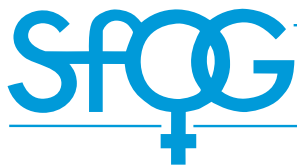


Kvinnoläkaren



SVENSK FÖRENING FÖR OBSTETRIK & GYNEKOLOGI
Swedish Society of Obstetrics and Gynecology

SFOG påbyggnadskurs HT 24

Små små steg mot en hållbar vård

Nominera till OGU-priset



KVINNOLÄKAREN

Ansvarig utgivare: Radha Korsoski

E-post: radha.korsoski@sfog.se

Layout: Moniqa Frisell

All korrespondens ställs till föreningen:

SFOG-Kansliet, Klara Ösrtra Kyrkogata 10

Box 738

101 35 Stockholm

Tel: 08-440 01 75

Jessica Hortelius och Diana Mickels

E-post: kansliet@sfog.se

Internet: www.sfog.se

Annonser: Radha Korsoski

E-post: radha.korsoski@sfog.se

Platsannonser hemsidan: kansliet@sfog.se

SFOGs styrelse 2023:

Ordförande: Christer Borgfeldt

Lund

E-post: hrister.borgfeldt@sfog.se

Vice ordförande: Marion Ek

Stockholm

E-post: marion.ek@me.com

Facklig sekreterare:

Sophia Brismar

Stockholm

E-post: sophia.brismar@sfog.se

Skattmästare: Henrik Graner

Örebro

E-post: henrik.graner@regionorebrolan.se

Vetenskaplig sekreterare:

Ann Josefsson

Linköping

E-post: ann.josefsson@sfog.se

ARGUS: Kerstin Nilsson

Örebro

E-post: kerstin.nilsson.ha@oru.se

Utbildningssekreterare: Sofie Graner

Stockholm

E-post: sofie.graner@sfog.se

Fortbildningssekreterare:

Marie Bixo

Umeå

E-post: marie.bixo@umu.se

Redaktör för Kvinnoläkaren:

Radha Korsoski

Göteborg

E-post: radha.korsoski@sfog.se

Webbansvarig: Olof Alexandersson

Östersund

E-post: olof.alexandersson@sfog.se

Kvalitetssekreterare: Marie Wikström Bolin

Sundsvall

E-post: marie.wikstrombolin@sfog.se

Ledamot/OGU-representant:

Kristin André

Helsingborg

E-post: kristin.andre@sfog.se

Tryck: Elanders

ISSN 0284-8031

—Ordförande har ordet—



Hej bästa SFOG-medlemmar!

Våren är äntligen på väg.

I januari hade vi verksamhetschefsmöte i Stockholm med inriktning på fortbildning och kompetensutveckling. Pilotgranskningen av specialisters fortbildning, liknande SPUR inspektioner, föll väl ut hösten 2023. Det visar sig att hel del är bra medan vissa delar bör förbättras. Processen med fortbildnings-SPUR skulle kunna förenklas med t.ex. enkäter och att inspektörerna via teams utför ett urval av intervjuer med specialister angående deras fortbildningssituation på kliniken. SPUR inspektioner är dyra, så enklare varianter av granskning av fortbildningen skulle både bli lättare att genomföra och mer tids- och kostnadseffektiva. Både nyblivna och erfarna specialister samt medicinskt ansvariga chefer kommer att kunna dra nytta av de förbättringsförslag som följer med utvärderingarna.

Det finns ytterligare efterfrågan på ett större kursutbud av vidareutbildningskurser. En uppmaning till er alla som sitter inne med specialkompetenser är att sätta samman kurser för specialister som ni anser vara av värde för kollegor. Se även vår nya fortbildningssekreterare Janne Brynhildsens text längre in i tidningen som lyfter detta önskemål i sin text t.ex.

löpande bakjournskurs eller annan fortbildningskurs.

I diskussionen vid verksamhetschefsmötet framkom även att det bör ställas krav på medarbetare som inte åker på kurs. SFOG fortbildningskontrakt bör användas i större omfattning på kliniker både av kollegorna och cheferna (se <https://www.sfog.se/media/337632/fortbildningskontrakt.pdf>)

Flera goda exempel kom fram i diskussionen om fortbildning. T ex att på morgonmötena förkorta SBAR på jourrapporten så att tid ges för falldiskussioner och artikeldragningar, att personer med spetskompetens kan ge föreläsningar antingen live eller digitalt. Det måste finnas en budgetpost för läarkompetensutveckling som man driver gentemot sjukhusledningen samt att det finns behov av formalisering vilka minimikraven är avseende fortbildning eventuellt med CME eller liknande poängsystem.

Det behövs även kompetensutveckling inom ledarskap och pedagogik menade några samt att det inte är ekonomin som är det största problemet för fortbildning. Svårigheten är att lyckas fylla schemaluckor när läkare är på utbildning. I vissa regioner har man satt samman temadagar där

I DETTA NUMMER

Brev från fortbildningssekreteraren	5
SFOG påbyggnadskurs HT 2024	7
Små steg mot en mer hållbar vård: att stödja patient och anhöriga	9
OGUs ordförande informerar	11
OGU-priset 2024	12
Årets representanter till ENTOG utbyte!	13

man samlar och bjuder in föreläsare och specialkompetens regionalt vilket gör att utbildningen blir mer kostnadseffektiv. För att få inspiration och nya idéer och ta till sig ny teknik bör det även uppmuntras och finnas möjlighet till att byta arbetsplats inom regionen eller i annan region vilket skulle gynna och underlätta kompetensspridning. Man kan även tänka sig att använda hyrläkare med specialkompetens vilka kan hålla föreläsningar eller praktisk utbildning när de kommer för att arbeta.

