



Kursplan för

## **Idrottsmedicin, 7.5 hp**

Sports Medicine, 7.5 credits

Denna kursplan gäller från och med höstterminen 2014.

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

HT09 , HT14 , VT15 , VT17 , HT23

Kurskod	2LK022
Kursens benämning	Idrottsmedicin
Hp	7.5 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Medicin
Nivå	AV - Avancerad nivå
Betygsskala	Godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för fysiologi och farmakologi
Medverkande institutioner	<ul style="list-style-type: none"><li>• Institutionen för molekylär medicin och kirurgi</li><li>• Institutionen för medicin, Solna</li><li>• Institutionen för kvinnors och barns hälsa</li></ul>
Beslutande organ	Programnämnden för läkarprogrammet
Datum för fastställande	2009-12-02
Reviderad av	Programnämnd 2
Senast reviderad	2014-04-22
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2014

### **Särskild behörighet**

Alla högskolepoäng från termin 1–3 samt godkänt på momentet ”Medicinsk diagnostik” i kursen Den sjuka människan 2 samt godkänd praktisk färdighetsexamination på patient i kursen Integrerad deltentamen.

Student som underkänts på verksamhetsförlagda utbildning (VFU)/motsvarande till följd av att studenten visat så allvarliga brister i kunskaper, färdigheter eller förhållningssätt att patientsäkerheten eller patienternas förtroende för sjukvården riskerats, är behörig till nytt VFU-tillfälle först när den individuella handlingsplanen ha fullföljts.

### **Mål**

Det övergripande syftet är att studenten ska ha fått en fördjupad kompetens inom det breda idrottsmedicinska fältet inkluderande både kliniskt relevanta frågeställningar samt idrottsmedicinsk

forskning.

Kunskaperna är nivåindelade enligt SOLO-taxonomin (S1-S4) och färdigheterna enligt Millers pyramid (M1-M4) \*.

Kunskap och förståelse:

Studenten skall efter slutförd kurs kunna

- jämföra principer för handläggning av individer med träningsrelaterade problem, överbelastningsproblem samt medicinska problem (S3)
- principerna för handläggning av fysisk aktivitet på recept (FaR) (S3)
- kunna analysera sambandet mellan fysisk aktivitet och specifika medicinska tillstånd med hänvisning till vetenskap och beprövad erfarenhet (S3)

Färdigheter:

Studenten skall efter slutförd kurs kunna

- tillämpa preventions- och rehabiliteringsprinciper för idrottsrelaterade skador (M2)
- rådgiva patienter kring utövande av fysisk aktivitet, idrott samt vätske- och nutritionsbehov vid vanliga medicinska tillstånd (M2)
- utreda och fastställa behov av fysisk aktivitet för patienter med vanliga diagnoser i allmänmedicinsk verksamhet och använda FaR (M2)

Förhållningssätt:

Studenten skall efter slutförd kurs kunna

- reflektera över hur forskning kring träning och rehabilitering utförs (M3)
- diskutera och analysera värdet av fysisk aktivitet som en del av behandling eller som alternativ behandling och i relation till vetenskaplig litteratur (M3)
- visa insikt i hur egna och samhällets värderingar och attityder till kön, religion och sexualitet påverkar bemötande av patienter i samband med användning av FaR (M3)

## Innehåll

Förekomsten av livsstilsrelaterade sjukdomar har ökat kraftigt. Fysisk inaktivitet är en primär och mycket prevalent riskfaktor för bl.a. hjärtkärlsjukdom, diabetes mellitus typ II och övervikt/fetma. Dessutom kan ett stort antal andra sjukdomar förebyggas och behandlas med fysisk aktivitet. Fysisk aktivitet på Recept (FaR) baserat på FYSS (Fysiskaktivitet i Sjukdomsprevention och Sjukdomsbehandling) är ett kraftfullt instrument för att möta behovet av professionell förskrivning av livsstilsförändringar inom sjukvården.

Inom flera olika medicinska och kirurgiska specialiteter möter läkare idrottsmedicinskt relaterade problem som kräver kunskap rörande exempelvis: överbelastningsskador, rehabilitering efter skada, vätska och nutrition, infektioner vid träning, dopning samt träning/fysisk aktivitet för olika åldersgrupper. Detta är områden som kommer att beröras under kursens gång.

Med ökad kunskap om fysisk aktivitet på recept och idrottsmedicinskt relaterade problem kan läkare mer effektivt leda och medverka i arbetet med levnadsvanor på en vårdenhet. Detta medför förbättrad vårdkvalitet och sänkta kostnader för bl.a. läkemedel, vårdkonsumtion och sjukskrivningar.

