

Her kan du finde skabelon til appetizer samt 4 eksempler på tidligere appetizere til inspiration.

## Appetizer skabelon

### Titel:

*Tekst: 10-15 linjer, direkte sprog og "what's in it for me?", gerne punktform*

**Målgruppe:** læger og/eller personale

**Underviser:** navn og titel og evt ansættelsessted

**Kursusleder:** navn og titel og evt ansættelsessted

## Eksempel 1

### Hudsygdomme under bælttestedet

"Doktor, jeg har noget der klør og er rødt".

Hudsygdomme er en stor del af vores arbejde i praksis. Meget ligner hinanden, og ofte er vi i tvivl.

Dette er et kursus, som tager udgangspunkt i de genitale hudlidelser, men som også tager dig igennem en bred vifte af andre hudsygdomme. Du vil få fifs og tricks til diagnostisering og behandling af scabies, kønsvorter, universel kløe, psoriasis, hudinfektioner mv.

Vi bruger et interaktivt program til at fremme læringen. I må derfor gerne download app'en: "Socratic Student" på en smartphone eller medbring en bærbar PC.

Målgruppe: Alle

Underviser: Elisabeth Hjardem Taudorf, ph.d. og speciallæge i dermato-venerologi

Kursusleder: Maria Nordvall-Lassen, praktiserende læge i Allerød

## Eksempel 2

### Prævention – med og uden hormon

#### ***Ved du nok om prævention? Kom og bliv klogere på emnet***

Vi forsøger at gennemgå de forskellige præventionsformer med en praktisk tilgang, så du føler dig bedre rustet til at guide dine patienter.

I forhold til

- deres alder
- blødninger
- androgen faktor
- humør
- vægt
- hud
- samt diverse risici

Hvad kan du gøre, hvis din patient fx ikke er velreguleret på hendes nuværende prævention - hvilke overvejelser vil være relevant.

Målgruppe: Personale

Underviser: Dorthe Blirup Snejbjerg, speciallæge i gynækologi, Gyncare

Kursusleder: Jeanne Brylle, jordemoder Lægehuset Herlev

### **Eksempel 3**

#### **Osteoporose**

Skøre knogler er noget vi alle får, hvis vi lever længe nok, men samtidig noget som nogle får på et væsentligt tidligere tidspunkt, og det kan være svært invaliderende. Der kan gøres meget for at forhindre, at osteoporose udvikler sig. Der har vi i almen praksis en vigtig opgave.

Gennemgang af de vigtigste punkter i DSAM's kommende vejledning bl.a. hvilke risikofaktorer vi skal være opmærksomme på, samt både den non-farmakologiske og farmakologiske behandling i almen praksis. Til sidst vil vi snakke fremtidige kontroller i praksis, da der med OK22 er givet mulighed for, at praksispersonalet varetager denne opgave, så hvordan kan det organiseres? Vi vil komme med eksempel på frase til dette arbejde.

Målgruppen for oplægget er praktiserende læger og deres praksispersonale.

Underviser: Johan Reventlow, praktiserende læge og formand for DSAM's Osteoporose vejledning

Kursusleder: Janne Unkerskov, praktiserende læge og medicinkonsulent i KAP-H

### **Eksempel 4**

#### **Mindfulness**

Mindfulnessstræning har vundet stor udbredelse og har blandt andet vist at kunne mindske stresssymptomer og at kunne øge livskvaliteten. Men hvad er mindfulness? Og hvordan kan det bruges til at hjælpe os selv og vore patienter?

Kurset vil indeholde en demonstration med en mindfulnessøvelse.

Målgruppe: Alle

Underviser: Thomas Borgen Uhre, speciallæge i psykiatri og almen medicin, uddannet i mindfulness-baseret stress reduktion (MBSR) ved Århus Universitet.

Kursusleder: Henrik Nathassen, praktiserende læge