

7-10
september
2021



**FRAMTIDENS
SPECIALISTLÄKARE**

Börja längta nu!



Chans att gå digital kurs redan i höst! Läs mer och anmäl dig på www.framtidenslakare.se

Börja längta!

Med denna tidning välkomnar vi **Dig** att delta i höstens digitala ST-kurser samt på FSL 2021. Då möts vi på Sveriges största läkar-kongress med ST i fokus!

Vi är glada att kunna erbjuda digitala ST-kurser till alla i höst, som en extra support till landets många ST-läkare.

Många av oss börjar också längta efter att ses igen. Att få samlas och lära sig nya saker tillsammans, ge bästa kompisen en kram, mingla i utställningen med alla kollegor, nätverka och träffa nya vänner. Vi drömmer om att få äta gott och gå på stora kalas, med sång och musik samt glada skratt, efter dagens många lärorika föredrag. Det finns ett stort behov av att mötas på riktigt, utbyta kunskap på plats och samtidigt stärka de kollegiala banden över hela landet. Kongressen ger en mersmak som är ytterst värdefull att ta vara på och fortsätta utveckla framåt.

Vi vill rikta ett stort och innerligt tack till alla Er som medverkar i kommande års FSL-aktiviteter. En enormt stor vänlighet



och vilja att hjälpa till möter oss från alla håll. Den kraften är fantastisk att få se och uppleva. Möt upp och delta i kommande års FSL-aktiviteter. Nu ska vi tillsammans få fart på både samhället och hela Sveriges kurs- & kongressverksamhet igen! ■

Om tidningen

Ansvarig utgivare

Ola Björgell, Regionöverläkare,
Kongresspresident FSL, Region Skåne

Produktion

Ola Björgell, FSL & NextMedia

Grafisk form

Stellan Stål

Tryck

V-TAB

Kontakt

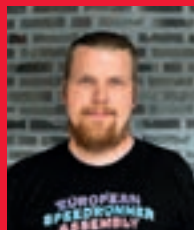
karin.m.andersson@skane.se

Info och anmälan

www.framtidenslakare.se

Medarbetare & skribenter, Framtidens Specialistläkare

Foto: Nicole Gustavsson



Axel Holmbom Larsen



Christina Christoffersen



Ola Björgell



Karin Andersson



Viveca Missler Dahlqvist



Nicole Gustavsson



Mikael Ristovski



Johanna Gudjonsdottir



Anna Das



Axel Nivestam



Isabelle Arctaedius



Moa Silwemark Junemar



Johan Borg



Lemmie Lemur

Chans att gå ST-kurser både i höst och under FSL 2021!

Vi är glada att presentera ett brett utbud av kurser för Sveriges alla ST-läkare. En nyhet är att vi erbjuder alla en möjlighet att delta i tre olika kurser digitalt redan i höst.

Text: Mikael Ristovski & Viveca Missler Dahlqvist

Värm upp med en digital ST-kurs redan i höst!

I höst erbjuder vi möjligheten att gå hela tre olika digitala ST-kurser motsvarande delmål i Försäkringsmedicin, Sjukdomsförebyggande arbete samt Ledarskap. Dessa, samt alla andra kurser, erbjuds sedan återigen på plats under kongressen 2021. Kurserna kommer att LIPUS-granskas. Denna kursverksamhet har som mål att supporta så många ST-läkare som möjligt med att få gå en kurs redan i höst.

Anmälan öppnar den 20/5 till våra tre digitala kurser. Du kan anmäla dig till en eller flera kurser. Håll utkik på hemsidan för detaljerad information.

Kursavgifter för hösten 2020 års digitala kurser (inkl anmälningssavgift, pre- & posttest samt utfärdande av intyg efter genomförd kurs och skriftlig utvärdering) är 1500:-/kurs, exkl moms. Kursavgiften gör att vi kan finansiera produktionen med all teknik och föreläsare, samt logistiken kring pre- & posttest och intygsförfarande. Det finns inget vinstsyfte från FSL och eventuellt överskott återförs i sin helhet till kongressen 2021 och till fortsatt kunskapsöverföring där.

Översikt kurser

	ST 2015	ST 2008
Kurser tisdag-onsdag	Delmål	Delmål
Handledning	a1	16
Ledarskapskurs*	a1, a6	17, 18
Smittskydd & Vårdhygien	a3	
Patientsäkerhet & Systematiskt kvalitetsarbete	a4	
Läkemedel – Klinisk farmakologi	b3	
Försäkringsmedicin*	b4	
Palliativ medicin	b5	
Kurser onsdag-fredag	Delmål	Delmål
Kommunikation	b1	13-15
Sjukdomsförebyggande arbete*	b2	

*Tre kurser (Ledarskap, Försäkringsmedicin, Sjukdomsförebyggande arbete) arrangeras även digitalt under hösten 2020 samt dessutom på plats under FSL 2021 tillsammans med övriga enligt tabellen ovan.

Kurser FSL 2021

Kurser FSL 2021 (preliminärt schema)

(ingår då i ordinarie kongressavgift för tre eller fyra dagars deltagande)

Handledarkurs

Vad innebär det att vara handledare och hur gör man egentligen? Vi kommer att handleda dig och tillsammans med övriga deltagare försöka ge dig svar på dessa frågor!

Introduktionskurs i ledarskap för ST-läkare

För att kunna skapa framgångsrik sjukvård måste vi uppnå kompetens inom ledarskap – men för att kunna leda andra måste man först kunna leda sig själv samt veta vad som gäller. Denna kurs ger dig inblick i olika aspekter av ledarskap samt hälso-sjukvårdens organisation, styrning och regelverk.

Ges även digitalt 2020!

Smittskydd & Vårdhygien

Här lär du dig allt från lagar och regler relaterade till smittskydd och smittspårning, till handfasta råd kring vårdrelaterade infektioner och hur du bäst hanterar de viktigaste smittsamma sjukdomarna för att förebygga spridning i vården och samhället i stort.

Patientsäkerhet & Systematiskt kvalitetsarbete

Vilken koppling finns mellan patientsäkerhet och kvalitet och hur går vi från rapportering av risker och händelser i vården till verklig förändring? Bli inspirerad genom en mix av teori, praktisk övning och goda exempel som ger dig konkreta verktyg för att förbättra det dagliga patientsäkerhetsarbetet på din arbetsplats.

Läkemedel – Klinisk farmakologi

"Rätt medicin till rätt patient och till rätt dos". Men hur bedömer vi vilka läkemedel vi ska använda? Hur kan vi veta hur "Gunnels" 14 olika läkemedel fungerar tillsammans och med Gunnel? Hur kan vi kritiskt granska all information om olika studier som vi översöks av, och hur påverkas egentligen miljön?

Försäkringsmedicin

Sjukskrivning är ibland okomplicerad men ibland mer resurskrävande och med frågetecken hur den bäst används som del av behandling av den enskilde patienten. Ofta involveras då flera aktörer, både inom och utanför sjukvården, varav vi i denna kurs samlat många av dessa för att vrida och vända på frågorna.

Ges även digitalt 2020!

Palliativ medicin

Det palliativa förhållningssättet innebär en helhetssyn på patient och närstående utifrån ett fysiskt, psykologiskt, socialt och existentiellt perspektiv. Lär dig att identifiera behov av palliativ vård i livets slutskede, behandlingsbegränsningar, brytpunktssamtal, etiska dilemman och mycket mer.

