

PROGRAM

Store Praksisdag

2021



Trivsel og arbejdsglæde i praksis
– i en travl hverdag



REGION
SJÆLLAND
– vi er til for dig



Store Praksisdag

Fredag den 3. – lørdag den 4. september

2021

Så er vi klar med et spændende og helt opdateret program til årets Store Praksisdag for dig, som er praktiserende læge i Region Sjælland.

Efter et turbulent 2020 med flere udsættelser pga. covid-19 har Kvalitets- og Efteruddannelsesudvalget fornøjelsen at invitere dig til Store Praksisdag 2021, som holdes den 3.-4. september på Comwell Klarskovgaard ved Korsør.

For at holde dig helt opdateret har vi tilpasset programmet til den aktuelle situation med en workshop om senfølger til covid-19 og en keynote "De mentale følger af coronanedlukningerne - senfølger er ikke kun fysiske".

Årets tema er "Trivsel og arbejdsglæde i praksis – i en travl hverdag". Her sætter vi fokus på en række emner, som peger ind i noget af det vigtigste, for at du kan have en velfungerende hverdag i klinikken med dit personale, dine kollegaer og dine patienter, og hvor du trives. Derudover har vi nogle spændende workshops med forskellige faglige emner.

Programmet for de to dage veksler mellem oplæg fra konferencens hovedtalere, TED-talks med mulighed for debat samt workshops.

Du får derudover rig mulighed for at netværke, videndele og være social sammen med dine kollegaer.

Fredag holder vi også 3 lounges inden middagen - en lounge om "En god start" målrettet dig, som er nynedsat læge, en inspirationslounge målrettet dig, som vil planlægge de sidste år som praktiserende læge og en lounge for dig, som kunne være interesseret i at blive tutor for en medicinstuderende i praksis.

Fredagen afsluttes med en middag med efterfølgende social hygge og dans, når dj'en spiller op med god musik.

Vel mødt til Store Praksisdag. Vi glæder os til endnu en spændende dag sammen med dig.

På vegne af Kvalitets- og Efteruddannelsesudvalget for almen praksis i Region Sjælland

Med venlig hilsen



Johan Ludvig Reventlow,
Formand KEU



Anne Øster Hjortshøj
Næstformand KEU

Program

2021

Fredag den 3. september

Kl. 11.30 - 12.00 Ankomst og indkvartering

Kl. 12.00 - 13.00 Frokost

Kl. 13.00 - 13.45 **Keynote**

Et blik udefra ind på det, vi laver i sundhedsvæsenet

Kl. 13.45 - 14.15 Pause

Kl. 14.15 - 15.15 **TED-talks**

TED-talk 1: Læge i skudlinjen

TED-talk 2: Narrativ medicin

Kl. 15.15 - 15.45 Pause

Kl. 15.45 - 16.45 **TED-talks fortsat**

TED-talk 3: Ledelse i små virksomheder

TED-talk 4: Når lægen selv er ved at brænde ud

Kl. 16.45 - 17.15 Pause

Kl. 17.15 - 18.30 **Keynote**

Hvad kan du som leder lære af en jazzmusiker?

Kl. 18.30 – 19.30

Lounges

- Lounge 1 En god start
- Lounge 2 Medicinstuderende i praksis
- Lounge 3 Inspirationslounge: Tanker om dine sidste år som praktiserende læge

Kl. 20.00 -

Middag

Overrækkelse af Poul Brix Initiativpris

DJ og dans

Lørdag den 4. september

Fra kl. 7.00

Morgenmad i restauranten

Kl. 9.00 - 9.15

Morgensang samt lidt praktiske informationer

Kl. 9.15 - 10.15

Keynote:

De mentale følger af coronanedlukningerne - senfølger er ikke kun fysiske

Kl. 10.15 – 10.30

Pause

Kl. 10.30 – 12.00

5 workshops, hvoraf du kan vælge én.
Der holdes en pause i løbet af workshoppen

- Workshop 1: EKG op og ned samt den akutte hjertepatient
- Workshop 2: Point-of-care ultralyd i almen praksis
- Workshop 3: Senfølgeklinikker for covid-19
- Workshop 4: Ældre og medicin
- Workshop 5: Hjerterforløbsplaner

Kl. 12.00

Frokost – Grab and go



Trivsel og arbejdsglæde i praksis – i en travl hverdag

Fredag den 3. september

Kl. 11.30 - 12.00

Ankomst og indkvartering

Kl. 12.00 - 13.00

Frokost

Kl. 13.00 - 13.45

Keynote



Et blik udefra ind på det, vi laver i sundhedsvæsenet

Mød Karen Fastrup: Forfatteren til romanen "Hungerhjerte"

I Hungerhjerte beskriver hun sit alvorlige sygdomsforløb. Vi får samtidig en patientberetning om mødet med det psykiatriske behandlersystem.

