

Mitt-i-ST® - instruktion för ST-läkaren

KONTAKT MED VÄRDERAREN

När du har fått besked om värderare ska du omgående ta kontakt via e-post eller telefon för att komma överens om tid för praktikdag och annat som behöver planeras för ert samarbete. Du ska din portfölj och dina videoinspelningar **så att värderaren har dem minst två veckor före praktikdagen**. Efter praktikdagen ska du meddela Mitt-i-ST-koordinator katarina.boltenstern@sfam.se eller mittist@sfam.se att den har genomförts och när det var.

FÖLJANDE MOMENT INGÅR

Tänk på att Mitt-i-ST inte bara omfattar praktikdagen, utan också förberedelserna med portfölj och bearbetning av videoinspelning. Avsätt tid för det, till exempel inom den studietid du har i tidboken.

- **Portfölj och video** skickas så att värderaren har dem senast två veckor före praktikdagen.
- **Praktikdag.**
 - Medsittning. Värderaren sitter med vid några patientbesök och diskuterar dem sedan med dig.
 - Samtal mellan värderaren, dig, handledaren och verksamhetschefen samt om möjligt studierektor.
 - Avslutande samtal där du och värderaren gör en sammanfattning av vad dagen betytt och vad den leder till för den fortsatta planeringen av din tjänstgöring och kompletterande utbildning.
- **Efter praktikdagen:** Värderaren skickar inom tre veckor en skriftlig rapport, 1-2 sidor, till dig. Du får också ett intyg om att du har genomfört Mitt-i-ST. Rapporten skickas bara till dig och du får själv skicka den vidare till andra som du vill ska läsa den, till exempel din handledare, chef, studierektor.

PORTFÖLJ

A/ PERSONUPPGIFTER

- Namn, personnummer, adress till arbete och bostad, telefonnummer, e-postadress.
- Legitimationsår och datum
- Vilken målbeskrivning du följer (2008 eller 2015)
- Handledare i allmänmedicin
- Studierektor
- Chef, chefs profession
- Skicka gärna med ett foto av dig själv.

B/ BAKGRUND

- Kort presentation av din bakgrund och utbildning
- Varför du vill bli specialist i allmänmedicin
- Beskrivning av en läkare som varit din förebild med motivering varför
- Nuvarande arbete, specialintressen, uppgifter som ledare
- Skäl att genomgå Mitt-i-ST.
- Vad vill du ha ut av Mitt-i-ST-dagen?
 - **Ange tre frågor du särskilt vill diskutera med värderaren om din ST**

C/ SAMMANSTÄLLNING AV KOMPETENSUTVECKLING, 2-4 SIDOR

Du ska reflektera över hur det du har gjort hittills under din ST har bidragit till utvecklingen av din allmänmedicinska kompetens.

Vad var bra och givande? Motivera!

Vad var mindre bra? Motivera!

Är det något du saknar? Motivera!

Du kan utgå från målbeskrivningen för ST: definitionen av allmänmedicin och följande rubriker: Medicinsk kompetens, Kommunikativ kompetens, Ledarskapskompetens, Kompetens inom medicinsk vetenskap och kvalitetsarbete. Du kan bygga framställningen på dina årsrapporter om du har skrivit sådana, men sammanfatta dem i så fall och ta med det viktigaste.

Bifoga en kortfattad lista över var du har tjänstgjort på vårdcentral och under sidoutbildning samt deltagande i ST-seminarier och/eller FQ-grupp, konferenser, kurser och litteratur.

D/ UTBILDNINGSPLAN

Du ska bifoga en kopia av din aktuella utbildningsplan.

E/ SJÄLVVÄRDERING (CIRKA 1 SIDA)

Formulera dig fritt men beakta särskilt följande områden:

- allmänmedicinskt arbetssätt
- kontinuitet i patient-läkarrelationen
- konsultationen och patient-läkarrelationen
- medicinska kunskaper
- hur inhämtar du kunskaper och fakta
- dokumentationsförmåga
- medicinsk-teknisk utrustning
- ledarskaps- och organisationserfarenheter
- samarbetspartners
- specialintressen/uppdrag
- Vilka är dina bästa sidor?
- Vad skulle du vilja utveckla ytterligare?