Kommunikation

Att kunna anpassa sin kommunikation till omgivningens behov är centralt i läkaryrket. Vi gör djupdykningar i patientmötena som kräver det lilla extra såsom patienter med nedsatt kommunikativ förmåga, diskuterar hur man kan få patienter att acceptera en förändrad livssituation, förmedla svåra besked eller hantera konflikter.

Denna kurs består av fristående programpunkter utspridda onsdag, torsdag och fredag. Du väljer själv från utbudet vilka föreläsningar du tycker verkar mest intressanta.

Sjukdomsförebyggande arbete

"Med goda levnadsvanor lever vi 14 år längre!" Genom denna kurs får du kunskapen, praktiska råd och de kliniska verktygen du behöver i arbetet med att uppmärksamma och behandla ohälsosamma levnadsvanor hos dina patienter.

Ges även digitalt 2020!

Denna kurs består av fristående programpunkter utspridda onsdag, torsdag och fredag. Du väljer själv från utbudet vilka föreläsningar du tycker verkar mest intressanta.

Jag heter Sara Lund, åtminstone ibland!

Vi vill att absolut alla ska vara välkomna till kongressen Framtidens Specialistläkare 2021. För att verkligen betona detta har vi bjudit in Sara Lund till att hålla invigningsföredraget. I denna intervju möter Ola Björgell, kongresspresident för FSL, Sara i ett samtal om att vara människa.

Text: Ola Björgell

Du är innerligt varmt välkommen till oss. Berätta lite mer om Dig själv?

– Tack, Ola. Jag heter Claes Schmidt. Jag är skåning, man, musiker, inspiratör, föreläsare, entreprenör, gift med Anita sedan 32 år - och transvestit. Under 16 år jobbade jag som producent och marknadschef på konferens- och nöjesanläggningen Slagthuset i Malmö.

Vad innebär det för Dig att vara transperson?

– För mig innebär det att jag då och då använder mig av ett kvinnligt könsuttryck. Jag är nöjd med mitt biologiska kön och betraktar mig alltid som man, även när jag klär mig som ”Sara”. Kläderna och attributen hjälper mig att komma bort från den trånga mansrollen och plocka fram något annat inom mig. Precis som så många andra i samma situation,

”

Någon har räknat ut att det bara är ungefär 4% av befolkningen som lever upp till det vi kallar ”normalt”. Det innebär att inget är så ovanligt som det normala.

har jag levt med detta sedan 4-5-årsåldern. Jag förstod tidigt att det var något som borde hållas dolt för omvärlden. Vem eller vad som fick mig att tänka så har jag ännu idag inte fått klart för mig.

Ären gick och mitt kvinnliga ”jag” låg i en väska. Jag klädde om i hemlighet och mådde fruktansvärt dåligt. Det var i 40-årsåldern som min hustru avslöjade mig. Det liv som öppnade sig då och möjligheten att leva ut min transidentitet, innebar en drastisk förändring i sättet att betrakta mig själv. Jag insåg

att jag inte var onormal – bara ovanlig och att placera problemet där det hör hemma. Om någon har problem med att jag är transperson – så är det deras problem.

Vad tänker Du kring ordet ”normal”?

– Det kommer ur ordet ”norm” som betyder ”vanligast förekommande”. Om vi lägger ihop alla som av en eller annan anledning inte passar in i samhällsnormen, så blir vi rätt många. Räknar vi alla som inte är heterosexuella, inte är kristna, inte är gifta, inte har barn, inte är ariska, inte har olika rörelsehinder, inte är svenska, inte har jobb, inte är antingen män eller kvinnor. Och alla som är överviktiga, undernärda, har damp, läs-, syn- eller hörselsvårigheter, inte kan gå i trappor osv, så blir vi faktiskt så många att vi med råge utgör majoriteten av befolkningen. Någon har räknat ut att det bara är ungefär 4% av befolkningen som lever upp till det vi kallar ”normalt”. Det innebär att inget är så ovanligt som det normala. Därför pratar jag inte så mycket om ”trans”. Jag pratar om varför vi tycker det är konstigt att människor är olika.

Vilka är Dina tankar om att få vara en människa?

– Min föreläsning heter ”Från Man till Människa”. Det innebär inte, att ”man” inte är en människa. Det innebär att ”man” är en begränsning precis som kvinna, men som ”människa” har jag betydligt större frihet. Jag har valt att vara offentlig med min transidentitet i första hand för att må bra. Och kanske även som en protest mot de samhällsnormer som försöker tvinga oss att vara och bete oss på ett visst sätt för att passa in. De människor som säger att transpersoner inte är normala menar att vi inte passar in i normen. Det är jag glad för! Vem vill leva i en värld där alla människor är likadana? Inte jag – mångfald berikar!

Respektera andra som den dom är. ■

Tips!

Lyssna på SaraClaes på YouTube inför FSL 2021: youtu.be/tTBbQyLrQxk



Claes Schmidt – skåning, man, musiker, inspiratör, föreläsare, entreprenör, gift med Anita sedan 32 år – och transvestit.
Foto: Elisabeth Ohlson Wallin

Zia in Zeptember 2021!

Avnjut luncher på FSL 2021 komponerade av Dante Zia – känd från Sveriges Mästerkock, TV4 Nyhetsmorgon och barnprogram på SVT. Låt dig fascineras av Dantes lekfulla fantasi – en hjärntårta eller varför inte vodkafasta. Vilken mat fantiserar du om?

Text: Isabelle Arctadius

Önskas vodkafasta eller varför inte en hjärntårta? Ja, man fascineras ofta av Dantes lekfulla fantasi. Matpassionen föddes hos mormor som var dagmamma och en fenomenal matlagare.

– Jag älskade att vara hos mormor när hon lagade mat åt barnen, men jag fick ofta skäll för att jag doppade fingrarna i alla grytor – redan då ville jag hjälpa till med avsmakningen.

” Jag försöker handla närproducerade råvaror och dessutom använda så stor del av råvarorna som möjligt

Av mormor fick jag också min första kokbok när jag var 10 år. Mitt favoritrecept var en himmelskt god rulltårta med vispgrädde och färska bär, som jag bakade så fort ett festligt tillfälle bjöds.

När Dantes kock-karriär tog fart efter ”Sveriges Mästerkock 2018”, pluggade han redan till civilingenjör, något som han fortsatt med parallellt med TV-kocksjobben. Nu när han

är färdig med studierna, verkar det dock vara kockyrket som lockar mest.

– Nu kör jag 100% mat/TV! Jag vill jobba som kock samtidigt som jag fortsätter göra barnprogram och gästa i Nyhetsmorgon. Jag drömmer också om att skriva en kokbok och att börja göra matlagningsprogram på Youtube.

I sin masteruppsats belyste Dante ett hållbarhetstänk – hur man kan tillsätta olika polymerer och fibrer till asfalt för att det skall bli mer hållbart mot väderskiftningar och förslitningar – men även hans matlagning går i hållbarhetens tecken.

– Jag försöker handla närproducerade råvaror och dessutom använda så stor del av råvarorna som möjligt. Skalet från jordärtskockan kan man fritera och garnera med uppe på sin rätt för att få läcker textur. Blomkålsblad går fint att göra blomkålsbladschips av.

När man på lördagsmorgnar sitter framför TV4 Nyhetsmorgon med sitt kaffe och inspireras av Dantes Italieninfluerade mat kan man inte låta bli att undra vilka matupplevelser som är så där lite extra för någon i kockbranschen.