Generellt har fortbildningskurserna en annan viktig funktion genom att man nätverkar och utbyter erfarenheter. Detta görs även via ARG grupperna som är en mycket god och bra källa till vidareutbild-

ning. Har man en god fortbildningsidé finns det även möjlighet att söka pengar till utveckling av en kurs ifrån SFOG vilket fortbildningssekreterare Janne Brynhildsen också tar upp i sin text.

Vår vetenskapliga tidskrift, Acta Obstetricia et Gynecologica Scandinavica, som drivs gemensamt av våra skandinaviska föreningar inom obstetrik och gynekolog via NFOG, har ökat sin impact factor till över 4 (för närvarande 4,3). Pia Teleman har utsetts till ny Associate Editor från Sverige och det kommer att behövas ytterligare en Associate Editor från Sverige inom kort. Om någon av er disputerade kollegor är intresserade så hör av er till SFOGs kansli med intresseanmälan och CV. Professor Ganesh Acharya

har varit chief editor i 8 år kommer att lämna sin post efter att ha gjort ett förtjänstfullt arbete med att öka tidskriftens impact factor och fått den att bli tillgänglig kostnadsfritt för alla i och med open access. NFOGs styrelse håller på med rekryteringsprocessen och det har inkommit tre mycket starka kandidater till ny chief editor.

Vi har väntat, väntat och väntat på våren. Gått med varma och tjocka vinterjackor mössor och vantar. Äntligen är ljuset tillbaka och vi kan se fram emot den kommande skira grönskan och fågelkvitter.

Eder ordförande, Christer

ÅRSavgifter

Medlemsavgift SFOG	1200:-
Inkluderar medlemskap i NFOG samt prenumeration på Acta Obstetricia et Gynecologica Scandinavia samt ARG-rapportabonnemang (400:- per år och avser genomsnittligt tre rapporter)	
Medlemsavgift SFOG (ålderspensionär, fr o m det år man fyller 66 år)	600:-

Representanter till EBCOG

För den som vill engagera sig inom den europeiska obstetrik- och gynekologiorganisationen (EBCOG), vilka arbetar för att förbättra kvinnosjukvården, utbildning och kollegiala utbyten, finns det möjlighet att anmäla sitt intresse till kansliet. Två hugade kolleger behövs. SFOG står för resor och logi till mötena och EBCOG-representanterna förväntas att delta i de två årliga boardmötena och rapportera till styrelsen och medlemmarna i SFOG.

Glöm inte söka ST-kurser för hösten 2024!

[Anmälan öppnen.](#)

REDAKTÖRENS RUTA



Följande tider gäller för Kvinnoläkaren 2024:

<i>Nr</i>	<i>Deadline</i>	<i>Utkommer</i>
Nr 3	6 maj	vecka 25
Nr 4	16 september	vecka 43
Nr 5	4 november	vecka 50

Manus skickas via epost till:
Redaktör Radha Korsoski
Epost: radha.korsoski@sfog.se

Adressändring ska göras till:
SFOG Kansliet
Box 738 • 101 35 Stockholm
eller kansliet@sfog.se

– Brev från fortbildningssekreteraren –



Kära vänner i SFOG,

Det här är mitt första brev som nyttillträdd fortbildningssekreterare. Under min förra sejour i SFOGs styrelse, då som utbildningssekreterare 2012-2015, låg också fortbildningsfrågorna under utbildningssekreterarens ansvarsområde. Således är jag inte helt obekant med frågorna. Marie Bixo hade i sitt sista brev som fortbildningssekreterare (KL No 2 2023) många kloka tankar och funderingar kring fortbildning, vad som kan betraktas som fortbildning och hur vi inom SFOG kan stötta våra medlemmar och i förlängningen också våra verksamheter.

När vi pratar om fortbildning tänker många intuitivt på fortbildningskurser men fortbildningen är så mycket mer. Utöver den interna fortbildningen som vi har på våra kliniker ska man också komma ihåg vetenskaplig och högskolepedagogisk utbildning, arbete i AR-grupper och deltagande i SFOG-veckan. Jag vill också slå ett slag för möjligheterna att auskultera vid annan klinik. Kanske kan man tänka sig att under en kort period ”byta plats” med en kollega vid en annan klinik? Att se och lära hur andra kliniker och enheter arbetar skapar nya kontaktnät, kan medföra ny kunskap och vidga våra vyer. Att ifrågasätta sina egna ”sanningar” och arbetssätt är många gånger nyttigt och tankeväckande. Läs gärna SFOGs fortbildningspolicy (<https://www.sfog.se/media/336984/sfogs-fortbildningspolicy.pdf>) för tips.

Vi nås av mycket information från kolleger som berättar om begränsningar i fortbildning till följd av regionernas bistra ekonomiska läge och sviktande bemanning. Det blir då i detta läge än viktigare att poängtera att fortbildningen är en investering på sikt. En dag vänder det och vi behöver då stå rustade. Oroande är också de signaler som kommit från vissa kursgivare om låga söktryck på fortbildningskurserna under hösten 2023 och återbud på grund av ekonomiska restriktioner. Några har hört av sig och meddelat att man i år fullt förstäligt avstår från att ge kurser pga risken att inte kunna fylla kurserna. Trots detta har vi till hösten 2024 samma antal fortbildningskurser som 2023. När man tittar på kursutbudet för fortbildningskurser kan man se att det är förhållandevis smalt. Många områden finns inte belysta. Vår argus Kerstin Nilsson har en dialog med AR-grupperna om möjligheten att bredda utbudet.