Det er en beretning om chokket over at blive ramt af en psykisk sygdom - om smerten og om skammen.

Men det er også et blik udefra på os som behandlere, om hvad der fungerer godt, og hvad der fungerer mindre godt.

Er der mon blinde vinkler, vi kan blive klogere på?

Oplægsholder: Karen Fastrup, forfatter

Sessionsleder: Rune Ahrensberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

Kl. 13.45 - 14.15

Pause

TED-talk 1: **Læge i skudlinjen**

Bliv udfordret, når vi her får et perspektiv fra en anden vinkel!

Hvad kan vi lære i det daglige klinikerarbejde af det, som Læger uden Grænser oplever ude i felten?

Og hvilke af vores kompetencer fra klinikken vil være brugbare i verdens brændpunkter?

Søren Brix Christensen er praktiserende læge, men har også i mange år været en del af Læger uden Grænser. Hans fortælling vil med kendskabet til begge disse - tilsyneladende meget forskellige - lægeroller, give os indsigt i, hvad de kan lære fra hinanden.

Oplægsholder: Søren Brix Christensen, praktiserende læge

Sessionsleder: Rune Ahrensberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

TED-talk 2: **Narrativ medicin**

Narrativ medicin - hvad betyder patientens historie og værdier for dialogen med lægen, for sygdomsopfattelse og håndtering af egen sygdom. Hvordan kan vi som læger tale ind i patientens narrativ?

Oplægsholder: Allan Holmgren psykolog og direktør DISPUK

Sessionsleder: Heidi Mortensen, sekretariatsleder i KAP-S

Hvordan kan vi som læger tale ind i **patientens narrativ?**



Kl. 15.45 - 16.45

TED-talks fortsat

TED-talk 3: **Ledelse i små virksomheder**

Hvilke særlige kendetegn har en lille virksomhed? Hvad gør det nemt at lede en lille virksomhed? Hvad kan være svært ved at lede en lille virksomhed? Flere administrerende direktører i samme lille virksomhed – er det overhovedet muligt?

Her får du også nogle enkle håndgreb til ledelse af den lille virksomhed.

Oplægsholder: Randi Juul-Olsen, Cubion

Sessionsleder: Sonja Rasmussen, POL-S koordinator i KAP-S

TED-talk 4: **Når lægen selv er ved at brænde ud**

Hvad gør vi, når vi selv er ved at brænde ud? Hvem hjælper os, og hvordan hjælper vi hinanden som kollegaer?

Det vil Bo Netterstrøm fortælle om, baseret på den nyeste viden og forskning samt med konkrete værktøjer, som du kan tage med hjem.

Oplægsholder: Bo Netterstrøm, dr. med., speciallæge i arbejdsmedicin og stresseskspert

Sessionsleder: Rune Ahrensberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

Hvad gør vi,
når vi selv
er **ved at
brænde ud?**

Kl. 16.45 - 17.15

Pause

Kl. 17.15 - 18.30

Afslutning på det faglige program fredag

Hvad kan du som leder lære af en jazzmusiker?



Hvorfor har vi musik? Hvad sker der i hjernen, når du får gåsehud af din yndlingsmusik? Hvad bestemmer vores musiksmag? Kan musik øge din intelligens? Hvad kan du som leder lære af en jazzmusiker? Hvorfor nedsætter musik vores smertefølelse? Hvad er forskellen mellem musik og sprog? Hvordan styrker du dine kreative evner? Hvad har Sting med hjerneforskning at gøre, og har musik en fremtid i sundhedssektoren?

Med Peter Vuust får man den unikke blanding af jazzmusiker og forsker i verdensklasse.

Oplægsholder: Peter Vuust, foredragsholder, jazzbassist, komponist og hjerneforsker

Sessionsleder: Jakob Olsen, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

Kl. 18.30 - 19.30

Besøg en lounge med et tema, der interesserer dig.
Vælg mellem 3 lounges

Lounge 1

En god start

Kom og hør om vores nye tilbud "En god start", som er målrettet dig, som er nynedsat læge.

Vi har en palet af gratis tilbud, som kan understøtte dig, så du kan få en god start på dit arbejdsliv som klinikejer. Du kan bl.a. få sparring fra erfarne praktiserende læger.