– Min bästa matupplevelse var när jag var på Noma i Köpenhamn och blev serverad pin-färskt bröd tillsammans med en extremt god tryffelsås. Enkelheten var enastående, speciellt i relation till all avancerad matlagning vi fick smaka under kvällen på Noma.

Kanske är det just den enastående enkelheten och den lekfulla fantasin som är Dantes melodi. Smaka själv, vet ja'!

Zia in Zeptember 2021! ■



Dante Zia – känd från Sveriges Mästerkock, TV4 Nyhetsmorgon och barnprogram på SVT.

Foto: Kristoffer Ruckemann



Blixtsnabba beslut

Christina Christoffersen och Karin Andersson samtalar om Jonas Erikssons föredrag på FSL 2021 med fokus på ledarskap & kommunikation.



Foto: Andreas L Eriksson / Bildbyrå

Christina: Karin, Du har bjudit in Jonas Eriksson till FSL. Kan Du berätta varför Du ser så mycket fram emot att få höra Jonas Eriksson tala för oss på FSL 2021? Kan hans föreläsning vara relevant för en sådan som jag som inte kan så mycket om fotboll?

Karin: Ja, jag kan inte heller så mycket om fotboll men jag är redan riktigt taggad inför denna föreläsning därför att Jonas är en fantastisk talare. Jag har lyssnat på honom en gång tidigare och jag tycker det var superbra. Jonas har ett dynamiskt sätt att framföra sina budskap med fina bilder, filmsnuttar och bra struktur. Det blir gripande, fängslande, spännande och fram för allt nyttigt.

Föreläsningen handlar om saker som han har lärt sig i sitt yrke, med mycket fokus på kommunikation och ledarskap. Om att få gehör för sina åsikter. Om hur en kan få sina beslut att bli respekterade av alla inblandade. Det är en föreläsning för alla som förstår att

” Det är en föreläsning för alla som förstår att kommunikation är både svårt och viktigt

kommunikation är både svårt och viktigt. Om hur en kan gå till väga under maximal press när det på kort tid ska fattas svåra och avgörande beslut. När det inte får bli fel. Kanske även relevant för läkare eller hur?

Christina: Verkligen! Kom han med några bra tips?

Karin: Jag tyckte särskilt mycket om när han beskrev hur han förberedde sig rigoröst inför en match. Hur mycket bakgrundskunskap det behövdes för att resultatet skulle bli bra. Det var otroligt spännande att höra och gav mig

I denna föreläsning om ledarskap och kommunikation kommer du garanterat att ryckas med, oavsett om du är fotbollsintresserad eller inte!

mycket att reflektera över i mitt eget yrkesutövande. På vilket sätt förbereder jag mig på mina utmaningar? Fokuserar jag på rätt saker? Är det effektivt? Han satte igång många funderingar och tankar...

Om Jonas Eriksson

Jonas Eriksson är en av Sveriges mest framgångsrika fotbollsdomare genom tiderna. Han har sommarpratad, varit med i På spåret och agerat expertkommentator på SVT. Jonas har minst sagt många strängar på sin framgångsrika lyra. Vi är därför väldigt glada att kunna välkomna Jonas som föreläsare under Framtidens specialistläkare 2021!

Av föreläsningen kan du förvänta dig en unik berättelse om en vardag där viktiga beslut fattas under enorm press, där att agera chef för några av världens främsta fotbollsspelare inte hör till ovanligheterna och där ett endaste misstag kan kosta dig din karriär. I denna föreläsning om ledarskap och kommunikation kommer du garanterat att ryckas med, oavsett om du är fotbollsintresserad eller inte!

Välkomna att lyssna på Jonas i Arenarummet under FSL 2021

Ett samtal om vetenskapliga nyheter

Axel Nivestam, en av medlemmarna i organisationskommittén för framtidens specialistläkare, samtalar med en av våra högtintressanta föreläsare, Emma Frans, som kommer till FSL 2021 och pratar om forskning och att kritiskt granska forskningsnyheter. Emma har vunnit priset "Årets folkbildare" två gånger samt synts och hörts i "Sommar i P1", radioprogrammet "Hjärta och hjärna" samt SVT:s nobelsändningar. Hon har även gett ut två böcker i ämnet hur man läser vetenskapliga nyheter. I nutid har vi nog alla sett och lyssnat på Emma i TV-utsändningar under den aktuella Covid-19-pandemin.

Hur känner man igen en fejkad forskningsnyhet?

– Det kan vara svårt att granska forskning. Var uppmärksam på när samband tolkas som orsak och verkan, eller tveksamma generaliseringar, som när resultat från djurstudier överförs till människor, eller då man generaliserar en selekterad grupp till hela mänskligheten. Andra exempel kan vara kliniska prövningar som är gjorda på friska individer men som generaliserats till multisjuka patienter. Eller psykologiska studier på Stanford-studenter som fått gälla för människor över hela världen. En annan varningsflagga är hälsoråd på gruppnivå utifrån enstaka studier.

Vad kan de som arbetar med forskning och vetenskap göra för att förhindra att nyheter och information sprids på fel sätt?

– Jag började med vetenskapskommunikation efter att ha blivit felciterad när jag intervjuats om en forskningsrapport jag skrivit. För att nå ut direkt till allmänheten startade jag en blogg. Jag tror att många forskare kan dra nytta av att skriva och sprida sitt eget budskap genom en egen plattform. Men utöver det har jag ett par praktiska tips. Var noggrann med

rar mer i sin avkomma. Den publicerades under flyktningvågen med debatt om ett överskott på män. Hen blev väldigt utsatt och hamnade i fokus med en hel del hat. Man måste ha en beredskap för att sådana situationer uppkommer och ha ett stöd i det.

Hur tror du att läkares uppgift i samhället kommer att förändras framöver kring information och vetenskap?

– Här brukar jag lyfta fram vaccinfrågan. Det behövs strukturerad information för att nå ut till patienten om varför det är viktigt att vaccinera. Det ger läkaren en kommunikativ roll som jag tror kommer att öka. Det kommer att behövas utbildning för läkare runt det framöver.

Det är viktigt att man tänker kring problemen som kan uppkomma kring desinformation. Det är en fara när folk väljer bort evidensbaserad vård på grund av information som inte stämmer. Gruppen och individen far illa på grund av information som inte stämmer. Där måste läkare kunna motivera varför de ger en viss behandling.

Vad det gäller vaccination kan vi jämföra Sverige med Europa i stort. Det är stor skillnad mellan Sverige och Europa, då Sveriges barnvaccinationsprogram har en täckning på omkring 97%, medan vi ser ett flertal stora mässlingsutbrott i Europa. Där tror jag att BVC är en framgångsfaktor, då det är gratis och enkelt att vaccinera sig enligt barnvaccinationsprogrammet. Men även att relationen med BVC-sköterskan är viktig. Det ger en bra grund för ett förtroende.

Ett annat exempel är frågan kring att man aldrig ska googla sina symptom. Att googla sina symptom skapar en annan typ av samtal, där patienten kan vara en bra resurs. "Man ska aldrig googla sina symptom" är en inte ovanlig term inom läkarkåren. En välinformerad patient är en tillgång. Det kan hålla en på tårna att bli ifrågasatt och patientens engagemang kan möjliggöra en mer skraddarsydd vård till exempel. ■



Gruppen och individen far illa på grund av information som inte stämmer. Där måste läkare kunna motivera varför de ger en viss behandling

att läsa igenom och granska det som ska publiceras! Läs särskilt och godkänn rubriken, då det ofta är någon annan än den som skriver artikeln som rubriksätter den!