En återkommande fråga är det stora behovet av ”bakjournskurser”. Det finns en återkommande kurs som ges av kollegorna i Östergötland men det finns ett större behov. Styrelsen diskuterar nu att i samråd med dessa kursgivare försöka skapa en plattform och ett större utbud av dessa kurser. Vi får återkomma i frågan framöver

Slutligen ett stort tack till alla kursarrangörer (nuvarande och tidigare!) som arrangerar dessa kurser.

Idag har vi två subspecialiseringar i SFOGs regi och de specialister som genomgår dessa program får en förstklassig fortbildning. Frågan om vi behöver fler subspecialiseringsprogram eller riskerar det att splittra vår specialitet har varit aktuell under många år. SFOG utlyste i november 2023 medel för pedagogiskt utvecklingsarbete för fortbildning. Styrelsen har nu beslutat att tilldela Michaela Granfors och Lotta Herling medel för att undersöka möjligheterna till en svensk subspecialisering i fostermedicin. Vi skickar ett stort grattis till Michaela och Lotta för en välskrivna och välmotiverad ansökan och ser med spänning fram mot att få ta del av resultaten som kommer att presenteras vintern 2024-2025. Älskar er alla välkomna. När ni läser detta ska programmet finnas tillgängligt på hemsidan och anmälan vara öppen.

Slutligen vill jag passa på att göra reklam för SFOG-veckan som i år går av stapeln i Örebro vecka 36 (notera att det inte är vecka 35). Vi tycker att vi fått till ett varierat och spännande program och hälsar er alla välkomna. När ni läser detta ska programmet finnas publicerat på hemsidan och anmälan vara öppen.

Allt gott i marssolen – nu kommer ljuset!

Jan Brynhildsen

Nya medlemmar

Charlotte Elgerot, Falun
Malwina Skörelid, Strömstad
Yasmin Christiansson, Bromma
Moa Henriksson, Kalmar
Anja Carblom, Hudiksvall
Eric Wellme, Skogstorp

Atosa Asgari Kamiabad, Västerås
Pery Najjar, Västerås
Susanna Horak Pedersen, Varberg
Elina Hummel, Timrå
Elin Andersson Överström,
Västervik

Elise Linder, Kurravaara
Tomasz Draus, Halmstad
Anna Eriksson Hallberg, Uppsala
Sigrun Gustafsdottir, Uppsala

Beskrivning vice registerhållare Graviditetsregistret

Är du intresserad av att bli vice registerhållare för Graviditetsregistret från augusti 2024?

Hör i så fall av dig, så kontaktar vi dig.

Graviditetsregistret är ett av Sveriges största och mest komplexa kvalitetsregister. Det är över 50 personer som jobbar för registret, varav ca 10 har det som ett deltidsuppdrag i sin tjänst.

Att vara vice registerhållare är ett deltidsuppdrag på mellan 20–30%. Du kommer att jobba med ett fantastiskt team av barnmorskor, läkare, statistiker och administratörer.

Arbetet som vice registerhållare är mycket varierat. Mycket handlar om att skapa och kontinuerligt förbättra och justera verktyg över all data från graviditeter, förlossningar och de gravidas åsikter, så att alla enheter i landet lätt kan se hur "de ligger till".

Du kommer att ha kontakt med vårdenheter, myndigheter, men också forskare och mycket andra som önskar få data och som behöver ditt råd. Du kommer även att läsa forskningsansökningar som gäller datauttag från Graviditetsregistret. Regelbundna möten och avstämningar med de andra i registret ingår, vilket är väldigt stimulerande.

Du bör:

- vara barnmorska eller gynekolog/obstetriker
- vara väl förtrogen med hela vårdkedjan för obstetrik, dvs. modråhålsvård, fosterdiagnostik och förlossning/BB
- arbeta kliniskt
- vara disputerad
- sist men inte minst – tycka om att jobba i team!

Hör gärna av dig om du vill veta mer: info@graviditetsregistret.se

SFOG påbyggnadskurs HT 2024

Ultraljudsbedömning av fosterhjärtat.

Påbyggnadskurs för barnmorskor och obstetiker

Kursledning: Eva Bergman, överläkare, med.dr., obstetrik och gynekologi, Fostermedicinska mottagningen, Akademiska sjukhuset, Uppsala.

Gunnar Bergman, överläkare, med.dr., Barnhjärtcentrum Stockholm-Uppsala

Mårten Ageheim, överläkare, obstetrik och gynekologi, Fostermedicinska mottagningen, Akademiska sjukhuset, Uppsala.

Anna Marttala, barnmorska, Fostermedicinska mottagningen, Akademiska sjukhuset

Kurstid: 2– 4 oktober 2024 (onsdag- fredag v 40).

Kursort: Kvinnokliniken, Akademiska sjukhuset, Uppsala

Avsedd för: Obstetiker med inriktning mot avancerat fosterultraljud och fosterhjärtbedömningar. Barnmorskor med en tidigare genomgången grundutbildning inom ultraljud (barnmor-

skor med minst två års ultraljudserfarenhet kommer att prioriteras). Max 34 deltagare.

Program: Normal fosterhjärtundersökning med ultraljud. Normal anatomi och fysiologi. Hjärtmissbildningar, arytmier och hjärtfunktionsstörningar. Klinisk betydelse, behandlingsmöjligheter och prognos. Bildoptimering. Rikligt med bildemonstrationer av normala och onormala fall. Gruppuppgifter, etik, samt inlämningsuppgift. Daglig Quiz. Examination i form av bildtolkning.

Mål: Deltagarna ska klara att i ultraljudsbilder från de fem standardprojektionerna identifiera och känna igen anatomiska och funktionella avvikelser inom fosterhjärtat. Deltagarna skall själva kunna producera representativa bilder i dessa 5 plan, vilket skall redovisas i en inlämningsuppgift innan kursstart.

