

Funktionel lidelse

Lær at bruge Sundhedsstyrelsens redskabssamling

Grundkursus i funktionel lidelse, modul 2

Formål

Formålet med kurset er 1) at give deltagerne indsigt i Sundhedsstyrelsens redskabssamling til behandling af funktionel lidelse samt at træne brugen af udvalgte redskaber, og 2) at arbejde med væsentlige livsstilsfaktorer, der har afgørende betydning for sygdomsforløbet, herunder gradueret aktivitetstræning.

Målgruppe

Kurset er tværfagligt og målrettet sundhedsfaglige med interesse for patienter med funktionel lidelse. Kurset afvikles på et akademisk niveau svarende til postgraduat efteruddannelse.

Forventninger til deltagerne

Deltagelse i kurset kræver forberedelse som beskrevet nedenfor. Der forventes i øvrigt aktiv deltagelse begge dage, da der vil være arbejde i mindre grupper.

Forberedelse

Inden kurset vil vi gerne bede dig tænke over følgende spørgsmål:

- Hvad er en funktionel lidelse?
- Hvilke "greb" har du allerede til at arbejde med patienter med funktionelle lidelser?
- Hvad ønsker du at få med hjem fra dagen?

Rammer og undervisningsform

Kurset afholdes som 2-dages internat.

Der er plads til 27 kursister, og kurset afholdes ved min. 16 deltagere.

Power points tilsendes på mail.

Datoer for kommende kurser annonceres på DASEFU's hjemmeside.

Prisen for kurset er 6.000 kr. inklusiv ophold i forbindelse med internat og fuld forplejning alle dage.

Kursusledelse og undervisere

Kursusledelse

- Marianne Rosendal, speciallæge i almen medicin, forperson for DASEFU (Dansk Selskab for Funktionelle Lidelser)

Tidligere undervisere

- Nanna Johannesen, psykolog, Klinik for Funktionelle Lidelser, Region Hovedstaden
- Lene Toscano, speciallæge i almen medicin, Center for Funktionelle Lidelser, Region Syd
- Anja Tavdal Pedersen, psykomotorisk terapeut, Center for Funktionelle Lidelser, Region Sjælland

Litteratur

Det forventes, at du forud for kurset har orienteret dig i redskabssamlingen: https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2021/Funktionelle-lidelser/Redskabssamling---Funktionelle-lidelser.ashx?sc_lang=da&hash=E0EEE0B05CAEB57F4673D18F658A8073

Du kan for øvrigt orientere dig i følgende (valgfrit):

- Diverse bøger, pjecer og videooptagelser: se <https://funktionellelidelser.dk/om-funktionelle-lidelser/informationsmateriale>
- Månedsskriftets podcasts:
 - <https://www.buzzsprout.com/1419550/10352076-funktionel-lidelse-1-i-graenselandet-i-mellem-symptom-og-diagnose>
 - <https://www.buzzsprout.com/1419550/10352093-funktionel-lidelse-2-at-leve-med-svaer-funktionel-lidelse>

Læringsmål

Disse læringsmål bruges i forbindelse med det andet modul på specialistuddannelsen i funktionel lidelse. Modulet består af to dages undervisning ud fra Sundhedsstyrelsens redskabssamling samt i, hvilken livsstil, der er hensigtsmæssig i forbindelse med funktionel lidelse. Formålet er at konkretisere patientbehandlingen med en serie redskaber og sikre, at deltageren mestrer at arbejde med disse. Desuden at understøtte deltagerens arbejde med livsstil og livsstilændringer hos patienter med funktionel lidelse.

Læringsmål 1: Overordnet at forbedre egen anvendelse af relevante redskaber og arbejdet med livsstil i forbindelse med udredning og behandling af patienter med funktionel lidelse

Generelt at kende Sundhedsstyrelsens 15 redskaber som en samlet "værktøjskasse" ift. funktionel lidelse og at blive bedre til at anvende disse. Desuden at forbedre arbejdet med livsstil og livsstilsforandringer i relation til funktionel lidelse.

Læringsmål 2: At anvende kliniske redskaber i samtalen

At introducere de kliniske redskaber med tydelig og effektiv kommunikation. At sammenflette et klinisk redskab relevant, sømløst og effektivt med samtaleforløbet, herunder at sikre god *timing*. At tilpasse et klinisk redskab kreativt, så det passer til patienten og dennes situation. At inddrage patienten aktivt i anvendelsen af de kliniske redskaber. At arbejde effektivt med evt. barrierer for patientens brug af redskaberne.

Læringsmål 3: At have fortrolighed med at arbejde med centrale redskaber fra redskabssamlingen

At opnå et fortroligt kendskab til udvalgte redskaber fra Sundhedsstyrelsens redskabssamling og at kunne arbejde effektivt med disse centrale redskaber inddelt i kategorierne:

- Aktivitetsniveau og energiforvaltning
- Sygdomsforståelse, årsagsforståelse
- Fysiske øvelser og mindfulness, inkl. STOP-øvelsen

Læringsmål 4: At anvende kliniske redskaber som hjemmeopgaver

At anvende de kliniske redskaber som hjemmeopgaver. At følge relevant op på de kliniske redskaber i efterfølgende sessioner. At få tilbagemelding på anvendelsen af redskaberne som hjemmeopgaver

Læringsmål 5: At arbejde med livsstil

At arbejde effektivt og nuanceret med patientens livsstil og evt. livsstilsforandringer, så livsstilen understøtter en gradvis helingsproces frem for at udgøre en vedligeholdende eller forværende faktor ift. funktionel lidelse. Dette indebærer en ikke-dømmende undersøgelse af patientens livsstil og efterfølgende hjælp til prioritering af, hvad der vil være vigtigt for patienten at arbejde med.

Læringsmål 6: At opnå indgående kendskab til centrale livsstilsfaktorer

At opnå et indgående kendskab til arbejdet med boom-bust-tendens, brug af pauser og patientens KRAMS-faktorer: kost, rygning, alkohol, motion, søvn.

Vejledende program

Dag 1

- 10.00 Velkomst og præsentationsrunde
- 10.15 Baggrund og introduktion til værktøjskassen
- 10.45 Udredningsfasen: Symptomer og Livslinjen
- 11.15 Pause
- 11.30 Prøv redskaberne individuelt.
- 12.00 Sygdomsforståelsen: Årsager, autonome nervesystem, filtermodellen
- 12.30 Frokost
- 13.30 Opsamling på formiddagen i plenum.
- 14.00 Planlægning af behandling: Spektrum, Værdier, Strategier, Symptomcirkel.
- 15.00 Pause
- 15.15 Afprøv redskaber i grupper.
- 16.15 Opsamling i plenum, spørgsmål og afslutning.
- 17.00 Tak for i dag

Dag 2

- 09.00 Ugeskema og aktivitetsniveau
- 09.45 Pause
- 09.55 Ressourcer/belastninger og mine zoner
- 10.40 Pause
- 10.50 Træning i at bruge redskabssamlingen
- 12.00 Frokost
- 13.00 Stopøvelsen, måltrappe og smartmål
- 13.45 Pause
- 14.00 Refleksion: redskabssamlingen i min hverdagspraksis
- 15.00 Pause
- 15.15 Opsamling på dagen
- 15.45 Tak for denne gang