



Beteendemedicinsk grupphandledning för ST-läkare i allmänmedicin

Smärtprocessen har fortsatt uppdrag att i samarbete med primärvården jobba med förändrat synsätt och annan handläggning av symtomdiagnoser/funktionella tillstånd. Vården ska kunna ge förklaringsmodeller och motivera patienterna att öka egna hälsofrämjande beteenden. Som stöd för detta finns det digitala hjälpmedlet Livsstilsverktyget.se som går att nå via 1177/region Kalmar.

Åsa Kadowaki, psykiater och leg KBT-psykoterapeut erbjuder fortsatt beteendemedicinsk grupphandledning och särskilt för er som inte tidigare deltagit. Du förbereda dig med en digital föreläsning som ger grund för att diskutera ärenden utgående från helhetssyn och biopsykosocial kartläggning samt Arwa Josefssons inspelade föreläsning om funktionella tillstånd (finns också en om utmattningssyndrom).

Diagnostik baserad på inlärningspsykologi (B i KBT), är basen i beteendemedicin tillsammans med motiverande samtal. Inom KBT har det skett en vidareutveckling till beteendeterapin ACT (Acceptance and Commitment Therapy), som hjälper oss att ge plats för upplevelser och göra mer av det som vi vill fylla våra liv med. Patienter med långvarig, nociplastisk smärta kan nu erbjudas en digital ACT-behandling via DAHLIA-projektet.

Anmälan för handledning och digital föreläsning sker direkt till Åsa Kadowaki

asa.kadowaki@regionkalmar.se

Handledning erbjuds i fysisk form på plats, med en grupp i Kalmar och en i Västervik. I Oskarshamn kan ST-läkare delta i läkarhandledningen på Gripens HC (8.30-11: 17/9, 29/10 samt 10/12).

Ta med egna ärenden och/eller frågeställningar. Använd hemsidan www.viktigtpariktigt.nu där det finns samlat hjälpsamt arbetsmaterial utgående från inlärningspsykologi.

Digital föreläsning hålls 3/9 kl 13-15. Anmäl dig för att få länk. Det finns också inspelat material på vårdgivarwebben under fliken rehabilitering/habilitering/långvarig smärta/kompetenshöjande insatser.

Kalmar: Länssjukhuset kl 13.00-15.30 den **23/9(Spegeln), 28/10 (Spegeln) och 2/12 (Pincetten)**

Västervik: Stora_konf.rummet Esplanaden HC kl 13.00-15.30 den **24/9, 29/10 och 10/12**

VÄLKOMNA!