I loungen byder vi særligt velkommen til nynedsatte, yngre læger og erfarne praktiserende læger, der har kollegaer med behov for lidt ekstra starthjælp. Vi glæder os til at se dig i loungen til et glas bobler.

Lounge 2

Medicinstuderende i praksis

At hjælpe de unge medicinstuderende med at få en god uddannelse er en inspirerende opgave i hverdagen i en lægepraksis og en integreret del af lægefaget, hvor læring og udvikling er to hjørnesteen.

Tre steder, du kan møde de medicinstuderende, er fagene Tidlig Patientkontakt på 1. semester, kurset i basale kliniske færdigheder på



**Prøve
kræfter med
selvstændige
konsultationer**

7. semester og ved at have 12.-semesterstuderende i praksis.

Faget Tidlig Patientkontakt er de medicinstuderendes første kontakt med almen praksis, og det er i dette fag, de gør sig deres første erfaringer med kommunikationen med patienter. Kontakterne formidles af praktiserende læger.

Som noget nyt, og indtil videre kun i Region Sjælland, vil de medicinstuderende i deres 5 ugers kliniske ophold på 7. semester have en uge i almen praksis, hvor de skal lære at mestre de åbne spørgsmål i patientens del i den patientcentrerede konsultationsproces og håndtere de mest basale kliniske undersøgelser og færdigheder.

På 12. semester skal de studerende 8 dage i klinik i almen praksis spredt over nogle få uger. Det er næsten færdiguddannede læger, der skal prøve kræfter med selvstændige konsultationer, som videooptages, og hvor en af optagelserne skal forsvares til eksamen. De bliver superviseret af lægerne i praksis.

Arbejdet med de medicinstuderende giver dig en unik mulighed for at være med til at præge kommende kolleger og måske få dem til at fatte interesse for livet i en lægepraksis.

I denne lounge vil vi på uformel vis præsentere, hvordan denne tutorrolle er både givende og inspirerende og sætter lidt krydderi på din dagligdag.

Lounge 3

Inspirationslounge: Tanker om dine sidste år som praktiserende læge

Kom og få inspiration til at tilrettelægge din sidste periode som praktiserende læge.

Du kan møde vore lægelige KAP-S-konsulenter, der bl.a. deler egne historier om at holde sig på toppen og samtidig bevare en god balance mellem arbejde og fritid.

Repræsentanter fra Region Sjælland fortæller om overenskomstens muligheder for gradvis neddrøsling med nedsat patienttal m.m.

Vi vil også rigtig gerne høre dine gode ideer til, hvad vi kan hjælpe med. Vi glæder til at se dig til et glas bobler og en uformel snak.

Kl. 20.00 -

Middag

Overrækkelse af Poul Brix Initiativpris

DJ og dans

Lørdag den 4. september

Fra kl. 7.00

Morgenmad i restauranten

Kl. 9.00 - 9.15

Morgensang samt lidt praktiske informationer

Kl. 9.15 - 10.15

Keynote:

De mentale følger af coronanedlukningerne - senfølger er ikke kun fysiske

Under coronakrisen har det mest handlet om antallet af smittede, kontakttal, smittekæder og smitteopsporing. Fokus har været på begrænsning af epidemien gennem restriktioner, afspritning og afstand.

"Vi står sammen - hver for sig", hed det. Så pludselig var vores medmennesker, vores kolleger og dem, vi mødtes med på cafeer og væresteder, blevet farlige...

Vacciner blev det store dyr i åbenbaringen, nu var der håb. Men så var nogle af dem pludselig også farlige. Det har været en tid fyldt med frygt, manglende forudsigelighed og ængstelse.

Midt i alt dette har vi bedt nogle af de svageste og mest marginaliserede mennesker om at isolere sig fra andre. De blev dermed berøvet den i forvejen sparsomme kontakt til ligesindede og folk, der skulle hjælpe.

Der er beretninger fra psykiatriske akutmodtagelser om stigende antal henvendelser grundet angst og belastning.

Skolebørn, gymnasieelever og studerende har været tvunget til at være hjemme uden mulighed for fysisk kontakt til deres - mange gange nye - studiemiljøer, ligesom mange har måttet arbejde hjemmefra og har skullet finde nye rutiner i hverdagen.

Men hvad kan denne isolation gøre ved os? Hvad betyder det at være at være ensom som menneske - socialt og eksistentielt?



Kunsten at glædes – også i krisetider

I dette foredrag sætter vi fokus på nedlukningens negative konsekvenser for vores psyke, men også på, hvad vi kan gøre for at komme helskindede igennem sådanne kriser.

Vi sat to kapaciteter på området sammen, som vil give os en indføring i dette emne.