Kursen är inriktad på principerna för praktisk handläggning av idrottsskador och träning/fysisk aktivitet hos friska och vid vissa sjukdomstillstånd. Inläringen baseras på föreläsningar och på autentiska fall under handledning av erfarna idrottsmedicinare, både kliniker och grundforskare. Inom kursen belyses det faktum att fysisk inaktivitet är särskilt prevalent inom socioekonomiska grupper med låg utbildning och lägre inkomst.

Integrerande uppgifter i kursen:

- depressivitet
- trötthet
- bröstsmärta
- högt blodtryck

- andfåddhet
- ätstörning
- viktökning/övervikt
- viktninskning
- smärta i nacke/skuldra/rygg,
- svullnad/smärta i led/extremitet
- trauma/skada

## Arbetsformer

Kursen baseras på en kombination av föreläsningar, seminarium, studiebesök/auskultation, VIL och grupparbeten. Praktiska demonstrationer sker inom VIL förlagd till kliniker och testkliniker i syfte att koppla samman teori med praktik. Dessa omfattar basal träningsfysiologi, idrottsskador samt lämplig fysisk aktivitet för något av ett stort antal tillstånd.

Studenterna får färdighetsträning i form av att prova forskningsrelaterade mätningmetoder.

I kursen ingår ett projektarbete. Projektarbetet redovisas och diskuteras vid gemensamma seminarier.

Obligatoriska moment:

För godkänd kurs krävs aktivt deltagande i grupparbeten och i VIL, vid demonstrationer samt vid seminarier, då dessa tränar kompetenser som behövs för att uppnå kursmålen och som är svåra att tillgodogöra sig på annat sätt.

Kursansvarig bedömer om, och i så fall hur, frånvaro från obligatoriska utbildningsinslag kan tas igen. Innan studenten deltagit i de obligatoriska utbildningsinslagen eller tagit igen frånvaro i enlighet med kursansvarigs anvisningar kan inte studieresultaten slutrapporteras.

Frånvaro från ett obligatoriskt utbildningsinslag kan innebära att den studerande inte kan ta igen tillfället förrän nästa gång kursen ges.

## Examination

Examination: Skriftlig och muntlig examination av projektarbete.

Begränsningar av antalet prov- eller praktiktillfällen

Student som ej är godkänd efter ordinarie examinationstillfälle har rätt att delta vid ytterligare fem examinationstillfällen. Om studenten genomfört sex underkända tentamina/prov ges inte något ytterligare examinationstillfälle. För verksamhetsförlagda moment gäller som regel att de endast kan repeteras en gång.

Examinator kan med omedelbar verkan avbryta en students verksamhetsförlagda utbildning (VFU) eller motsvarande om studenten visar sådana allvarliga brister i kunskaper, färdigheter eller förhållningssätt att patientsäkerheten eller patienternas förtroende för sjukvården riskeras. När VFU avbryts på detta sätt innebär det att studenten underkänns på aktuellt moment och att ett VFU-tillfälle är förbrukat.

I sådana fall ska en individuell handlingsplan upprättas, där det framgår vilka aktiviteter och kunskapskontroller som krävs innan studenten ges möjlighet till nytt VFU-tillfälle på denna kurs.

## Övergångsbestämmelser

Om kursen utgår ur SVKs utbud upphör möjligheten att tentera kursen efter minst två ytterligare prov (exklusive ordinarie prov) på det tidigare innehållet under en tid av ett år från den tidpunkt förändringen skedde.

## Övriga föreskrifter

Kursen fördjupar temanära kunskaper, färdigheter och förhållningssätt inom läkarprogrammet och är definierad som temanära.

Kursvärdering sker enligt de riktlinjer som angivits av styrelsen för utbildning vid Karolinska Institutet.

Kursen får inte medräknas i examen samtidigt med inom eller utom landet genomgången fördjupningskurs, vars innehåll helt eller delvis överensstämmer med innehållet i kursen.

\*

*Kunskaperna* är nivåindelade enligt SOLO-taxonomin:

- S1) enkel (ex. känna till, identifiera),
- S2) sammansatt (ex. redogöra för, beskriva),
- S3) relaterad (ex. analysera, relatera), och
- S4) utvidgad (ex. teoretisera, analysera).

*Färdigheterna* är nivåindelade enligt Millers pyramid:

- M1) veta,
- M2) veta hur man utför,
- M3) kunna visa, och
- M4) kunna utföra yrkesmässigt.

## Litteratur och övriga läromedel

### Obligatorisk kurslitteratur

#### **FYSS 2008 : fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling**

Stockholm : Statens folkhälsoinstitut, 2008 - 613 s.

ISBN:978-91-7257-543-1 LIBRIS-ID:10734161

URL: <http://www.fyss.se/>

[Sök i biblioteket](#)

*Eriksson, Bengt O.*

#### **Idrott, hälsa och sjukdom**

1. uppl. : Lund : Studentlitteratur AB, 2011 - 574 s.

ISBN:978-91-44-04109-4 (inb.) LIBRIS-ID:12149657

[Sök i biblioteket](#)