Kursavgift: 12000 SEK inkl. moms (9000 SEK exkl. moms)

Kontaktperson: anna.marttala@akademiska.se

Små steg mot en mer hållbar vård: att stödja patient och anhöriga

När vi nu alltmer börjar ta till oss att forskningen avråder från debriefing efter överväldigande händelser, hur ska vi då göra för att stödja patient och anhöriga?

Ibland kan vi undra vad vi ska säga. Patienten eller anhöriga bär på en så stor sorg, chock eller bitterhet att det fyller hela rummet och väntar på att bli ”förlöst”, eller åtminstone få ett ”bättre bandage” eller en fungerande ”emotionell EDA”. Sorg som ett bottomlöst djup, stumhet som en öken; ibland reaktivitet och förtvivlan, som stormar fritt utan skydd. Det slår emot oss och fyller oss med förtvivlan och förvirring. Det är smärtsamt. Kanske känner vi ibland professionell skuld eller bara ”survivor guilt”. Var slutar jag och var börjar den andra? Det är inte längre lika tydligt som vi alla tidigare trott. Emotioner är smittsamt och kunskap från neurobiologi lyfter att vi är sammanflätade med varandra. Mycket är nytt (1- 4).

När jag (Anamaria) hamnar i dessa situationer skriker mina empatiska färdigheter för högt och jag frestas att förlösa lidandet, ur-akut, med ett emotionellt sectio. Jag får tvinga mig själv att stanna upp, för att jag på allvar ska våga lyssna. Nej, det finns inget magiskt att säga! Jag ska spegla, jag ska låta den andre leda vägen. Jag kan nicka och gärna luta mig framåt, repetera den andres ord, och inte lämna för tidigt. Lyckas jag vara närvarande och visa emotionell värme, både förlöser patienten sig själv, och läker oftast, när tiden är rätt, och på det sätt som just passar denna patient. Bara jag undviker ”debriefing light” eller tvärtom ”överger” patienten (5,6).

I Reparativt personcentrerat krisstöd (7,8) arbetar vi med att utveckla våra förmågor att hantera överväldigande situationer, hos både patienter och kollegor. Det är viktigt för vårt professionella rykte att inte låta allmänheten, myndigheter, chefer eller media tro att vi har glömt patienten. Att detta skulle kunna ske, att vi glömmer den som gråter framför oss kanske det är en rädsla som framförallt florerar bland dem som inte arbetar klinisk? Vi behöver påminna varandra att ta hand om alla, och är tacksamma för andras hjälp i detta. Det är ganska många år sedan som en vetenskaplig studie slog fast ’Care of the patient, requires care of the caregiver’ (9). Och troligen är det också tvärt om, ett bra omhändertagande kräver omsorg om båda parter.

Patienter och anhöriga ska inte heller utsäts för debriefing efter överväldigande händelser. Samma principer för kollegialt kris-stöd används för patienter, med några mindre justeringar i hur man formulera sina trauma-informerad styrke-baserade frågor, och hur man följer upp över tid. Viktigast direkt efter en händelse är stabilisering enligt Hobfoll, med hjälp av fem vägledande principer (10) (Figur 1), så vi hjälper patienten och anhöriga tillbaka till sin ’window of tolerance’ (11).

Låt gärna patienten leda samtalet, och vi behöver inte fördjupa oss om patienten uppskattade sin EDA, omvårdnad eller post-operativt förlopp, om de nu inte själ-

va tar upp just dessa ämnen. Sådant kan tas senare när minnet och kroppen är mindre känsliga, och riskerna för att man stör själva läkningen lägre (12,13). Det finns stora variationer i hur vi gör på olika kliniker i Sverige och vad läkare, barnmorskor och sjuksköterskor har lärt sig under utbildningen. Risker för att patienten utsäts för ’debriefing light’ är överhängande i samband med post-partum samtal på BB, eller efter andra stora händelser i vården. I början kan vi i stället fokusera på stabilisering och försäkra patienten ”du kommer få fler chanser att prata om din förlossning/situation och gå igenom händelsen med personalen, men är det något du undrar över just nu?” Vad gäller post-partum har nu Socialstyrelsen förordnat att flera uppföljningssamtal ska ske (14), så det är viktigt att man nu ser över hur detta utförs. Vi lämnar några hållpunkter nedan (figur 2).

För de patienter och anhöriga som vill prata om händelsen, och det vet vi alla finns, ska man låta dem leda vägen. Vad de vill berätta eller dryfta är ofta en överraskning. Självt hade man kanske fokuserat på något helt annat. Patient-ledda samtal är utgångsläget, men i bakhuvudet kan man ha med sig att patient och anhöriga ofta anklagar sig själva – så lyssna gärna efter detta. Man kan använda sig av ”Trauma informerade styrke-baserade frågor” även för patienter (figur 3) om man väljer att fråga något alls, och inte bara speglar och bekräftar. Allt eftersom

tiden går kan patienter ha nytta av dessa frågor då de hjälper att vidga perspektivet. Ofta behöver vi starta med enstaka bekräftande observationer, om till exempel patientens styrka, tålamod och kommunikation.

Det viktigaste är att inte lämna patienter ensamma över tid med sin förtvivlan. Det finns mer än en sann berättelse. Negativ bias, skam, rädsla och en känsla av att blivit övergiven kan påverka minnet, tilliten och framtidsdrömmar. Vi vill vara en del av det läkande och hoppfulla narrativ som patienten skapar. Vi kan lyssna på vad de säger och varsamt följa efter. Vi vill vara en del av detta meningsfulla.

