

Smärta och smärtrehabilitering

Studiehandledning

Reviderad 2022-01-01



Innehåll

Inledning.....	4
En målstyrd utbildning	5
Förkunskapskrav.....	5
Allmänna och specialistspecifika mål	6
Ingående delar.....	6
Klinisk tjänstgöring.....	6
Klinisk handledning	7
Krav på handledaren	7
Teoretisk fördjupning.....	7
Kvalitets-och förbättringsarbete	8
Att ansöka om specialistkompetens.....	8
Specialistkompetens inom fler områden.....	8
Förkortad studieplan och dispens från handledning.....	8
Granskningsprocess	9
Överklagan	9
Kostnad.....	9
Viktiga begrepp	9
Förutsättningar för ST-tjänstgöring.....	10
Lärandemål allmänna kompetenser	10
Mål I A. Medicinsk vetenskap	10
Mål I B. Medarbetarskap, ledarskap och pedagogik.....	11
Mål I C. Personcentrerad vård, etik, mångfald och jämlikhet	13
Mål I D. Systematiskt kvalitets- och patientsäkerhetsarbete.....	14
Mål I E. Hälsofrämjande arbete.....	15
Mål I F. Läkemedel	16
Lärandemål för specialistområdet Smärta och smärtrehabilitering	17
Mål II A. Fysiologi och anatomi	17
Mål II B. Olika smärttillstånd	18

Mål II C. Smärtrehabilitering.....	20
Mål II D. Farmakologi.....	21
Rekommenderade förutsättningar för ST-utbildning	22

Specialistfysioterapeuten inom ämnesområdet Smärta och smärtrehabilitering arbetar med patienter i behov av rehabilitering vid olika typer av smärttillstånd. Specialistfysioterapeuten har en fördjupad yrkesspecifik kunskap kopplat till olika grad av komplexa smärttillstånd. Det innefattar bland annat fördjupad yrkesspecifik kunskap om:

- Uppkomst och utveckling av olika typer av smärttillstånd
- Bedömning, analys och behandling av patienter i olika åldrar vid akut, subakut och långvarig smärta
- Hur olika delar av den bio-psyko-sociala modellen kan påverka multidimensionella aspekter kopplat till smärtupplevelsen

Fysioterapeuter specialiserade inom området kan arbeta med patienter inom öppen- och slutenvård samt vid specialiserade smärtkliniker och i patientföreningar. Specialistfysioterapeuten ska ha förmåga till en helhetsyn och kunna väga in patientens samlade situation och förutsättningar vid såväl bedömning som behandling. Specialisten deltar aktivt i den medicinska utredningen och arbetar hälsofrämjande, sjukdomsförebyggande, rehabiliterande, habiliterande och/eller behandlande. Vid långvariga och mer komplexa smärttillstånd kan fysioterapeuten delta i ett teamarbete.

För att uppnå specialisering inom ämnesområdet Smärta och smärtrehabilitering krävs yrkeserfarenhet såväl som teoretisk och klinisk kunskap samt att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden kontinuerligt träffar aktuella patienter/patientgrupper både för ny- och återbesök.

Inledning

På 1970-talet togs ett första initiativ att utveckla en specialistordning då ”behörighet att ange speciell inriktning” inrättades. Denna behörighet utfärdades fram till kongressen 1993 då den ersattes av specialistordningen. Idag finns 17 specialistinriktningar inom fysioterapi. Specialistutbildningen är en målrelaterad treårig klinisk utbildning under handledning med krav på akademisk examen om lägst magister samt annan teoretisk och klinisk utbildning som syftar till fördjupning och breddning inom specialistområdet.

Studiehandledningen beskriver de krav och lärandemål som ingår i specialiseringstjänstgöring (ST) för fysioterapeuter¹ och som leder fram till certifiering som specialistfysioterapeut. Ännu är inte fysioterapeuters specialistutbildning reglerad i lag men förbundet verkar aktivt och kontinuerligt för att fysioterapeuters specialistkompetens ska erkännas av samhället.

