



”Hur svårt kan det vara?” - en konferens om hälsa, levnadsvanor och förändringsarbetet vid svår psykisk ohälsa

Välkommen till en nationell tredagarskonferens i Göteborg! Några av landets ledande kliniker och forskare på området medverkar 15-16 maj. Den 25 maj har vi även nöjet att presentera en heldag med Ken Jue (US), den uppskattade föreläsaren och grundaren av programmet InSHAPE®. Ken har mångårig erfarenhet av arbete med levnadsvanor inom svår psykisk ohälsa. Han kommer att föreläsa tillsammans med Sarah I. Pratt (US), psykolog, PhD och professor vid Geisel School of Medicine.

Konferensen riktar sig till läkare, sjuksköterskor, arbetsterapeuter och fysioterapeuter. Den 15-16 maj för dig som arbetar inom specialistpsykiatri eller rättspsykiatri och 25 maj även för dig inom kommunen. Målet är att ge fördjupning till kliniker med redan hög kunskapsnivå om förändringsarbete med levnadsvanor vid svår psykisk ohälsa.

Anmälan och program: Gå till <https://regionkalender.vgregion.se>. Sök på datum - *Nationell konferens om hälsa, levnadsvanor och förändringsarbetet vid svår psykisk ohälsa*. Här finner du också program och mer info om dagarna. Du kan välja att anmäla dig till hela konferensen men kan även välja enbart 15-16 maj eller 25 maj.

[Anmälan 15-16 maj](#)

[Anmälan 25 maj](#)

Sista anmälningsdag: tisdag 10 april 2018. Antal platser är begränsat, först till kvarn gäller.

Konferensavgiften finansieras av Socialstyrelsen och anordnas av Svenska Psykiatriska Föreningen. Arrangör Eyra Fysio.

**”HUR SVÅRT KAN DET VARA?”
KONFERENS OM LIVSSTILSFÖRÄNDRINGAR VID SVÅR PSYKISK
OHÄLSA**

15-16 MAJ 2018

CAMPUS NYA VARVET GÖTEBORG

2018-05-15

- 09.30 - 10.00 ANKOMST, REGISTRERING, KAFFE OCH SMÖRGÅS
- 10.00 - 10.10 VÄLKOMNANDE
Dan Gothefors, överläkare, Svenska Psykiatriska Föreningen och Jarl Torgerson hälsar välkomna.
- 10.10 - 11.25 **Jarl Torgerson**, docent internmedicin, överläkare internmedicin på Psykiatri Psykos Sahlgrenska sjukhuset.
Jarl kommer att beskriva bakomliggande, somatisk överdödlighet och översjuklighet, handläggning av vanliga somatiska åkommor inom psykiatrin. Han kommer även att beskriva teamarbetet på Psykiatri Psykos SU.
- 11.25 - 11.40 BENSTRÄCKARE
- 11.40 - 13.00 **Signy Reynisdottir**, specialist internmedicin, med dr, överläkare vid Överviktscentrum, Karolinska Institutet.
Signy kommer att beskriva fetma som sjukdom och behandlingsalternativ, inklusive kirurgisk behandling, samt varför det är svårt att gå ner i vikt och hålla vikten. Hon beskriver samsjukligheten med psykisk sjukdom och funktionsnedsättning och hur det kan påverka val av behandling och utfall.
- 13.00 - 14.10 LUNCH
- 14.10 - 15.45 **Yvonne Lowert**, specialist i psykiatri, chefsöverläkare, biträdande sektionschef Psykosvård och Rättspsykiatrisk vård, Akademiska Sjukhuset, Uppsala.
Magnus Christensen, med dr, specialist i psykiatri, klinisk farmakolog, överläkare Praktikertjänst, Danderyd.
Föreläsarna kommer presentera den affektiva livsstilmottagningen för patienter med allvarlig psykisk ohälsa som de startade tillsammans. De redogör för goda exempel och belyser även svårigheter som uppstod. Yvonne kommer att redogöra för Socialstyrelsens riktlinjer för levnadsvanor samt boken *Guldkorn i arbetet med levnadsvanor och psykisk ohälsa*.
- 15.45 - 16.10 FIKA - KAFFE OCH KAKA
- 16.10 - 17.30 **Henrik Bergman** - leg. fysioterapeut, MSc, doktorand vid Institutionen för Neurovetenskap och Fysiologi, Göteborgs Universitet.