Det som finns idag är ett nytt digitalt landskap med hot och hat via sociala medier. Jag kommer ihåg en bekant som forskar kring evolutionspsykologi. En studie hade visat på fördelar i ett överskott av män, då de investe-

Emma Frans är doktor i medicinsk epidemiologi. Hon är forskare vid Karolinska institutet och tidigare vid University of Oxford.

Foto: Niklas Nyman/Volante



Tips!

Chans att få en bok med hem från kongressen

Kom till FSL 2021 och lyssna på Emma Frans i kongressens avslutande föredrag. Vi delar ut någon av Emmas högt läsvärda böcker till alla Er som finns på plats i salen då!

Underbart är gott – och så ska det vara på FSL!

Sedan många år har Framtidens Specialistläkare (FSL) sin alldeles egen favoritkonditor, Jan Hedh, som skapar himmelskt god choklad. Kom till FSL 2021 och njut av Jan Hedhs inspirerande föredrag om livet som konditor- och bagarmästare.

Text & foto: Ola Björgell

Efter detta föredrag förstår Du precis varför det behövs riktigt smör och ren vispgräddde samt sällsynta kakaoböner om det ska bli absolut underbart gott!

Skånes och Sveriges främste konditor- samt bagarmästare

Jan har genom sina många böcker blivit känd som Skånes och Sveriges främste konditor- samt bagarmästare. Jan har mästarbrev såväl inom konditoryrket som bagaryrket och sitter på en av stolarna inom den Skåneländska gastronomiska akademien. Det finns många gastronomiska utmärkelser med i bagaget med kunglig glans, från Sveriges regering, the ICR Award for Most outstanding book on desserts, världsmästerskap inom konditoryrket samt otaliga medaljer från internationella utställningar med karamellarbeten i ett flertal länder. Jan har också ett finger med i syltburken på Olof Viktors Bageri i Glemminge där det bakas bröd i vedeldad ugn samt serveras glass i stora lass, sylt, marmelader och läckra bakverk. Vi är ju i Skåne!

Från konditori Heidi i Malmö till världsomseglande Queen Elisabeth II

Som tonåring började han arbeta på konditori Heidi i Malmö och avslutade lärotiden med gesällprov på Konditorfackskolan i Uppsala med bronsmedalj. Sedan fortsatte det med jobb som Commis Pâtisseries på Savoy Hotel i Malmö för att lära restaurantkonditori med desserter som specialitet. Vidare följde militärtjänst i Kungliga marinen som kock på Sjätte minröjningsflottlinjen i Göteborg.

Därefter blev det praktik på flera världsberömda platser, bland annat Confiserie Honold i Zürich och Confiserie Brändli i Basel, Pastiseria Motta i Milano, Patisserie Escribà i Barcelona och Pâtisserie Dupont i Paris. Mellanspel förekom även på fackskolor runt om i världen, liksom arbete som Chef Pâtisserie på de världsomseglande kryssningsfartygen Vistafjord, Sagafjord och Queen Elisabeth II.

Den mest sällsynta kakaobönan på jorden

Idag arbetar Jan tillsammans med Maria Escalante från norra Peru. Hon har etablerat sig i Sverige som en av landets ledande chokladkännare och tillverkare. Maria föreläser, undervisar om choklad, arrangerar provningar och guidar vid resor till Sydamerika.

På Chocolaterie Les Trois Roses i Malmö tillverkas Jans & Marias läckra choklad och praliner, sylter, marmelader, senap, vinäger och kryddblandningar – allt smaksatt med choklad. En av specialiteterna är att de importerar den mest sällsynta kakaobönan på jorden vid namn Porcelana från plantagen La Hoja i Mexico. Av den framställer de en egen choklad på endast 75 % rostade och skalade kakaoböner – Porcelana. ■

Tips!

Jan Hedh föreläser på FSL 2021. I samma pass kan Du också lyssna på Charlotte Erlanson-Albertsson, professor i medicinsk och fysiologisk kemi vid Lunds universitet som avslöjar allt om aptitreglering och tipsar om smart energibalans. Efter föredragen möter Du Jan och Maria i utställningen alla dagar under kongressen. Passa på att handla lite böcker och några av deras läckra praliner med Dig hem.

Kolla också in när Tilde på TV4 får en lektion av Jan Hedh i hela Sverige bakar på följande länk och börja längta till FSL; youtu.be/ycUFRiPOWVY



På Chocolaterie Les Trois Roses i Malmö tillverkas Jans & Marias läckra choklad och praliner, sylter, marmelader, senap, vinäger och kryddblandningar – allt smaksatt med choklad.

Chans att gå ledarskapskurs i höst inför FSL 2021!

Moa Silvemark Junemar och Christina Christoffersen tillhör båda Programgruppen för FSL 2021. Christina håller en digital kurs i Ledarskap för ST redan nu i höst, samt på plats under kongressen hösten 2021.

Moa: Hej Christina, vad roligt att du ger din ledarskapskurs på FSL igen – är det andra gången nu?

Christina: Ja det blir jätteroligt att vara med igen. Under förra kongressen var salen fullbokad med deltagare från hela Sverige och kursen fick en väldigt positiv skriftlig utvärdering.

Vi välkomnar ST-läkarna till en digital introduktionskurs redan nu i höst där deltagarna får lära sig om ledarskap, om regelverket som arbetsgivaren följer, om sjukvårdens organisation med mera. Kursen motsvarar Socialstyrelsens delmål A1 och A6 (respektive 17,18) om ledarskap och sjukvårdens organisation.

Moa: Kanske fyller just den kursen ett stort behov, hur tror du det kommer att se ut med deltagandet denna gång?

Christina: Haha, ja vi var verkligen många i salen förra gången och jag tror att kursen blir minst lika populär även i höst med ett digitalt format. Det finns helt klart ett stort intresse och behov av en ledarskapskurs som denna. I höst blir kursformatet helt digitalt och nästa år kör vi kursen som vanligt på FSL 2021 när vi alla kan ses på Malmö Arena igen!

Min förhoppning är att ST-läkarna ska få en känsla av mersmak kring ledarskap och att det faktiskt går bra att söka en chefstjänst, bli schemaläggare, bli processansvarig, projektledare eller liknande. Min kurs är avsedd att ge deltagarna en bra översiktlig bild av ämnet och kanske söka ytterligare kunskap om det i senare skede. Man kan t.ex. gå andra ledarskapskurser i fortsättningen både före och efter man klivit upp och tagit ett chefsansvar.

Moa: Men varför tycker du det är viktigt för läkare att gå ledarskapskurs?

Christina: Jag förstår varför du frågar, det är inte självklart för alla att det finns en koppling mellan ledarskap och läkarkonst. Jag tror dock att vi kan bli bättre läkare om vi accepterar vårt ledarskapsansvar. De som är ST-läkare nu kommer att forma framtidens hälso-sjukvård. Därför kommer vi i kursen att förmedla kunskap om det



Moa Silvemark Junemar och Christina Christoffersen tillhör båda Programgruppen för FSL 2021.

sjukvårdssystem vi arbetar i. Vi kommer också lära oss om hur man kan påverka kulturer på arbetsplatsen i positiv riktning. Och om hur vi kan ta hand om oss själva, så vi och våra kollegor kan hålla länge i rollen som läkare och ledare.