Alexandra Jønsson er antropolog og postdoc ved Forskningsenheden for Almen Praksis. Hun har lavet meget feltarbejde og forskning på området særligt hos ældre mennesker og psykisk syge. Hun er én af hovedkræfterne bag SOFIA-projektet, der har sat svært psykisk syges markant kortere levetid under lup.

Jesper Bay-Hansen er klinisk sexolog og speciallæge i almen medicin. Ud over at være en hyppig stemme i den offentlige debat er han aktuell med bogen "Recepten på lykke 2.0", der handler om kunsten at glædes – også i krisetider.

Oplægsholdere: Alexandra Jønsson, antropolog og postdoc ved Forskningsenheden for Almen Praksis og Jesper Bay-Hansen, speciallæge i almen medicin, specialist i klinisk sexologi og med en amerikansk uddannelse i positiv psykologi

Sessionsleder: Rune Ahrensberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

Kl. 10.15 – 10.30

Pause



Kl. 10.30 – 12.00

5 workshops, hvoraf du kan vælge én.
Der holdes en pause i løbet af workshoppen

Workshop 1: **EKG op og ned samt den akutte hjertepatient**

De fleste klinikker har i dag et EKG-apparat, som bruges både til rutineundersøgelser på kroniske patienter samt i akutte situationer.

Denne workshop fokuserer på de mest almindelige EKG-forandringer, som man bør kende, samt hvordan man bør reagere på dem.

Derudover vil der blive fokuseret på den akutte hjertepatient – hvad bør der gøres i almen praksis, inden lægeambulancen/paramedicinerne kommer og tager over.

Hvornår bør patienten indlægges, og hvornår vil det være rimeligt, at patienten behandles videre i almen praksis.

Der vil under sessionen blive præsenteret cases som udgangspunkt for gruppearbejde i mindre grupper.

Oplægsholder: Christian Bo Andersen, overlæge og kardiolog på Holbæk Sygehus

Sessionsleder: Jakob Olsen, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

De mest **almindelige EKG-forandringer**, som man bør kende, samt hvordan man bør reagere på dem.

Workshop 2: **Point-of-care ultralyd i almen praksis** - et nyttigt supplement til den objektive undersøgelse?



Interessen blandt praktiserende læger for at anvende ultralyd er stigende.

I workshoppen kommer vi rundt om følgende: Hvad er point-of-care ultralyd? Gør point-of-care ultralyd en forskel for diagnostik og behandling? Hvad kan du som praktiserende læge skanne i almen praksis?

Derudover vil vi lave en demonstration af, hvordan ultralyd kan bruges i det daglige arbejde i klinikken.

Oplægsholder: Thomas Løkkegaard, praktiserende læge

Sessionsleder: Alaa Zankari, praktiserende læge

Workshop 3: **Senfølgeklinikker for covid-19**

Ingen anden enkeltstående sygdom har som covid-19 sat dagsordenen for arbejdet i sundhedsvæsenet i nyere tid.

Først og fremmest selvfølgelig sygdommen selv, men også forhold omkring værnemidler, hygiejne og vaccinationer har fyldt meget i hverdagen.

Nu meldes der i tiltagende grad også om patienter, der i lang tid efter overstået sygdom oplever senfølger til covid-19-infektionen.

Som med alle nye ting mangler der viden og erfaring på området, og det stiller mange spørgsmål. Blandt mange flere spørgsmål er:

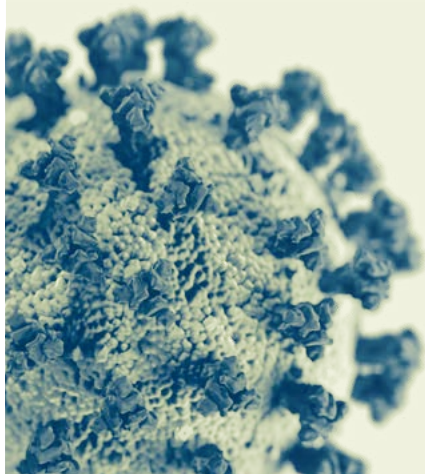
- Hvad er det for symptomer, der ses?
- Hvem er i størst risiko for senfølger?
- Hvad kan man gøre for at behandle det?

I denne workshop vil overlæge Christian Brandt fra en af de nyoprettede senfølgeklinikker hjælpe os med at besvare nogle af disse spørgsmål.

Formålet med workshoppen er at fremme dialogen, så vi i fællesskab bedst kan hjælpe denne nye patientgruppe. Vi vil blandt andet diskutere, hvem der skal henvises til senfølgeklinik, og hvem der primært skal håndteres i primærsektoren.

