

NuoriLääkäriPäivät 2021

Luennot

Suussa syy – milloin suun terveys vaikuttaa potilaani hoitoon? 60 min

Johanna Uittamo, EHL (Suu- ja leukakirurgia), HLT, LL, Yliopistonlehtori (suu- ja leukakirurgia)

Milloin potilas tulisi ohjata hammaslääkärin arvioon? Luennolla käsitellään esimerkiksi luustolääkkeiden aloitusta, kasvojen kiputilojen selvittelyä sekä yleisesti suun kroonisten infektioiden merkitystä terveyteen.

Silmästä silmään – yleisimmät silmätautien ongelmatilanteet 50 min

Liisa Ojala, silmätautien erikoislääkäri, kliininen opettaja, Turun yliopisto

Millaiset silmävaivat jokaisen lääkärin tulee osata hoitaa itse ja milloin on oikea aika kilauttaa silmäpäivystäjäkaverille? Luennolla käsitellään usein vastaan tulevia tyypillisiä silmäongelmia perusterveydenhuollon näkökulmasta.

Ajoterveyttä potilastapausten kautta 45 min

Marja-Liisa Huuskonen, TYKS Ajopolin vastuualuejohtaja, Fysiatrian ja työterveyshuollon erikoislääkäri, Liikennelääketieteen erityispätevyys

Unohtuiko ajokielto? Ovatko ajoterveysvaatimukset hieman hatarasti muistissa? Tällä luennolla pääset painamaan mieleesi liikennelääketieteen olennaisimmat asiat.

Mielen pulmien lääkkeettömät hoidot 50 min

Aino Kohtala, keskusyksiköiden johtava psykologi-psykoterapeutti, Terveystalo Kuopio

Vastaanotolta on helppo kirjoittaa psykykenlääkeresepti, koska lääkkeettömät interventiot eivät ole tuttuja ja psykoterapiakenttä tuntuu sekavalta. Psykososiaaliset hoitomuodot ovat kuitenkin tärkeä osa psykiatrista hoitoa ja kasvava alue mielenterveyden kentällä. Luennossa eritellään erilaisten ammattinimikkeiden (psykologi, psykiatrinen sh, psykoterapeutti) eroja ja valaistetaan sitä, millaisista lääkkeettömistä interventioista on näyttöä mielenterveyden oireiden hoidossa. Luennon jälkeen tiedät myös mitä tarkoittaa psykologin vastaanotto ja lyhytpsykoterapia ja mitä kautta potilaan sinne ohjaat.

Hoidonrajausten ABC 45 min

Mika Anturaniemi, Geriatrian erikoislääkäri, Palliativisen lääketieteen erityispätevyys

Mistä hoidonrajauksissa on kyse? Mitä ongelmia aiheutuu, kun niitä ei ole ennakoivasti mietitty? Kuka hoidonrajauksia tekee, ja missä tilanteissa?

Lausuntojen sudenkuopat ja onnen avaimet 60 min

Liisa Sorakivi, Työterveyshuollon erikoislääkäri, asiantuntijalääkäri, Kela

Mitä Kela toivoo lausuntoihin? Lääkinnällisen ja ammatillisen kuntoutuksen erot, toimintakyvyn kuvaaminen lausunnoissa sekä Kelan kuntoutustarjonta selkiytyvät tällä luennolla.

Lihavuuden hoito – muutakin kuin kaloreita ja kirurgiaa 60 min

Esko Haapamäki, yleislääketieteen erikoislääkäri, Taija Wilenius, psykologi, psykoterapeutti, PsM

Miten ottaa lihavuus puheeksi vastaanotolla? Mikä on yleislääkärin rooli lihavuuden hoidossa? Luentokokonaisuudessa käsitellään lihavan potilaan kohtaamista, psykologisia syitä lihavuuden ja syömisen säätelyhäiriöiden taustalla ja onnistuneiden hoitosuunnitelmien laadintaa.