Moa: Finns det några nyheter i årets ledarskapskurs?

Christina: Ja, vi har lagt till ämnet ”Public Speaking” – om hur du kan bli bra på presentationsteknik. Som läkare och ledare behöver du kunna kommunicera dina idéer och förslag så folk hör dig, förstår dig och kanske till och med kan tänka sig att hjälpa dig med det du vill uppnå. Det gäller egentligen kommunikation på alla nivåer, från patientsamtal till föreläsningssituationer. Som läkare behöver vi ofta förmedla olika budskap eller erfarenheter till andra på ett sätt så att det verkligen går fram och landar väl hos mottagaren. Vi kommer att satsa lite extra på detta under denna kurs för vi tror att läkare kan ha nytta av att bli bättre talare – med lite tips och trix ska det gå. ■

Ledarskap för ST

Christina Christoffersen är radiolog och nuklearmedicinare. Hon gick Ledarskaps-ST i Region Skåne och var därefter Studierektor på Bild- och Funktion på SUS. Utöver sin kliniska verksamhet på Sektionen för Klinisk Fysiologi, SUS, arbetar Christina i Region Skånes Koncernstab HR med regionövergripande ST-utbildning, bland annat med olika ledarskapsutbildningar.

Läs mer om hur Du anmäler Dig till höstens digitala ledarskapskurs på www.framtidenslakare.se och börja sedan längta till kongressen 7-10/9 2021!

Rebellkirurgen

No Pressure – No Pulse – No Problem

Använda cykelekrar för intern fixation av ortopediska frakturer eller varför inte för extern fixation av ansiktsfrakturer? Hemligheten bakom hur man orkar vara jour 24/7 i 10 år utan att bli utbränd. Detta och mycket mer kommer Erik Erichen, mer känd som "Rebellkirurgen", att föreläsa om på Framtidens Specialistläkare 2021.

Text: Isabelle Arctadius

I Etiopien, ett av världens fattigaste länder (placerades på plats 173 av 189 i UNDP:s Human Development Index 2019), tjänstgjorde Erik Erichen i över 10 år. Närmare bestämt jobbade Erik på Airasjukhuset, som är beläget 60 mil väster om Addis Abeba. På Airasjukhuset utför man cirka 6 000 operationer/år och träffar i genomsnitt 350 patienter på mottagningen per dag. Under två år var Erik den enda läkaren som tjänstgjorde på

rande gavs utrymme för kreativitet och eget initiativtagande kom jag på min första okonventionella lösning: att använda "Japanska danstrosor" för att behandla stort framfall på en gammal kvinna som inte klarade att sköta en prolapsring.

Till Airasjukhuset kommer patienter med alla sorters åkommor, så "Rebellkirurgen", som i botten är ortoped, har behövt behålla sin bredd. Här opereras patienter för trauma, förlossningskomplikationer, ileus, struma, läppgomspalt, ulcus med komplikationer, bråck etc. Medicinskt söker patienterna för allt från malaria och tetanus till hjärt-/kärlsjukdomar och diabetes typ I.

” Min teori är att om man upplever att man har kontroll över sitt arbete samt att det känns meningsfullt så blir man ej utbränd, oavsett arbetsbördan

sjukhuset. Således vande han sig vid att vara jour dygnet runt i 10 år och att ha långa dagar fullspäckade med operationer, för att sedan på eftermiddagen träffa cirka 20–30 patienter på kirurgmottagningen på cirka 30–60 minuter. Detta till trots kände han aldrig att utbrändheten var nära. Visst upplevde han sig trött ibland, men aldrig utbränd.

– Min teori är att om man upplever att man har kontroll över sitt arbete samt att det känns meningsfullt så blir man ej utbränd, oavsett arbetsbördan.

Erik blev känd som "Rebellkirurgen", från SVT-dokumentären vid samma namn, för sina alternativa lösningar för att kunna behandla och vårda sina patienter på en plats där resursbristen var påtaglig.

– Jag har alltid varit innovativ, även inom svensk sjukvård. På 1970-talet då det fortfa-

I Sverige är vi vana vid strikt sterilitet, ett smörgäsbord av material och verktyg, högteknologiska diagnostiska metoder och interventioner samt god tillgång till läkemedel som är tillförlitliga. Kontrasten till Etiopien är stor, där de sanitära förhållandena är bristfälliga och tillgången på läkemedel och material är otillräcklig.

– Den enorma resursbristen i Etiopien tvingade mig använda fiskelina som sutur – klippt i lagom längd fastklämd i en vanlig injektionsnål, cykelekrar som intern fixation vid frakturer i små ben eller till extern fixation av ansiktsfrakturer. Rostfritt stålstag från Biltema böjt i ena ändan och andra ändan avsågad 45 grader blev utmärkt mörkspik i lårben, överarm och underben. Hårklämma fungerar perfekt som penisklämma vid inkontinensbesvär. Cykelpump med stämpeln vänd 180 grader blir en effektiv sugapparat. Operationshandskar fyllda med varmt vatten blev bra blodvärmare. Digital utomhustermometer från Clas Ohlson för 49,90kr, kan sättas upp



Erik Erichen, mer känd som "Rebellkirurgen", föreläser på Framtidens Specialistläkare 2021.

Foto: Från Erik Erichsens bok Rebellkirurgen

i rektum så har man en utmärkt kontinuerlig temperaturmätare. Träpinnar och gips som extern fixation. Stearin från levande ljus som benvax. Vanlig bormaskin klädd sterilt för ortopediska operationer.

Som vanlig "Svensson-läkare" undrar man förstås om han aldrig oroade sig för att något skulle gå på tok.

– En äkta kirurg oroar sig alltid över sina patienter, komplikationer och tillkortakommanden oavsett var man befinner sig i världen. Jag oroade mig även för att medicinerna skulle ta slut, utrustningen gå sönder, pengarna ta slut, generatoren gå sönder, vattenpumpen bränna sönder, floden torka ut och vattnet försvinna och såklart även att mina uppfinningar inte skulle fungera som tänkt. Men det var bara ett av otaliga bekymmer.

Mot alla odds lyckades Erik att rädda livet på många under sina 10 år vid Airasjukhuset. Mest stolt är han över att de lyckades rädda

97% av alla kvinnor som kom in med uterusruptur, detta trots att de ofta anlände när de redan befann sig i svår chock – ibland utan

En äkta kirurg oroar sig alltid över sina patienter, komplikationer och tillkortakommanden oavsett var man befinner sig i världen

”

varken puls eller blodtryck. Det är efter dessa framgångssagor han myntat uttrycket: No Pressure – No Pulse – No Problem. ■

Rebellkirurgen

Kom förbi och lyssna på Erik "Rebellkirurgen" Erichsens spännande och häpnadsväckande berättelser på Framtidens Specialistläkare 2021. Under föreläsningen kommer det att lottas ut ett antal av Eriks självbiografier "Rebellkirurgen" – kanske blir du den lycklige vinnaren?

Framtidens Specialistläkare bjuder in till fest på Malmborgen

Förbered dig på att avrunda kongressens sociala program med en helkväll på festliga Malmborgen den 9 september 2021. Organisationskommittén har träffat Markus Walterström, VD för Malmborgen, och sonderat terrängen inför 2021 års glammigaste tillställning.

