

Overordnet utdanningsplan for Fysikalsk medisin og rehabilitering i Helse Førde

Oppdatert:

08.05.25

Spesialitet:

Fysikalsk medisin og rehabilitering

Skildring av utdanningsverksemda:

[Helse Førde HF](#) har ansvaret for spesialisthelstenesta for innbyggjarane i den delen av Vestland fylke som tidlegare var Sogn og Fjordane. Pasientgrunnlaget i føretaksområdet er på rundt 110 000. Helse Førde består av fire klinikkar (kirurgisk klinikk, medisinsk klinikk, psykisk helsevern og drift/eigedom). Det er aktivitetar på fleire ulike lokaliseringar som f eks [Førde sentralsjukehus \(FSS\)](#), [Lærdal sjukehus](#) og [Nordfjord sjukehus](#).

I Helse Førde tilbys Fysikalsk medisin og rehabilitering ved Førde sentralsjukehus (FSS). Sjukehuset har i praksis områdefunksjon i helseforetaket for den typen tenester. Her er det mange medisinske fagdisiplinar, korte avstandar og tradisjon for godt samarbeid på tvers av fagområde og avdelingsgrenser. Både somatisk del, og psykisk helsevern er godt utbygd. Begge er lokalisert på det same sjukehusområdet, vegg i vegg.

Legene som utøvar spesialiteten ved FSS er både faglig og organisatorisk knytta til seksjon [«Læring, meistring, fysikalsk medisin og rehabilitering»](#) ved [Avdeling for fysikalsk medisin og rehabilitering \(AFMR\)](#). Øvrige seksjonar ved AFMR er [«Klinisk fysioterapi og forebygging»](#), [«Medisinsk heimebehandling»](#), [«Ergoterapi og velferdsteknologi»](#) og [«Habiliteringstjenesta for barn og unge»](#). Det er 4 faste legestillinger for spesialiteten fysikalsk medisinsk og rehabilitering. Våren 2025 har vi 180% overlege og 1 LIS vikariat, 2 LIS er i permisjon.

Spesialiteten fysikalsk medisin og rehabilitering vert utøvd både i sengepost og poliklinikk. Sengeposten har p.t. 6 sengeplassar. Sengeplassane er lokaliserte i same korridor som døgnplassar for nevrologi og revmatologi. Det er tenkt auke til 8 sengeplassar, pluss 2 senger i pasienthotell i 2025. I pasienthotellet blir det 2025 etablert ei eiga treningsleilighet. Denne disponerast av AFMR.

Sengeposten tar imot pasientar til primærrehabilitering i subakutt fase. Typisk vil dette vere etter eit akutt opphold på sjukehus for menneske som har et funksjonsfall, eller - utfordringar som tilseier behov for spesialisert rehabilitering. Eksempel på aktuelle målgrupper er menneske som har gjennomgått hjerneslag, fått hovudskadar av ulike årsaker, multitraumer, ryggmargsskadar, multiorgansvikt og amputasjonar. Sengeposten tilbyr også sekundæropphold, men i mindre grad enn primæropphold.

Rehabiliteringstilbudet ved sengeposten er tverrfaglig organisert og teambasert. Arbeidet blir primært leia av spesialist i fysikalsk medisin og rehabilitering, eller lege i spesialisering (LIS) under supervisjon. Tilgjengelige fagressurar omfattar fysioterapeut, ergoterapeut, nevropsykolog, logoped, sjukepleiar, sosionom, ernæringsfysiolog. Det er etablert samarbeid med ortopedingeniør i eigen poliklinikk. Samarbeid og tilsynsordning frå andre spesialitetar ved sjukehuset skjer etter behov. Det er per dags dato ikkje nødvendig med egen vaktordning.

