsare som i allra högsta grad kan komma att präglade din framtid!

15.00-15.30

Fika och mingel hos utställare

15.30-17.00

Paneldiskussion: Framtidens primärvård – Vart är vi på väg?

Deltagare:

Christer Andersson, specialistläkare i allmänmedicin, VD och verksamhetschef för Bergsjöns VC och BVC, Göteborg

Gudrun Greim, specialistläkare i allmänmedicin, internmedicin, hematologi och onkologi och enhetschef och medicinskt ansvarig för Närhälsan Online

Anna Nergårdh, specialistläkare i kardiologi, regeringens särskilda samordnare för utredningen Samordnad utveckling för god och nära vård

Emma Spak, ST-läkare i allmänmedicin, Göteborg, och samordnare för nära vård, SKL

Åke Åkesson, specialistläkare i allmänmedicin och infektionssjukdomar, verksamhetschef för Borgholms VC, Borgholm

Moderatorer:

Erik Lindfelt, journalist

Charlotte Arvidsson, ST-läkare VC Hälsan 1 och specialistläkare i kardiologi

19.00

Bankett

8.00-8.45

Tuta och kör! - Allt du behöver veta om medicinsk lämplighetsprövning för körkort - frågan är fri!

Med Lars Englund, specialist i allmänmedicin och överläkare på Transportstyrelsen och Witold Pisarek, allmänläkare på Vårdcentral Jakobsgårdarna och överläkare på Transportstyrelsen.

Här får du en genomgång av regelverk och praxis för medicinsk lämplighetsprövning för körkort ur ett allmänläkarperspektiv. När behöver man anmäla en olämplig förare? Vad gäller för den läkare som inte fullgör sin anmälningsskyldighet? Vilka sjukdomsområden är av särskild vikt för allmänläkarens bedömningar? Är alkoholöverkonsumtion och droganvändning tillräcklig orsak till anmälan? När i en demensutveckling är det dags att säga ifrån om fortsatt körkortsinnehav? Vad är viktigt att kontrollera efter en stroke? Från årsskiftet gäller dessutom nya bestämmelser om hjärt- och kärlsjukdomar – ta chansen att uppdatera dig och få chansen att ställa alla frågor du behöver svar på!

09.00-10.00

Parallella seminarier och "ST Talks".

Vid seminarier där två föreläsare står angivna har vi "ST Talks" där talarna föreläser 20 minuter vardera på ett kort och koncist sätt enligt "Ted Talks"-modellen, mellan föreläsningarna finns tid för deltagarinteraktion.

a) Skräddarsydd behandling vid typ 2 diabetes

Med Anders Tengblad, specialist i Allmänmedicin och Med Dr.

Diabetes typ 2 är svårt och behandlingsstrategierna är många, här får du hjälp på traven och tips för framtiden!

Livsstilsförändring i framtidens primärvård - tillbaka till stenåldern?

Med Andreas Stomby, ST-läkare i Allmänmedicin och Med Dr. ST-läkare i Allmänmedicin, Med Dr och forskare vid Linköpings Universitet.

Hör en driven kliniker och forskare beskriva vilka effekter som livsstilsförändring har på hjärnans struktur och funktion. Missa inte dessa råd om hur du hjälper dina patienter att bli smartare!

b) ABC om förbättringsarbete - mindre snack, mer verkstad

Med Stina Gäre-Andersson, ST-läkare i Allmänmedicin. Går en mastersutbildning i kvalitet och ledarskap och arbetar på SKL med Primärvårdskvalitet.

Vad är Primärvårdskvalitet? Hur kan du använda det för att utvärdera, jämföra och förbättra din verksamhet? Kanske får du uppslag till just ditt ST-arbete på denna föreläsning?

c) Allmän hälsokontroll - nej tack! Riktat hälsosamtal - ja tack!

Med Hans Lingfors, specialist i Allmänmedicin och Med Dr.

Hur kan hälsosamtal förbättra patienters hälsa och förebygga framtida sjukdom? Hör en intressant och erfaren läkare och forskare berätta om hälsosamtalens många fördelar.