Text: Johanna Gudjonsdottir, Foto: Oskar Stackerud

Ljuset är dämpat och de stora lokalerna andas av historiskt och nutida firande. Trots att det är tidig måndagkväll i Malmö snurrar den stora diskokulan i foajén – kanske efter helgens festligheter. Nicole, Isabelle, Johanna och Moa från organisationskommittén för FSL 2021 träffar Markus Walterström, VD för nöjesmeckat Malmborgen mitt i hjärtat av Malmö.

” Malmborgen har under årens lopp erbjudit konserter med världskända band, som bland annat Rolling Stones. Under FSL kommer inga mindre än bandet Läkarrock bjuda på toner att svänga våra lurviga till på dansgolvet

Markus är andra generationens nöjesmogul i Malmö och har lång erfarenhet av att organisera oförglömliga kvällar i festens tecken. Planeringen inför torsdagskvällen på FSL har pågått för fullt sedan länge.

Medan vi vandrar omkring genom de anrika rummen, alla med en egen karaktär, får vi veta att de stora sammanlänkade byggnaderna uppfördes redan i slutet av 1800-talet och att de under åren inrymt många olika aktiviteter. Markus far, Dan Walterström, som redan som 16-åring började anordna events, förvärva-

de sin första lokal i Malmborgen i slutet av 1960-talet och sedan dess har nöjesimperiet stadigt blivit större. 2006 tog man över den senaste byggnaden, som fram tills dess var ett nunnekloster som låg vägg i vägg med en av Malmborgens nattklubbar.

Kvällen den 9 september 2021 kommer Framtidens Specialistläkare ställa till med kalas på Malmborgen. Vi hoppas kunna erbjuda någonting för varje smak. Kvällens middagsbuffé innehåller allt från skaldjursoppa till kakbuffé, och kommer att kunna avnjutas i flera av de pampiga salarna. Under kvällen kommer det att finnas möjlighet att mingla på den lummiga terrassen, dansa på något av dansgolven och själv bidra till underhållningen i karaokerummet. Vi kommer även att bjuda på överraskningar och kanske till och med ett och annat trolleritrick.

Malmborgen har under årens lopp erbjudit konserter med världskända band, som bland annat Rolling Stones. Under FSL kommer inga mindre än bandet Läkarrock bjuda på toner att svänga våra lurviga till på dansgolvet.

Innan vi tar farväl av Markus för den här gången passar han på att berätta att hans far på 70-talet övervägde att öppna Malmös första pizzeria. Han valde dock att avstå, då han bedömde att Malmöbornas pizzabehov inte skulle vara så stort. ■



ST-läkarkurs i Försäkringsmedicin på FSL

Digitalt hösten 2020 och på plats under kongressen 2021

Text: Sven-Anders Sölveborn, kursansvarig

Kunskap om sjukskrivningsprocessen och försäkringsmedicin är mycket viktigt och ingår som obligatoriskt delmål (b4) för ST i direkt patienthanterande specialiteter. Det framgår av flera stora läkarenkäter att av de verktyg som läkaren har till förfogande är sjukskrivningen det som man är minst bekväm med, i upp till 50 % också upplevt som ett arbetsmiljöproblem. Att behovet av utbildning inom området är stort visas också av att i den största läkarenkäten med svar från 18 700 kollegor (KI 2017) anger inte mindre

än 34 % att man minst en gång per månad har fall där man inte har tillräcklig kompetens för handläggningen, och 42 % av alla säger sig ha problematiska sjukskrivningsfall minst någon gång per vecka!

Många föreläsare medverkar på kursen, såsom Generaldirektören Nils Öberg på Försäkringskassan, övertecknad Sven-Anders Sölveborn

Det framgår av flera stora läkarenkäter att av de verktyg som läkaren har till förfogande är sjukskrivningen det som man är minst bekväm med

”

(problembeskrivningen, statistik och myter), Kristina Alexanderson (forskning om sjukfrånvaro), Åsa Kadowaki liksom Ragnhild Tunehag (psykisk ohälsa), Sahar Janfada-Baloo (utmattningssyndrom), Bengt Jönsson (salutogent perspektiv), Kerstin Jigmo (genderneutralitet och våld i nära relationer), Kjerstin Stigmar (bättre rehabplan med ICF-stöd), Cecilia Stenfeldt (aktuellt regelverk och utfärdade riktlinjer) och moderator Anja Nyberg.

Ges även digitalt 2020!

Sven-Anders Sölveborn, ortoped & idrottsmedicinare, studierektor AT/ST emeritus Ystad Lasarett, samordningsfunktion för utbildningen i försäkringsmedicin för läkare i Region Skåne.

Vi satsar på en större utställning än någonsin till FSL 2021!

Framtidens Specialistläkare är Sveriges största mötesplats för ST-läkare, handledare, studierektorer och sjukvårdshuvudmän och många andra viktiga grupper som arbetar med ST.

Utställningen är en viktig del av kongressen och som vanligt håller den hög klass med många utställare. Det finns redan ett stort intresse inför 2021 och vi har många återkommande utställare samt även några som ställer ut för första gången.

Det är en stor bredd bland utställarna och du hittar bland annat representanter från myndigheter, regioner, fackföreningar, förlag, patientföreningar och bemaningsföretag. Dessutom finner du flera Läkemedels- och Medtechföretag i utställningen. Det finns helt enkelt en stor kompetens att ta del av. Alla är dessutom där för att de vill ha en dialog med Dig som deltagare.

Nyheter: Prova på-verkstäder

Under kongressen i september 2021 hittar du ett antal

verkstäder mitt i vår utställning. I dessa verkstäder kommer du att erbjudas möjlighet att öva och prova på. Här kan du få tips hur du på bästa sätt syr ihop, skoperar ett öra eller kikar in i ett öga, borrar i skelett eller tar en biopsi.

Besök vår fina utställning

Ta chansen att besöka våra utställare på plats. Där finns mycket inspiration, kunskap och goda råd att hämta som du har nytta av i ditt dagliga arbete. Kanske hittar du nya lösningar att implementera på Din avdelning direkt efter kongressen!

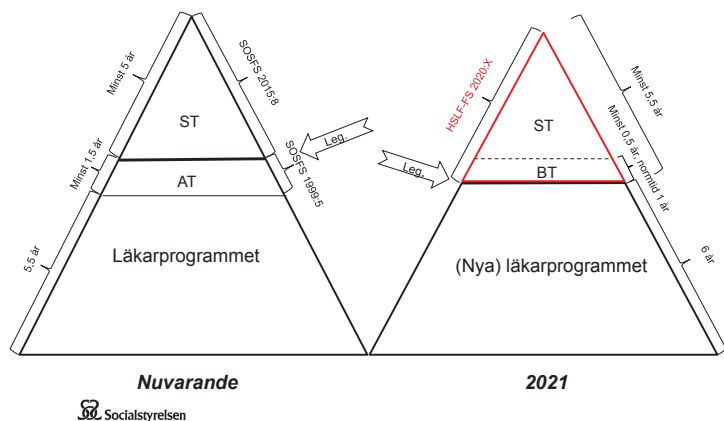
I utställningen serveras kaffet under pauserna. Ta en gofika. På onsdagen välkomnar vi till en mingelkväll i utställningen med tillhörande mat & dryck.



Vad är BT och varför pratar alla om det?