En målstyrd utbildning

Specialistutbildningen är en målrelaterad och individuellt utformad utbildning. Det innebär att innehållet i specialistutbildningen kan se olika ut för olika individer beroende på de erfarenheter, kunskaper och meriter som den sökande har med sig vid specialistutbildningens början. Fokus för bedömningen ligger på måluppfyllelse, det vill säga det som den sökande lärt sig genom sin kliniska erfarenhet samt fort- och vidareutbildning. Inom ett sådant kompetensbaserat synsätt är det inte föreskrivet exakt vilka kurser den enskilde ska gå eller hur många timmar varje utbildningsaktivitet innefattar. Utgångspunkten är istället att allt systematiskt lärande räknas och att det finns många olika sätt att lära och utvecklas på. Måluppfyllelse ska kunna verifieras med olika intyg. I studiehandledningen anges lärandemålen och förslag på utbildningsaktiviteter. Målbeskrivningarna i studiehandledningen består av lärandemål vilka kompletterar varandra. Det är därför viktigt att läsa dessa tillsammans som en helhet. Som stöd finns förslag på rekommenderade aktiviteter för varje lärandemål. I studiehandledningen anges inte hur lång tid det tar för att uppnå ett specifikt lärandemål. Vissa av kompetenserna förväntas fysioterapeuten utveckla under hela sin ST, tex inom etik. Den totala längden på en ST rekommenderas vara tre år på heltid. Om den totala utbildningstiden underskrider tre år på heltid behöver utbildningen förlängas med motsvarande tid. Förutom magisterutbildning och andra utbildningsaktiviteter, består utbildningen av klinisk tjänstgöring under handledning. Utbildningen kan förlängas om ST-fysioterapeuten väljer att genomföra utbildningen på deltid.

Förkunskapskrav

För att påbörja specialistutbildningen krävs:

- Kandidatexamen i fysioterapi

¹ I dokumentet används genomgående titeln fysioterapeut. Här innefattas även sjukgymnast vilket är den tidigare benämningen/titeln på professionen.

- Två års klinisk erfarenhet som leg. fysioterapeut om minst 75 procent av heltidsanställning.

Ansökan om att påbörja specialiseringstjänstgöring-individuell studieplan.

Specialiseringstjänstgöringen bygger på ett självstyrkt lärande med stöd av en individuell studieplan. Studieplanen formuleras utifrån de lärandemål och rekommenderade aktiviteter som föreslås i studiehandledningen. Med stöd av handledaren formulerar ST-fysioterapeuten sin individuella studieplan.

Studieplanen liksom handledaren ska godkännas av förbundets specialistkommitté innan ST påbörjas. Det finns två ansökningstillfällen per år, 1 februari respektive 1 september. Vid dessa tillfällen hanteras alla ansökningsärenden. Handläggningstiden är normalt upp till tre månader efter sista ansökningsdag. Den individuella studieplanen är giltig i sex år. Om ST-fysioterapeuten inte har slutfört utbildningen inom denna tid behöver studieplanen revideras och bedömas på nytt av specialistkommittén.

Allmänna och specialistspecifika mål

I målbeskrivningarna anges de kunskaper, färdigheter och förhållningssätt som specialistfysioterapeuten ska utveckla under sin ST. I målbeskrivningarna finns allmänna mål och specialistspecifika mål. De allmänna målen gäller för alla specialiteter inom fysioterapi medan de specifika är beroende av vilket specialistområde fysioterapeuten specialiserar sig inom. I studiehandledningen finns rekommendationer för hur den individuella studieplanen för de allmänna samt de specifika lärandemålen inom respektive specialistområdet bör utformas. Rekommendationerna syftar till att vara ett stöd och underlätta tolkningen och samsynen kring målen, ge tips till handledare och ST-fysioterapeut avseende utbildningsplanens utformning och handledningens innehåll samt exemplifiera de utbildningsaktiviteter som finns angivna för respektive lärandemål.

Ingående delar

- Klinisk tjänstgöring under handledning inom specialistområdet
- Akademisk examen på avancerad nivå (lägst magister)
- Teoretisk fördjupning relevant för specialistområdet
- Genomfört kvalitets- och förbättringsarbete

Klinisk tjänstgöring

Den kliniska tjänstgöringen ska omfatta tre års tjänstgöring inom specialistområdet under handledning av en namngiven handledare som godkänts

av förbundets specialistkommitté. Den kliniska tjänstgöringen är grunden i ST-utbildningen och ska utgöra majoriteten av utbildningstiden. Övrig tid ska fyllas av kurser eller andra utbildningsaktiviteter.

Klinisk handledning

Den kliniska handledningen ska motsvara totalt 30 timmar fördelat på tre år vilket kan fördelas på ca fem tillfällen/år. Handledarens uppgift är att:

- fungera som bollplank och stöd vid utformningen av studieplanen
- bistå med kollegialt erfarenhetsutbyte i det kliniska arbetet för valda moment eller aspekter kopplat till lärandemålen
- följa upp att innehållet i planen genomförs och vara ett stöd för reflektion kring lärandet
- intyga att aktiviteter i studieplanen är genomförda och kompetensmål uppfyllda

Handledningen kan ske individuellt eller i grupp, och kan ske fysiskt eller på distans. I samband med att studieplanen upprättas kan handledare och ST-fysioterapeut också göra en överenskommelse om hur handledningen ska läggas upp. Syftet med överenskommelsen är att främja en välfungerande relation och att synliggöra förväntningar och behov mellan handledare och den sökande. Det kan handla om kommunikationssätt, återkoppling och/eller lärstil. Vägledning för en sådan överenskommelse finns att ladda ner från hemsidan.