Anamaria Whitmer Jacobsson och Fredrik Bååthe

PS Vi är snart tillbaka och tar oss då an frågan om ursäkt eller inte, när och hur? Läs gärna "Preludium till ursäkt, ett viktigt verktyg för att kapa bitterhetskas-kad". Medlemsbladet #1, 2013.

Referenser

- Siegel DJ, Drulis C. An interpersonal neurobiology perspective on the mind and mental health: personal, public, and planetary well-being. *Ann Gen Psychiatry*. 2023 Feb 3;22(1):5. doi: 10.1186/s12991-023-00434-5. PMID: 36737822; PMCID: PMC9897608.
- Barrett, Lisa Feldman. *How emotions are made: the secret life of the brain*. Boston, Houghton Mifflin Harcourt, 2017
- Van der Kolk, Bessel A. *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. New York, New York, Penguin Books, 2015.
- Paul, Annie Murphy. *The Extended Mind: The Power of Thinking Outside the Brain*. Boston, Houghton Mifflin Harcourt, 2021.
- Epstein, Ronald. *Attending: Medicine, Mindfulness, and Humanity* Scribner, 2017
- Anthony Back VitalTalk.org.
- Bååthe, F., Whitmer Jacobsson, A. Små steg mot en mer hållbar vård. *Kvinnoläkaren #3/ 2023* s.21-23
- Bååthe, F., Whitmer Jacobsson, A. Små steg mot en mer hållbar vård. *Kvinnoläkaren #5/ 2023* s.27- 29

- Bodenheimer, T., & Sinsky, C. (2014). From triple to quadruple aim: care of the patient requires care of the provider. *The Annals of Family Medicine*, 12(6), 573-576.
- Hobfoll, S. E., Watson, P., Bell, C. C., Bryant, R. A., Brymer, M. J., Friedman, M. J., ... & Ursano, R. J. (2007). Five essential elements of immediate and mid-term mass trauma intervention: Empirical evidence. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 70(4), 283-315.
- Siegel, Daniel J., 1957-. *The Developing Mind : toward a Neurobiology of Interpersonal Experience*. New York :Guilford Press, 1999.
- <https://www.nicabm.com/trauma-how-trauma-can-impact-4-types-of-memory-infographic/>
- Genova, Lisa. *Remember; the science of memory and the art of forgetting*. New York : Harmony Books, [2021].
- Nationella riktlinjer 2023: Indikatorer för gravitet, förlösning och tiden efter (artikelnr 2023-12-8863) www.socialstyrelsen.se/publikationer

Hobfolls fem vägledande principer för stabiliserande stöd i akutfas



based on Stevan Hobfolls work; adapted to Swedish Healthcare situations by Anamaria Whitmer

I. att främja lugn

- I. tex: mat, värme, ibland försiktig fysisk kontakt, vila, smärtlindring men ingen benzodiazepiner eller sömn medel)

II. att främja säkerhet och trygghet

- I. lyssna in Individuella förslag tex kalla in förstärkning och undvik nya traumatiserande uppdrag, vid patientkontakt ska en annan läkare vara med, undvik det som individen upplever som kravfyllda sociala situationer

III. att främja tillit till den egna och samhällets förmåga

- I. tex fråga efter den drabbade individens egna behov och önskemå., skapa inte syndabockar, använd traumainformerade styrkebaserade frågor och reparativ kommunikation

IV. att främja sociala relationer och socialt stöd

- I. tex: hjälpa till med kontakter, visa närvaro, fråga hur de kommer hem

V. att främja hopp

- I. tex påminna om komplexitets teori- "butterfly effekt", undvik; dystert laddade förenklingar, efterklokhet, utfalls-bias, berätta gärna om en oväntat positivt utveckling som du själv har varit med om.

Anamaria Whitmer Jacobsson ÖL KK RH samt Clarifatis AB

Traumainformerade, 'Appreciative' (styrkebaserade) frågor postpartum

- Skulle du vilja prata lite om din förlösning? Känns det ok att berätta för mig?
- Mitt i allt detta var det något som fungerade? ...kanske till och med fungerade väl?
- Kände du att du kunde vara lite stark eller lite uthållig under vissa stunder? Berätta gärna lite om det.
- Var det någon som gjorde något du uppskattade, något hjälpsamt eller empatiskt? Vad gjorde de?
- Vad tror du skulle vara hjälpsamt just nu? Vad har varit till hjälp tidigare i svåra situationer?
- Vad brukar du göra för att känna dig trygg och säker? Var är din trygg plats?
- Vem kan du ringa? Är det någon du vill att jag ska ringa?
- Hur kan jag som läkare/BM/undersköterska stödja dig bäst just nu? När ska vi prata igen?
- För den som har svårt att hitta något stärkande i ögonblicket kan man prova: "Vad skulle du säga till en vän som beskrev det samma"
- Är partner med, kan paret få hemuppgifter att berätta för varandra allt de kommer på som den andra gjorde som var bra. Starta process med dom redan på mottagningen. Förklara fenomen negativ bias och hjälpa de hjälpa varandra.
- Hur kändes detta samtal för dig? Anamaria Whitmer Jacobsson, Fredrik Bååthe, Peter Jacobsson red. 2/2024



OGUs ordförande informerar

Kära medlemmar!

