

GRATIS KURSUS FOR  
SUNDHEDSFAGLIGE

## KOL Selvhjælpsplan – en vej til personcentreret praksis

Vil I forbedre KOL-borgernes mulighed for selv at mestre deres hverdag med kronisk lungesygdom?

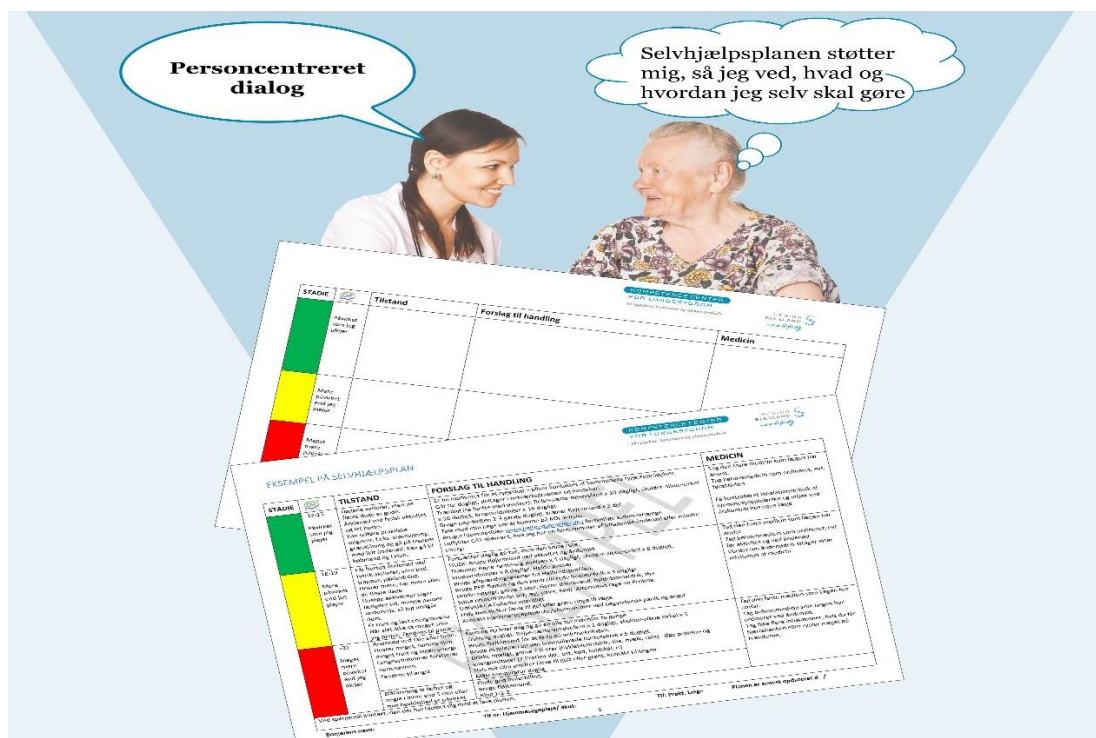
Med KOL-Selvhjælpsplan formindsker I ressourcer på komplicerede forløb med sygdomsforværring og unødige indlæggelser, - også på tværs af sektorer.

**Vi holder kursus om KOL Selvhjælpsplan over to eftermiddage:**

**Torsdag 14.10. kl. 12.30-15.00 og mandag 15.11. kl. 13.00-15.00.**

Det internationale tidsskrift Scandinavian Journal of Caring Science<sup>1</sup> publicerede i 2019 et studie om anvendelsen af KOL selvhjælpsplan fra Kompetencecenter for Lungesygdom.

Studiet viser, at den *personlige KOL selvhjælpsplan* er et effektivt sundhedspædagogisk redskab, der støtter borgernes egenmestring af deres sygdom. KOL selvhjælpsplan kan mindske borgerens sygdomssymptomer og oplevelse af depression, og ikke mindst reducere antallet af genindlæggelser. Studiet understreger, at de sundhedsfaglige, som udarbejder og følger op på KOL selvhjælpsplaner, har brug for stærke sundhedsfaglige og kommunikative kompetencer.



### Kursusindhold:

- 2 gange fremmøde og praksisopgave
- Praksisrelateret undervisning
- Gennemgang og refleksion af udarbejdede selvhjælpsplaner
- Mulighed for støtte og rådgivning undervejs

Kurset henvender sig til SSA'er, sygeplejersker og terapeuter fra lungemedicinsk afdeling på sygehusene og fra hjemmesygeplejen og sundhedscentre i kommunerne. Det kræver aktiv deltagelse og at deltagerne udarbejder en KOL selvhjælpsplan i egen praksis i perioden mellem de to møder.

Deltagerne arbejder på kurset med at motivere og instruere borgere med KOL. De lærer, at gøre KOL selvhjælpsplaner personlige, meningsfulde og anvendelig. Det er en vej mod patientcentreret praksis.

Kurset afvikles i Herlufsvænge 14 B i Næstved. Vi samles i forhallen og fordeler os i lokaler. Mød op i god tid for at få en p-plads. Vi byder på en kop kaffe/the /kage.

I tilmelder på mail til [kolcenter@regionsjaelland.dk](mailto:kolcenter@regionsjaelland.dk) med navn, stilling, arbejdssted, telefonnummer, mailadresse, samt nærmeste leders navn og mailadresse.

### **Senest tilmelding til kursus er 28.9.2021**

<sup>1</sup> Hegelund A, Andersen IC, Andersen MN, Bodtger U. The impact of a personalised action plan delivered at discharge to patients with COPD on readmissions: a pilot study. Scand J Caring Sci. 2020 Dec; 34(4):909-918. doi: 10.1111/scs.12798. Epub 2019 Dec 21. PMID: 31865631; PMCID: PMC7754430.