BT står för Bastjänstgöring. Det är en ny del av läkarutbildningen som var tänkt att starta redan den 1 juli 2020. Sveriges läkarförbund och Sveriges Kommuner och Regioner ber nu regeringen att skjuta upp införandet av bastjänstgöring och låta nuvarande regelverk för allmän- och specialiseringstjänstgöring gälla året ut på grund av det ansträngda läget i vården. Socialdepartementet arbetar nu på en proposition där de föreslår att införandet av BT skjuts upp till den 1 juli 2021. BT kommer då att bli den nya introduktionstjänstgöringen som ersätter dagens allmäntjänstgöring (AT).

Text: Anna Das



För att kunna anpassa sig till EU:s direktiv kommer Sverige att göra om hela utbildningen från termin 1 till specialistbevis. Stort fokus har nu hamnat på det som kallas för bas-tjänstgöring (BT).

Grundutbildningen kommer att förlängas till 6 år med legitimation vid examen. AT

Syftet med BT är att ge alla legitimerade läkare en bra och likvärdig introduktion till det kliniska arbetet



Preliminärt schema över BT-dagen

Moderatorer: Gisela Larmark, Caroline Mellberg och Anna Das

08.30–10.00

Nya grundutbildningen – från termin 1 till legitimerad läkare – Peter Svensson

Om uppdraget att utreda övergången mellan grundutbildning och ST – Jens Schollin

Det yrkeslivslånga lärandet – Stefan Lindgren

10.30–12.00

Nya föreskrifter och allmänna råd för BT & ST 2021

– Ragnhild Mogren och Anders Kring (Socialstyrelsen)

Reflektion från:

SLF, Sofia Rydgren Stale

SYLF, Rofida Ghazvinian

SLS, Hans Hjelmqvist

SKR, Anna-Clara Olsson och Michael Bergström

13.15–14.45

Pilotverksamhet i Dalarna samt resulterande framtids tankar – Marcus Carlsson

Dimensionering – utmaningar och möjligheter – Anna-Clara Olsson och Michael Bergström (SKR)

Paneldebatt med alla föreläsare

kommer därför på sikt att försvinna helt och istället ersättas med BT som nu blir den nya introduktionstjänstgöringen. Den kommer att göras av legitimerade läkare samt vara en del av hela ST-blocket som förlängs till totalt 5,5 år.

Ramen för hur BT kommer att se ut håller på att sättas. Till en början planerar man att införa BT för legitimerande utlandsstuderande. Upplägget kommer att likna AT genom att man ska jobba inom olika block och kraven för godkännande blir målstyrda. Längden blir mellan 6 månader och 1 år beroende på situation. För resterande svenska studenter blir BT först aktuellt kring 2027, 6 år efter planerad start av den nya grundutbildningen.

Syftet med BT är att ge alla legitimerade läkare en bra och likvärdig introduktion till det kliniska arbetet. FSL är nu stolta över att kunna bjuda in er alla till ett fullspäckat program med föreläsningar och debatter där alla stora parter som är involverade i processen kommer att delta. Vill du veta mer så kom till vår BT-dag på FSL 2021!

Peter J Svensson – Professor, Lunds universitet

Vad kan vi förvänta oss av den nya utbildningen?

– Vi kommer att utöka det verksamhetsintegrerade lärandet (VIL) med längre kliniska placeringar och vi har även utvecklat examinationen. Ett nytt grepp är att vi kommer att introducera EPA (entrustable professional activities) i programmet som enkelt kan översättas med att vi bedömer att studenterna är "stabila" i att utföra vanliga kliniska aktiviteter över tid. Det har i en nationell arbetsgrupp med alla medicinska fakulteter i Sverige fastslagits 10 nationella EPA:s som vi kommer att introducera och som vi anser att alla som lämnar ett 6-årigt läkarprogram ska kunna.



Marcus Carlsson – Läkare, Projektledare BT, Region Dalarna

Vad är viktigast att tänka på vid implementering av BT den 1 juli 2021?

– Jag tror att vi måste försöka standardisera så mycket som möjligt, dela med oss prestigelöst av goda idéer och konkreta dokument såsom checklistor, arbetsbeskrivningar etc och gärna samverka nationellt inom områden där det gynnar alla, t.ex. samordna rekryteringsperioder likande som AT har idag, utbildning av "externa bedömare" och "huvudhandledare" med mera. Vi skulle också behöva få hjälp från högre nationellt central nivå att erbjuda webbaserade och/eller distanskurser för utlandsutbildade inom framförallt svensk sjukvårdslagstiftning och styrning, försäkringsmedicin och "Vem gör vad i vården" för sådant som är unikt för just det svenska sjukvårdssystemet. Det skulle kvalitetssäkra att alla har samma kompetensbas inom just grunderna för svensk sjukvård, oavsett var man har studerat till läkare och underlätta avsevärt för alla BT-arbetsgivare som annars måste uppfinna hjulet själva inom varje region.



Ragnhild Mogren och Anders Kring, Projektledare Socialstyrelsen

Vad är ni mest nöjda med?

– Vi är nöjda med både arbetsprocessen och våra förslag. Vad gäller processen har vi velat arbeta transparent och inkluderande mot de olika aktörerna inom ST inklusive kommande BT. Vi har i hög grad delat med oss av idéer och tankar – även när de inte har varit helt färdigtänkta – och av utkast, och har på så sätt kunnat få stor nytta av de olika aktörernas återkoppling även i ett tidigt skede av processen. Många har varit väldigt generösa med att ge oss återkoppling, och det har vi haft stor nytta av i vårt arbete. Vad gäller våra förslag tycker vi t.ex. att vi har identifierat relevanta kompetensområden för bastjänstgöringen och satt kompetenskraven på rätt nivå. På det sättet blir det en progression i fråga om kompetenskrav från (den nya) läkarutbildningen till BT och vidare till de specialitetsövergripande delmålen i ST i övrigt (delmålen a och b).



Vikten av hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande arbete

Vi träffar Malin Skogström från Kunskapscentrum levnadsvanor och sjukdomsprevension.

Text: Mikael Ristovski

Hej Malin! Du ska ju till vår stora glädje hålla din populära kurs i sjukdomsförebyggande arbete på FSL igen, först i digital version i höst och sedan på plats under FSL i september 2021. Nu hoppas jag på att vi skulle kunna få veta lite mer om dig.

Vi börjar med: Vad är din roll på Kunskapscentrum levnadsvanor och sjukdomsprevension (KC)?

– Jag har arbetat som strateg på KC en dag i veckan sedan vi startade upp 2016, kombinerat med arbetet som allmänläkare i Malmö. I mars 2019 fick jag jobbet som enhetschef på KC samtidigt som jag nu arbetar kliniskt på Hälsoenheten som är en levnadsvanemottagning i Malmö. Detta ger mig möjlighet att arbeta med levnadsvanor hela dagarna och ja, det är faktiskt mitt drömjobb! Min roll är att hålla ihop alla de aktiviteter KC har på gång varje dag. Det fullkomligt sprakar av kompetenta medarbetare

” Det handlar om att få patienten att förstå kopplingen mellan levnadsvanor och hälsa – och att motivera och stödja dem till medvetna val!

med stort engagemang och driv. Så jag skulle nog säga att min roll är ”spindeln i nätet”. Sedan ett år tillbaka jobbar jag också i Nationellt programområde levnadsvanor, där jag sitter som ledamot för Södra sjukvårdsregionen, samtidigt som jag är ordförande i Regionalt programområde levnadsvanor. Det är fantastiskt lärorikt att få arbeta med levnadsvanor på alla nivåer – från dialogen med patienten, till sjukvårdsregional samverkan och nationella kunskapsunderlag – ja, ingen dag är den andra lik!