Største gruppa som blir tilvist til Fysikalsk medisinsk og rehabiliteringspoliklinikk er pasientar med muskel-/skjelettsmerter som ikkje skuldast ortopediske, revmatologiske eller nevrologiske lidingar, eller tilstandar. Smertetilstandane fordeler seg på: nakkesmerter, skuldersmerter, ryggsmertar, bekkensmerter/ hoftesmerter, smertetilstandar i ekstremitetar, utbreidde muskel-skjelettsmerter og hypermobilitetstilstandar.

Poliklinikken har vurderings- og behandlingstilbud. Tilbudet kan være mono-, tverrfaglig, individuelt eller i gruppe. Ofte er bakanforliggjande årsaksforhold komplekse og samansette, og krev tverrfagleg vurdering og tilnærming. Tilgjengelige fagressurar omfattar fysioterapeut, ergoterapeut og klinisk sosionom. Det er etablert samarbeid med NAV i HelseArbeid-tilbudet. Dette gjeld både individ- og bedriftstiltaket. Poliklinikken har ultralydmaskin til diagnostikk og injeksjonsprosedyrer. Poliklinikken/avdelingen er delaktig i fleire prosjekt.

I seksjonen «Læring, meistring, fysikalsk medisin og rehabilitering» er det også etablert ein smertepoliklinikk med lege, psykolog, fysioterapeut, sosionom og erfaringsterapeut som gir tverrfagleg tilbod til pasientar med langvarige og betydelege ikkje-maligne smertetilstandar basert på spesifikke og biopsykososiale behandlingsmetodar. Smertepoliklinikken er samlokalisert med Fysikalsk Medisinsk og rehabiliteringspoliklinikk. LIS er førebels ikkje tiltenkt ordinær teneste i smertepoliklinikken, men vil kunne hospitere, og gjere seg kjend med arbeidsmåtar, pasientgrupper, og behandlings-/rehabiliteringsopplegg.

Omtale av utdanningsløpet

Utdanning av spesialistar i fysikalsk medisin og rehabilitering er forankra i FSS. Det er avtalt internt samarbeid i FSS og eksternt samarbeid med Avdeling for fysikalsk medisin og rehabilitering i Helse Bergen, Haukeland universitetssykehus. Spesialistutdanningen i Fysikalsk medisin og rehabilitering tar minimum 5 år etter gjennomført LIS1.

Utdanninga vil bestå av:

- 2,5 års tenestetid ved seksjon *Læring, meistring, fysikalsk medisin og rehabilitering* (FMR).
- 12 mnd. tenestetid ved ein (eller 6 mnd tenestetid ved to) av spesialitetene nevrologi og/eller revmatologi i Helse Førde.
Om ynskjeleg vil ein initiere samarbeid med andre fagområde der læringsmåla kan oppnåast som; ortopedi, onkologi, psykiatri og eller indremedisinske spesialitetar.

- 18 mnd. teneste ved Avdeling for fysikalsk medisin og rehabilitering i Helse Bergen, Haukeland universitetssykehus.

Tidspunktet for tjenesten i Helse Bergen og ved Nevrologisk og/eller revmatologisk seksjon i Helse Førde tilpasses individuelt, men tilstrebes gjennomført mot slutten av spesialiseringsperioden.

Slik tenesta er organisert pr i dag, vil LIS jobbe både ved sengepost og i poliklinikk.

Utdanningsløp med tenestetid, læringsarena og fagspesifikke læringsmål:

Tenestetid	Læringsarena	Læringsmål Fysikalsk medisin og rehabilitering
0-2,5 år	Helse Førde: Seksjon <i>Læring, meistring, fysikalsk medisin og rehabilitering</i> (FMR)	Primært: 1-7, 9-10, 12-13, 16-35, 38-40, 41-46, 48-79, 82, 84, 100-102, 104-106, 110, 111-112.
1 år	Helse Førde: <i>Nevrologisk seksjon og/eller Revmatologisk seksjon</i>	81, 109.
1,5 år	Helse Bergen	Skal bidra til å oppnå læringsmål: 8, 11, 14-15, 36-37, 39, 47, 83, 85-88, 89-99, 103, 107, 108.

