



**Karolinska
Institutet**

Kursplan för

Att arbeta med sjukdomsförebyggande metoder, 7.5 hp

To work with disease prevention methods, 7.5 credits

Denna kursplan gäller från och med vårterminen 2018.

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

HT13 , HT14 , VT18

Kurskod	2XX029
Kursens benämning	Att arbeta med sjukdomsförebyggande metoder
Hp	7.5 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Övriga ämnen
Nivå	Avancerad nivå, kursens fördjupning kan inte klassificeras
Betygsskala	Godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för neurobiologi, vårdvetenskap och samhälle
Medverkande institutioner	• Institutionen för medicin, Solna
Beslutande organ	Styrelsen för utbildning
Datum för fastställande	2013-03-15
Reviderad av	Utbildningsnämnden NVS
Senast reviderad	2017-12-05
Kursplanen gäller från	Vårterminen 2018

Särskild behörighet

Minst 120 hp inom hälso- och sjukvård. Dessutom krävs Svenska B/Svenska 3 och Engelska A/Engelska 6 med lägst betyget godkänd/E.

Mål

Kursens övergripande syfte är att utifrån ett interprofessionellt perspektiv ge en vetenskaplig grund kring sambandet mellan levnadsvanor och hälsa. Syftet är vidare att ge färdigheter rörande metoder att främja goda levnadsvanor.

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- Förklara evidensen för sambanden mellan levnadsvanor (alkohol, fysisk aktivitet, mat och tobak) och olika aspekter på hälsa från ett individ- och samhällsperspektiv

- Utifrån en behovsanalys kunna tillämpa rekommendationer och riktlinjer avseende levnadsvanor för olika grupper i samhället
- Identifiera sin egen professions roll samt kunna analysera och reflektera kring hur samverkan mellan olika professioner bidrar till att främja goda levnadsvanor
- Tillämpa teoretiska beteendeförändringsmodeller och evidensbaserade metoder för att främja goda levnadsvanor
- Tillämpa principerna för samtalsmetodik och att reflektera kring faktorer som påverkar motivation och följsamhet
- Visa förmåga att utvärdera beteendeförändring på individnivå och relatera resultaten till metodernas tillförlitlighet
- Ha kännedom om indikatorer för att bedöma implementering av metoderna inom hälso- och sjukvården

Innehåll

Kursen behandlar:

- Levnadsvanor (alkohol, fysisk aktivitet, mat och tobak) och hälsa
- Folkhälsa i förändring
- Ojämlighet i hälsa, socioekonomiska faktorer
- Evidensbaserade metoder att främja goda levnadsvanor
- Beteendeförändring i teori och praktik
- Samtalsmetodik
- Utvärderingsmetoder, dess reliabilitet och validitet
- Indikatorer
- Interprofessionell samverkan

Arbetsformer

Undervisningen utgår från ett problemorienterat och kollaborativt synsätt på lärande där arbetsformerna ger förutsättning för att studenten aktivt tar ansvar för sitt lärande. De arbetsformer som används är föreläsningar, praktiska demonstrationer och övningar, diskussioner, självstudier samt arbete i grupp. Mellan kursmöten sker individuellt och kollaborativt arbete i en webbaserad lärplattform.

Examination

Kursen examineras enligt följande:

Individuell skriftlig inlämningsuppgift. Uppgiften presenteras och försvaras vid ett seminarium där studenterna är varandras opponenter.

Betygsskala: G/U

Obligatoriska moment för godkänd kurs är:

- Inlämning av individuella- samt grupparbeten samt aktivt deltagande i webbdiskussioner

För att uppnå betyget G på hel kurs krävs G på den individuella examinationen, samt uppfyllande av obligatoriska moment. Restseminarium eller skriftliga ersättningsuppgifter vid frånvaro på de obligatoriska momenten beslutas av kursansvarig.

Övergångsbestämmelser

Examination kommer att tillhandahållas under en tid av ett år efter en eventuell nedläggning av kursen. Examination kan ske enligt tidigare litteraturlista under en tid av ett år efter den tidpunkt då en förnyelse

av litteraturlistan gjorts.

Övriga föreskrifter

Undervisningsspråk: svenska

Kursutvärdering sker enligt av Styrelsen för utbildning fastställda riktlinjer.

Litteratur och övriga läromedel

Rekommenderad litteratur

Nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor Stöd för styrning och ledning Remissversion

Stockholm, Socialstyrelsen, 70 s, ISBN: 978-91-7555-434-1, 2017

URL: [Fritt tillgängligt via Socialstyrelsen](#)

Preventiv medicin : teori och praktik

Orth-Gomér, Kristina; Perski, Aleksander

2., utök. uppl. : Lund : Studentlitteratur AB, 2008 - 327 s.

ISBN:978-91-44-04015-8 LIBRIS-ID:10604668

[Sök i biblioteket](#)

FYSS 2017 : fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling

[3., rev. uppl.] : Stockholm : Läkartidningen förlag AB, cop. 2016 - 656 s.

ISBN:978-91-981711-2-9 LIBRIS-ID:19981618

URL: www.fyss.se

[Sök i biblioteket](#)

Wåhlin, Sven

Alkohol : en fråga för oss i vården

1. uppl. : Lund : Studentlitteratur, 2012 - 248 s.

ISBN:978-91-44-08220-2 LIBRIS-ID:13591601

[Sök i biblioteket](#)

Holm Ivarsson, Barbro; Hjalmarsen, Agneta; Pantzar, Margareta

Stödja patienter att sluta röka och snusa : rådgivning om tobak och avvänjning

1. uppl. : Lund : Studentlitteratur, 2012 - 304 s.

ISBN:978-91-44-08239-4 LIBRIS-ID:13434334

[Sök i biblioteket](#)

Mat och hälsa : en klinisk handbok

Cederholm, Tommy; Rothenberg, Elisabet

1. uppl. : Lund : Studentlitteratur, 2015 - 248 s.

ISBN:978-91-44-08357-5 LIBRIS-ID:17820989

[Sök i biblioteket](#)

Miller, William R.; Rollnick, Stephen

Motiverande samtal : att hjälpa människor till förändring

3., [dvs 4]., utg. : Stockholm : Natur & Kultur, 2013 - 516 s.

ISBN:9789127135390 LIBRIS-ID:14008440

[Sök i biblioteket](#)

Vetenskapliga översiktsartiklar med koppling till respektive levnadsvana tillkommer.