F/ ST-LÄKARENS BESKRIVNING AV HANDLENINGEN (CIRKA 1 SIDA)

- Omfattning och innehåll i din handledning.
- Kontakt med din huvudhandledare under sidoutbildningen.
- Hur har utvecklingen till allmänläkare stimulerats?
- Vilken roll har din handledare haft i din konsultationsträning?
- I vilken grad har du haft möjlighet att påverka din arbetssituation, utbildning och patientkontinuitet?
- Vem har varit handledare för ditt projektarbete? Hur har den handledningen utformats?
- Vad skulle du vilja förbättra till nästa ST-läkare?

G/ HANDLEDARES UTLÅTANDE (1- 2 SIDOR)

- Hur länge och när har du varit handledare för ST-läkaren?
- Vad ser du som ST-läkarens
 - starka sidor?
 - utvecklingsbehov ?
 - hur utvecklingsbehoven ska fyllas?
 - hinder för utveckling?
- Hur har handledningen varit utformad?
- Hur planeras handledningen för återstående del av ST?
- Kommentarer till ST-läkarens självvärdering (punkt E i portföljen).
- Övrigt du vill förmedla.

VIDEO

Du ska spela in konsultationer i förväg med 2 - 4 patienter enligt anvisningarna i Bilaga 2 och 3 på hemsidan. Du sparar dem på ett USB-minne som du lägger i vadderat kuvert, eller på annat sätt väl inslaget, gärna med usb-stickan tejpad på ett kraftigt papper, och skickar till värderaren med **rekommenderat brev**, som du lämnar in på posten och får kvitto på att det är inlämnat. Mottagaren får sedan en avi om att det har kommit och hämtar ut det på sitt postutlämningsställe. Brevet hamnar då inte i en öppen brevlåda där obehöriga kan komma åt det.

Tillsammans med videon skickar du en egen bedömning av dina videokonsultationer enligt Bilaga 4 på hemsidan, samt avidentifierade journalkopior för videobesöken (klipp bort patientidentifikationen!). USB-stickan får du tillbaka vid praktikdagen.

Obs! Av sekretesskäl får videon **inte** skickas över nätet som bilaga i mail eller via online-media. Risken för hackerattack må vara liten, men den finns och det får inte hända att någon patientvideo kommer ut till allmän kännedom.

FÖRSLAG TILL SCHEMA FÖR PRAKTIKDAGEN:

Schemat kan behöva anpassas till värderarens restider och andra praktiska omständigheter enligt överenskommelse mellan värderaren och ST-läkaren.

- Förmiddag cirka kl. 9 – 12
 - Visa den egna arbetsplatsen. Gå igenom dagsprogrammet.
 - Medsittning med 4-6 patienter. Välj så att det blir så mycket variation som möjligt – olika åldrar, akut/planerat, typ av sjukdom osv. Försök få med någon äldre patient med flera kroniska sjukdomar och något barn. Boka glesare än vanligt så att det finns tid att prata några minuter mellan patienterna.
- Lunch cirka kl 12 – 13 tillsammans med värderaren.
- Eftermiddag cirka kl. 13 – 16
 - Eventuellt fortsatt medsittning med 1-2 patienter.
 - Genomgång av portföljdokumenterna.
 - Samtal med handledare och chef samt i förekommande fall studierektor.
 - Avslutande genomgång med sammanfattning av dagen, diskussion om utbildningsplanen för återstående del av ST, samt ömsesidig återföring om hur dagen varit.

DINA SYNPKUNKTER EFTER MITT-I-ST

Om du har synpunkter på Mitt-i-ST vill vi gärna veta det, både om det som fungerade bra och om det som kunde bli bättre. Du kan använda utvärderingsblanketten som finns på hemsidan, eller skriva fritt. Det hjälper oss att utveckla och förbättra Mitt-i-ST. Skicka till Ulf Måwe, ulf@mawe.se, som är huvudansvarig för Mitt-i-ST.

ANSVARIGA FÖR MITT-I-ST

Från SFAMs kompetensvärderingsråd:

Kirsten Nilsson, kirsnils@gmail.com, samordnare för Mitt-i-ST, 0708 - 18 02 34

Ulf Måwe, ordförande ulf@mawe.se, tel 0730-71 19 58

Från SFAMs Mitt-i-ST-kansli:

Mitt-i-ST-koordinator Katarina Boltenstern, katarina.boltenstern@sfam.se, tel 076-139 44 04,