Introduksjon av nye LIS

LIS får ved oppstart i avdelinga visingsrunde i poliklinikk og sengepost, og blir samstundes introdusert for andre medarbeidarar på desse seksjonane. Dei blir også presentert på fellesmøte for tilsette i seksjonen første veke.

Kandidaten får ved oppstart informasjon om aktuelle pasientgrupper og problemstillingar, orientering i arbeidsmetodar ved poliklinikk og sengepost. I den første veka arbeider LIS kun med overlege. Fra uke 2 får kandidaten fleire eigne oppgaver under supervisjon. Dette kan justerast avhengig av behovet.

De første vekene blir brukt for å gjennomføre felles introduksjonsprogram for ansatte i Helse Førde, og evt andre nødvendige e-læringsprogram avhengig av behovet. Eksempel kan vere DIPS og Meona.

Supervisjon, rettleiing og fagleg utvikling

LIS vil motta nødvendig supervisjon av overlege knytt til dei ulike læringsarenaer. Hensikten er å bistå og gi råd i konkrete arbeidssituasjonar i den daglige virksomheten, t.d. i forbindelse med felles previsit, visitt, tverrfaglige møter, pasientretta møter, undersøkelsesteknikk, tverrfaglig samarbeid, undervisning og ledelsesaktivitet i ulike sammenhengar. Omfanget og praktisk gjennomføring av supervisjon tilpassast til og avklarast med den enkelte kandidat.

Det blir oppnevnt ein individuell veileidar for LIS ved utdanningsstart. Individuell utdanningsplan blir utarbeidd i løpet av dei første 4 vekene. Kandidaten får avsett tid for månedlege veiledningssamtalar for refleksjon, råd, oppfølging av faglig progresjon og

evaluering. Hyppigare veiledningssamtalar kan avtalast dersom det anses som hensiktsmessig. Den individuelle utdanningsplanen vil bli brukt aktivt i veiledninga. Planen reviderast ved behov.

Det er i gjennomsnitt avsett 4 timer fordjupning pr veke. LIS har tilgang på faglitteratur, relevante tidsskrift og internett. Det vil bli gitt permisjon for å delta på anbefalte kurs for spesialiteten Fysikalsk medisin og rehabilitering.

Vurdering og dokumentasjon av oppnådde læringsmål

Ved oppstart får LIS tildelt fagspesifikk kompetanseplan i Kompetanseportalen. Fagleg progresjon og oppnådde læringsmål vil bli evaluert i rettleiingsmøta. Vurdering av om eit læringsmål er oppfylt, utførast av oppnevnt veileidar i samråd med supervisor, eller som ei fellesvurdering (vurderingskollegium) avhengig av læringsmålet. Vurderinga og dokumentasjonen gjennomførast snarest mulig etter at læringsaktivitane er gjennomført. Dokumentasjon av utførte læringsaktivitetar og oppnådde læringsmål blir gjort i Kompetanseportalen. Endelig godkjenning blir gjort av leiar.

Teoretisk undervisning

Legane skal delta i internundervisning i avdelinga. Dei har også anledning til å delta i regional fjernundervisning leia av Avdeling for fysikalsk medisin og rehabilitering ved Haukeland universitetssjukehus, og nasjonal fjernundervisning.

- Intern legeundervisning etter emneliste: 1 undervisningstime anna kvar veke, fordelt mellom overlege og LIS. Totalt: ca 20-22 t/år. Ved behov kan undervisninga gjennomførast hyppigare.
- Regional fjernundervisning (video): 1 undervisningstime kvar veke. Ca 40 t/år
- Nasjonal fjernundervisning (video): 1 undervisningstime kvar måned. Ca 11 t/år

I tillegg er det høve til å delta i felles interne faglege førelesingar for heile sjukehuset (45 min anna kvar veke), og internundervisning ved andre avdelingar på sjukehuset (mest aktuelt: nevrologi, revmatologi, ortopedi).