Krav på handledaren

Den kliniska handledaren ska vara specialist inom relevant område och välförankrad i kliniskt arbete. Det är möjligt att vid behov ha både en huvudhandledare och en eller flera bihandledare.

Teoretisk fördjupning

Den teoretiska utbildningen ska vara planerad, ändamålsenlig och systematisk och ska kunna motiveras utifrån specialistområdets lärandemål, rekommenderade aktiviteter samt den sökandes behov. ST-fysioterapeuten rekommenderas att kontinuerligt dokumentera sitt lärande.

Vad gäller kurser är rekommendationen att den individuella studieplanen ska innehålla en variation av olika typer av kurser, tex högskolekurs, seminarium, webutbildning, konferens etc. Det bör tydliggöras vilket lärandemål som avses uppfyllas i samband med deltagande i kurs.

ST-fysioterapeuten ska ha en akademisk vidareutbildning på avancerad nivå, lägst magisterexamen. En examen på avancerad nivå ska säkerställa att specialisten utvecklat akademiska kompetenser såsom kritiskt tänkande, informationskunskap, vetenskapligt förhållningssätt och självstyrt lärande. Denna kompetens ger den sökande verktyg att vidareutveckla sig inom sitt ämnesområde samt kapacitet att verka i rollen som kunskapsbärare, kunskapsförmedlare och kunskapsutvecklare. Därför behöver magister-/masterexamen inte vara inom området fysioterapi utan alla utbildningar med relevans för området fysioterapi accepteras, exempelvis klinisk medicinsk vetenskap, beteendevetenskap, folkhälsa eller idrottsmedicin.

Kvalitets-och förbättringsarbete

Hälso-och sjukvården är i ständig utveckling och dess förmåga att systematisk utvärdera verksamheten utifrån ett kvalitets-och förbättringsperspektiv blir allt viktigare. I ST-tjänstgöringen ingår att genomföra ett kvalitets-och förbättringsarbete utifrån verksamhetens behov med en etablerad metod. Handledaren intygar att ST-fysioterapeuten genomfört arbetet utifrån en etablerad metod och uppnår kompetenskraven i lärandemålet.

Att ansöka om specialistkompetens

När ST-fysioterapeuten fullföljt sin individuella studieplan och handledaren kan intyga att utbildningsaktiviteter är genomförda och lärandemålen är uppfyllda är det möjligt att ansöka om specialistkompetens. Ansökan består av intyg signerade av handledaren samt tre skriftliga reflektionsuppgifter. Se information på hemsidan där även blanketter och intyg finns tillgängliga.

Specialistkompetens inom fler områden

Det är möjligt att söka specialistkompetens inom mer än ett område. Uppnådda allmänna mål inom en specialitet kan tillgodoräknas inom en annan specialitet utan kompletteringar med undantag för veterinärmedicin vars allmänna mål skiljer sig något från övriga.

Förkortad studieplan och dispens från handledning

Det är möjligt att ansöka om förkortad studieplan. Dock ska denna som minst omfatta två år. I dessa fall ska ST-fysioterapeuten i sin studieplan även redogöra för vilka lärandemål som hen redan uppnår samt lämna underlag för tillgodoräknande av utbildningsaktiviteter. Det är möjligt att ansöka om dispens

från handledning i de fall fysioterapeuten anser att alla formella krav samt lärandemål är uppfyllda. Ansökan ska då innehålla en redogörelse av uppfyllda lärandemål, underlag för tillgodoräknande av utbildningsaktiviteter samt dispensansökan.

Granskningsprocess

Specialistkommittén granskar alla individuella studieplaner och specialistansökningar utifrån de lärandemål och rekommenderade aktiviteter som finns beskrivna i studiehandledningen. Vid behov kan de efterfråga kompletterande handlingar.

Överklagan

Om den sökandes specialistansökan inte blir godkänd av specialistkommittén har hen möjlighet att komplettera och/eller förtydliga sin ansökan. Om den sökande och kommittén därefter inte är överens finns möjlighet för den sökande att överklaga kommitténs beslut till Vetenskapliga rådet. I en överklagan behöver den sökande redogöra för den/de aspekter som hen anser inte blivit korrekt värderade och motivera varför beslutet bör ändras. Överklagan ska skickas inom två veckor efter meddelat beslut.

Kostnad

Avgiften är 1 500 kr för medlem respektive 15 000 kr för icke medlemmar. Avgiften betalas i samband med att handläggning av en ansökan påbörjats. Skulle den sökande av olika skäl inte kunna fullfölja sin specialistutbildning kan hen kontakta förbundet och ansöka om att få tillbaka 80 procent av avgiften.