Våren 2020, mitt under pandemin och i samband med OGU-dagarna i Eksjö som med kort varsel blivit omgjorda till en digital konferens blev jag invald i som vice ordförande i OGU:s styrelse. Jag hade redan under mitt första år som ST, när jag fick åka på OGU-dagarna för första gången, blivit intresserad av att delta i styrelsearbetet men på grund av utlandsvistelse så sköts detta upp till dess att vi flyttat tillbaka till Sverige. Den första tiden av digitalt styrelsearbete på grund av pandemin gjorde givetvis det hela något mer utmanande, men när vi väl fick tillåtelse att ses fysiskt igen blev det enkelt att förstå vad som är så lockande med det fortsatta engagemanget. Fyra år senare, som nybliven specialist dessutom, skriver jag nu mitt sista ordförandebrev i Kvinnoläkaren. Det har verkligen varit en väldigt lärorik tid, även om det emellanåt varit lite utmanande att få ihop styrelsearbetet i OGU och SFOG med forskning och småbarnslivet. Pusslandet har dock varit värt det och har lett till både ny kunskap och även en mängd nya upplevelser. Att få jobba tillsammans med så många drivna och engagerade kollegor runt om i landet har verkligen varit inspirerande. Jag känner en stor stolthet över att vara del av vår specialitet och det engagemang

som ligger bakom de projekt som drivs både nationellt och lokalt runt om i landet. Det har även blivit tydligt hur väl strukturerad vår ST-utbildning är jämfört med många andra specialiteter och att utbildningen är högt värderad inom vår yrkesförening.

Att engagera sig i styrelsearbete gör ju givetvis att man får möjligheten att träffa andra runt om i landet som är likasinnade på många sätt och vis. Att få möjlighet att ses och diskutera verksamheten och olika arbetsrelaterade frågor har gett mig lite perspektiv på den egna kliniska vardagen och bidragit till olika förslag för förbättringar. Även om mina fyra år i OGU:s styrelse nu går mot sitt slut så finns det väl en misstanke om att detta kanske inte är mitt sista styrelseengagemang och jag kan varmt rekommendera er som är intresserade att söka till styrelsen till hösten.

Vi har flera projekt vi kan vara stolta över inom OGU. OGU-dagarna fortsätter vara ett välbesökt och uppskattat arrangemang, OGU-enkäten 2024 kommer sammanställas och presenteras för att förbättra för ST-läkare runt om i landet, OGU journal club har blivit ett stående inslag som vi planerar att fortsätta med framöver och vårt deltagande under SFOG-veckan och NFOG-kongressen fortsätter bidra med

spännande djupdykningar i intressanta ämnen. Under min tid som ordförande har vi också kunnat arbeta fram Läkarpappan – en app tillgänglig för alla ST-läkare för att enklare kunna dokumentera delar av sin ST. Här finns loggboksfunktion med möjlighet att föra statistik över praktiska ingrepp, handledning och även genomförda presentationer. Det finns också en rad användbara dokument tillgängliga samt möjlighet att fylla i utvärderingsmallar digitalt och därmed få en tydligare återkoppling och sammanställning av den professionella utvecklingen. Förhoppningsvis kan vi fortsätta arbeta fram förbättringar och digitalisera även andra delar av den dokumentation som är obligatorisk under ST-tjänsten.

När detta nummer kommer ut är OGU-dagar i Varberg i full sving. Jag ser mycket fram emot konferensen och de spännande föreläsningar som planeras och jag hoppas att jag får möjlighet att träffa många utav er där. Med dessa rader tackar jag för min tid i OGU:s styrelse och för förtroendet att få leda det arbetet som skett där de senaste två åren. Vi hörs!

Kristin André
Ordförande OGU



Freebirth

What do you know about Freebirth?

Are you a professional maternity care provider (obstetrician, nurse, midwife, doula), lawyer/legislative representative or birth activist in Europe?

We want to hear from you!

Our Call

We are conducting a study to explore the phenomenon of freebirth and how it is tackled in each country. We want to map the situation, spot legislation gaps, similarities or differences, trends and perspectives.

Find out more:
<https://forms.gle/FC4V6YWj92SfSRcF8>

Survey language:
English
Ethical Approval:
Mersin University, Turkey

DEVOTION
COST ACTION CA18211
Perinatal Mental Health & Birth Related Trauma
Maximising Best Practice & Optimal Outcomes



OGU-priset 2024

Varje år delar OGU ut pris till Sveriges bästa ST-handledare i syfte att uppmuntra goda mentorer på landets kvinnokliniker.

Vem är 2024 års bästa handledare?

Var med och påverka beslutet genom att skicka din eller din ST-grupps nominering via denna enkät! Scanna QR-koden och nominera en kollega! Kan inte bli enklare!

Senast 1 maj vill vi ha din/er nominering



OGU enkäten 2024

Har skickats ut med e-post till alla våra medlemmar. Era svar är väldigt värdefulla för oss. Är du vik ul/ST-läkare/specialist sedan mindre än två år och har inte fått enkäten? Maila iris.hellsing@gmail.com

Årets representanter till ENTOG utbyte!

Maria Golas Värnamo sjukhus och Sarah Daag Jacobsen från Karolinska i Stockholm ska representera OGU på ENTOGs utbyte i Schweiz! De kommer auskultera på olika kliniker i landet innan de samlas tillsammans med övriga representanter från Europa i Zurich för ENTOGs vetenskapliga möte i september.

Grattis till er allihopa! Ser fram emot att läsa era referat till hösten!

Valberedningens förslag till styrelse OGU 2024

TRYFONAS PITSILLOS *Utbildnings- och forskningsansvarig*



Hej alla fina kollegor!

