

# Karolinska Institutet Uppdragsutbildning

Kompetensutveckling för personal inom vård, omsorg och hälsa i region, kommun och företag

## Exponeringsbaserad psykologisk behandling inom beteendemedicin

7,5 hp VT 2022

Denna utbildning vänder sig till dig som är psykolog och ger kunskap och färdigheter i hur man genomför "state of the art"-exponering för patienter med somatiska sjukdomar. Principerna kan även användas för att öka effektiviteten av exponeringsbehandling för patienter med psykiatriska tillstånd. Behandlingsupplägget är unikt i sitt innehåll och har visat sig vara effektivt för t.ex. irritable bowel syndrome hos barn och vuxna, fibromyalgi och hälsoångest samt lovande i pågående forskning på astma, eksem och förmaksflimmer.

Kursen är ackrediterad som specialistkurs hos Sveriges Psykologförbund.

### Exponeringsbaserad psykologisk behandling

Patienter med somatisk sjukdom som söker överdrivet mycket vård utgör en stor belastning på sjukvården. Det är ofta uppenbart att psykologiska faktorer påverkar deras sjukvårdssökande men ofta har vårdgivaren inte de verktyg som krävs för att adressera dessa problem. Vid Karolinska Institutet har det utvecklats psykologisk behandling som specifikt riktar sig till dessa patienter och som visat sig effektiv i flera vetenskapliga studier.

Denna behandling minskar patienternas symtom och ökar deras funktion, vilket gör dem mindre benägna att söka vård. Du får således effektiva verktyg för att hjälpa patienter och arbetsgivaren (vårdgivaren) färre patienter som söker upprepad medicinsk vård som inte ger önskad effekt.

### Syfte och mål

Syftet är att öka tillgängligheten av effektiv psykologisk behandling för patienter inom primärvård och somatisk specialistvård. Detta uppnås genom att ge dig den teoretiska och praktiska kunskapen som krävs för att kunna använda sig av exponeringsbaserad behandling för patienter med somatiska sjukdomar.

### Målgrupp

Legitimerade psykologer som genomgår specialistutbildning i psykologi (inriktningar Psykologisk behandling/Psykoterapi samt Hälsopsykologi). Företrädesvis psykologer som arbetar inom primärvård och somatisk specialistvård.

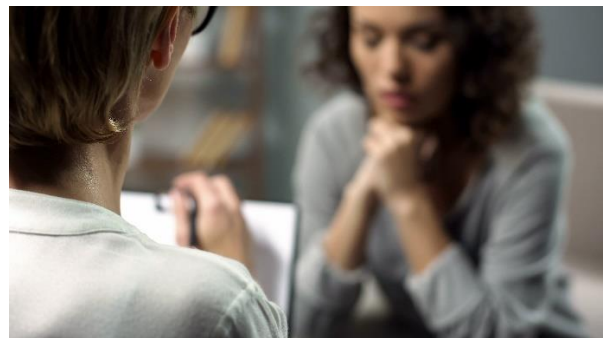


Foto: Shutterstock

### Föreläsare

**Brjánn Ljótsson**, leg psykolog, docent, lektor. Har utvecklat den exponeringsbaserade behandlingen för IBS och handlett flera av studierna inom de andra diagnoserna.

**Marianne Bonner**, leg psykolog, med dr. Utvecklat och utvärderat behandlingen för tonåringar med IBS samt vidareutvecklat den för astma.

**Maria Lalouni**, leg psykolog, med dr. Utvecklat och utvärderat behandlingen för barn med IBS och forskar nu inom smärta.