Utdanningsutvalget, evt utdanningsansvarlig overlege, skal kvart halvår sette opp emneliste for internundervisninga. Ein tar hensyn til læringsmål i utdanninga, og tilrettelegg i forhold til kandidaten sine behov. Evt kan foredragsholdar fra andre faggrupper og/eller avdelingar engasjerast for utvalgte læringsmål. Undervisninga kan vere teoretisk med planlagt tema, gjennomgang av relevant artikkel, eller ein kombinasjon av teoretisk og praktisk undervisning. Det blir sett av tid til spørsmål, diskusjon og refleksjon.

LIS blir oppfordra til å bruke Kompetanseportalen for eigenregistrering av deltaking i undervisninga. Minste formelle krav for teoretisk undervisning er 70 t/år.

Kandidaten får mulighet å delta i nødvendige kurs. Sammen med veileder skal det lagast ein plan for kursdeltaking. Denne skal dokumenterast i den individuelle utdanningsplanen. Langtidsplanen for spesialiteten kan brukes for planleggingen ([Langtidsplan/ normalfrekvens for kurs - spesialisthelsetjenesten.no.](https://www.helsefor.no/tema/utdanning/planlegging-for-kurs-spesialisthelsetjenesten))

Felles kompetansemål (FKM)

Ved oppstart får LIS tildelt felles regional kompetanseplan for FMK i Kompetanseportalen.

FKM er læringsmål innan områda etikk, forskingforståing, kommunikasjon, kunnskapshandtering, kvalitet og pasientsikkerheit, lovverk, pasient- og brukarmedvirkning, pasient- og brukeropplæring, samhandling, systemforståing, organisasjonsutvikling og leiing. I Kompetanseportalen er det angitt ulike forslag til læringsaktiviteter avhengig av læringsmål. Eksempel på læringsaktivitetar er kursdeltaking, gruppeveiledning, klinisk tjeneste, internundervisning, presentasjonar, prosjektoppgaver, tverrfaglig aktivitet. Det er ønskelig å følge forslaga, men individuelle tilpasningar er mulig avhengig av behovet og lokale forhold. Ein del av de foreslåtte aktivitetene vil være en naturlig del av den daglige virksomheten (t.d. klinisk tjeneste, tverrfaglig aktivitet, internundervisning, pasientopplæring) i faget. Kandidaten vil få mulighet å delta på relevante kurs og felles gruppeveiledning for LIS2/3 i Helse Førde.

Gjennomgang av FKM, planlegging av aktiviteter, evaluering og evt revidering av planen er en del av veiledningen.

Eksempel for læringsaktiviteter for FKM utover klinisk tjeneste, internundervisning

Tema	FKM	Læringsaktivitet
Etikk	04	Regionalt basiskurs LIS2/3.
Forskingforståing	13, 75	Gruppeveiledning.
Kommunikasjon	19-23	Kommunikasjonskurs. Veilederkurs. Gruppeveiledning
Kunnskapshandtering	32-34	Prosjektoppgave. E-læring. Kontrasignering og gjennomgang epikriser/notater.
Kvalitet og pasientsikkerhet	41-43	Regionalt basiskurs LIS2/3. E-læring. Kurs administrasjon og ledelse. Gruppeveiledning.
Lovverk	46-47	Regionalt basiskurs LIS2/3. Kurs sakkyndighetsarbeid. Gruppeveiledning.
Pasient- og brukarmedvirkning	51	E-læring. Undervisning Felles brukerutvalg.
Pasient- og pårørendeopplæring	55	Gjennomføre egen pasientopplæring, supervisere andres pasientopplæring.
Samhandling	59-60	Kurs administrasjon og ledelse.
Systemforståing, ... og leiing	70-75	Regionalt basiskurs LIS2/3. Kurs administrasjon og ledelse. Gruppeveiledning.