Preoperatiivinen arvio – mitä väliä sillä on? 60 min

Nina Rotko, Anestesiologian ja tehohoidon erikoislääkäri, OYS

Luennolla käsitellään eri sairauksien vaikutuksia leikkauskelpoisuuteen, anestesiaan ja leikkauksesta toipumiseen. Mitä asioita on hyvä huomioida perusterveydenhuollossa? Mitä tietoja olisi hyvä välittää sairaalaan ja miksi?

NuoriLääkäriPäivät 2021

Luennot

Akuutin huimauksen systemaattinen tutkiminen 60 min

Lauri Heiskanen, akuuttilääketieteen erikoistuva lääkäri, yhteistyössä Riitta Ahmasalo, neurologian erikoislääkäri

Milloin tulisi epäillä keskushermostoperäistä syytä huimauksen taustalla? Riittääkö normaali pään TT sulkemaan pois vakavat syyt? Onko spontaani nystagmus yleensä viite jostain vakavammasta? Miten teen ja tulkiten HINTS-tutkimuksen ja milloin sitä voi käyttää? Luennolla saat vastauksen näihin kysymyksiin ja lisäksi käymme läpi systemaattisen lähestymistavan akuuttiin huimaukseen.

Top 10 turhimmat radiologiset tutkimukset 60 min

Olli Lainiala, radiologiaan erikoistuva lääkäri

Milloin radiologinen tutkimus on hyödytön? Luennolla pureudutaan tilanteisiin, joissa radiologinen kuvantaminen on turhaa.

Kaikki irti verenkuvasta 40 min

Mikko Keränen, kliinisen hematologian erikoislääkäri

Onko punasolun koolla väliä, onko trombosyyttiarvo liian pielessä? Entä koska voin kontrolloida ja koska pitää huolestua? Yleisimmän laboratoriotutkimuksen salat ja sudenkuopat.

Kuuluuko kehitykseen vai täytyykö tutkia? Nuorten keskittymisvaikeudet PTH:ssa 60 min

Pekka Räisänen, Lasten- ja nuorisopsykiatrian erikoislääkäri, Oyl HUS Nuorisopsykiatriaa

Keskittymishäiriöiden hoito ja diagnostiikka koskettaa yhä useampaa lääkäriä. Miten keskittymishäiriöt ilmenevät nuorilla? Miten diagnoosi tehdään? Miten ja kenellä keskittymishäiriötä tulisi hoitaa?

Lasten pään, rangan ja lantion traumat – ikätasoinen tutkiminen ja kuvantamisindikaatiot 60min

Matti Ahonen, traumatologian EL (ranka, lantio), Nuutti Vartiainen, lasten neurokirurgian EL (pää)

Mitä vastaat, kun ensihoito konsultoi kysyen, voiko sängystä tippuneen ja päänsä kolauttaneen lapsen jättää kotiin vanhempien seurantaan? Entä pitääkö kaikilla trampoliinilla epäonnistuneen voltin hypänneillä lapsilla epäillä kaularankavammaa? Luennolla käydään traumatologin sekä lasten neurokirurgin kanssa läpi systemaattisesti eri ikäisten lasten pään ja rangan alueen vammojen tutkiminen sekä kuvantamisindikaatiot.

Kilauta kollegalle – kuinka konsultoin järkevästi? 45 min

Markku Grönroos, akuuttilääketieteen erikoislääkäri, ensihoidon vastuulääkäri K-HSHP

Konsultointi ja konsultaatioihin vastaaminen on olennainen osa lääkärin työtä. Oletko joskus pohtinut, miten valitset sanasi kollegalle soittaessasi? Entä kuinka tulee toimia ensihoidon kysyessä hoito-ohjeita? Luennolla käydään läpi ISBAR-protokolla, jonka avulla sinäkin voit konsultoida systemaattisesti, ja ennen kaikkea, potilasturvallisesti. Käsittelemme myös ensihoidon konsultaatioihin vastaamiseen liittyviä vastuu- ja käytännön asioita.