Tarmtrubbel - Nytt och gammalt om IBS

Med Henrik Stjernman, Specialist i Internmedicin och Gastroenterologi, Med Dr.

IBS är en vanligt förekommande orsak till tarmtrubbel i primärvården och kan vara en stor utmaning - för patienten att acceptera och leva med, och för doktorn att diagnostisera och förmedla. Här kan du få med dig kunskaper i att hantera detta stora ämne.

d) Tillsammans för framtidens primärvård – Ett lärandenätverk

Med Lotta Arvidsson, ST-läkare i allmänmedicin samt kardiolog, som skapat upplägget i samtal med Paul Batalden, professor emeritus i pediatrik och familjemedicin vid Dartmouth Medical School, USA, samt i kvalitetsförbättring och ledarskap inom hälsa och välfärd vid Jönköping Academy.

Morgondagens vård står inför stora utmaningar, och att fortsätta på nuvarande sätt ser inte ut att leda till god hälsa för våra patienter eller en bra arbetsmiljö för oss själva. För den som vill vara med när sjukvårdskartan ritas om finns just nu en möjlighet att ta initiativ till förändring. Vill du i samtal med andra likasinnade utforska dina egna tankar om vad som är primärvård, läkarskapet och vad som egentligen händer när vård skapas? Inom ramen för Lärandenätverket finns det idéer och material att utgå ifrån, men det är gruppen som bildas som bestämmer vart det tar vägen utifrån vad som visar sig viktigt för oss. Till det sista tillfället bjuder vi in personer vi tror kan hjälpa oss omsätta våra förslag i handling.

e) En introduktion till OMI – Teori och praktik

Med Are Ingman, Fysioterapeut med specialisering inom Ortopedisk Medicin.

OMI är på tapeten, här får du en introduktion till vad det är och får en praktisk genomgång av undersökning av axel enligt OMI.

OBS: Sponsorinslag, bidrar med kurs i OMI som pris

f) Gikt – en bortglömd ledsjukdom som kräver uppmärksamhet

Med Emilie Walfridsson, specialist i Allmänmedicin.

Gikt - den styvmoderligt behandlade sjukdomen som på senare tid visat sig vara allvarligare än vi tidigare trott. Hur kan vi i primärvården bli bättre på att ta hand om dessa patienter, med stora funktionsnedsättningar och smärtor samt hög komorbiditet med hjärtkärlsjukdom?

Vad leder läkemedelsgenomgångar med apotekare till?

Med Madeleine Ljungars, specialist i Allmänmedicin.

Vad tycker äldre om läkemedelsgenomgångar med apotekare? Vad minns de? Vad tycker de om sin läkemedelsbehandling och vilka problem ser de? Kom och lyssna på resultaten från ett vetenskapligt arbete i form av en intervjustudie som ger svar på dessa frågor och ifrågasätter implementering av förbättringsarbeten på svag grund.

10.00-10.30

Fika och mingel hos utställare

10.30-12.00

Mot nya äventyr - en inspirationsföreläsning

Med Renata Chlumska, äventyrare, bergsbestigare och föreläsare. Född i Malmö, bor i Jönköping. Blev 1999 första svenska kvinna att bestiga Mount Everest. Fortsatte med att bestiga Seven Summits, de 7 högsta bergen på samtliga 7 kontinenter, och har därefter gått vidare med andra äventyr. Siktar för närvarande mot rymden!

I denna inspirationsföreläsning tar Renata oss med på en resa genom hennes expeditioner. Hon talar om äventyret och allt det ger samt om de olika ingredienser som krävs i form av motivation, förändringsbenägenhet, målfokusering och riskvärdering. Eftersom moderna äventyr ofta är omfattande projekt med många människor involverade, talar hon även om projektledning, ledarskap och teambyggnad. Med detta som utgångspunkt får vi möjlighet att samla ihop alla intryck från konferensen och bli utmanade att lyfta blicken framåt mot våra kommande äventyr – i stort och smått – i framtidens primärvård.

12.00-12.30

Avslutning av ST-dagarna

Lokala arrangörsgruppen sammanfattar intrycken från dagarna. Prisutdelning.

12.30-

Packed lunch