Henrik är verksam vid Rättspsykiatriska kliniken, Sahlgrenska sjukhuset i Göteborg. Han arbetar dagligen med patienternas levnadsvanor, främst med att öka deras fysiska aktivitetsnivå. Han kommer bland annat föreläsa om multiprofessionell rehabilitering och fysioterapeutens roll i denna, hur man väljer fysisk aktivitet, samt hur fysisk aktivitet påverkar det psykiska måendet.

2018-05-16

08.30 - 14.45

Sven Alfonsson - leg. psykolog med inriktning KBT, fil dr i psykologi, med dr i medicinsk vetenskap.
Föreläsning och workshop, där fokus kommer att ligga på metoder för att främja hälsobeteendena hälsosam kost och fysisk aktivitet och varför det är svårt. Principer för beteendeinriktade hälsofrämjande åtgärder presenteras, hur hälsobeteenden hos patienten/närstående/brukare med psykisk ohälsa kan påverkas. Miljöåtgärder som främjar hälsobeteenden. Sven kommer presentera olika exempel från forskningen, de metoder som har bäst stöd samt ge konkreta exempel utifrån egen erfarenhet som klinisk psykolog och konsult för anhöriga och assistenter.

Angelica Jonsson - Patientrepresentant och föreläsare.
Angelica levde med svår psykisk ohälsa och smärta under många år innan livet vände. En starkt bidragande orsak var att hon fick stöd i att förändra sina levnadsvanor på sin psykiatriska mottagning. Angelica kommer att berätta om sin egen resa mot bättre levnadsvillkor, vändpunkten och hur hon lever idag. Hon kommer dela med sig av vad hon upplevt främjar respektive hindrar en livsstilsförändring. Angelica leder en patientutbildning inriktad på att förbättra levnadsvanor inom specialistpsykiatri, vilket gett henne fördjupad erfarenhet av andra patienters förändringsarbete för bättre hälsa.

10.00 - 10.30

FIKA - KAFFE OCH SMÖRGÅS

12.00 - 13.10

LUNCH

14.45 - 15.15

AVSLUT - KAFFE OCH KAKA

**”HUR SVÅRT KAN DET VARA?”
KONFERENS OM LIVSSTILSFÖRÄNDRINGAR VID SVÅR PSYKISK
OHÄLSA**

25 MAJ 2018

RADISSON BLU SCANDINAVIA HOTEL GÖTEBORG

09.00 - 09.30	ANKOMST, REGISTRERING, KAFFE OCH SMÖRGÅS
09.30 - 09.40	VÄLKOMNANDE
09.40 - 12.00	<p>Ken Jue (US), grundaren av programmet InSHAPE®. Sarah I. Pratt (US), psykolog, PhD och professor vid Geisel School of Medicine.</p> <p>Föreläsarna kommer att redogöra för sitt arbete med förändring av levnadsvanor för patienter med svår psykisk ohälsa. De belyser svårigheter de stött på samt lösningar som fungerat. De beskriver programmet InSHAPE® som har stor nationell spridning i USA, samt den omfattande forskning de bedriver. Vi kommer få ett projekt presenterat som kan ge en glimt av hur framtidens vård kan se ut.</p>
12.00 - 13.15	LUNCH
13.15 - 15.15	Forts. föreläsning
15.15 - 15.30	AVSLUTNING, KAFFE OCH KAKA