Viktiga begrepp

I målbeskrivningarna används bland annat begreppen *behärska*, *ha kunskap om* och *ha kännedom om*. Att *behärska* innebär att fysioterapeuten ska uppvisa de kunskaper, färdigheter och förhållningssätt som krävs för att fullständigt och självständigt kunna utföra de arbetsuppgifter som förekommer inom det område som avses. Det kan till exempel vara att fullständigt och självständigt kunna bedöma, behandla och följa upp en patient och använda de metoder som är relevanta för området. *Ha kunskap* används för att uttrycka ett kompetenskrav som är mindre omfattande än *behärska*. *Ha kännedom* används för att uttrycka det minst omfattande kompetenskravet. I målbeskrivningarna anges också när genomförandet av vissa utbildningsaktiviteter ska styrkas genom intyg.

Med auskultation menas en strukturerad kortare utbildningsaktivitet, vanligen en halv- eller heldag, förlagd i klinik eller annan verksamhet som är viktig för specialistområdet.

Förutsättningar för ST-tjänstgöring

För att ST-fysioterapeuten ska uppnå lärandemålen, och för att handledaren ska klara sitt uppdrag behövs erforderliga resurser till aktiviteter relaterade till utbildningsplanen, kompetensutveckling och stöd till handledare. Det är viktigt att förankra sin studieplan med sin arbetsgivare innan start samt att handledaren ges goda förutsättningar att genomföra sitt handledaruppdrag.

I målbeskrivningarna finns delmål (I) som är gemensamma för alla specialistområden och specialistspecifika delmål (II) som är framtagna för varje specialitet.

Lärandemål allmänna kompetenser

Mål I A. Medicinsk vetenskap

Lärandemål	Utbildningsaktivitet	Intyg
Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • behärska att kritiskt granska och värdera vetenskapliga texter • uppvisa ett vetenskapligt förhållningssätt till rutiner och arbetssätt i det dagliga arbetet • kunna använda olika vetenskapliga kunskapskällor i sitt vardagliga arbete 	Klinisk tjänstgöring under handledning Akademisk fördjupning motsvarande lägst magisterexamen	Intyg om klinisk tjänstgöring Examensbevis utfärdat av universitet/högskola Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare

Mål I A är specialistfysioterapeutens bas. Specialistfysioterapeuten är en resurs för sin arbetsplats genom att arbeta evidensbaserat och medverka till att ett vetenskapligt förhållningssätt genomsyrar verksamheten.

Måluppfyllnad: För måluppfyllelse krävs akademisk examen om lägst magister samt klinisk tjänstgöring under handledning.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Målet kan tränas i den kliniska tjänstgöringen genom att ST-fysioterapeuten kritiskt granskar vetenskapliga texter och nya rön samt genom ett kritiskt förhållningssätt till fysioterapeutiska metoder.

Målet kan vidare tränas t ex genom:

- Deltagande i vetenskaplig sammankomst och yrkesrelaterade sammankomster
- Deltagande i Fysioterapeuternas studiecirkel om evidens
- Presentation av vetenskapligt arbete

Diskussionsförslag i handledning

- Hur förhåller sig ST-fysioterapeuten till de metoder som hen använder?
- Vilka kunskapsstöd använder sig ST-fysioterapeuten av i sin kliniska tjänstgöring?
- Hur ser strukturen och ansvaret ut för uppdatering av dessa?
- Vilka kunskapsunderlag har ST-fysioterapeuten tillgång till via sin arbetsplats?
- Hur kan den evidensbaserade hälso- och sjukvården utvecklas på arbetsplatsen?
- Hur hanterar ST-fysioterapeuten om en patient har önskemål om en icke-evidensbaserad metod?

Mål I B. Medarbetarskap, ledarskap och pedagogik

Lärandemål	Utbildningsaktivitet	Intyg
Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • Ha kompetens att leda arbetet med kontinuerligt lärande bland fysioterapeuter • Ha kompetens att handleda medarbetare och studenter • Ha kompetens att planera och genomföra undervisning • Ha kompetens att arbeta i interprofessionella team 	Klinisk tjänstgöring under handledning Kurs/-er	Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomförd kurs/-er Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare

Mål I B är en del i specialistfysioterapeutens bas. För att uppnå målet krävs att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden kontinuerligt analyserar och reflekterar kring medarbetarskap, ledarskap och pedagogik.