Jag heter Tryfonas Pitsillos och kommer ifrån Cypern. Jag gick läkarutbildning i Aten i Grekland och sedan 2016 är jag bosatt i Sverige. Jag började min karriär som forskarassistent på Kvinnokliniken Akademiska Sjukhuset i Uppsala och därefter fick jag en anställning som underläkare. År 2019 började jag min ST-utbildning på Kvinnokliniken i Uppsala samt blev antagen som doktorand vid Institution för Kvinnors och Barns Hälsa, Uppsala Universitet. Mitt projekt handlar om hur sömn och sömnmönster påverkar den gravida kvinnan, själva graviditeten samt barnets långsiktiga hälsa. Efter ca 2 år tog min partner och jag beslut att flytta från Uppsala till Eskilstuna där jag fortsätter min ST i Gyn/Obs på Kvinnokliniken Mälarsjukhuset. Sedan 2022 får jag även forskningsbidrag från Centrum för Klinisk Forskning Sörmland vilket ger mig chansen att forska

på 30%. Jag är nu under mitt sista år som ST. Utifrån Gyn/Obs hade jag även arbetat kliniskt som underläkare på medicin i Uppsala.

En tjänst som utbildnings- och forskningsansvarig i OGU-styrelse är både rolig, spännande, givande men också ansvarskrävande. De ökade besparingskraven Regionerna sätter, den allt mer begränsade möjligheten till att få operera och den ojämna ST-utbildningen från Region till Region hotar ST-utbildningskvalitet samtidigt som produktionskravet ökas. Dessutom är det inte länge självklart att alla forskningsintresserade kollegor ska få forska och bidra med nya kunskaper när man hela tiden "behövs på golvet". Alla dessa har väckt i mig ett brinnande intresse för att bidra och främja ST-utbildning och forskning och det är därför jag kandiderar till posten som utbildnings- och forskningsansvarig.

Arbets- och Referensgrupperna inom SFOG

Benign (gyn)Kirurgi, BENK-ARG

Ordförande: Sophia Ehrström
sophia.ehrstrom@ki.se

Sekreterare: Riina Aarnio
riina.arnio@regiojnstockholm.se

Cervixcancerprevention, C-ARG

Ordförande: Kristina Elfgren
PO Gynekologi och Reproduktion,
Karolinska Universitetssjukhuset
Stockholm
kristina.elfgren@sll.se

Sekreterare: Cecilia Kärrberg
Kvinnosjukvård, Sahlgrenska
Universitetssjukhuset, Göteborg
cecilia.karrberg@vgregion.se

Webmaster och skattmästare:

Hanna Milerad
Regionalt Cancercentrum Stockholm-
Gotland
hanna.milerad@regionstockholm.se

Diabetes-ARG

Ordförande: Helena Backman
Universitetssjukhuset Örebro
helena.backman@regionorebrolan.se

Sekreterare:
Linda Englund Ögge
Universitetssjukhuset/Östra, Göteborg
linda.englund-ogge@vgregion.se

Endokrin-ARG

Ordförande: M-Natalia Cruz
Capio Gynekologi Solna
cruz.marianatalia@gmail.com

Sekreterare:
Anna-Clara Spetz Holm
Linköpings Universitetssjukhuset
anna-clara.spetz.holm@liu.se

Endometriosis-ARG

Ordförande:
Måns Palmstierna Burenus
endometriosis.arg@gmail.com

Sekreterare: Said Makari
said.makari@skane.se

Etik-ARG

Kontaktpersoner:
Kristina Pettersson
kristina.a.pettersson@
regionstockholm.se

Familjeplanering, FARG

Ordförande: Helena Kopp-Kallner
Danderyds sjukhus, Stockholm
helena.kopp-kallner@ki.se

Sekreterare: Ingrid Säav
Stockholm
Tel: 0733-54 14 10
ingrid.saav@gmail.com

Fert-ARG

Ordförande:
Kenny Rodriguez Wallberg
KK Karolinska sjukhuset, Huddinge
kenny.rodriguez-wallberg@sll.se

Sekreterare: Stavros Iliadis
Uppsala
stavros.iliadis@kbh.uu.se

Global-ARG

Ordförande: Birgitta Essén
Akademiska Sjukhuset, Uppsala
birgitta.essen@kbh.uu

Sekreterare: Mikael Algovik
global-ARG@telia.com

Hem-ARG

Ordförande: Malin Öndemark
Södertälje sjukhus AB
malin.ondemark@regionstockholm.se

Sekreterare:
Trine Karlsson
Karolinska universitetssjukhuset Solna
trine.karlsson@regionstockholm.se

Mödrarmortalitet, MM-ARG

Ordförande: Lisa Parén
Sahlgrenska Universitetssjukhuset,
Göteborg
lisa.paren@vgregion.se

Sekreterare: Hanna Åmark
hanna.amark@regionstockholm.se

Perinatal-ARG

Ordförande: Hanna Åmark
hanna.amark@regionstockholm.se
Sekreterare: Katarina Remaeus
katarina.remaeus@bbstockholm.se

Preeklampsi-ARG

Ordförande: Lina Bergman
lina.bergman@obgyn.gu.se
Sekreterare: Joline Asp
oline.asp@kbh.uu.se

POS-ARG

Ordförande: Lovis Balushev
KK, Västmanlands sjukhus, Västerås
lovis.balushev@regionvastmanland.se
Sekreterare: Radha Korsoski
radha.korsoski@sfog.se

Reuma-ARG

Ordförande: Tomas Fritz
tomas.fritz@vgregion.se
Sekreterare obstetrik: Tansim Akhter
tansim.akhter@akademiska.se
Sekreterare reumatologi: Muna Saleh
muna.saleh@liu.se

Robson-ARG

Ordförande: Linda Hjertberg
linda.hjertberg@regionostergotland.se
Sekreterare: Lars Ladfors
Göteborg
lars.ladfors@sfog.se