Underviser: Christian Brandt, overlæge og forskningslektor, Infektionsmedicinsk afdeling, Sjællands Universitetshospital, Roskilde

Sessionsleder: Andreas Heltberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S



Workshop 4: **Ældre og medicin**

Håndtering af medicin hos ældre er på mange måder en vanskelig opgave. Der er tit tale om mange præparater og samtidig multimorbiditet. Dermed er der risiko for uønskede bivirkninger og interaktioner.

Dette stiller store krav til dig som læge og til den organisering, der er omkring medicingivning, da det at tage medicinen korrekt i sig selv kan være noget af en mundfuld!

Rundt om i regionen er der i flere kommuner kommet gang i plejehjemslægeordningen. De foreløbige erfaringer er gode, og det kan vise sig at være et tiltag, der løfter kvaliteten og mindsker risikoen for fejlmedicinering af ældre generelt.

Laura Sonnenborg og Betina Kornblit, der har været centrale kræfter i at få plejehjemslægeordningen i gang i Roskilde Kommune, vil fortælle om deres indsats og dele erfaringerne fra deres arbejde med medicinering af ældre. Hvordan kan det og andre tiltag være med til at løfte kvaliteten i medicineringen af ældre?

I denne workshop vil vi diskutere, dele og lade os inspirere!

Oplægsholdere: Betina Kornblit og Laura Sonnenborg, praktiserende læger

Sessionsleder: Rune Ahrensberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

Det kan vise sig at være et tiltag, der **løfter kvaliteten og mindsker risikoen for fejlmedicinering af ældre generelt.**



Workshop 5: Hjerteforløbsplaner

Nu kan du få overblik over dine kvalitetsdata på hjertekar-området. Hvordan bruger vi det værktøj til gavn for den enkelte patient?

Der er endelig kommet en hjerteforløbsplan og et værktøj, der hjælper dig med at få overblik over patientdata og mulige indsatsområder.

I denne workshop gennemgår vi, hvordan du kan arbejde med hjerteforløbsplaner i hverdagen. Du vil få inspiration til organisering af årskontroller, til arbejdsfordeling mellem læge og praksispersonale og til, hvordan du kan udnytte patientoverblikket til at målrette dit arbejde med patienter med hjertesygdom og patienter med risiko for udvikling af hjertesygdom.

Desuden vil vi også introducere begrebet "én patient-én plan".

Denne workshop er til alle, der ønsker at højne kvaliteten af behandlingen for patienter med kroniske sygdomme, men samtidig også gerne vil lette arbejdet med at håndtere denne patientgruppe i en travl hverdag.

Oplægsholder: Henrik Rasmussen, praktiserende læge og leder af den kliniske brugergruppe for forløbsplaner i KiAP

Sessionsleder: Bo Gandil Jakobsen, praktiserende læge

Kl. 12.00

Frokost – Grab and go

Begge dage vil der i pauserne være mulighed for en poster-walk, hvor du kan høre om forskningsprojekter i Region Sjælland ved professor John Brodersen.

Fredag kan du besøge forskellige stande i pausen, fx KAP-S, Helbredsprofilen, Aktiv Patientstøtte, m.fl.



Målgruppe:

Praktiserende læger i Region Sjælland.

Tid:

Fredag den 3. september til lørdag den 4. september 2021 på Comwell Klarskovgaard i Korsør

Sted:

Comwell Klarskovgaard, Korsør Lystskov 30, 4220 Korsør

Deltagergebyr:

Det er ingen deltagerbetaling.

Vi gør dog opmærksom på, at vi forbeholder os retten til at opkræve gebyr for kost og logi, hvis du udebliver fra arrangementet eller melder afbud efter tilmeldingsfristens udløb.

Tabt arbejdsfortjeneste:

Store Praksisdag er godkendt hos Efteruddannelsesfonden som selvvalgt efteruddannelse. Aktivitetsnummeret er 2021-0429, hvor du kan søge om 2.000 kr. for ½ dags tabt arbejdsfortjeneste og op til 1.500 kr. til dækning af transportudgifter.

Arrangør:

Store Praksisdag arrangeres og finansieres af Kvalitets- og Efteruddannelsesudvalget for almen praksis i Region Sjælland. Se mere på www.kap-s.dk

Tilmelding:

Du kan tilmelde dig på www.kap-s.dk/kurser

Tilmeldingsfrist:

D. 19. august 2021

Kontakt:

Ved eventuelle spørgsmål til Store praksisdag kan der rettes henvendelse til KAP-S sekretariatet Anja Jensen på telefon 9356 6670