Måluppfyllnad: För måluppfyllnad ska specialistfysioterapeuten i sin verksamhet vara kunskapsbärare, kunskapsförmedlare och kunskapsutvecklare. Vidare förväntas ST-fysioterapeuten kontinuerligt medverka i och facilitera interprofessionellt arbete såsom interprofessionella teamrönder där man lär med, om och av varandra.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Målet kan tränas i den kliniska tjänstgöringen och aktiviteter bör planeras in under hela utbildningsperioden. Kontinuerligt lärande kan uppnås genom att ST-fysioterapeuten tillsammans med handledaren reflekterar kring sin egen kompetensnivå, identifierar egna behov av kompetensutveckling samt utvecklar metoder för att inhämta ny kunskap och utveckla sin kompetens. Målet kan tränas genom att göra en analys av arbetsplatsens metoder för kontinuerligt lärande bland fysioterapeuter. Vidare rekommenderas att ST-fysioterapeuten kontinuerligt under utbildningsperioden leder patientskolor, håller i internutbildning eller liknande aktiviteter.Handledning av grundutbildningsstudenter alternativt mentorskap för nyanställda kollegor rekommenderas.

Diskussionsförslag i handledning:

- Analysera samarbetet i de vårdteam ST-fysioterapeuten ingår i/har insyn i utifrån vad som fungerar bra och vad som kan utvecklas.
- Analysera den egna kompetensen och lärandet samt identifiera egna behov av kompetensutveckling
- Analysera hur konflikter hanteras, tex med patient, medarbetare eller närstående?
- Reflektion kring den egna rollen som handledare.

Kurser: Högskolekurs i handledning alternativt andra utbildningstillfällen ordnat av exempelvis högskola, region, Fysioterapeuterna.

Mål I C. Personcentrerad vård, etik, mångfald och jämlikhet

Lärandemål	Utbildningsaktivitet	Intyg
Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • Ha kompetens att bemöta människor som unika personer och med respekt oberoende av kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning och ålder • Kunna identifiera och hantera etiska problem och analysera dessa på ett strukturerat sätt • Kunna hantera värdekonflikter i det dagliga arbetet • Ha kompetens att möta personer utsatta för våld i nära relationer 	Klinisk tjänstgöring under handledning	Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare

Mål I C är en del i specialistfysioterapeutens bas. För att uppnå målet krävs att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden kontinuerligt analysera och reflekterar kring personcentrerad hälso- och sjukvård, etiska frågeställningar, mångfald och jämlikhet.

Måluppfyllnad: Momenten kan tränas genom att under hela utbildningsperioden och under handledning lära sig att identifiera, analysera, strukturera och hantera frågor som rör etik, mångfald och jämlikhet.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Samtliga delar i mål I C kan tränas i den kliniska tjänstgöringen. För godkännande ska ST-fysioterapeuten ha kännedom om den egna verksamhetens arbete utifrån diskrimineringslagen.

För vidare kunskap om våld i nära relationer se: Nationellt centrum för kvinnofrid: <https://www.nck.uu.se/>

Diskussionsförslag i handledning:

- Hur ser mina egna normer, fördomar, och etiska värderingar ut?

- Hur relaterar de till den egna verksamhetens policy i dessa ämnen?
- Etiska problemställningar från patientmöten, exempelvis önskemål från patient eller närstående vad gäller utrednings- och behandlingsåtgärder
- Genomföra tolksamtal och reflektera kring skillnader mellan tolksamtal från övriga samtal

Mål I D. Systematiskt kvalitets- och patientsäkerhetsarbete

Lärandemål	Utbildningsaktivitet	Intyg
Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • Kritiskt kunna granska den egna verksamheten och kunna genomföra en risk- och händelseanalys • Systematiskt kunna arbeta för integrering av nya åtgärder, processer, rutiner och tekniker och metoder i det dagliga hälso- och sjukvårdsarbetet 	Klinisk tjänstgöring under handledning Genomföra ett kvalitets- och förbättringsarbete inom verksamheten med hjälp av en vedertagen metod	Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomfört förbättringsarbete utfärdat av handledare Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare

Mål I D beskriver specialistfysioterapeutens roll i verksamhetens utveckling och patientsäkerhetsarbete. För att uppnå målet krävs att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden är delaktig och sätter sig in i verksamhetens rutiner för risk- och händelseanalys.

Måluppfyllnad: Samtliga delar i mål I D kan tränas i den kliniska tjänstgöringen. För godkännande krävs genomförande av ett förbättringsarbete inom den egna verksamheten eventuellt i samarbete med andra.

Exempel på förbättringsarbeten kan vara att förbättra vårdkedjan för en viss patientgrupp alternativt utveckla eller revidera patientinformation. Det kan även vara att medverka i en arbetsgrupp för att förbättra effektiviteten eller flödet i en process på kliniken. I detta mål specificeras ej omfattningen av arbetet. Däremot är det ett krav att etablerade verktyg och metoder i förbättringskunskap används i arbetet.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

För vidare kunskap om förbättringskunskap, se till exempel Qulturum, region Jönköping. Qulturum är ett centrum för utveckling och förbättringsarbete inom hälso- och sjukvård och tandvård. Här finns stöd och hjälp för arbetet att ändra

arbetssätt och system. Även Sveriges kommuner och regioner (SKR) har metoder, verktyg och stöd för utveckling inom detta område.