**Erik Hedman-Lagerlöf**, leg psykolog, professor. Utvecklat exponeringsbaserad behandling för hälsoångest och eksem.

**Maria Hedman-Lagerlöf**, leg psykolog, med dr. Utvecklat exponeringsbaserad behandling för fibromyalgi.

**Josefin Särnholm**, leg psykolog, doktorand. Utvecklat exponeringsbaserad behandling för förmaksflimmer.

## Ur kursinnehållet

- Prevalens av dessa tillstånd och deras komorbiditeter och samhällskostnader.
- Biologiska mekanismer bakom symtomperception och symtomrädsla.
- Olika teoretiska modeller om hur psykologiska faktorer och beteendemönster kan påverka kroppsliga sjukdomar, evidensbasen för dessa samt behandlingsmodeller baserade på dessa teorier.
- Samarbete med läkare och annan sjukvårdspersonal.
- Evidensläget för effektivitet av exponeringsbaserad behandling vid kroppsliga sjukdomar.
- Bedömning och diagnostik av diagnosen "kroppssyndrom" (DSM *somatic symptom disorder*)
- Noggrann genomgång av generella komponenter i exponeringsbaserad psykologisk behandling vid kroppsliga sjukdomar.
- Specifika interventioner och överväganden vid behandling av irritable bowel syndrome, fibromyalgi, förmaksflimmer, atopiskt eksem, astma och hälsoängest hos vuxna.
- Specifika interventioner och överväganden vid behandling av barn och tonåringar med funktionella mag-tarmsjukdomar.
- Genomgång av hur behandling kan bedrivas via internet.

**Kursstart VT 2022**, kursdagarna kommer inom kort publiceras.

**Plats:** De tre första träffarna sker digitalt. De två fysiska kursträffarna och examinationen sker på Karolinska Institutet, campus Solna

**Pris:** 15 900 kr exkl. moms. För- och eftermiddagskaffe och lunch ingår vid de fysiska kursträffarna.

## Kursupplägg

Undervisningen omfattar fem heldagar varav de tre första sker digitalt via Zoom. Utöver detta ägnas en heldag åt examination. Teoretiska genomgångar kommer att varvas med praktiska övningar. Kurslitteraturen består av aktuella vetenskapliga artiklar som beskriver teori och empiri inom området.

**OBS:** Om det inte går att genomföra de planerade fysiska träffarna i vår p.g.a. coronaviruset så kan även dessa ges digitalt.

## Behörighet

Legitimerad psykolog.

## Mer information

Vid frågor om kursens innehåll:



Brjánn Ljótsson, leg psykolog, docent, lektor kursledare  
Karolinska Institutet, Institutionen för klinisk neurovetenskap  
E-post: brjann.ljotsson@ki.se

Vid administrativa frågor:



Ulla Finati, projektkoordinator  
Karolinska Institutet Uppdragsutbildning  
E-post: ulla.finati@ki.se

## Anmälan

Anmälan görs på [www.ki.se/uppdagsutbildning](http://www.ki.se/uppdagsutbildning)

Sista anmälningsdag är **2021-11-01**

Karolinska Institutet förbehåller sig rätten att ställa in kursomgång vid för få sökande.

Anmälan är bindande. Vid avbokning senare än sex (6) veckor innan utbildningens start debiteras 50 procent av kurskostnaden och vid avbokning senare än tre (3) veckor innan utbildningens start debiteras hela kurskostnaden. Deltagare antas till kursen efter principen "först till kvarn". Tidpunkt för anmälan registreras när anmälningsbekräftelse signerat av ansvarig chef kommit in till KI Uppdragsutbildning. För fullständiga villkor se våra allmänna avtalsvillkor: [www.ki.se/uppdagsutbildning](http://www.ki.se/uppdagsutbildning).

Karolinska Institutet är ett av världens ledande medicinska universitet. I Sverige står Karolinska Institutet för drygt 40 procent av den medicinska akademiska forskningen och har det största utbudet av medicinska utbildningar. Sedan 1901 utser Nobel-församlingen vid Karolinska Institutet mottagare av Nobelpriset i fysiologi eller medicin.

Karolinska Institutet Uppdragsutbildning levererar kompetensutveckling för landsting, kommun och företag – framför allt inom vård, omsorg och hälsa – och verkar för utveckling i hälso- och sjukvården samt för ett friskare samhälle.