Kriittisesti sairas potilas – katse aakkosten alkupäähän 60 min

Iita Daavittila, LT, akuuttilääketieteen erikoislääkäri, Apulaisylilääkäri, OYS Päivystys, Ensihoitolääkäri, FH50

Potilaani voi huonosti – mistä tunnistan, milloin on kiire? Mitä on tärkeä huomioida kriittisesti sairaan potilaan alkuarviossa? cABCDE -protokolla on erinomainen työkalu kaikkien akuutisti sairaiden potilaiden tutkimiseen. Luennolla käydään läpi kriittisesti sairaan potilaan systemaattinen tutkiminen ja se, kuinka todettuihin poikkeavuuksiin on syytä puuttua.

Asevelvollisen palveluskelpoisuuden arviointi 60 min

Taija Lahtinen, lääkintäkapteeni, LT

Luennolla käsitellään palveluskelpoisuuden arvioinnin perusteita ja käytäntöä, sekä miten erityistilanteissa tulisi toimia.

NuoriLääkäriPäivät 2021

Puheenvuorot

Minun piti viedä, mutta työ veikin minut – työn imussa vai tyhjiin imetty? 45 min

Mitä on työn imu ja mitä iloa siitä on? Työn imu voi olla merkittävä työssä jaksamista edistävä tekijä, mutta voiko sitäkin olla liikaa?

Puhujana Työterveyslaitoksen psykologi ja tutkija Anniina Virtanen, jonka johdolla perehdytään työn kuormittavuuteen vaikuttaviin tekijöihin ja siihen, mitä niihin voisi myös itse vaikuttaa.

Uni – lääkärin paras ystävä? 45 min

Monet lääkärit joutuvat työssään tekemään pitkiä työvuoroja ja usein aamulla pitäisi jälleen palata töihin. Kannattaako juoda kahvia pitkin iltaa tai syödä yöllä tukevasti? Luennolla käydään läpi keinoja, joilla voi itse edistää omaa jaksamistaan ilta- ja yöttöiden suossa. Professori Mikko Härmän johdolla käydään läpi riittävän unen ja toisaalta pitkien työrupeamien vaikutusta terveyteen ja hyvinvointiin. Entä voisivatko tietyllä tavalla laaditut päivystyslistat vaikuttaa lääkäreiden palautumiseen?

Puhujana Mikko Härmä, Työterveyslaitoksen tutkimusprofessori.

Kun arjesta tulee selviytymistä – Nuori Lääkäri ruuhkavuosien myllerryksessä 60 min

Jokainen lääkäri painii jossain vaiheessa elämäänsä jaksamisen haasteiden kanssa. Psykkiset oireet ovat yleisiä ja niitä voi olla vaikea tunnistaa. Avun hakeminen on lääkärille edelleen vaikeaa, vaikka lääkärit kärsivät mielenterveyden ongelmista useammin kuin muu väestö. Kuinka päästä irti uupumuksen kierteestä? Paneelissa kuullaan kokemustarinoita, keskustelua lääkärin jaksamisesta ja uupumuksesta.

Osallistujina nähdään psykoterapeutti Katri Laine, nuoret lääkärit Teemu Trygg ja Mikael Päivömaa sekä Lääkäriiliiton luottamuslääkäri, työterveyslääkäri Eliisa Mäenpää.

Vaativa väsy – kuinka vaalia armollisuutta lääkärinä? 60 min

Maaret Kallio on rakastettu psykoterapeutti, joka sanoittaa oivaltavasti monenlaisia mielemme ilmiöitä. Kouluttajapsykoterapeutina ja tietokirjailijana tunnettu Kallio herättelee Key Note-puheenvuorossaan lempeästi meitä lääkäreitä tutkimaan itseään myötätunnon kautta. Puheenvuorossa pysähtyy oman itsen, omien tunteiden ja myös kohtuullisten vaatimusten äärelle

Puhujana palkittu kouluttajapsykoterapeutti Maaret Kallio.