Diskussionsförslag i handledning

- Reflektera kring egna patientfall där risker uppstått
- Hur upptäcker och anmäler man brister i verksamheten och hur hanteras avvikelser?
- Hur ser verksamhetens patientsäkerhetsarbete ut och hur skulle patientsäkerheten kunna utvecklas vidare?
- Hur arbetar den egna verksamheten med systematiska förbättringar och vilka metoder används?

Mål I E. Hälsofrämjande arbete

Lärandemål	Utbildningsaktivitet	Intyg
Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • Behärska att vägleda patienter i frågor om levnadsvanor i sjukdomsförebyggande och behandlade syfte eller för att förbättra sjukdomsprognos • Ha fördjupad kunskap inom beteendemedicin och beteendemedicinska tillämpningar i prevention, bedömning och behandling 	Klinisk tjänstgöring under handledning Kurs/-er	Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomförd kurs/-er Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare

Specialistfysioterapeuten arbetar aktivt med hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande metoder och använder sig av etablerade beteendemedicinska principer.

Måluppfyllelse: Målet kan tränas i den kliniska tjänstgöringen och för godkännande krävs att specialistfysioterapeuten arbetar strukturerat utifrån ett beteendemedicinskt och hälsofrämjande förhållningssätt

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Fördjupning av kunskap genom inläsning och uppdatering av aktuell litteratur till exempel Socialstyrelsens Nationella riktlinjer, Folkhälsomyndighetens riktlinjer samt FYSS.

Kurser: Högskolekurs/-er eller metodkurs inom det beteendemedicinska området eller motsvarande.

Mål I F. Läkemedel

Lärandemål	Utbildningsaktivitet	Intyg
Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> Kunna förhålla sig till förekommande läkemedel i relation till fysioterapeutiska interventioner 	Klinisk tjänstgöring under handledning Auskultation	Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om auskultation Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare

Målet syftar till att ST-fysioterapeuten ska ha kännedom om de vanligast förekommande läkemedlen, dess eventuella biverkningar och hur de kan påverka fysioterapeutisk intervention.

Måluppfyllnad: För måluppfyllnad ska den specialistkompetenta fysioterapeuten kunna planera insatser med hänsyn till aktuell läkemedelsbehandling.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Detta mål kan tränas under hela utbildningsperioden till exempel genom att ST-fysioterapeuten med hjälp av en för ämnet kompetent person, utifrån specifika patientfall gå igenom läkemedelslistor i relation till fysioterapeutisk intervention. Diskussion av patientfall.

Lärandemål för specialistområdet

Smärta och smärtrehabilitering

Mål II A. Fysiologi och anatomi

Lärandemål	Utbildningsaktivitet	Intyg
Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • ha väsentligen fördjupade kunskaper i de smärtmodulerande systemens anatomi, fysiologi och patofysiologi • kunna redogöra för och identifiera riskfaktorer för att utveckla långvariga smärttillstånd • ha väsentligen fördjupade kunskaper om de psykologiska, kulturella och sociala faktorer som påverkar smärtupplevelsen • behärska att systematiskt integrera dessa kunskaper vid undersökning, bedömning och behandling vid akuta, subakuta och långvariga smärttillstånd 	Klinisk tjänstgöring under handledning Kurs/-er Auskultation	Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomförd kurs/-er Intyg om auskultation Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare

För att uppnå mål A krävs att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden kontinuerligt analyserar och reflekterar kring patienter med olika smärttillstånd utifrån de smärtmodulerande systemens anatomi, fysiologi och patofysiologi samt de psykologiska och sociala aspekter som kan påverka smärtupplevelsen. ST-fysioterapeuten ska kunna redogöra för skillnaden mellan akuta och långvariga smärttillstånd samt kunna redogöra för riskfaktorer för utveckling av långvariga smärttillstånd. ST-fysioterapeuten ska under utbildningen successivt fördjupa sin kompetens och som färdig specialist inneha kompetens att självständigt undersöka, bedöma, analysera och behandla/rehabilitera patienter med olika smärttillstånd som är i behov av fysioterapi.

Måluppfyllnad: Teoretiskt kunna redogöra för och tillämpa kunskaper i anatomi, fysiologi och patofysiologi samt kunna redogöra för hur psykologiska, kulturella och sociala aspekter påverkar smärtupplevelsen. Utifrån bedömning och analys av patienters smärttillstånd kunna motivera prioritering ur ett fysioterapeutiskt perspektiv. För måluppfyllnad krävs även att ST-fysioterapeuten kan definiera

och förklara smärta/smärtupplevelsen som en komplex, flerdimensionell upplevelse, samt ha förmågan att kunna svara på fördjupande följdfrågor kopplat till ämnet.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Kurser: Högskolekurser inom för området relevanta ämnen tex de smärtmodulerande systemens anatomi, fysiologi och patofysiologi. Psykologiska, kulturella och sociala aspekter på smärtupplevelsen samt klassificering av olika smärttillstånd. Smärtsektionens ämnesspecifika kurser eller motsvarande.