Ton-ARG

Ordförande: Ann-Christine Nilsson,
ann-christine.nilsson2@
regionorebrolan.se
Sekreterare: Joanna Romell, joanna.
romell@regionstockholm.se

Tumör-ARG

Ordförande: Sahar Salehi
sahar.salehi@regionstockholm.se
Sekreterare: Madelene Wedin
madelene.wedin@regionostergotland.se

Ultra-ARG

Ordförande gynekologi:
Ligita Jokubkiene
ligita.jokubkiene@med.lu.se, ordförande
obstetrik: sekreterare gyn sekr obstetrik
Ordförande obstetrik:

Michaela Granfors
michaela.granfors@regionstockholm.se

Sekreterare gynekologi:

Catherine Marusik
catherine.marusik@regionstockholm.se

Sekreterare obstetrik: Karin Hildén
Karin.hilden@regionorebrolan.se

UR-ARG

Ordförande:
Maria Sarberg
Maria.Sarberg@regionostergotland.se
Sekreterare:

Caroline Kjellman Erlandsson
caroline.kjellman-erlandsson@
regionstockholm.se

Webbansvarig:

Mats Stenberg
mats.stenberg@regionvastmanland.se

Vulv-ARG

Ordförande: Ulrika Heddini
ulrikaheddini@regionstockholm.se

Sekreterare: Hanna Abäck Lundberg
Bitr ÖL VO Kvinnosjukvård
SUS Malmö
Hanna.abacklundberg@skane.se

Arbets- och Referens-Grupp- Utvecklings-Samordnare

ARGUS

Kerstin Nilsson
SFOG-Kansliet
Klara Östra Kyrkogata 10
Box 738 • 101 35 Stockholm
Tel: 08-440 01 75
E-post: kerstin.nilssonha@oru.se

SFOG-Kansliet

Diana Mickels • Jessica Hortelius
Klara Östra Kyrkogata 10
Box 738 • 101 35 Stockholm
Tel: 08-440 01 75

Intressegrupper inom SFOG

Mödrahälsovårdsöverläkargruppen

Ordförande:
Ann-Christine Nilsson
Örebro
ann-christine.nilsson@regionorebrolan.se

Sekreterare:
Åsa Jansson
Mödrahälsovårdsenheten, Region Stockholm
asa.j.jansson@regionstockholm.se

Obstetriker och gynekologer under utbildning (OGU)

Ordförande:
Kristin André
Helsingborg
kristin.c.andre@gmail.com

Sekreterare :
Eva Carlsson Humla
KK, Sahlgrenska Universitetssjukhuset
eva.carlsson.humla@vgregion.se

Privatgynekologerna

Ordförande:
Susanna Horak Pedersen
Falkenberg Gynekologi
Susanna.horak-pedersen@fbggyn.se

Kassör:
Evelina Sande Idenfeldt
An Apple A day , Strängnäs
Springkollo@gmail.com

Sekreterare:
Louise Bowman
Charlottamottagningen, Karlstad
Louise.bowman@ptj.se

Webbmaster:
Emma Karlsfors
Emma Karlsfors gynekologi, Skövde
emma@karlsfors.nu

SFOG

MEDLEMSANSÖKAN

www.sfog.se

Svensk Förening för Obstetrik och Gynekologi är en förening för alla läkare som är verksamma inom specialiteten, specialister såväl som icke-specialister. SFOG är en specialitetsförening inom Sveriges Läkarförbund och den äldsta sektionen inom Svenska Läkaresällskapet.

Alla medlemmar i SFOG är anslutna till Nordisk Förening för Obstetrik och Gynekologi (NFOG) och Fédération Internationale de Gynécologie et d'Obstétrique (FIGO), Union Européenne des Médecins Spécialistes (UEMS) samt European Board and College of Obstetricians and Gynecologists (EBCOG). Som SFOG medlem bör man vara medlem i Sveriges Läkarförbund och Svenska Läkaresällskapet.

I Kvinnoläkaren, som publiceras fem nummer per år, dryftas angelägenheter som berör specialiteten. Där annonseras också fortbildningskurser, möten och symposier. Man har också tillgång till ACTA Obstetrica et Gynecologica Scandinavica, som utkommer med 9-12 nummer per år.

Föreningen har ett antal arbets- och referensgrupper (AR-Grupper) som är öppna för alla. Dessa grupper bevakar olika delar av specialiteten, ger ut ARG-rapporter och medverkar till vidareutbildning.

Årsavgiften till föreningen är 1 200 kronor och 600 kronor för pensionär. I avgiften ingår abonnemang av ARG-rapporterna, som också är fritt tillgängliga på SFOGs hemsida. I och med Din anmälan registreras Du i SFOGs medlemsregister.

För specialister som är medlemmar i SFOG anordnas fortbildningskurser.

De flesta som söker nytt medlemskap är fortfarande under utbildning. Obstetriker/Gynekologer under Utbildning – (OGU) är en av flera intressegrupper inom SFOG. OGU vänder sig till alla under specialistutbildning men även till vikarierande yngre kolleger med intresse för specialiteten och yngre specialister. Aktiviteterna syftar bl.a. till att bevaka specialistutbildningens utformning och innehåll, att försöka underlätta för internationellt utbyte som del av utbildningen och att arrangera en årlig konferens för utbildning och debatt om utbildningsfrågor inom specialiteten. Sedan drygt ett år tillbaka är också SFOG huvudman för att organisera ST-kurser för blivande specialister.

Bli medlem i SFOG, så kan Du hålla Dig välinformerad om vad som händer inom Din specialitet.

Anmäl dig via SFOGs hemsida, www.sfog.se, Medlemsansökan