Utdanningsutval og utdanningsansvarleg overlege

Utdanningsutvalget består av utdanningsansvarlig overlege (UAO), legar i spesialisering og overlege med veilederansvar. UAO er leiar av utdanningsutvalet. Utvalget skal bidra til at LIS får et godt og koordinert utdanningsløp for å kunne oppnå både fagspesifikke læringsmål og felles kompetansemål. Planlegging, revidering av interundervising og evt andre læringsaktivitetar, oppfølging av veiledning er blant oppavene. Utfordringar knytt til individuelle utdanningsløp kan også bli tatt opp her. UAO skal ha et særskilt fokus på utdanning, bidra til å kvalitetssikre utdanninga, og har ein rådgivende funksjon inn mot leiar. Det er avsatt tid for UAO oppgaven.

Forskning, innovasjon og forbetring

Det blir tilrettelagt for at LIS får delta i kvalitetsutviklingsarbeid og forskning ved AFMR og som del av Helse Førde sitt arbeid, eller som deltakar i forskningsgruppe initiert av andre foretak.

AFMR har p.t. fleire pågåande kvalitetsforbetringsprosjekt som for eksempel: [«VR som fysioterapitiltak i rehabilitering av hjerneslagspasientar med motoriske funksjonsutfall»](#), Avansert Persontilpasset Progresjonsmåling I Rehabilitering etter Hjerneslag (APPIRH), Standardisert førarkortvurdering ved kognitiv svikt, [Synskartlegging og tidlig rehabilitering etter hjerneslag](#), og [«Nytt forløp for handrehabilitering i Helse Førde»](#). Ein fysioterapeut/grunder ved avdelinga har utvikla eit digitalt verktøy for lungesjuka: [Pust Deg Bedre](#). Avdelinga yter i tillegg støtte til andre fagutviklingsprosjekt i foretaket.

Ein fysioterapeut ved avdelinga starta ved årsskiftet 23/24 sitt PhD arbeid: *Evaluation of a mobile health intervention for promoting self-management in patients with chronic obstructive pulmonary disease*. Avdelinga har ein psykolog som våren -24 starta i 50% PHD stipendiat stilling. Tema er knytt til kommunikasjon mellom helsepersonell og pasientar. Arbeidet er planlagt gjennomført over seks år på deltid.

Avdelingssjef ved AFMR er medlem i ei ekspertgruppe knytt til [eHjerteRehab](#). Sistnevnte er både eit innovasjonsprosjekt og eit forskningsprosjekt. Prosjektet har vore finansiert med innovasjonsmidlar, prosjektmidlar, i 2023 fekk ein også tilslag på midlar i Norges Forskningsråd. Med eHjerteRehab vil ein bidra til eit betre helsetenestetilbod på dette feltet. Tilbodet har Klasse IA-anbefaling i internasjonale retningslinjer.

Individuell utdanningsplan

Etter tilsetjing vil det bli utarbeidd ein individuell utdanningsplan for LIS, som viser kva kandidaten skal gjennomføre (læringsstad, læringsarena, læringsaktivitetar) basert på kor i utdanningsløpet LIS startar. Den individuelle utdanningsplanen vil bli utarbeidd av LIS i samarbeid med rettleiar/ utdanningsansvarlig overlege. Planen skal godkjennast av leiar og dokumenterast i Kompetanseportalen.

Simulering og ferdighetstrening

Ferdighetstrening knytta til prosedyrer vil gjennomførast som ein del av klinisk arbeid i sengepost, eller poliklinikk. Simulering vert foreløpig ikkje nytta.

Tillitsvalde

YLF har tillitsvalde ved FSS som vil kunne ivareta LIS sine interessar, og som LIS vil kunne kontakte ved behov.

Kontakt

For spørsmål om spesialistutdanninga: Utdanningsansvarleg overlege Matthias Hutler (mhut@ihelse.net) eller leder Are Mikael Lillebø (are.mikael.lillebo@helse-forde.no)