Auskultationer: För breddning inom specialistområdet bör auskultation ske utanför den egna verksamheten. Auskultationen ska ske hos specialistfysioterapeut eller erfaren fysioterapeut.

Diskussionsförslag i handledning: Med utgångspunkt från specifika patientfall kritiskt reflektera över undersökning, bedömning, analys och behandling utifrån fördjupade kunskaper inom smärtfysiologi, -anatomi och patofysiologi samt psykologiska, kulturella och sociala aspekter.

Övrigt: Planera och genomföra en smärtföreläsning för en patientgrupp eller för kollegor på arbetsplatsen eller motsvarande.

Mål II B. Olika smärttillstånd

Lärandemål	Utbildningsaktivitet	Intyg
Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> ha fördjupad kunskap om hur stressrelaterade och posttraumatiska tillstånd samt hur ångest- och depressionstillstånd kan påverka uppkomst och utveckling av olika typer av smärttillstånd ha fördjupad kunskap om uppkomst och utveckling av smärttillstånd relaterat till maligna sjukdomar samt vid palliativ vård behärska att systematiskt integrera dessa kunskaper vid undersökning, bedömning, och behandling av olika typer av smärttillstånd 	Klinisk tjänstgöring under handledning Auskultation	Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om auskultation Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare

För att uppnå mål B krävs att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden kontinuerligt analyserar och reflekterar kring teamets betydelse i bedömning av patienter med komplex smärtproblematik och svåra sjukdomstillstånd. ST-fysioterapeuten ska under utbildningen successivt fördjupa sin kompetens och som färdig specialist inneha kompetens att självständigt undersöka och bedöma patienter med olika smärttillstånd som är i behov av fysioterapeutisk behandling och rehabilitering

Måluppfyllnad: Självständigt kunna utföra undersökning, analys och bedömning av patienter med olika smärttillstånd. Kan redogöra för funktionen av ett smärtteam samt ha kunskap om hur man utifrån status, bedömning och patientens behov kan rekommendera patienten till lämplig (fysioterapeutisk) specialitet eller lämplig rehabiliteringsnivå (unimodal, interdisciplinär eller multidisciplinär rehabilitering). Självständigt kunna delge information i form av en smärtinformation/smärtskola.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Auskultationer: För breddning inom specialistområdet kan auskultation ske utanför den egna verksamheten. Auskultationen ska ske hos specialistfysioterapeut, erfaren fysioterapeut eller annan specialiserad profession inom smärtområdet, förslagsvis på multimodal rehabiliteringsklinik (MMR2).

Diskussionsförslag i handledning: Med utgångspunkt från specifika patientfall kritiskt reflektera över när det föreligger ett behov rekommendera patienter vidare till annan instans, såsom specialistfysioterapeut inom annat kompetensområde eller annan yrkeskompetens.

- Hur man kan identifiera risker att patienten utvecklar långvariga negativa konsekvenser på grund av ett icke-adekvat omhändertagande av rådande smärttillstånd.
- Hur smärttillstånd kan behandlas ur ett fysioterapeutiskt perspektiv på olika vårdnivåer.
- Hur man kan identifiera och redogöra för andra yrkesgruppers roller och ansvarsområden inom smärtvården.
- Indikationerna för olika rehabiliteringsnivåer (unimodal, interdisciplinär eller multidisciplinär rehabilitering).
- Hur man kan kommunicera smärtrelaterade aspekter med andra yrkesgrupper inom vården.
- Hur man kan beskriva metoder som genererar en terapeutisk allians som gynnar compliance och vidmakthållande.

- Gemensam undersökning, bedömning och behandling av patient med smärttillstånd

Övrigt: Presentation av patientfall i lämpligt forum.

