



Kurs Levnadsvanorna i arbetslivet 2023

Plats:

Läkarförbundet konferens, Villagatan 5, Stockholm

Målgrupp

- ST-läkare i Arbets- och Miljömedicin eller Arbetsmedicin
- Vidareutbildning för företagsläkare och allmänläkare

Kursen relaterar till delmål i föreskrift:

2015:8: b1, b2, c7

2021:8: STb1, STb2, STc7

Beskrivning

Kursen syftar till att ge kunskap och kännedom om:

- olika levnadsvanors betydelse för arbetsliv och individ
- skiftarbets påverkan på sömn och näringsupptag
- fysisk aktivitets betydelse för hälsa, FaR
- kostens betydelse för hälsa
- riskbruk-skadligt bruk-beroendeproblematik av alkohol i arbetslivet
- arbetsrättsliga övervägande i förhållande till alkoholmissbruk, droganvändning
- biologiska markörer för alkohol
- narkotika och drogers påverkan i arbetslivet, drogtestning
- utformning av alkohol-och drogpolicy
- arbetsmodell för alkoholscreening och -behandling
- basala färdigheter i motiverande samtalsmetodik

Som verksam läkare, särskilt inom företagshälsovård men även inom andra specialiteter, möter man arbetstagare med ohälsosamma levnadsvanor som påverkar hälsa och arbetsförmåga. Likaså påverkar missbruk-och beroendeproblematik dennes arbetsförmåga och hälsa, där okunskap kan leda till stora arbetsrättsliga konsekvenser.

Avgift

12 500 kr +moms



Levnadsvanorna i arbetslivet 2023

Program

Måndag 8 maj 2023

Tid	Ämne	Föreläsare
09.30-09.50	Inledning	Ragnild Ivarsson Walther
10.00-12.00	Sömn, skiftarbete	Göran Kecklund
12.00-13.00	Lunch	
13.00-14.00	Vinsterna med rörelse och variation i arbetet	Charlotte Wåhlin
14.10-15.40	Bästa maten för vår hälsa. Vad säger forskningen?	Maj-Lis Hellenius
15.45-16.45	Tobaksavvänjning inom FHV	Matz Larsson

Tisdag 9 maj 2023

Tid	Ämne	Föreläsare
08.30 - 10.50	Riskbruk och skadligt bruk av alkohol, definitioner, hälsoeffekter. Beroendeutveckling. Behandlingsmetoder av skadligt bruk och beroende av alkohol.	Sven Andreasson
11.10 -12.00	Alkohol-och drog arbete inom företagshälsovård. Drogtestning. Utformning av alkohol och drogpolicys.	Ragnild Ivarsson Walther
12.00 - 13.00	Lunch	
13.00 - 17.00	Biologiska markörer för alkohol. Drogtester. Falldiskussioner	Anders Helander Ragnild Ivarsson Walther

Onsdag 10 maj 2023

Tid	Ämne	Föreläsare
08.30 - 12.00	Motiverande samtal i teori och praktik	Karin Nylind
12.00 - 13.00	Lunch	
13.00 -15.00	Motiverande samtal teori och praktik	Karin Nylind
15.00 -15.30	Avslutning med kursutvärdering	Ragnild Ivarsson Walther

Kursledare

- Ragnild Ivarsson Walther, företagsläkare, SFLF



**SVENSKA
FÖRETAGSLÄKARFÖRENINGEN**

Föreläsare

- **Anders Helander**, adj. professor i beroendeforskning, Karolinska Institutet
- **Göran Kecklund** bitr. enhetschef, Stressforskningsinstitutet, Stockholms universitet
- **Charlotte Wåhlin** docent, Ergonom/RPT AMM, Linköping
- **Maj-Lis Hellenius** professor Karolinska Institutet Institutionen för medicin, Tema Hjärta-kärl
- **Sven Andreasson** professor i socialmedicin, Överläkare på Riddargatan 1, mottagning för alkohol och hälsa
- **Karin Nylind** MI-lärare
- **Matz Larsson** Överläkare Lungmedicinska kliniken Örebro

- **Kursansvarig SFLF**