Varför är det hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande arbetet så viktigt?

– Som läkare har jag alltid upplevt det som så mycket roligare att jobba med levnadsvanor än



Ges även digitalt 2020!



att sätta in en fjärde blodtryckstablett. Och vem är mer stolt än en individ som slutat röka? Eller någon som med fysisk aktivitet och bra matvanor lyckas vända sin diabetes? Och vi vet faktiskt att nästan all hjärt- och kärlsjukdom kan förebyggas, likaså 90% av all diabetes och 30% av all cancer – med hälsosamma levnadsvanor. Det handlar om att få patienten att förstå kopplingen mellan levnadsvanor och hälsa – och att motivera och stödja dem till medvetna val! Små levnadsvaneförändringar hos våra patienter gör stor skillnad och vi utbildar medarbetare i att uppmärksamma och behandla ohälsosamma levnadsvanor. Min förhoppning är att det ska vara lika naturligt för hälso- och sjukvården att skriva FaR och prata matvanor, som att förskriva läkemedel!

Vad kan kunskapscentrum bidra med gällande det hälsofrämjande arbetet?

– Vi utbildar, skriver vårdprogram, tar fram material, bygger nätverk, anordnar inspirationsdagar och just nu driver vi implementering av digitala verktyg (t.ex. Tobakshjälpen) och metoden riktade hälsosamtal, med syfte att förebygga hjärt- och kärlsjukdom. Denna metod innebär ett strukturerat arbete med levnadsvanor och engagemanget i primärvården är stort! Besök vår hemsida om du vill veta mer – www.skane.se/kclevnadsvanor. Där kan du även anmäla dig som prenumerant på vårt digitala nyhetsbrev med rykande färsk information på levnadsvaneområdet och se våra kommande utbildningar.

Vad gör du när du inte jobbar på kunskapscentrum?

– Jag lever ett intensivt liv med make och tre barn och kämpar som nybörjare på tennisplanen! ■

Gå digital kurs redan i höst!

Värm upp inför FSL-kongressen 2021 på Malmö Arena och gå en digital kurs redan i höst! Är Du sugen på ST-kursen i Sjukdomsförebyggande arbete så anmäl Dig omgående via www.framtidenslakare.se

Svenska Läkaresällskapets Forskarskola på FSL 2021

Är du nyfiken på forskning, eller har du en idé? Eller har du redan börjat forska, men skulle vilja ha mer kunskap om studiedesign? Eller önskar du bara att det var lättare att bedöma de artiklar du läser?

Text: Christina Christoffersen

Varmt välkomna till en kurs i vetenskaplig metodik: Svenska Läkaresällskapets Forskarskola, som kommer att hållas på FSL 2021. Kursen fokuserar på klinisk forskning. Målet är att lära dig hur en bra studie ser ut – så att du kan känna igen vanliga brister i de artiklar du läser inom just ditt ämne, eller så att du får inspiration och verktyg till att designa en egen studie för att svara på den där frågan du har gått och funderat på.



Linda Johnson, postdoc i
Kardiovaskulär epidemiologi
vid Lunds universitet.

Forskningsmetodik är viktigt för alla läkare – alla läkare måste kunna läsa och tolka vetenskap för att patienterna ska få bäst möjlig vård. Har man inte kännedom om till exempel vanliga fallgropar så är det inte så lätt att bedöma det man läser. Så klart är detta viktigast för de som forskar aktivt, men hur ska du kunna veta om man vill börja forska om man inte vet hur man gör? Med kunskap om forskningsmetodik så kommer idéer om vilka projekt man skulle kunna genomföra för att få svar på de frågor man har om sin egen verksamhet. Klinisk forskning innefattar allt från observationsstudier med många tusen deltagare, fallkontrollstudier av mycket ovanliga sjukdomar, randomiserade kliniska prövningar och tvärsnittsstudier och registerstudier som ger oss grundläggande kunskap om hur sjukdomspanoramat ser ut i vår befolkning.

Linda Johnson som är postdoc i Kardiovaskulär epidemiologi är kursledare, och kommer tillsammans med inbjudna föreläsare att lotsa dig igenom två dagar fyllda med studiedesign, etik, artikelgranskning. Kursen bjuder på både föreläsningar och kortare workshops, och passar utmärkt för dig som är helt ny till forskning, men också för de som har en del egen erfarenhet. Ingen föranmälan, du som är deltagare på FSL 2021 kan bara droppa in så länge det finns plats i rummet. Först till kvarn. Varmt välkomna! ■

Fett ös med Läkarrock på Malmborgen 2021!

Text: Moa Silwemark Junemar, **Foto:** Oskar Stackerud

Läkarrock bildades under nollningsveckorna 2006 på läkarprogrammet vid Lunds universitet. Under några år var de mer eller mindre Medicinska Föreningens husband på examensfester och baler, men spelade också bland annat på Lundakarnevalen och flertalet av Lunds nationer. Från att ha varit prekliniska kandidater är de nu specialister och ST-läkare inom akutsjukvård, internmedicin, anestesi, infektionsmedicin och onkologi, samt en tapper kandidat!

Bandet missar aldrig en chans att få samlas och spela inför kollegor och vid senaste FSL-kongressen var det sannerligen en höjdpunkt!

Rock och pop från 50-talet till nutid, förbered er för fett ös på Malmborgen 2021!



Framtidens Specialistläkare

7–10 september 2021

Chans att
gå digital kurs
redan i höst!

Sveriges största läarkongress med ST och fortbildning i fokus
Utöver ett stort vetenskapligt program bjuder också
Framtidens Specialistläkare på njutbara matupplevelser,
minnesvärda kvällar samt underhållning av bästa klass!

Text: Nicole Gustavsson

Mat under kongressen

Malmö Arena är känd för sin vällagade mat. Under kongressen 2021 kan du dessutom avnjuta lunch komponerad av Dante Zia – känd från Sveriges Mästerkock, TV4 Nyhetsmorgon och barnprogram på SVT. Låt dig fascineras av Dantes lekfulla fantasi – en hjärntårta eller varför inte vodikapasta? Vilken mat fantiserar du om?

Onsdag

INVIGNING! Kom och lyssna på vår invigningstalare Sara Lund och njut sedan av skönsång och underhållning av Toddyspexarna, Boelspexarna samt acapellagruppen Pro's and Con's. Underhållningen och musiken fortsätter sedan ute i foajén där även mingelmat samt dryck serveras! Senare kan du även mingla vidare på afterwork med Läkarförbundet, SYLF samt Sjukhusläkarna. De ofantligt musikaliska Bröderna Berggrensson spelar och sjunger för oss alla hela kvällen ut!

Torsdag

Partynight på Malmborgen! Här kommer det att bjudas på buffémat, dryck samt underhållning i toppklass! Missa INTE Sherlocks mycket populära mingelstationer – do you have what it takes to solve the mysteries? Sedan blir det dans till Läkarrocks svängiga låtar samt karaoke för den som vill sjunga själv!

Fredag

Emma Frans avrundar kongressen som avslutningstalare och sedan är det åter helg!



Foto: Kristoffer Rudeman



Foto: Elisabeth Ohlson Wallin



Foto: Oskar Söderud



Foto: Niklas Nyman-Molina