Mål II C. Smärtrehabilitering

Lärandemål	Utbildningsaktivitet	Intyg
Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • kunna redogöra för teoretiska modeller inom smärtrehabilitering • behärska fysioterapeutiska metoder för behandling, rehabilitering och uppföljning av patienter med akuta, subakuta eller långvariga smärttillstånd • ha kunskap om teorier och förklaringsmodeller till varför fysisk aktivitet och träning såväl som hälsopromotion och självhantering är viktiga i smärthanteringssammanhang och därför rekommenderas att ingå i behandling vid såväl akuta, subakuta som långvariga smärttillstånd • ha kunskap om exponeringstekniker för kinesiofobi och smärtekatastrofiering 	Klinisk tjänstgöring under handledning Kurs/-er Auskultation	Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomförd kurs/-er Intyg om auskultation Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare

För att uppnå mål C krävs att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden kontinuerligt analyserar och reflekterar kring patienter med olika smärttillstånd utifrån undersökning, bedömning, behandling/rehabilitering, uppföljning samt utvärdering. ST-fysioterapeuten ska under utbildningen successivt fördjupa sin kunskap och som färdig specialist inneha kompetens att självständigt undersöka, bedöma, analysera och behandla/rehabilitera patienter med olika smärttillstånd som är i behov av fysioterapi utifrån valida och reliabla smärtutredningsinstrument.

Måluppfyllnad: Teoretiskt kunna redogöra för och tillämpa kunskaper i adekvat smärtrehabilitering. Utifrån bedömning och analys av patienters smärttillstånd kunna motivera prioritering och utvärdering av behandlingsinsats ur ett fysioterapeutiskt perspektiv. Målet innefattar även att ST-fysioterapeuten kan

redogöra för betydelsen av placebo respektive nocebo vid behandling av patienter med olika smärttillstånd samt betydelsen av hälsopromotion och stöd till egenvård.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Kurser: Högskolekurser inom för området relevanta ämnen. Smärtsektionens ämnesspecifika kurser eller motsvarande.

Auskultationer: För breddning inom specialistområdet kan auskultation ske utanför den egna verksamheten. Auskultationen ska ske hos specialistfysioterapeut eller erfaren fysioterapeut.

Diskussionsförslag i handledning: Diskussion i samband med undersökning, bedömning och behandling av patient med smärttillstånd, förslagsvis på handledarens arbetsplats.

- Diskussion om hur smärtaspekter kan appliceras inom exempelvis: primärvård, akutmedicin (såsom kirurgi/ortopedi), enhet med behandlingsfokus på mental hälsa eller psykiatri, kris- och traumasammanhang, palliativ/onkologisk avdelning, barnavdelning, neurologisk avdelning, reumatologisk avdelning, ortopedkirurgisk avdelning mm.

Övrigt: Presentation av patientfall

Mål II D. Farmakologi

Lärandemål	Utbildningsaktivitet	Intyg
Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • ha kunskap om vanligt förekommande farmakologisk behandling vid akuta, långvariga samt palliativa smärttillstånd samt hur den farmakologiska behandlingen påverkar såväl patientens symptom som de fysioterapeutiska insatserna • ha kännedom om skillnader mellan beroende, missbruk och toleransutveckling vid farmakologisk behandling 	Klinisk tjänstgöring under handledning Auskultation	Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om auskultation Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare

För att uppnå mål D krävs att ST-fysioterapeuten kan resonera kring farmakologins betydelse och effekter/biverkningar samt interaktion med

fysioterapeutiska interventioner i samband med behandling av olika smärttillstånd.

Måluppfyllnad: Teoretiskt kunna redogöra för och tillämpa kunskaper i relevant farmakologi samt hur den farmakologiska behandlingen kan interagera med fysioterapeutiska interventioner.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Auskultationer: Beroende var ST-fysioterapeuten arbetar, kan det vara aktuellt med auskultation hos smärtläkare/anestesiolog, på smärtmottagning eller motsvarande.

Diskussionsförslag i handledning: Med utgångspunkt från specifika patientfall reflektera över hur farmakologiska interventioner kan påverka utfallet av den fysioterapeutiska insatsen.

Rekommenderade förutsättningar för ST-utbildning

Tjänstgöringen under utbildningen bör ge en för alla specialister inom området gemensam kompetens. Huvuddelen av kompetenserna kan inhämtas och utvecklas på den vårdenhet där ST-fysioterapeuten arbetar. Det är samtidigt viktigt att ST-fysioterapeuten erhåller erfarenhet av olika sätt att arbeta utanför den egna verksamheten genom auskultationer. Det är viktigt att ST-fysioterapeuten erhåller kunskap och/eller erfarenhet om olika sätt att arbeta inom olika vårdnivåer. Detta uppnås lämpligen genom auskultationer. Auskultation kan vid behov ske inom andra specialistområden samt hos andra yrkeskategorier inom hälso- och sjukvården.

För att uppnå specialistkompetens inom Smärta och smärtrehabilitering är det, förutom handledning, nödvändigt med kollegial fortbildning och kvalitetsutveckling, exempelvis genom inomprofessionell diskussion och reflexion. För att uppnå kommunikativ kompetens är återkommande medsittning, förslagsvis med handledare eller bihandledare en viktigt metod- både för att se hur en erfaren kollega arbetar i patientmötet och också för att bli sedd i sitt eget patientarbete.